

Un service de formation

Pour partager nos connaissances et contribuer à l'entraide dans la communauté

Axé sur les « forces » de la personne et privilégiant l'écoute et l'entraide pour développer une solidarité concitoyenne, le service de formation du Carrefour le Moutier a pour but de sensibiliser et d'outiller les personnes au sein des organismes et institutions - intervenants, membres, bénévoles et autres – à vivre l'écoute dans leurs espaces de vie.

Trois thèmes sont abordés dans le cadre de notre offre de formation. Ces thèmes sont en lien avec nos champs d'actions : l'écoute et l'intervention, la prévention de la détresse et l'immigration. Chacun de ces thèmes regroupe deux ateliers qui peuvent être adaptés à vos besoins.

1. L'écoute et l'intervention

Centre d'écoute depuis plus de 40 ans, le Carrefour le Moutier a développé une approche d'intervention qui va au-delà de l'écoute active. Cette approche a pour but de mettre en valeur les forces de la personne pour que celle-ci perçoive ses acquis comme un levier pour surmonter ses difficultés. Deux ateliers sont disponibles :

▶ L'écoute (durée : 3 heures à 20 heures)

Comment guider la personne à percevoir ses forces malgré ses préoccupations ? Cet atelier permet aux participants de reconnaître leurs habiletés au niveau de leur écoute. Il favorise l'acquisition de nouvelles habiletés et techniques d'écoute basées sur les forces de la personne : la zone santé.

▶ L'accueil (durée : 3 heures)

Premier contact avec les personnes, l'accueil revêt toute son importance pour établir un lien de confiance avant toute intervention. Cet atelier sensibilise les participants à l'importance de l'accueil et offre des moyens concrets pour en améliorer la qualité.

2. La prévention de la détresse

L'écoute contribue à prévenir la détresse. L'écoute de soi et des autres est essentiel au mieux-être collectif. Deux ateliers sont offerts :

▶ Prendre soin de soi (durée : 3 heures)

Dans un quotidien bien rempli, il est quelques fois difficile de prendre soin de soi. Cet atelier sensibilise les participants à l'importance de s'occuper d'eux-mêmes pour mieux s'occuper des autres et offre des moyens concrets pour prendre soin de soi. Enfin, du temps pour soi !

▶ Prévention de la détresse (durée : 3 heures)

Cet atelier vise à sensibiliser les participants à la détresse et à offrir des pistes de réflexion pour aider à soulager la détresse. Les types de détresse, ses manifestations, son processus et des moyens concrets pour la prévenir sont présentés.



Saviez-vous qu'en 2006, le Carrefour le Moutier a mis en place le Réseau Sentinelles-coccinelles ? Ce réseau vise à prévenir la détresse psychologique et sociale sous toutes ses formes en formant des citoyens attentifs à la détresse des autres. La formation dans ce cadre est gratuite ! Imaginez les avantages pour votre organisme/institution de former des personnes à cette approche !

3. Accueil et accompagnement des nouveaux arrivants

L'immigration est une réalité incontournable de notre société. Pour sa part, le Carrefour le Moutier y est attentif depuis 1977. Au fil des années, il a développé un service d'accompagnement auprès des personnes nouvellement arrivées au Canada et ce, en partenariat avec le Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion. L'équipe du Carrefour le Moutier croit que l'intégration est une responsabilité partagée entre la société d'accueil et la personne immigrante. Pour cela, il est essentiel d'informer et de sensibiliser les membres de la société au parcours migratoire de ces personnes. Les quatre ateliers offerts dans ce volet s'adressent à toute personne qui, dans le cadre de son travail, est en contact avec des personnes immigrantes et désire en connaître davantage sur les démarches et l'expérience d'immigrer au Québec.

NOUVELLE FORMATION !

► **La santé mentale : Un enjeu particulier dans le parcours des personnes immigrantes (durée 6 heures)**

L'immigration est une expérience parsemée de moments souvent déstabilisants. La personne, dans son parcours migratoire, est confrontée à de nouveaux repères qu'elle doit apprivoiser. Ce contexte peut venir ébranler un équilibre, voire plus profondément fragiliser la santé mentale. Lors de cet atelier, les intervenants sont invités à réfléchir à différents aspects de cet enjeu.

Cet atelier :

- Dresse un portrait des déterminants de la santé mentale, des facteurs de protection et des facteurs fragilisants chez la personne immigrante;
- Offre une analyse des répercussions psychologiques du parcours migratoire;
- Propose une découverte des différentes conceptions de la santé mentale selon les cultures;
- Sensibilise aux difficultés d'accès aux services en santé mentale;
- Présente certaines ressources adaptées.

► **Le parcours migratoire, une expérience humaine (durée : formule 5 ou 6 heures)**

- Offre un portrait de l'immigration au Québec;
- Permet de distinguer les différents statuts d'immigration et le processus traversé par les personnes immigrantes pour les obtenir;
- Explore les défis rencontrés par les personnes immigrantes à leur arrivée et dans leur processus d'intégration et d'adaptation, entre autre à travers l'admissibilité aux différents services gouvernementaux;
- Sensibilise aux impacts socio-psychologiques de l'expérience migratoire sur la personne immigrante, le couple, la famille;
- Démystifie les mythes les plus répandus dans la société d'accueil entourant l'immigration et les personnes immigrantes;
- Offre des pistes pour adapter sa pratique en contexte interculturel.

La formule interactive de cet atelier favorise l'échange d'idées et d'expériences entre les participants. Il est enrichi par des exercices autour de cas concrets, rencontrés dans la pratique des conseillers accueil-intégration du Carrefour le Moutier et choisis en fonction de la réalité des participants.

► **Les parcours migratoires : comprendre les différentes réalités des nouveaux arrivants (durée : 3 heures)**

- Offre un portrait de l'immigration au Québec;
- Permet de distinguer les différents statuts d'immigration et le processus traversé par les personnes immigrantes pour les obtenir;
- Sensibilise aux impacts socio-psychologiques de l'expérience migratoire sur la personne immigrante, le couple, la famille.

Cet atelier veut outiller les intervenants face à la réalité des personnes immigrantes. Il permet d'obtenir dans un premier temps un bon aperçu des motivations à la base de

la décision d'immigrer, puis des défis rencontrés par les personnes immigrantes à leur arrivée et dans leur processus d'intégration. Il se veut un moment d'échange d'expertise et d'expériences.

► **L'immigration : Mythes et réalité (durée: 3 heures)**

- Offre un portrait de l'immigration au Québec;
- Permet de distinguer les différents statuts d'immigration et le processus traversé par les personnes immigrantes pour les obtenir;
- Sensibilise à la réalité des nouveaux arrivants par l'exploration de différents mythes véhiculés dans la société d'accueil sur l'immigration et les immigrants.

Cet atelier interactif permet une meilleure compréhension des motivations à la base de la décision d'immigrer. Il offre la possibilité d'aller au-delà des idées reçues par l'échange d'expériences et par le déclenchement de discussions ouvrant sur des pistes de réflexion.

► **Parcours migratoire : Exploration des enjeux (durée : formule divisée en 2 parties de 2 heures chacune)**

Première partie

- Offre un portrait de l'immigration au Québec;
- Permet de distinguer les différents statuts d'immigration et le processus traversé par les personnes immigrantes pour les obtenir;
- Dresse un aperçu des différents services auxquels les personnes sont admissibles selon leur statut.

Deuxième partie

- Permet de mieux comprendre les impacts socio-psychologiques de l'expérience migratoire sur la personne immigrante, le couple, la famille;
- Explore les obstacles auxquels sont exposés les nouveaux arrivants dans leur parcours d'intégration.

Cet atelier visant à outiller les intervenants permet d'acquérir les connaissances de base importantes relatives aux statuts d'immigration, tout en s'ouvrant sur une réflexion sur la réalité vécue par les nouveaux arrivants. Il permet une meilleure compréhension des différentes étapes du parcours migratoire (la prise de décision, l'arrivée dans le pays d'accueil et la période d'intégration).

Nombre de personnes par atelier : entre 8 et 15 personnes

Coût pour 3 heures d'atelier : 150 \$ pour les organismes communautaires
250 \$ pour les institutions

Des frais supplémentaires inhérents au déplacement de la formatrice (transport et repas) peuvent s'appliquer.
25 % de réduction pour les organismes ou institutions membres du Carrefour le Moutier.

Le Carrefour le Moutier est un organisme communautaire de première ligne, qui par la nature et la qualité de ses différents services, contribue à la promotion de la personne, à la prévention de la détresse psychologique de même qu'à l'inclusion sociale. Il est également un organisme formateur agréé par la Commission des partenaires du marché du travail.

Information : **Hélène Roulet**
Agente de liaison et développement
Tél. : 450 679-7111
developpement@carrefourmoutier.org