

USAGE  
INTERNE

# DESCRIPTION DES SERVICES ET DES PROGRAMMES



02/04/2019

Tirées du Plan de communication,  
Centre d'intervention familiale Le Transit,  
chapitre 2, Pour l'amélioration des communications,  
point 2, Uniformiser et clarifier les messages.

## MISE À JOUR DES SERVICES ET PROGRAMMES



Centre d'intervention familiale Le Transit, 2469 rue Saint-Dominique, Saguenay (Québec) G7X 7K4.  
Téléphone : 418 695 2780      Télécopieur : 418 698 1458      Courriel : info@ciflettransit.org

**WEB : [www.ciflettransit.org](http://www.ciflettransit.org)**

---

Plan de communication

*Extrait du plan de communication (description des services et programmes)*

**2.1.1 Service jeune**

Regrouper des jeunes au Centre d'intervention familiale Le Transit pour leur permettre l'acquisition de nouvelles compétences, qui favoriseront un développement plus harmonieux et amèneront à comprendre positivement leurs différents contextes de vie : famille, école et société. Il s'agit de programmes de prévention sous forme de rencontres en petit groupe, d'une durée variable de 6 à 11 semaines, à raison d'une intervention par semaine. Ils s'adressent à une clientèle âgée de 6 à 23 ans et visent au développement d'habiletés sociales diverses. Certains programmes peuvent être offerts selon une approche individualisée.

**2.1.2 Service famille**

Regrouper les membres de la famille au Centre d'intervention familiale Le Transit afin de les aider à développer des outils communs pour faire face aux défis de la vie contemporaine. Il s'agit de programmes de prévention d'une durée variable de 4 à 9 semaines, à raison d'une intervention par semaine. Certains programmes peuvent être offerts selon une approche individualisée.

**2.1.3 Service parent**

Regrouper les parents au Centre d'intervention familiale Le Transit pour leur permettre de communiquer entre eux, élargir leurs compétences parentales et développer un réseau d'entraide mutuel. Il s'agit de programmes de prévention ou d'entraide d'une durée variable de 7 à 9 semaines en petit groupe, à raison d'une intervention par semaine, ou aussi longtemps que le besoin perdure comme avec le Groupe d'entraide et de support. Certains programmes peuvent être offerts selon une approche individualisée.

---

## Plan de communication

### 2.1.4 Service communautaire

Rejoindre par un service de communication écrite (courrier des enfants), soit le Courrier Le Confident-ciel, en partenariat avec des écoles de Jonquière les étudiants du niveau primaire à des fins de prévention. Informer par le biais de capsules d'information et de sensibilisation les parents à propos d'enjeux modernes. Ce volet consiste à développer et à offrir des capsules thématiques à l'intention des parents dont les enfants sont âgés entre 6 et 11 ans et ceux dont les jeunes sont âgés de 12 à 17 ans. Café-rencontres, mini conférences et feuillet informatif représentent ces capsules qui ont pour objectif d'informer et de sensibiliser les parents quant à diverses préoccupations et sujets de pointe.

## 2.2 Caractéristiques des offres de services (programmes)

### 2.2.1 Service jeune

#### 2.2.1.1 Gestion de la colère

Ce programme de prévention permet aux jeunes de prendre conscience de leurs comportements inappropriés, de leur mauvaise gestion de la colère et des impacts sur eux et sur les autres. Ils développent des stratégies de gestion des émotions, de la colère et de conflits. Pendant 9 à 11 semaines, selon le besoin, et à raison d'une intervention par semaine en soirée (heures variables), les jeunes âgés entre 12 et 17 ans cheminent en petit groupe ou en individuel.

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Intervenir à court terme afin d'éviter que les jeunes adoptent et perpétuent des comportements violents, qui pourraient entraîner un dysfonctionnement dans les relations familiales et sociales ;*
- ✓ *Contrôler la colère et augmenter le seuil de tolérance ;*
- ✓ *Diminuer cette envie de frapper ou de briser des choses ;*
- ✓ *Comprendre ce qui arrive ;*
- ✓ *Trouver des moyens pour que ça change ;*
- ✓ *Prévenir ou éviter que l'adolescent adopte le processus du cycle de la violence à l'âge adulte.*

---

## Plan de communication

### 2.2.1.2 Estime de soi

Ce programme de prévention permet aux adolescents et aux adolescentes de prendre conscience de leurs forces et des points à améliorer. Ils et elles acquièrent les outils dont ils ont besoin pour avoir une image positive d'eux. Pendant 8 semaines à raison d'une intervention par semaine en soirée (heures variables), les jeunes âgés entre 11 et 17 ans cheminent de préférence en petit groupe ou en individuel.

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Développer chez l'adolescent ou l'adolescente le désir de faire des changements afin d'augmenter son estime de soi ;*
- ✓ *Leur apprendre à s'affirmer positivement ;*
- ✓ *Faire en sorte qu'ils reconnaissent leurs qualités ;*
- ✓ *Qu'ils et elles apprennent à se respecter et à se faire respecter.*

### 2.2.1.3 Estime de soi « Oiseau moqueur »

Ce programme de prévention permet aux jeunes, à partir du conte « Le vieil arbre et l'oiseau », d'associer ce qu'ils vivent et ressentent au vécu de l'oiseau moqueur. Exercices, dessins et techniques d'impact sont aussi utilisés comme outils de prévention en lien avec l'estime de soi. Pendant 7 semaines à raison d'une intervention par semaine en soirée (heures variables), les jeunes âgés entre 7 à 10 ans cheminent en petit groupe.

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Renforcer la confiance et l'estime de soi ;*
- ✓ *Découvrir ses forces et ses points à améliorer ;*
- ✓ *Reconnaître l'aide autour de soi.*

---

## Plan de communication

### 2.2.1.4 Gestion des comportements

Ce programme de prévention permet aux jeunes d'apprendre à mieux contrôler leurs comportements. Ils prennent conscience que ce qu'ils font afin de répondre à leurs besoins ne donnent pas nécessairement ce qu'ils veulent obtenir et entraînent des conséquences négatives. Ils apprennent au moyen de stratégies à adopter de nouveaux comportements qui apportent du positif. Pendant 6 semaines à raison d'une intervention par semaine en soirée (heures variables), les jeunes âgés entre 12 et 17 ans cheminent en petit groupe ou en individuel.

#### Les objectifs sont :

- ✓ *Faire des choix qui seront positifs pour le jeune et les autres (jeunes, parents et familles) ;*
- ✓ *Amener le jeune à poser des gestes efficaces dans les milieux qu'il fréquente ;*
- ✓ *Acquérir de nouvelles habiletés afin de mieux gérer ses comportements.*

### 2.2.1.5 Prévention de la toxicomanie

Ce programme de prévention permet à un jeune une réflexion sur sa consommation. Il fait appel à différentes méthodes pour le sensibiliser au risque d'une consommation abusive et propose des stratégies de changement. La durée du programme est variable selon la réalité du jeune consommateur âgé entre 12 et 18 ans.

#### Les objectifs sont :

- ✓ *Connaître le profil de consommation ;*
- ✓ *Être en mesure d'évaluer les impacts négatifs de la consommation afin de susciter un désir de changement ;*
- ✓ *Augmenter les connaissances du jeune sur les différents types de psychotropes et les effets sur sa santé ;*
- ✓ *Donner au jeune des stratégies qu'il utilisera pour faire face aux différentes situations.*

### **2.2.1.6 Harcèlement et intimidation**

Ce programme de prévention s'adresse à tous ceux et à toutes celles qui vivent le phénomène du harcèlement et de l'intimidation, que ce soit au plan scolaire ou social. Comme il est vital de cibler les personnes qui utilisent cette violence autant que ceux qui la subissent, deux versions existent du programme, selon que le jeune fait ou subit l'intimidation.

#### **Les objectifs sont :**

##### Pour la victime

- ✓ *Recommencer à vivre sans peur ;*
- ✓ *Sortir de l'isolement ;*
- ✓ *Retrouver sa concentration à l'école ;*
- ✓ *Régler une fois pour toute la souffrance causée par l'intimidation et le harcèlement.*

##### Pour l'intimidateur

- ✓ *Sortir du cercle du harcèlement ;*
- ✓ *Trouver des alternatives à la violence ;*
- ✓ *Faire cesser les problèmes avec les autorités.*

### **2.2.1.7 Habiletés sociales**

Ce programme de prévention permet aux jeunes de 7 à 11 ans de prendre conscience de leurs propres habiletés, celles qu'ils maîtrisent et celles qui sont pour eux un défi. Jeux, histoires et activités réflexives et dessins sont aussi au rendez-vous. D'une durée de 6 semaines, à raison d'une rencontre de groupe par semaine.

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Développement d'habiletés sociales et de communication ;*
- ✓ *Développer la compréhension du rôle du parent*
- ✓ *Développer la connaissance de soi (forces – faiblesses)*
- ✓ *Gestion des émotions*

---

## Plan de communication

### 2.2.2 Service famille

#### 2.2.2.1 Communication familiale (ce service est présentement suspendu)

Ce programme de prévention permet aux membres d'une famille de rétablir une saine communication familiale. Pendant 4 semaines, à raison d'une intervention par semaine, la famille chemine dans son acquisition de connaissances et d'habiletés.

##### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Reconnaître les états de tension interne ;*
- ✓ *Donner des notions de base en communication ;*
- ✓ *Prendre conscience de la qualité des messages et de l'écoute ;*
- ✓ *Apprendre à nommer ses sentiments de manière pacifique ;*
- ✓ *Apprendre à résoudre les conflits.*

#### 2.2.2.2 Trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité, TDAH 8 à 12 ANS

Ce programme de prévention vient en aide à tous les membres d'une famille au prise avec des difficultés en lien avec le déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Il s'adresse aux jeunes âgés entre 8 et 12 ans de niveau primaire et leurs parents. Il y a 6 interventions de prévues pour le jeune et 9 interventions pour ses parents, à raison d'une rencontre par semaine en soirée (heures variables).

##### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Décoder le TDAH ;*
- ✓ *Outiller et soutenir le ou les parents dans leur rôle d'accompagnateur ;*



---

## Plan de communication

- ✓ *Enseigner des stratégies d'autocontrôle aux jeunes.*

### **2.2.2.3 Trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité, TDAH ado**

Ce programme de prévention vient en aide à tous les membres d'une famille au prise avec des difficultés en lien avec le déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Il s'adresse aux adolescentes et aux adolescents âgés entre 12 et 18 ans de niveau secondaire et leurs parents. Il y a 6 interventions de prévues pour le jeune et 9 interventions pour ses parents, à raison d'une rencontre par semaine en soirée (heures variables).

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Décoder le TDAH ;*
- ✓ *Outiller et soutenir le ou les parents dans leur rôle d'accompagnateur ;*
- ✓ *Enseigner des stratégies d'autocontrôle aux jeunes.*

### **2.2.3 Service parent**

#### **2.2.3.1 Groupe d'entraide et de support (ce service est présentement suspendu)**

Ce groupe vise à réintroduire dans la famille un fonctionnement qui soit tolérable pour les parents. Les parents participent à environ 20 rencontres à raison d'une intervention par semaine. Cependant, les parents peuvent venir aussi longtemps qu'ils en ressentent le besoin, ou revenir dès qu'ils le désirent. L'approche privilégiée en est une d'entraide et de support.

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Briser le manque de communication ;*
- ✓ *Développer des attitudes préventives et de support auprès des parents ;*

---

## Plan de communication

- ✓ *Habiliter les parents à responsabiliser leur jeune ;*
- ✓ *Redonner confiance aux parents dans leurs compétences.*

### **2.2.3.2 Parents d'Ado... une traversée**

Ce programme éducatif se compose de 9 interventions en raison d'une par semaine en soirée (heures variables). Le programme vise à soutenir les parents dans leur rôle, tout en offrant de reconnaître leurs compétences et à trouver du plaisir à être un parent. L'intervenant du Centre d'intervention familiale Le Transit propose 3 volets : le vécu du parent, l'entraide entre les parents et la diffusion d'information utile pour eux. Le programme est conçu pour les parents de jeunes âgés entre 11 et 16 ans.

#### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Soutenir les parents dans leur rôle d'éducateurs en tenant compte de leur réalité familiale ;*
- ✓ *Permettre d'accroître la confiance dans leurs compétences parentales ;*
- ✓ *Offrir des outils pour le maintien d'une saine communication et pour l'application de règles de vie familiale.*

### **2.2.3.3 Entraînement aux habiletés parentales**

*« Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent » (Adele Faber et Elaine Mazlish)*

L'équipe d'intervention du Centre ainsi que quelques collaborateurs ont été formé en 2010 par Mme Francine Lavergne, psychothérapeute et formatrice afin d'animer l'atelier *«Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent»*. A la suite de cette formation et en tenant compte de notre processus de planification stratégique qui ciblait comme priorité de rejoindre davantage les parents des enfants âgées de 6 à 11 ans, nous avons décidé de développer cette approche ou plutôt cette philosophie au sein de notre organisme.

Le programme Entraînement aux habiletés parentales *« Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent »* est une formation d'une durée de 7 semaines à raison d'une

---

## Plan de communication

intervention de groupe par semaine en soirée (heures variables). L'intervention dure 2 heures par rencontre. Ce programme a pour but de fournir aux parents des méthodes de communication pratiques et efficaces tout en leur permettant d'échanger et de valider leur vécu quotidien. Ainsi, les parents apprennent :

- ✓ *Comment réagir devant les sentiments négatifs de leurs enfants ;*
- ✓ *Comment susciter chez leurs enfants le goût de coopérer ;*
- ✓ *Comment aider leurs enfants à développer une image de soi positive et réaliste ;*
- ✓ *Comment cultiver un climat d'amour et de respect dans leur foyer ;*
- ✓ *Comment résoudre les conflits de façon pacifique.*

Pour ce faire, les 6 thèmes abordés sont les suivants :

- Aider les enfants aux prises avec des sentiments pénibles ;
- Susciter la coopération ;
- Remplacer la punition ;
- Encourager l'autonomie ;
- L'art de faire des compliments ;
- Dégager les enfants des rôles qu'ils jouent et qui les empêchent de s'épanouir.

### **Autres activités :**

- **Guidance parentale** (3 à 4 rencontres individuelles en lien avec des thématiques précises reliés au rôle parental / ex : les conséquences, la recomposition familiale, etc)
- **Cafés-rencontre/causerie (voir volet information et sensibilisation)**

### **2.2.4 Service communautaire**

#### **2.2.4.1 Courrier des enfants – Le Confident-ciel (service suspendu à compter de l'automne 2017 – faute de financement)**

Le service du *Courrier des enfants* Le Confident-ciel se veut préventif et s'adresse aux jeunes étudiants et étudiantes de niveau primaire. Développé en partenariat entre le Centre d'intervention

---

## Plan de communication

familiale Le Transit et des écoles primaires du secteur Jonquière, les étudiants (es) peuvent désormais écrire de manière sécuritaire et anonyme à une équipe d'intervenants et de bénévoles. Le *Courrier le Confident-ciel* favorise donc la communication par le biais de lettres déposées dans une boîte située bien en vue à l'entrée des écoles participantes. Le jeune partage alors ses dessins, ses questionnements, ses difficultés, ses joies ou ses peines. Lorsqu'il reçoit sa lettre de réponse, le jeune montre celle-ci à ses parents, ce qui favorise un échange entre eux.

### **Les objectifs sont :**

- ✓ *Offrir un lieu d'écoute et de parole aux enfants ;*
- ✓ *Amener l'enfant à utiliser les ressources de son milieu (famille, école ou autres) ;*
- ✓ *Offrir la possibilité à l'enfant de s'exprimer librement ;*
- ✓ *Valoriser la communication parents-enfant ;*
- ✓ *Sensibiliser les enfants à l'utilisation et à l'importance de la communication écrite ;*
- ✓ *Favoriser les liens familiaux importants pour le développement de l'enfant ;*
- ✓ *Offrir la possibilité à l'enfant de créer un lien de confiance avec un adulte.*
- ✓ *Créer de l'espoir ;*
- ✓ *Soutenir l'enfant dans ses démarches et ses projets ;*
- ✓ *Chercher des solutions avec l'enfant.*

### **2.2.4.2 Volet information et sensibilisation**

Ce volet consiste à développer et offrir des capsules thématiques (*café-rencontres et/ou conférences*) à l'intention des *parents dont les enfants sont âgés entre 6 et 11 ans et ceux dont les jeunes sont âgés de 12 à 17 ans*. Ces capsules ont pour objectif d'informer et sensibiliser les parents quant à diverses préoccupations, sujets de pointe. Elles sont offertes dans le cadre des activités de notre milieu de vie sous forme de café-causerie et dans la communauté (milieu scolaire et communautaire) sous forme d'ateliers interactifs ou de conférences avec période d'échanges.

L'identification des thématiques se fait en tenant compte des besoins du milieu. La validation des thématiques retenues pour l'élaboration de ces capsules se fait avec la participation d'un comité de parents issu des membres de notre organisme et impliqué dans l'organisation de la programmation de notre milieu de vie.