



***Document d'information
2021-2022***

Service jeunes

Service ados et jeunes adultes

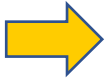
Service parents

Service famille

Service communautaire

EXTRAIT DE NOTRE SITE INTERNET

[HTTPS://CIFLETRANSIT.ORG/](https://CIFLETRANSIT.ORG/)



SERVICE JEUNES

Regrouper des jeunes 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. Nous offrons une programmation de **journées thématiques** lors des congés pédagogiques scolaires. Ces journées s'adressent à une clientèle âgée de 6 à 11 ans et visent le développement de l'estime de soi et de compétences sociales diverses.



NOS SERVICES

Journée l'Envol / compétences sociales et estime de soi

Journée l'Envol - Groupe 6-8 ans

Journée l'Envol - Groupe 9-11 ans

Vous pouvez consulter le calendrier des journées offertes sous l'onglet "**Le Centre / Programmation**"

*Veillez noter que des services jeunes sont également offerts en milieu scolaire (Programme POP et le courrier **Le Confident-ciel**), vous pouvez les consulter en suivant **ce lien***



SERVICE ADOS ET JEUNES ADULTES

- Avoir une meilleure connaissance de soi;
- Améliorer ou développer leurs habiletés de communication;
- Développer des compétences pour faire face aux défis de la vie;
- Gérer davantage leurs émotions, leur colère;
- Faire une réflexion axée sur leurs habitudes de consommation de drogue, d'alcool et leur utilisation d'internet (12-17 ans seulement pour ce volet);
- Développer une saine gestion des expériences de plaisir;
- Développer de saines habitudes de vie.



NOS SERVICES

Certains ateliers et accompagnements peuvent être offerts en groupe, par exemple en collaboration avec une Maison de jeunes, ou de façon individualisée dans notre milieu de vie. Voici les thématiques que nous offrons :

Ados 12-17 ans

- Estime de soi
- Gestion de la colère
- Gestion des comportements et la notion de choix
- Harcèlement et intimidation
- Prévention des dépendances (cette thématique est offerte de façon individualisée; l'offre d'ateliers de groupe fait l'objet d'une démarche de réflexion et de révision, offre de service écoles/communauté)

Jeunes adultes 18-23 ans

Possibilité de suivi et accompagnement selon les thèmes des ateliers ados en excluant le volet prévention des dépendances.



SERVICE PARENTS

Pour les **pères** et les **mères**, qui ont besoin de ventiler face au quotidien, de faire le point sur ce qui affecte leur climat familial, d'être soutenus et accompagnés, d'avoir des outils pour encadrer leurs jeunes, de parler de leurs questionnements face à leur adolescent ou leur jeune adulte, de ce qu'il vit, de leurs inquiétudes face à ses comportements, sa consommation d'alcool ou de drogues ou son utilisation d'internet. Notre équipe est là pour les accompagner et les soutenir dans leur **rôle parental** et **leur**

cheminement. Au besoin, selon leur situation, nous les référerons aux ressources qui leur sont nécessaires tout en les accompagnant. Nous visons à regrouper les parents afin de vous 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 4 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. Afin de s'ajuster à leur réalité familiale, nos programmes peuvent également être offerts selon une approche individualisée.



NOS SERVICES

Accueil, écoute, accompagnement et référencement familiaux (parents de jeunes âgés de 6 à 23 ans)

Rencontre pour connaître leurs besoins et orientation vers nos services ou accompagnement vers les ressources appropriées de la communauté (sécurité alimentaire, budget, suivi psychologique, etc)

« Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent » (Adele Faber et Elaine Mazlish) (parents de jeunes âgés de 6 à 11 ans)

Ce **programme** de 7 rencontres 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.

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

- Aider les enfants aux prises avec leurs sentiments;
- 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.

S'informer pour mieux agir (parents de jeunes âgés de 11 à 16 ans)

Ce **programme** de 4 rencontres s'adresse aux parents qui s'inquiètent de la consommation d'alcool et/ou de drogues de leur adolescent.

Ce programme est construit autour de trois objectifs.

- Amener le parent à prendre conscience de sa réalité et des enjeux qui l'entourent;
- Informer le parent sur les différentes facettes de la consommation à l'adolescence (substances, conséquences positives et négatives, ...);
- Outiller le parent à agir auprès de son adolescent.

Parents d'Ado... une traversée (programme de groupe suspendu temporairement, approche individualisée)

Ce **programme éducatif** de 9 rencontres vise à soutenir les parents dans leur rôle, tout en offrant de reconnaître leurs compétences et trouver du plaisir à être un parent. Nous vous proposons 3 volets : votre vécu de parent, l'entraide entre les parents et la diffusion d'informations utiles. Le programme est conçu pour les parents de jeunes âgés entre 11 et 16 ans.

Groupe d'entraide et de support (selon la demande)

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.

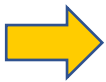
Les Paternisés

Comité composé de papas qui a comme objectif de planifier et de structurer des activités pères/enfants ou seulement pères afin de briser l'isolement, de socialiser et de vivre des expériences agréables entre eux. Le comité permet de réfléchir ensemble sur leurs besoins en tant que

pères et faire bouger les choses ! Vous pouvez consulter leur [page Facebook](#).

Autres activités ;

- **Guidance parentale** (3 à 4 rencontres individuelles en lien avec des thématiques précises reliées au rôle parental / ex : les conséquences, la recomposition familiale, accompagner mon jeune dans ses études, etc);
- **Café expression** : programmation de rencontres thématiques (voir la section [écoles - communauté](#) / volet information et sensibilisation); (activités suspendue pendant la pandémie);
- **Café des pères;**



SERVICE FAMILLE

Regrouper les membres de la famille afin de les aider à développer des outils communs pour faire face aux défis de la vie contemporaine.



NOS SERVICES

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

Service d'avril 2021 à décembre 2021 / Programme du CIF Le Transit / 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 8 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*

Services de janvier 2022 à mars 2022 : Les Ateliers Réalité TDAH sont

offerts par nos intervenantes dans le cadre d'une entente avec

l'Association PANDA Saguenay Lac St-Jean.

Sous forme de "coaching", il s'agit d'une série de huit ateliers pour les parents et les enfants vivant avec le TDAH. Les ateliers favorisent la compréhension commune du TDAH (parents et enfants) et prédisposent les participants à développer des nouvelles compétences et habiletés pour apprendre à faire face.

Plusieurs organismes mandataires assurent la diffusion des ateliers parents/enfants dans la région, pour le secteur Jonquière, c'est le CIF Le Transit.



SERVICE COMMUNAUTAIRE

- Rejoindre par un service de communication écrite (courrier des enfants), soit le ***courrier Le Confident-ciel***, des étudiants du niveau primaire du **Centre de services scolaire De La Jonquière** à des fins de prévention;
- Rejoindre les parents des étudiants du niveau primaire par un service d'infolettre électronique, soit ***l'Info-Parents***;
- Rejoindre les étudiants de 6^{ième} année niveau primaire du Centre de services scolaire De La Jonquière par le biais d'un ***programme éducatif*** à des fins de prévention;
- Rejoindre les étudiants de niveau secondaire du territoire de Jonquière par le biais de diverses ***activités de prévention***;
- Informer par le biais de ***capsules d'information et de sensibilisation*** les jeunes et les parents à propos d'enjeux modernes;
- Soutenir différents programmes de formation du domaine social et de l'éducation en accueillant des stagiaires, en offrant des ateliers de sensibilisation à l'intervention auprès des familles;



NOS SERVICES

Courrier des enfants – Le Confident-ciel (milieu scolaire)

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 familiale Le Transit et des écoles primaires du secteur Jonquière, les étudiants (es) peuvent 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 peut montrer celle-ci à ses parents, ce qui favorise un échange entre eux.

Info-Parents (milieu scolaire)

L'infolettre électronique est distribuée aux parents des écoles primaires du **Centre de services scolaire De La Jonquière** et se veut, sur un ton humoristique, une référence sur la parentalité d'aujourd'hui. Être parent amène son lot de défis, parfois il faut en parler, d'autre fois, vaut mieux en rire. L'***info-Parents*** est publié mensuellement. Il est à noter que les écoles doivent s'inscrire auprès de notre organisme pour bénéficier de cette distribution. **Inscription / en ligne ou en **communiquant directement**** avec nous.

Programme POP (promouvoir - outiller - prévenir) (milieu scolaire - niveau primaire)

Le **Programme POP** signifie:

- Promouvoir les saines habitudes de vie;
- Outiller les jeunes à faire face aux défis de l'adolescence;
- Prévenir des habitudes pouvant engendrer des dépendances.

Public cible: 6^{ième} année du primaire - Centre de services scolaire de La Jonquière

Le Programme POP priorise une approche globale en prévention, en tenant compte de la réalité des jeunes. Les ateliers favorisent l'adoption de saines habitudes de vie et ont pour objectif le développement de compétences personnelles et sociales chez les jeunes de 6e année du primaire.

La programmation est constituée de 4 rencontres portant sur les thématiques suivantes: les émotions, le stress et l'anxiété, les influences et la pression et la prise de décision. Ces ateliers visent à outiller les jeunes afin qu'ils soient en mesure de faire face aux différentes situations vécues dans leur quotidien.

Pour les besoins de ces ateliers, les élèves se verront remettre un cahier d'activités qu'ils pourront conserver et qui leur servira tout au long du programme.

Il est à noter que les écoles doivent s'inscrire auprès de notre organisme pour bénéficier de ce service. Inscription / **en ligne** ou en **communiquant directement** avec nous.

Prévention des dépendances (milieu scolaire - niveau secondaire)

Dans le cadre du projet de prévention des dépendances et de l'usage à risque de substances auprès des jeunes du secondaire pour lequel le ministère de la Santé et des services sociaux (MSSS) a injecté des fonds, le Centre d'intervention familiale Le Transit a été ciblé par la Direction de la santé publique du Saguenay Lac St-Jean pour déployer des actions de prévention dans les écoles secondaires de notre territoire (Jonquière)

Pour ce faire, le principal mandat de notre organisme, en tant que partie prenante de ce projet, est de répondre aux besoins des établissements d'enseignement secondaire en matière de prévention universelle. Nous offrons des activités dont les objectifs sont de promouvoir la santé et le bien-être, ainsi que de prévenir différents problèmes des adolescents en milieu scolaire, tout en s'inscrivant dans l'approche École en santé.

À la suite de l'acquisition d'une licence d'exploitation du programme de prévention **Dévelop'Action** de l'organisme Action Toxicomanie, une programmation sera déployée sur le territoire de Jonquière.

Information et sensibilisation (milieu scolaire et communauté)

Ce service consiste à développer et offrir des **capsules thématiques** à l'intention des *jeunes âgés entre 6 et 11 ans et ceux âgés de 12 à 17 ans ainsi qu'à leurs parents*. Ces capsules ont pour objectif d'**informer et sensibiliser** les jeunes et 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 *kiosques* avec période d'échanges. Quelques exemples de capsules : **les boissons énergisantes, le vapotage, l'hypersexualisation, les écrans** (en construction).

Également dans le cadre des **cafés-expression**, qui s'adressent aux parents, nous accueillons des invités qui viennent échanger sur différents sujets.