

Fiche Conseiller.ère

Programme 10^e année

2022 - 23

C'EST QUOI JLRS ?

C'est un programme qui vise à promouvoir les relations saines et respectueuses auprès des jeunes d'expression française (de la 9^e à la 12^e année).

COMME L'EXIGE LE MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION :

Contenu

- Source d'information sur la santé
- Principes de base pour réagir en cas d'urgence (personnes de confiance disponibles, techniques pour aider à garder son calme)
- Stratégies pour se protéger et protéger les autres contre les abus, l'exploitation et les préjudices, dans divers contextes (parler à un adulte de confiance, éviter les situations potentiellement dangereuses)

Compétences disciplinaires

- Réfléchir aux résultats des objectifs personnels de mode de vie sain et évaluer l'efficacité des stratégies employées
- Proposer des stratégies pour éviter et réagir aux situations dangereuses, abusives ou d'exploitation
- Analyser les stratégies qui favorisent le bien-être mental, pour soi et pour les autres

MISE

Nombre de sessions : 10 ateliers

Durée par session : 60 min

EN

Mise en place : Un.e ou deux intervenant.es jeunesse et/ou accompagner des Jeunes Leaders

OEUVRE

Implantation : au sein du cours de Choix de carrière et vie et/ou éducation physique et santé



PROJET MONARQUE

À la requête des enseignant.e.s ayant fait partie du programme, le projet Monarque offre un moyen d'évaluer les élèves pendant l'année.

Description :

En groupe de 4 à 5, les élèves ont à créer un projet de sensibilisation sur une des thématiques discutée lors des ateliers

Objectif :

- Approfondir ses connaissances sur les thèmes discutés
- Sensibiliser les autres élèves de l'école et/ou de la communauté sur une thématique

[Fiches & critères du projet](#)

Programme 10e année

Objectifs & contenu

Atelier 1 - Inclusion & respect

Objectifs :

- Établir un entente de classe, discuter du respect
- Explorer des techniques de gestion de stress
- Se familiariser avec les concepts de base de l'intersectionnalité
- Introduire les ressources disponibles

Contenu :

- Valeurs du programme
- Définition du stress, signes du stress, techniques de relaxation
- Se familiariser avec les concepts de base de l'intersectionnalité
- Ressources à l'école, à l'extérieur, au programme

Atelier 2 - Limites & communication

Objectifs :

- Explorer les différents types de communication
- Identifier ses limites et comment respecter les limites des autres
- Discussion sur la distinction entre les limites saines et malsaines

Contenu :

- Identifier les limites des autres et les respecter
- Introduction aux différents types de communication
- Application des stratégies de communication en scénarios
- Discussion sur la distinction entre les limites saines et malsaines

Atelier 3 - Émotions & gestion de conflits

Objectifs :

- Identifier ses émotions et apprendre à les gérer dans un conflit
- Mettre en pratique les stratégies de gestion de conflits de manière saine

Contenu :

- Débat en scénario
- Discussion sur les émotions en conflits.
- Comment résoudre les conflits (techniques).
- Discussion sur la normalisation du désaccord.

Atelier 4 - Médias Sociaux

Objectifs :

- Discussion sur les éléments positifs et négatifs des médias sociaux
- Identifier l'influence des médias sociaux sur le comportement
- Déconstruire la présence et l'impact des stéréotypes de genre dans les médias

Contenu :

- Discussion sur les éléments positifs et négatifs des médias sociaux.
- Discussion sur le manque de représentation de personnes vivant avec un handicap ainsi que la représentation problématiques des personnes transgenres.

Atelier 5 - Diversité & intersectionnalité

Objectifs :

- Établir des liens entre la diversité, nos identités, le pouvoir et la discrimination
- Questionner ses propres stéréotypes dans un cadre anti-violence et anti-discrimination.
- Inspirer l'inclusivité dans nos relations interpersonnelles

Contenu :

- Conversation sur les croisements identitaires, concepts de l'intersectionnalité
- Réflexion sur les identités qui nous composent avec la fleur du pouvoir.
- Activité comment combattre les stéréotypes et afin de promouvoir l'inclusion.

Atelier 6 - Santé sexuelle & consentement

Objectifs :

- Explorer le lien entre la santé émotionnelle, mentale et sexuelle
- Identifier les comportements sexuels sains et sécuritaires
- Développer une pensée critique face aux messages transmis dans les médias sur la sexualité

Contenu :

- Apprendre la roue des 6 dimensions de la sexualité
- Conversation sur les dimensions de la sexualité et la base d'une sexualité saine
- Comprendre les nuances du consentement

Atelier 7 - Comprendre le cycle de la violence

Objectifs :

- Explorer les indicateurs associés au cycle de violence
- Approfondir la réflexion sur le cycle de violence
- Outiller les jeunes avec les ressources disponibles pour aider une personne dans une relation violente/malsaine

Contenu :

- Conversation sur le cycle de la violence et les indicateurs associés
- Information sur des ressources disponibles pour aider une personne dans une relation violente / malsaine

Atelier 8 - Casser le cycle de la violence

Objectifs :

- Porter à réflexion sur les racines de la violence fondée sur le genre (pyramide de violence)
- Identifier les différents mécanismes normalisant la violence
- Identifier les lois canadiennes en vigueur contre les agressions sexuelles
- Promouvoir la culture du consentement

Contenu :

- Présentation de la pyramide de la violence et ses différents piliers
- Activité et réflexion sur la masculinité stéréotypée c. saine
- Conclusion sur la culture du consentement

Atelier 9 - Prévenir le cycle de la violence

Objectifs :

- Outiller les jeunes à agir et à prévenir les situations de violence
- Approfondir ses connaissances sur les lois concernant les agressions sexuelles
- Mises en situation quant à la prévention de la violence

Contenu :

- Discussion sur les lois canadiennes concernant les agressions sexuelles
- Réflexion sur les droits dans les relations
- Présentation de différentes ressources
- Jeu de mises en situation quant à la prévention de la violence

Atelier 10 - Jeopardy

Objectifs :

- Faire une conclusion sur les thématiques étudiées ensemble
- Temps de préparation pour les présentations des projets Monarque

Contenu :

- Activité de révision des sujets discutés au courant de l'année (Jeopardy)
- Retour en groupe sur ce qui a été appris

ÉVALUATION ET RECHERCHE

Le processus de recherche

- Évaluation «Avant» et «Après» le programme pour chaque jeune, pour évaluer par comparaison, les connaissances et aptitudes acquises
- Évaluation du bien-être de l'élève durant les ateliers
- Groupe de discussions avec les élèves participants, les Jeunes Leaders, Reicherts & Associates et l'équipe JLRS
- Regroupement régional annuel pour permettre aux jeunes impliqués d'évaluer le programme et de l'adapter au mieux à leurs besoins spécifiques et la réalité de chaque école

Quels sont les résultats attendus du programme ?

- acquièrent de nouvelles connaissances et compétences relatives aux relations saines
- démontrent des changements d'attitude et de comportement concernant les relations saines
- améliorent la qualité de leurs relations interpersonnelles, et des relations de celles et ceux qui les entourent

Le programme JLRS a pour objectif ultime de diminuer la prévalence de la violence dans les relations interpersonnelles dans les quatre écoles impliquées.

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS :



Questions générales : info@jlrs.ca
Claudya Leclerc : projets@jlrs.ca



604-736-6912



[@jeunesleadersrs](https://www.instagram.com/jeunesleadersrs)



www.jlrs.ca



Agence de la santé publique du Canada