

COLLOQUE RÉGIONAL
SORS DU CADRE



SANTÉ MENTALE, UNIVERS NUMÉRIQUE ET
PRÉVENTION DES DÉPENDANCES CHEZ LES
ADOLESCENTS

PROGRAMME

CENTRE DES CONGRÈS DE ROUYN-NORANDA

14 ET 15 OCTOBRE 2022

Mot du comité organisateur



C'est avec beaucoup de fierté que la Table des partenaires Jeunes en milieu rural de l'Abitibi-Témiscamingue vous invite à la deuxième édition du Colloque Sors du Cadre, qui aura lieu les 14 et 15 octobre 2022 au Centre des congrès de Rouyn-Noranda.

Consacré à l'univers des adolescents, le Colloque Sors du Cadre c'est deux journées bien remplies. Au programme, des conférences et d'ateliers sur la santé mentale, la prévention des dépendances et l'univers numérique des jeunes, des sujets bien présents dans leur quotidien et pour lesquels les adultes qui les côtoient doivent être informés.

Le vendredi 14 octobre, les intervenants de toute la région pourront assister à deux grandes conférences ainsi qu'à deux ateliers. Les jeunes de 12 à 17 ans étant au cœur de nos actions, seront accueillis dès le vendredi soir avec un spectacle d'humour et ils poursuivront leur expérience le samedi 15 octobre avec une programmation concoctée spécialement à leur intention!

Cet événement vous est rendu possible gratuitement grâce à l'implication de partenaires financiers qui croient en l'importance d'investir dans la jeunesse et nous tenons à les remercier pour leur engagement.

Bon colloque!

MERCI À NOS PARTENAIRES

Québec 



Fondation
Martin-Bradley

VENDREDI 14 OCTOBRE

Pour les intervenants

CONFÉRENCE D'OUVERTURE

L'utilisation problématique d'internet: des pistes pour intervenir

ATELIERS BLOC A

| A1 | A2 | A3 | A4 |
|-------------------------------|--------------------------|---|--|
| Parler d'anxiété sans stress! | Projet Espace Transition | Toxico 101 et l'approche de réduction des méfaits | Drogues et autres informations légales |

ATELIERS BLOC B

| B1 | B2 | B3 | B4 |
|---|---|-----------------|---|
| Les produits de vapotage, de quoi parle-t-on? | Motivation chez l'ado : « pour en finir avec les pratiques «muffins» et sortir du Moule.» | Auto-mutilation | La promotion de la santé et la prévention chez les jeunes : planifier l'action pour être moins en réaction! |

CONFÉRENCE DE FERMETURE

L'intervention avec l'approche de réduction des méfaits : pistes d'application en contexte de consommation récréative

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
[EVENTBRITE](#)

GRATUIT POUR TOUS !

SAMEDI 15 OCTOBRE

Pour les adolescents

CONFÉRENCE D'OUVERTURE

Pour ne pas perdre la connexion

ATELIERS BLOC C

| C1 | C2 | C3 | C4 |
|-------------------------------------|-------------------------|--|---|
| Fenêtre ouverte sur tes compétences | Deviens un témoin actif | Travail de rue et consommation : utilise ta tête | Prévention de l'usage de substances et diminuer ses risques |

ATELIERS BLOC D

| D1 | D2 | D3 | D4 |
|------------------------------------|---|--|----------------------------|
| La justice, les lois et tes droits | Les produits de vapotage, tout ce qu'il faut savoir | Mes finances mes choix : biens de consommation | Improvisons des solutions! |

CONFÉRENCE DE FERMETURE

La réduction des méfaits : à quoi ça ressemble et comment ça fonctionne?



HORAIRE OFFICIEL

VENDEDI 14 OCTOBRE

| | |
|-------|--------------------------|
| 8H30 | ACCUEIL DES PARTICIPANTS |
| 9H | MOT DE BIENVENUE |
| 9H20 | CONFÉRENCE D'OUVERTURE |
| 10H30 | PAUSE |
| 10H50 | ATELIERS BLOC A |
| 12H10 | DÎNER |
| 13H05 | ATELIERS BLOC B |
| 14H25 | PAUSE |
| 14H45 | CONFÉRENCE DE FERMETURE |
| 15h45 | ACTIVITÉ DE CLÔTURE |

| | |
|-----|--------------------|
| 19H | ACCUEIL DES JEUNES |
| 20H | SPECTACLE D'HUMOUR |

SAMEDI 15 OCTOBRE

| | |
|-------|--------------------------|
| 7H30 | DÉJEUNER POUR LES JEUNES |
| 8H30 | ACCUEIL DES PARTICIPANTS |
| 9H | MOT DE BIENVENUE |
| 9H30 | CONFÉRENCE D'OUVERTURE |
| 10H30 | PAUSE |
| 10H50 | ATELIERS BLOC C |
| 11H50 | DÎNER |
| 13H | ATELIERS BLOC D |
| 14H | PAUSE |
| 14H20 | CONFÉRENCE DE FERMETURE |
| 15h10 | ACTIVITÉ DE CLÔTURE |

Inscription ici : [EVENTBRITE](#)

VENDREDI 14 OCTOBRE

CONFÉRENCE D'OUVERTURE



L'UTILISATION PROBLÉMATIQUE D'INTERNET : DES PISTES POUR INTERVENIR

CENTRE LE GRAND CHEMIN : MARIE-JOSÉE MICHAUD

Marie-Josée Michaud est intervenante spécialisée en dépendance et a une expertise avec la clientèle 12-17 ans. Elle est formatrice, conférencière et consultante. Pour les adultes, Internet est apparu dans nos vies depuis peu. Pour les adolescents, il est ancré dans leur quotidien depuis toujours. Les outils et les applications, tels les réseaux sociaux et les jeux vidéo, évoluent à vitesse grand V. La majorité des utilisateurs font un usage approprié de la technologie. Toutefois, pour certains, son utilisation devient problématique et peut même conduire à une réelle perte de contrôle. Au cours de cette conférence, nous nous attarderons aux caractéristiques addictives des applications, nous expliquerons ce qui fait que certaines personnes perdent le contrôle, nous partagerons les connaissances que nous avons sur l'utilisation problématique d'Internet, pour en dégager les pratiques prometteuses qui visent le maintien d'une utilisation saine des technologies.

BLOC A

ATELIER # 1

A1 – PARLER D'ANXIÉTÉ SANS STRESS!

CISSS MONTEREGIE-CENTRE: MARILOU HAMELIN

Marilou Hamelin, est M.sc. Travail social, APPR dans l'équipe de déploiement du programme HORS-PISTE CISSS Montérégie-Centre. Le programme HORS-PISTE est une initiative du Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale qui se déploie à grande vitesse dans toute la province. Ceci, en grande partie puisqu'il vise la prévention à l'anxiété ; thématique très présente à l'enfance et à l'adolescence. HORS-PISTE est une belle façon d'outiller les jeunes à relever les défis qui se présentent à eux et il regorge d'outils cliniques. En ce sens, cet atelier visera à présenter aux intervenants des concepts et des outils clés tirés du programme : Qu'est-ce que les zones de confort, de peur, de possibilité ? Comment utiliser le concept de l'exposition ? Quels types d'«intolérances » sont les plus fréquentes face à des situations anxiogènes ? Bref, il nous fera plaisir de venir présenter ces thématiques en « sortant du cadre » avec vous !



ATELIER # 2

A2 – PROJET ESPACE TRANSITION



MARYSE LAROUCHE, STÉPHANIE LAVOIE ET LIETTE BÉLANGER

Maryse Larouche, intervenante sociale au Pont de Rouyn-Noranda et accompagnatrice clinique ; Stéphanie Lavoie, artiste et Liette Bélanger, chef de service du programme jeunesse, du CISSS AT viennent nous parler d'*Espace Transition*. *Espace Transition (ET)* est une initiative novatrice de réadaptation, développée par le centre hospitalier universitaire (CHU) Sainte-Justine, qui explore le pouvoir de l'art et de la création pour le mieux-être des adolescents et des jeunes adultes aux prises avec des problèmes de santé mentale et ainsi diminuer leur stigmatisation.

ATELIER # 3

A3 – TOXICO 101 ET L'APPROCHE DE RÉDUCTION DES MÉFAITS

ARRIMAGE JEUNESSE: BENOÎT LALLEMAND

L'INTERLOCAL DE JEUNES: CHARLES ALLEN-BÉDARD

En équipe, ils parcourent les rues de Rouyn-Noranda pour aller à la rencontre des jeunes et moins jeunes qui sont peu ou pas rejoints par les services traditionnels. Ils nous présenteront le travail de rue, les drogues présentes en Abitibi-Témiscamingue et l'approche qu'ils préconisent : la réduction des méfaits.



ATELIER # 4

A4 -DROGUES ET AUTRES INFORMATIONS LÉGALES

DIRECTEUR DES POURSUITES CRIMINELLES ET PÉNALES : ME MÉLANIE FRANCE TOURIGNY

Mme Mélanie France Tourigny est procureur aux poursuites criminelles et pénales (DPCP). Elle couvre tout le territoire de l'Abitibi-Témiscamingue depuis 2007. Spécialisée depuis plusieurs années à la jeunesse, elle abordera les drogues et la législation qui l'entoure : nouveaux termes, quantité à respecter, conséquences criminelles vs statutaires. Vous discuterez aussi de plusieurs thèmes touchant les adolescents tels que la cybercriminalité, le consentement, recevoir une confession, etc.



Directeur
des poursuites
criminelles et pénales
Québec

BLOC B

ATELIER # 1

B1- PRODUITS DE VAPOTAGE, DE QUOI PARLE-T-ON ?

CONSEIL QUÉBÉCOIS SUR LE TABAC ET LA SANTÉ : SOUNDIATA KONATÉ ET AMÉLIE BRISSON

Les produits de vapotage connaissent une constante évolution au Québec rendant la situation de plus en plus préoccupante. La conférence a comme objectif de diffuser des messages cohérents en lien avec les produits de vapotage, offrir des pistes pour intervenir contre cette problématique grandissante auprès des jeunes du secondaire, qu'ils soient vapoteurs ou non.



cqts

ATELIER # 2

B2 - MOTIVATION CHEZ L'ADO : « POUR EN FINIR AVEC LES PRATIQUES «MUFFINS» ET SORTIR DU MOULE.»

LA CRÉATIVE EN SÉRIE: JOSIANNE GAGNON

Les pratiques populaires, où comme j'aime bien les appeler, les pratiques «muffins» sont des interventions que l'on utilise depuis des années! Par habitude ou par automatisme, peu importe, on le fait TOUS ! Nous aimons mettre en application ce qui est connu et accepté de la majorité. Un beau petit moule confortable et rassurant, mais parfois loin d'être efficace! Dans cet atelier, je vous propose de sortir de votre zone de confort et partir à la découverte d'outils créatifs pour stimuler la motivation et accroître le sentiment d'auto-efficacité chez les ados. Si vous cherchez des idées originales et colorées vous ne serez pas déçus. Bienvenue dans le monde extraordinaire de La Créative En Série.



**LA CRÉATIVE
EN SÉRIE**
ÉDUCATRICE SPÉCIALISÉE

ATELIER #3

B3 – AUTOMUTILATION

CENTRE DE SERVICES SCOLAIRE DE L'OR-ET-DES-BOIS : SANDRA GAGNÉ

Sandra Gagné, psychoéducatrice, est agente de services régionaux de soutien et d'expertise en milieu scolaire pour les élèves présentant des difficultés relevant de la psychopathologie, de la santé mentale et des troubles du comportement en milieu scolaire pour l'ATNQ. Lors de cet atelier, les participants auront une meilleure compréhension des comportements automutilatoires et des stratégies d'intervention à privilégier.



ATELIER #4

B4 - LA PROMOTION DE LA SANTÉ ET LA PRÉVENTION CHEZ LES JEUNES : PLANIFIER L'ACTION POUR ÊTRE MOINS EN RÉACTION!

CENTRE INTÉGRÉ DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE : GENEVIÈVE TREMBLAY ET PAUL SAINT-AMANT

Cet atelier interactif vous amènera à comprendre les dimensions à considérer pour agir efficacement en promotion de la santé et en prévention. Les participants seront invités à découvrir comment agir pour contribuer à améliorer la santé et le bien-être des jeunes de façon durable en étant proactifs plutôt qu'en réaction aux situations de vie rencontrées.



**Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue**

Québec 

CONFÉRENCE DE FERMETURE



LA RÉDUCTION DES MÉFAITS ET L'INTERVENTION EN MILIEU FESTIF

GRIP : LAURENCE VEILLEUX ET PAMELA BINETTE

Laurence Veilleux et Pamela Binette, toute deux coordonnatrices au GRIP, vous parlerons de l'approche de réduction des méfaits appliquée à la consommation en contexte récréatif et festif. Les risques et conséquences associées à la consommation de substances légales ou illégales seront abordées avec un angle incluant également la maximisation des plaisirs, l'autonomie des personnes qui choisissent de consommer et l'impact du contexte festif sur les interventions auprès des personnes ayant consommé.

VENDREDI SOIR

SPECTACLE D'HUMOUR

POUR LES ADOSLESCENTS

ComediHa?

PASCAL CAMERON

Avec son sourire candide et son air taquin, Pascal Cameron est un humoriste avec des points de vue déstabilisants, reconnu pour son habilité à utiliser des anecdotes banales qui surprennent son public. Maître dans l'art de souligner les incohérences de la société et les absurdités du quotidien, il surprend avec son audace et sa justesse. À l'aide de son écriture quasi chirurgicale et de sa sensibilité, Pascal a la capacité de rendre son humour noir totalement lumineux.



JEAN-MICHEL MARTEL

Toujours sur un fond absurde, Jean-Michel affectionne les « liners » sans toutefois mettre de côté les sketches et les personnages. Ayant comme objectif de surprendre son public avec des observations à la fois songées et surprenantes, il réussit à transposer son côté cérébral dans son humour.

Dans un monde décalé où l'on change de sujet à chaque 7 secondes, Jean-Michel s'amuse avec les mots d'esprit, l'anti-humour et une quantité surprenante de supports visuels! Faisant preuve d'audace avec son monde sans limites et constamment imagé, vous serez, plus souvent qu'autrement, plongés dans le surréel!



SAMEDI
15 OCTOBRE

CONFÉRENCE D'OUVERTURE



POUR NE PAS PERDRE LA CONNEXION

CENTRE LE GRAND CHEMIN : MARIE-JOSÉE MICHAUD

Vingt et unième siècle ou l'ère du virtuel; l'époque où Internet occupe une place de choix dans le quotidien des adolescents. Réseaux sociaux, jeux vidéo et streaming sont disponibles sur de multiples appareils, dont leurs téléphones intelligents. Ils les utilisent pour s'informer, communiquer et se divertir. Les bénéfices associés à leur utilisation sont nombreux. Dans cette valse continue avec les nouvelles technologies, comment maintenir une utilisation saine d'Internet et éviter de tomber dans le piège de l'hyperconnexion?

BLOC C

ATELIER # 1

C1 - FENÊTRE OUVERTE SUR TES COMPÉTENCES!

LA CRÉATIVE EN SÉRIE: JOSIANNE GAGNON

Spontanément, si je te demande de me nommer trois de tes qualités, je suis certaine que tu aurais du mal à me répondre. Pourtant, cette question est bien souvent celle que les employeurs te demanderont en entrevue! Afin de mieux te connaître, je te propose une activité pour répertorier toutes tes compétences au même endroit, et ce, dans un format super original! Viens me rencontrer pour créer une œuvre artistique comprenant la liste de tes compétences! Un atelier de collage créatif et ludique dédié à mieux te connaître. À vos ciseaux! Prêts? Créez!



ATELIER # 2



C2 - DEVENEZ UN TÉMOIN ACTIF

POINT D'APPUI : MÉLANIE ST-PIERRE

Sous forme de jeu interactif, nous regarderons ensemble les différentes façons de devenir un témoin actif en contexte de violence sexuelle. Nous expliquerons comment devenir un témoin actif sur les réseaux sociaux ou lors de party où il y a de la consommation. Nous allons expliquer, mais c'est quoi ça être un témoin actif ? Ça implique quoi ? Pour que cessent les agressions sexuelles, soyons solidaires et devenons des acteurs de changements.

ATELIER # 3

C3 - TRAVAIL DE RUE ET CONSOMMATION : UTILISE TA TÊTE !

ARRIMAGE JEUNESSE : BENOÎT LALLEMAND

L'INTERLOCAL DE JEUNES : CHARLES ALLEN-BÉDARD

Benoit et Charles sont là pour présenter une activité de feu. Rien à voir avec un PowerPoint et un présentateur qui parle en avant (OUACHE!). Une activité super interactive sur la consommation que tu ne veux pas manquer! Les thèmes abordés sont : la consommation d'alcool et de drogues. Au plaisir de vous rencontrer !!!



ATELIER # 4



C4 - PRÉVENTION DE L'USAGE DE SUBSTANCES ET DIMINUER SES RISQUES

GRIP : MAÏTÉ FOURNEL

Au cours de cet atelier, différents concepts en lien avec les drogues seront abordés tel que la loi de l'effet, les sources d'information, les principales catégories de substances et les lois concernant leur usage. Le tout sera présenté dans un angle de prévention de l'usage de substance et des risques.

BLOC D

ATELIER # 1

D1 - LA JUSTICE, LES LOIS ET TES DROITS

DIRECTEUR DES POURSUITES CRIMINELLES ET PÉNALES :
MÉLANIE FRANCE TOURIGNY

Lors de cet atelier, vous serez plongés dans la légalité qui entoure les adolescents. Vous en apprendrez davantage sur les lois liées à la jeunesse, le casier judiciaire et les impacts qu'il peut avoir dans votre vie. La procureure vous parlera d'agressions sexuelles et de comment se comporter. Vous pourrez aussi avoir un topo régional des types d'actes criminels commis le plus fréquemment par les jeunes de l'Abitibi-Témiscamingue.



Directeur
des poursuites
criminelles et pénales
Québec 

ATELIER # 2



cqts 

D2 - LES PRODUITS DE VAPOTAGE, TOUT CE QU'IL FAUT SAVOIR

CONSEIL QUÉBÉCOIS SUR LE TABAC ET LA SANTÉ : SOUNDIATA KONATÉ ET AMÉLIE BRISSON

Les produits de vapotage connaissent une constante évolution au Québec rendant la situation de plus en plus préoccupante. La région de l'Abitibi-Témiscamingue n'y échappe pas. Vous en apprendrez davantage sur les risques pour la santé, les contextes d'utilisation mais également la loi et son application.

ATELIER # 3

D3 - BIENS DE CONSOMMATION : MES CHOIX, MES INFLUENCES

CARREFOUR DE ROUYN-NORANDA :
STÉPHANE GÉLINAS

Cet atelier te permettra de comprendre les influences de la société (publicités, vêtements de marque, etc.) et ce qui incite les jeunes à les acheter.

Tu pourras alors mieux comprendre les choix que tu fais.



ATELIER #4

D4 - IMPROVISONNS DES SOLUTIONS!

COALITION D'AIDE À LA DIVERSITÉ SEXUELLE DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE : ZOÉ GAGNON ET JULIE FORTIER

La Coalition d'aide à la diversité sexuelle de l'Abitibi-Témiscamingue vous présente un atelier d'improvisation et de jeux théâtraux à thématique d'intimidation. Venez développer votre affirmation de soi et vos habiletés de communication pour réagir efficacement contre l'intimidation! Mises en situation, exercices de scène, plaisir, rires et apprentissages sont au rendez-vous! Inscrivez-vous!



CONFÉRENCE DE FERMETURE



LA RÉDUCTION DES MÉFAITS : À QUOI ÇA RESSEMBLE ET COMMENT ÇA FONCTIONNE?

GRIP : PAMELA BINETTE ET MAÏTÉ FOURNEL

Pamela et Maïté, coordonnatrices et formatrices au GRIP vous présenterons une introduction à l'approche de réduction des méfaits, dans le but de vous familiariser avec cette approche et de favoriser une compréhension des valeurs et concepts de base qui la soutienne.