

DELIBERATION
du conseil d'administration de l'Université de Bourgogne
Séance du 8 avril 2021

Délibération n° 2021 – 8/04/2021 – 16

Présentation de la cellule « Bien-être »

- VU le code de l'éducation,
- VU les statuts de l'Université de Bourgogne
- VU l'avis de la commission de la formation et de la vie universitaire (CFVU) rendu en sa séance du 16 mars 2021

Effectif statutaire : 32 Membres en exercice : 32 Quorum : 16 Membres présents : 13 Membres représentés : 6 Total : 19	Refus de vote : 0 Abstention(s) : 0 Suffrages exprimés : 19 Pour : 19 Contre : 0
---	---

Le conseil d'administration, après en avoir délibéré, **approuve la mise en place de la cellule « Bien-être » à l'Université de Bourgogne, à destination des étudiants.**

Dijon, le 9 avril 2021

Le Président de l'Université de Bourgogne,


Vincent THOMAS

*P.J. : Mise en place d'une cellule bien-être à l'université de Bourgogne, à destination des étudiants
Protocole de traitement des demandes par la cellule Bien-être de l'uB*

Délibération transmise au recteur de la région académique Bourgogne-Franche-Comté
Chancelier de l'Université de Bourgogne

Délibération publiée sur le site internet de l'établissement

MISE EN PLACE D'UNE CELLULE BIEN ÊTRE A L'UNIVERSITE DE BOURGOGNE, A DESTINATION DES ETUDIANTS.

PRESENTATION A LA CFVU DU 16 MARS

Une réflexion sur la mise en place d'une cellule bien-être a été initiée à la demande d'un élu étudiant de la CFVU, Maxence Roulliat. Pour cela, un groupe de travail composé de cet élu étudiant, du SSU, du SUAPS, du PFVU, et de quatre VP (VP Etudiante, VP CAC Etudiante, VP CFVU et VP licences et masters) de l'Université a été constitué. Cette cellule a vocation à centraliser les initiatives et projets portés par des associations, des équipes pédagogiques et des étudiants, en lien avec le bien-être des étudiants, mais également à être un éventuel soutien pour les projets qui pourraient être menés en ce sens.

La cellule Bien-être propose différents dispositifs, au choix :

***Prise en charge au SSU (prise en charge individuelle, hypnose..)**

Le cas échéant les étudiants pourront être orientés vers des professionnels, après être passés par le SSU

-Michèle VIARD (Infirmière en psychiatrie) pour de l'écoute et du soutien psychologique (individuel ou groupes de parole)

***Activités bien être au SUAPS**

-un référent SUAPS à contacter sandra.tramoy@u-bourgogne.fr

Ecouter et identifier l'étudiant; Orienter sur les activités SUAPS; Bilan sur les demandes des étudiants; Lien avec le directeur et équipe du SUAPS

- Un référent SUAPS avec les autres cellules universitaires pour étudiants ciblés Nora.zrida@u-bourgogne.fr

Travail en synergie avec le référent SUAPS, directeur et équipe du SUAPS; possibilité de mettre en place un créneau identifié, à déterminer la nomination du créneau, financé par le SUAPS

Il est possible de retrouver toute la programmation des activités du SUAPS, dont les activités bien-être (yoga, gym douce, pilate, relaxation, qi gong, feldenkrais...) sur le site du SUAPS: <https://suaps.u-bourgogne.fr>

- **Prise en charge par un étudiant du DU coaching et performance mentale**

Le Collectif-coachs est une initiative bénévole des étudiants au D.U. coaching et performance mentale de l'Université de Bourgogne. Les coachs bénévoles se proposent de mettre à disposition leurs acquis pour venir en aide aux étudiants d'enseignement supérieur qui subissent des dommages de la

crise sanitaire actuelle. Cette prise en charge se réalise dans le cadre du D.U. et elle tiendra lieu de stage aux étudiants intervenants.

A quelle(s) problématique(s) peut répondre le coaching ?

Collectif-coachs propose d'accompagner les étudiants pour :

- Sortir de leur isolement
- Prendre du recul
- Mieux gérer leur stress, l'anxiété, leurs émotions
- Reprendre confiance en soi
- Retrouver leur motivation
- Réguler les tensions relationnelles
- Retrouver un niveau d'énergie optimum
- Favoriser leur concentration
- préparer mentalement à passer leurs examens

Collectif-coachs propose 4 à 8 séances gratuites de coaching par étudiant. Ces séances s'adressent exclusivement aux étudiants majeurs. Ils seront orientés par la cellule bien-être via l'adresse suivante: cpm.solidarite2021@gmail.com

- **Intégration dans un groupe de parole géré par un enseignant**

-Déjà mis en place pour le droit: contacter Raphaël Maurel: raphael.Maurel@u-bourgogne.fr

-En cours d'installation pour d'autres composantes

***Intégration dans un groupe de parole géré par un étudiant de sa filière**

-Les étudiants seront renvoyés vers l'équipe Teams des Tuteurs d'accompagnement mise en place par le PFVU

- **Prise en charge par le Pôle Formation et Vie Universitaire**

Le mal-être des étudiant.e.s peut être lié à des incertitudes relatives à leur avenir sur le plan des formations ou de l'emploi. Le PFVU peut accompagner les étudiant.e.s qui ont besoin de construire ou reconstruire leur projet de formation et/ou professionnel. Il propose en outre des ateliers permettant de préparer l'accès aux stages ou aux emplois (analyse des acquis, faire un CV/ une lettre de motivation, préparer un entretien ...), ainsi que des ressources sur les emplois

<https://ub-link.u-bourgogne.fr/ma-formation/morienter-ou-me-reorienter.html>

<https://ub-link.u-bourgogne.fr/construire-ma-recherche-de-stage-ou-d-emploi>

Pole.formation@u-bourgogne.fr, 03 80 39 39 80

-Maryvonne BOGUET (Professeur de Lettres classiques) propose de mettre en place une aide personnalisée en expression orale (prise de parole, exposé, soutenance) et en expression écrite (analyse de textes, production d'écrits, exercice sur la langue française).

En tant que guichet unique d'accueil, le PFVU peut également répondre directement aux questions des étudiant.e.s sur tous les services d'aide offerts ou constituer l'interlocuteur de la cellule bien-être.

- **Prise en charge sociale par le CROUS**

Prise en charge des étudiants pour des questions sociales (bourse, assistante sociale, logement, restauration). L'existence de la cellule bien-être pourra être relayée par les étudiants référents dans les cités universitaires.

Une adresse générique a été créée: cellulebienetre@u-bourgogne.fr ; . Cette adresse sera gérée par un référent cellule bien-être rémunéré pour le faire (20 heures par semaine, enveloppe tutorat), et formé par le SSU (notamment pour réorienter les cas relevant d'une prise en charge médicale).

Ce référent cellule bien-être étudiera les demandes des étudiants formulées sur cette adresse électronique et sera chargé de l'orientation des étudiants vers un (ou plusieurs) des différents dispositifs imaginés.

Une action de communication massive sera organisée fin février pour faire connaître tous les services compétents en cas de problème (et notamment le SSU), et la cellule Bien-être.

Protocole de traitement des demandes par la « Cellule Bien-être » de l'uB

