



mastercard
foundation

Scholars Program

En partenariat avec



UNIVERSITE
GASTON BERGER
UNIVERSITY OF GASTON BERGER

PROGRAMME DE BOURSES DE LA FONDATION MASTERCARD À L'UGB



Recueil d'activités
TEAM INCLUSION ET AFFAIRES SOCIALES

SOMMAIRE

3

- Visites de sensibilisation aux parents des Boursiers

4

- Visite des parents des Boursiers à l'UGB

5

- Collaboration avec la Clinique Solid Minds

7

- Sensibilisation au handicap Soins du visage :

9

- Production des documents stratégiques sur la santé mentale du 24 au 26 juillet 2024

11

- Renforcement des Boursiers en Secourisme

11

- Organisation de Fitness

12

- Camp de vacances août 2024 : Activités de bien-être

12

- Renforcer la santé physique et l'esprit d'équipe : Fitness

13

- Promouvoir l'estime de soi et la relaxation : Soins du visage

14

- Valoriser la culture et encourager la créativité : Henné

15

- Atelier de cuisine

16

- Rencontres mensuelles avec les Boursiers du Programme de Bourses

17

- Célébration de la Journée internationale des Personnes Handicapées à l'UGB : un engagement pour l'inclusion

19

- Octobre Rose à l'UGB : Sensibilisation et Prévention sur les IST et les cancers

INTRODUCTION

Le Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'UGB, fidèle à son engagement envers l'excellence, l'innovation et l'impact social des Boursiers et des étudiants non Boursiers, s'est illustrée tout au long de l'année 2024 à travers une riche palette d'activités multidimensionnelles.

Ces activités, au-delà de leur portée éducative, incarnent l'ambition de former des citoyens engagés, conscients de leur rôle dans la transformation sociale et économique du Sénégal et de l'Afrique.

L'année 2024 a marqué une nouvelle étape dans l'engagement de la team Inclusion et Affaires Sociales du Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'Université Gaston Berger (UGB). Fidèle à sa mission de créer un environnement inclusif et équitable pour tous les étudiants, l'équipe a mis en œuvre des initiatives novatrices tout en renforçant les programmes existants.

Ce recueil retrace les principales réalisations de l'année 2024 mettant en exergue les activités phares de la team destinées à promouvoir le bien-être physique et mental, l'inclusion sociale et la sensibilisation des communautés.

Des visites de sensibilisation aux parents des Boursiers à l'organisation d'ateliers sur la santé mentale et le handicap en passant par des activités d'engagement communautaire, chaque projet illustre l'impact transformateur des efforts collectifs. Allons à la découverte des réalisations de la team Inclusion et Affaires sociales.



VISITES DE SENSIBILISATION AUX PARENTS DES BOURSIERS

Les visites de sensibilisation ont suscité l'appropriation chez les familles des Boursiers à travers une sensibilisation sur les objectifs, les résultats et les impacts du Programme de Bourses. Ces visites ont constitué une occasion de découvrir l'environnement familial des Boursiers, faire connaissance avec leur famille, leur expliquer les objectifs du Programme et les inviter à participer à leurs atteintes.

Ces rencontres ont contribué à la réduction des risques de désistement du Programme par l'encouragement des parents à accompagner leurs enfants jusqu'à la transition et aussi dans leurs initiatives de giving back. Au total, 42 familles de Boursiers ont été visitées dans huit régions du Sénégal.

VISITE DES PARENTS DES BOURSIERS A L'UGB



Le 03 août 2024 restera gravé dans les mémoires des familles et des Boursiers du Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'Université Gaston Berger. Sous le signe de l'accueil, du partage et de la convivialité, cette activité a permis aux parents de mieux comprendre le Programme de Bourses et ses avantages visant à transformer de façon positive la vie et l'avenir de leurs enfants mais aussi de découvrir l'univers dans lequel ils évoluent au quotidien.

Les parents sont repartis avec de beaux souvenirs, plus rassurés et le cœur léger. Comme l'a résumé un parent : "Nous nous sentons désormais partie intégrante de cette belle aventure". La team Inclusion et Affaires sociales reste engagée à poursuivre cet accompagnement de proximité.

COLLABORATION AVEC LA CLINIQUE SOLID MINDS



Pour une meilleure prise en charge du bien-être et de la santé mentale des étudiants, l'Université Gaston Berger à travers son Programme de Bourses de la Fondation Mastercard et le Comité de santé mentale, a reçu la deuxième visite de la clinique Solid Minds du 24 au 29 Juin 2024. Les échanges ont porté sur la volonté commune de renforcer le comité santé mentale et de consolider son rôle de coordination des actions de bien être dans l'espace universitaire.

Sur la base des recommandations issues de la première visite effectuée en Novembre 2023, la mission de la Clinique Solid Minds visait à faciliter un état des lieux des Ressources et des meilleures pratiques au sein de l'UGB afin de renforcer les initiatives en matière de santé mentale.

Une dizaine de rencontres ont été effectuées avec plusieurs acteurs dont: les Boursiers du Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'UGB, le Comité de Gestion Opérationnelle (CGO) dudit Programme, le comité santé mentale de l'UGB, le Directeur de l'UFR Sciences Appliquées et Technologie (SAT), les étudiantes mères, le personnel du Centre Régional des Œuvres Universitaires de Saint-Louis (CROUS), les représentants d'associations d'étudiants, les étudiants handicapés...

Cette deuxième visite de la clinique a été l'occasion de poursuivre la sensibilisation autour de la santé mentale au sein de la communauté universitaire. Un état des lieux est fait et des propositions sont faites pour une meilleure structuration du comité santé mentale et une harmonisation des interventions en santé mentale au sein de l'université.



En perspective, d'autres activités sont mises en œuvre dont notamment une formation des étudiants champions en santé mentale.



SENSIBILISATION AU HANDICAP

Le Programme de Bourses de la Fondation Mastercard poursuit sa dynamique de promotion de l'inclusion du handicap et de la programmation inclusive au sein de l'université Gaston Berger de Saint-Louis.

Il a ainsi organisé une journée sur le handicap et l'inclusion en collaboration avec la cellule genre et équité et l'Association des Étudiants en Situation de Handicap (AESH). L'objectif était de renforcer les capacités des étudiants sur cette thématique et d'échanger sur la programmation inclusive. L'animation a été assurée par une conseillère en inclusion du programme "we can work".



Les participants ont été ainsi sensibilisés aux obstacles que rencontrent les personnes handicapées dans leur parcours académique et social. Des discussions animées par la conseillère en inclusion et des travaux de groupes ont permis de

promouvoir la confiance en soi des jeunes handicapés.

Les jeunes se sont activés à partager leurs récits de vie en partageant leurs expériences, leurs défis et leurs aspirations. Ce fut un moment fort en émotions.





PRODUCTION DES DOCUMENTS STRATEGIQUES SUR LA SANTE MENTALE DU 24 AU 26 JUILLET 2024

Une bonne prise en charge de la santé mentale reste un des défis majeurs au sein de l'Université Gaston Berger. Le Programme de Bourses de la Fondation Mastercard accompagne l'Université dans l'élaboration de documents stratégiques sur la santé mentale. L'organisation d'un atelier du 24 au 26 Juillet 2024 a permis d'échanger sur les fondements d'une politique globale de santé mentale pour l'UGB, de rédiger des textes réglementaires pour créer et gérer une structure dédiée, et d'identifier les ressources nécessaires à son fonctionnement. Les réalisations incluent la proposition de création d'un institut de santé mentale et l'établissement d'un réseau d'acteurs de la santé mentale. Tous ces efforts visent à créer un environnement sain et sécurisé pour la communauté universitaire.

ATELIER DE PRODUCTION DE TEXTES STRATEGIQUES

Mise en place d'une structure
de santé mentale à l'UGB

Du 24
au 26
juillet
2024

Hôtel Cap Saint-Louis

Site web : www.ugb.sn BP : 234 Saint-Louis, SENEGAL



RENFORCEMENT DES BOURSIERS EN SECOURISME

Dans le souci de renforcer la sécurité et la prévention, des cours de secourisme ont été organisés pour former les Boursiers aux gestes de premiers secours. Durant l'année 2024 plusieurs modules ont été déroulés aux fins de capaciter les Boursiers qui se sentent aujourd'hui aptes à assister leurs proches ou à sauver des victimes à travers les techniques appropriées de premiers secours.



ORGANISATION DE FITNESS

La team Inclusion et Affaires sociales diversifie ses stratégies pour renforcer le bien-être des Boursiers qui reste un facteur essentiel dans leur quête de performance académique. C'est ainsi que des séances de fitness ont été organisées avec l'appui d'un coach. Ces exercices ont permis aux Boursiers de se libérer de la fatigue et du stress et de mieux prendre soin de leurs corps. Bref, les Boursiers affirment que cette activité possède un effet positif sur leur santé physique et mentale.



CAMP DE VACANCES AOUT 2024

ACTIVITES DE BIEN-ETRE



Dans le cadre du camp de vacances, des activités de bien-être ont été organisées à chaque fin de journée pour offrir aux participants des moments de détente et de relaxation après une journée riche en apprentissages et en activités. Ces activités ont été soigneusement sélectionnées pour encourager le bien-être physique, mental et émotionnel des Boursiers, favorisant ainsi un équilibre sain entre les efforts intellectuels et physiques.

RENFORCER LA SANTE PHYSIQUE ET L'ESPRIT D'EQUIPE : *FITNESS*



L'activité de fitness a été organisée pour souligner l'importance du sport et de l'exercice physique dans la vie quotidienne. Le fitness ne se limite pas seulement à la forme physique; il joue également un rôle crucial dans le développement de la discipline personnelle, la gestion du stress et le renforcement de la résilience mentale. En intégrant cette activité dans le programme, les organisateurs ont encouragé les Boursiers à adopter des habitudes de vie saines, tout en renforçant l'esprit d'équipe à travers des exercices en groupes. Ces moments d'entraînement ont permis aux participants de se défouler, de libérer les tensions accumulées et de revitaliser leur énergie pour les journées suivantes.

PROMOUVOIR L'ESTIME DE SOI ET LA RELAXATION

SOINS DU VISAGE



Les soins du visage, tels que les gommages et les masques faits maison, ont été préparés et appliqués par les Boursiers eux-mêmes. Cette activité a été bien plus qu'une simple séance de soins ; elle a permis aux participants de s'initier aux techniques de soins personnels, de prendre conscience de l'importance de prendre soin de soi, et de développer des pratiques d'auto soins pour améliorer leur estime de soi. Ce moment de détente a offert une pause bienvenue, favorisant un sentiment de relaxation et de bien-être général après des journées chargées.



VALORISER LA CULTURE ET ENCOURAGER LA CREATIVITE

HENNE TIME



La séance de henné a été organisée pour offrir aux participants une expérience culturelle enrichissante. Le henné est une pratique traditionnelle largement appréciée pour ses vertus esthétiques et symboliques. Cette activité a permis aux Boursiers de découvrir et de s'immerger dans une forme d'art corporel, tout en développant leur créativité et en renforçant les liens sociaux à travers une expérience partagée. Le henné a également servi de moyen de relaxation et de détente, tout en favorisant la découverte de nouvelles expressions culturelles.



ATELIER DE CUISINE

Un atelier de cuisine, animé par le chef cuisinier de l'hôtel, a initié les Boursiers, notamment les garçons, à la préparation de petits plats tels que des omelettes, des œufs brouillés, des pancakes et des crêpes.

Cette activité a été conçue pour être à la fois éducative et ludique. En apprenant à cuisiner, les participants ont acquis des compétences pratiques qu'ils pourront utiliser dans leur vie quotidienne. De plus, cet atelier a favorisé la collaboration, la communication et l'entraide, renforçant ainsi la cohésion de groupe. La cuisine en équipe a offert un cadre propice pour tisser des liens et créer des souvenirs partagés, tout en se détendant après des journées d'apprentissage intensif.



RENCONTRES MENSUELLES AVEC LES BOURSIERS DU PROGRAMME DE BOURSES



Des rencontres mensuelles ont été organisées entre les Boursiers et l'équipe technique afin de s'enquérir de leurs difficultés et de les solutionner. Les principales préoccupations soulevées sont suivies par l'équipe appui psychosocial pour mieux prendre en charge le bien-être des Boursiers.



Des séances d'écoute collectives comme individuelles ont également été tenues par l'équipe inclusion. Ces entretiens ont permis de saisir l'état émotionnel des Boursiers et de les accompagner selon les besoins recueillis. Les échanges individuels se font sur sollicitation des Boursiers ou sur demande de l'équipe sur la base des constats faits. Ainsi, des cas de maladies, de stress, d'anxiété ont été pris en charge.





CELEBRATION DE LA JOURNEE INTERNATIONALE DES PERSONNES HANDICAPEES A L'UGB *UN ENGAGEMENT POUR L'INCLUSION*

Le mercredi 4 décembre 2024, l'Université Gaston Berger (UGB) a célébré la Journée Internationale des Personnes Handicapées, à l'initiative de l'Association des Étudiants en Situation de Handicap (AESH), en partenariat avec la Cellule Genre et Équité et le Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'UGB.

L'événement, placé sous le thème « La participation citoyenne : encourager la participation active des personnes handicapées dans les décisions politiques et communautaires », a réuni des acteurs clés, notamment le Vice-recteur chargé de la

Recherche et de l'Insertion, des représentants du CROUS, la commission sociale des étudiants, des Boursiers du Programme de Bourses et aussi des enseignants-chercheurs invités comme panélistes.

Les échanges ont porté sur les défis et les opportunités pour les étudiants en situation de handicap et surtout l'importance de leur implication dans la vie sociale et académique. Les panélistes ont encouragé les étudiants en situation de handicap à dépasser leurs contraintes afin de contribuer activement dans les décisions politiques et communautaires.

L'amélioration des infrastructures accessibles a également été abordée, rappelant que les bâtiments de l'UGB, existants et en construction, doivent être conçus pour garantir une équité d'accès et promouvoir une inclusion véritable.

Cette journée a réaffirmé l'engagement de l'UGB et du Programme de Bourses pour l'inclusion et l'égalité des chances, tout en lançant un appel à l'action collective pour bâtir une Université où chaque étudiant peut s'épanouir pleinement.



OCTOBRE ROSE A L'UGB

SENSIBILISATION ET PREVENTION SUR LES IST ET LES CANCERS



Le Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'UGB a encore une fois marqué son adhésion à la cause de la femme dans le cadre de la campagne Octobre Rose. En collaboration avec la Cellule Genre et Équité, une conférence a été organisée le 30 octobre 2024 au CEA MITIC, sur la sensibilisation autour des Infections Sexuellement Transmissibles (IST) et des cancers gynéco-mammaires.

L'événement a rassemblé des étudiants, des membres du Personnel Administratif, Technique et de Service (PATS), des Boursiers, des étudiants et l'équipe du Comité de Gestion Opérationnelle (CGO), tous et toutes unis autour d'une cause de santé publique essentielle.

Animée par Mme Soda Diouf Bas sage-femme d'état et Dr Mamoune Ndiaye gynécologue, la conférence a démontrée la gravité des IST et des cancers du sein et du col de l'utérus, deux pathologies aux conséquences dramatiques si elles ne sont pas dépistées de manière précoce.

Les échanges ont porté sur la nécessité de briser les tabous entourant ces questions de santé et sur les méthodes de dépistage et les étapes critiques pour protéger les femmes contre ces fléaux.

L'implication active des Boursiers et certains étudiants en médecine et sociologie, a ajouté une dimension participative et pédagogique à l'événement. Une session de questions-réponses riche en échanges a permis d'éclairer les zones d'ombre et de renforcer la compréhension des enjeux.

Ce moment fort a dépassé le cadre académique pour devenir un appel à l'action collective, sensibilisant non seulement la communauté universitaire mais aussi les villages voisins. Il est rappelé à chacun que la lutte contre les IST et les cancers gynéco-mammaires commence par l'information, la prévention et la solidarité.



CONCLUSION

L'année 2024 a été marquée par des initiatives fortes portées par la team Inclusion et Affaires Sociales du Programme de Bourses de la Fondation Mastercard à l'UGB. À travers des actions de sensibilisation, d'engagement communautaire et de gestion du bien-être, l'équipe a contribué à renforcer l'inclusion sociale, le soutien psychosocial et la santé mentale des Boursiers et de la communauté universitaire.

Les activités menées, qu'il s'agisse des visites aux familles, des séances d'écoute et de conseil, des ateliers sur le handicap, des formations en secourisme ou encore des rencontres de sensibilisation sur la santé, ont permis de créer un environnement plus inclusif et bienveillant. L'implication des différents acteurs tels que les étudiants, les parents, le personnel témoigne d'un engagement collectif en faveur d'une université plus équitable et solidaire.

Les acquis de cette année constituent une base solide pour les initiatives futures. La team Inclusion et Affaires Sociales reste déterminée à poursuivre ses efforts afin de garantir un cadre propice à l'épanouissement personnel et académique des Boursiers, des étudiants de manière générale et du personnel de l'Université.

MEMBRES DE L'ÉQUIPE

INCLUSION ET AFFAIRES SOCIALE



Fatou Diop SALL

*Responsable
d'objectifs
Inclusion et
Affaires
sociales*



Ndèye Aïda SAMB

*Psychologue
conseillère,
Responsable
d'activités*



Mbaye Fall DIOP

*Assistant
Social*



mastercardfdn@ugb.edu.sn



<https://mastercardfdn.ugb.sn>
<https://www.ugb.sn>



*Programme de Bourses de la Fondation
Mastercard /
Université Gaston Berger*

Produced by team Com