



Le Carrefour le Moutier est un organisme formateur agréé par la [Commission des partenaires du marché du travail](#).

Pour compléter les compétences de votre équipe ou pour vous sensibiliser à un thème abordé par le Carrefour le Moutier, plusieurs formations en lien avec sa mission et ses champs d'actions sont offertes. Nos formations peuvent s'adresser tant aux personnes œuvrant au sein d'organisations (intervenants, membres, bénévoles, cadres) qu'au grand public.

Ce service de formation permet entre autres d'outiller les personnes à :

- Vivre l'écoute dans leurs espaces de vie: axée sur les forces de la personne, l'écoute est privilégiée pour développer une solidarité concitoyenne
- Prévenir la détresse sociale et psychologique
- Mieux comprendre les parcours migratoires des personnes immigrantes pour favoriser l'intégration des nouveaux arrivants.

## 1. Nos formations à l'accueil et l'écoute

Centre d'écoute depuis plus de 50 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.

### 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.

### L'écoute (durée : 3 heures)

Comment guider la personne à percevoir ses forces malgré ses préoccupations ? Comment l'amener à voir son pouvoir d'agir malgré ses difficultés ? 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.

## 2. Nos formations relatives à la prévention de la détresse



L'écoute contribue à prévenir la détresse. L'écoute de soi et des autres est essentielle au mieux-être collectif.

### **Prendre soin de soi (durée : 3 heures)**

Dans notre quotidien, prendre soin de soi est quelques fois un défi. 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.

### **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.

### **Devenir Sentinelles et participer à un réseau de prévention dans la communauté (durée: 7 heures)**

Saviez-vous qu'en 2006, le Carrefour le Moutier a mis en place le [Réseau Sentinelles](#) ? 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 pour les organismes communautaires et les citoyens est dans ce cadre gratuite ! Imaginez les avantages pour vous, votre organisme et votre communauté, d'être formé à cette approche ! Pour les entreprises, informez-vous de nos tarifs.

### 3. Nos formations relatives à l'expérience migratoire

L'immigration est une réalité incontournable de notre société. L'accueil et inclusion sont des responsabilités à partager. Il est essentiel d'informer et de sensibiliser les membres de la société au parcours migratoire de ces personnes. Les 7 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 d'immigration et l'expérience migratoire au Québec.

#### **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 créer de nouveaux repères qu'elle doit, par la suite, apprivoiser. Ce contexte peut venir ébranler un équilibre, voire plus profondément fragiliser la santé mentale. Lors de cet atelier participatif, les intervenants sont invités à réfléchir à différents aspects de cet enjeu.

- Un portrait des déterminants de la santé mentale, des facteurs de protection et des facteurs fragilisant chez la personne immigrante ;
- L'analyse des répercussions psychologiques du parcours migratoire ;
- La découverte des différentes conceptions de la santé mentale selon les cultures ;
- Les difficultés d'accès aux services en santé mentale et certaines ressources adaptées.

#### **L'ensemble du parcours migratoire, une expérience humaine (Durée : 6 heures)**

Cet atelier vise à approfondir les connaissances relatives à la réalité vécue par les nouveaux arrivants afin d'outiller les participants à l'intervention en contexte d'immigration. Des moments d'échanges entre les participants et des exercices autour de cas concrets rencontrés dans la pratique au Carrefour le Moutier viennent enrichir l'apprentissage. Au terme de cet atelier, les participants auront une compréhension claire de la réalité d'une personne immigrante et pourront mettre en pratique des pistes d'action dans leur intervention. Cette formation est la plus complète proposée et les formations ci-dessous ensuivent d'elle.

- Les idées reçues les plus répandues dans la société d'accueil entourant l'immigration et les personnes immigrantes ;
- Le portrait de l'immigration au Québec ;
- Le processus administratif traversé par les personnes immigrantes pour l'obtention d'un statut d'immigration et leur admissibilité aux services gouvernementaux ;
- Les étapes du parcours migratoire et les défis rencontrés par les personnes immigrantes à leur arrivée et dans leur processus d'intégration et d'adaptation dans le pays d'accueil ;

- L'analyse des impacts socio-psychologiques de l'immigration sur la personne, le couple, la famille ;
- La théorie interculturelle et les pistes pour adapter sa pratique en contexte interculturel.

### **Parcours migratoire: Exploration des enjeux vécus par les personnes (Durée : formule divisée en 2 parties de 2 heures chacune)**

Cet atelier collaboratif vise à outiller les intervenants en leur permettant d'acquérir les connaissances importantes relatives aux statuts d'immigration, tout en commençant une réflexion sur les défis vécus par les nouveaux arrivants. À la fin de cette formation, les participants auront une vue d'ensemble des enjeux présents dans les différentes étapes du parcours migratoire (les motivations à la base de la décision d'immigrer, l'arrivée dans le pays d'accueil et la période d'intégration).

#### **Première partie**

- Les statistiques récentes de l'immigration ;
- Les étapes du parcours migratoire d'une personne immigrante ;
- Les différents statuts d'immigration et le processus à suivre pour les obtenir ;
- Un aperçu des différents services auxquels les personnes sont admissibles selon leur statut.

#### **Deuxième partie**

- Des témoignages des obstacles rencontrés par les nouveaux arrivants dans leur parcours d'intégration et l'analyse de leurs impacts socio-psychologiques ;
- Survol de la théorie interculturelle et une réflexion sur l'intervention.

### **Comprendre les différentes réalités des nouveaux arrivants par des études de cas (Durée : 3 heures)**

Cette formation veut outiller les intervenants face aux différentes réalités des personnes immigrantes à travers d'échange d'expertise et d'expériences. À travers des études de cas, les participants analyseront de vraies situations vécues par des personnes immigrantes. Au terme de cet atelier, les participants seront capables de voir et comprendre l'unicité de chaque personne immigrante pour ainsi mieux intervenir auprès d'elle.

- Un aperçu des motivations à la base de la décision d'immigrer et des processus administratifs traversés par les personnes immigrantes ;
- Les principaux statuts d'immigration rencontrés et quelques services auxquels ils sont admissibles ;
- Les obstacles traversés par les nouveaux arrivants dans leur parcours migratoire ;
- Une introduction à la théorie interculturelle.

### **L'immigration : Mythes et réalités (Durée : 3 heures)**

Cet atelier vise la démystification des idées véhiculées dans la société d'accueil sur l'immigration et les personnes immigrantes. Dans des moments de discussion, tous sont invités à échanger leurs réflexions et leurs expériences quant à ce sujet. À la fin de cette formation, les participants seront capables de reconnaître les préjugés et stéréotypes entourant l'immigration et les personnes immigrantes et de fournir de l'information vérifiée et vécue.

- Les idées reçues circulant au sujet de l'immigration et des personnes immigrantes ;
- Un portrait récent de l'immigration ;
- Les particularités de chaque statut d'immigration et les processus d'obtention en générale;
- Le processus migratoire et les motivations à la base de la décision d'immigrer ;
- La réalité des nouveaux arrivants via les services qui leur sont accessibles.

### **Statuts d'immigration (Durée : 3 heures)**

Cet atelier d'information propose la base de l'intervention en contexte d'immigration, c'est-à-dire de connaître les statuts d'immigration existant, les processus d'obtention et les services auxquels ils donnent accès. Grâce à cet atelier, les participants seront en mesure de comprendre la situation d'immigration de la personne rencontrée et ce que cela implique pour elle.

- Les statistiques de l'immigration au Québec ;
- Les différents statuts d'immigration ;
- Le processus d'immigration traversé par les personnes pour venir au Canada ;
- L'admissibilité aux services gouvernementaux.

### **Demandeurs d'asile : un portrait plus clair de leur situation (Durée : 3 heures)**

Cette formation interactive a comme objectif de sensibiliser les participants à la réalité vécue par les demandeurs d'asile actuellement notamment en ce qui concerne les défis, administratifs et sociaux. Au terme de cette formation, les participants seront en mesure de distinguer les particularités de ce statut lors de leurs rencontres avec des demandeurs d'asile.

- Les différences entre le statut de demandeurs d'asile et les autres statuts d'immigration ;
- Le processus pour l'obtenir et les différents services accessibles ;
- Les défis rencontrés par les personnes demandeurs d'asile dans leur quotidien ;
- Les impacts socio-psychologiques de l'expérience migratoire.

Tarif appliqué par tranche de 3 heures et pour un groupe entre 7 et 15 personnes.

Organismes communautaires

Institutions

200 \$

250 \$

Veillez noter que le tarif sera ajusté si la formation compte plus de 3 heures et plus de 15 personnes. Des frais supplémentaires inhérents au déplacement du formateur (transport et repas) peuvent également s'appliquer.

25 % de réduction pour les organismes, institutions ou entreprises membres du Carrefour le Moutier.

Mise à jour : juillet 2023