

# Événement de réseautage et atelier de perfectionnement professionnel du programme CLIC

.....

## Le stress et les soins tenant compte des traumatismes



## Reconnaissance territoriale

---

En tant qu'association-cadre provinciale, AMSSA reconnaît que la Colombie-Britannique se trouve sur les territoires non cédés des Premières nations qui en assurent l'intendance depuis des temps immémoriaux. Nous admettons que les activités d'AMSSA se déroulent sur les territoires traditionnels non cédés des nations x<sup>w</sup>məθkwəyəm (Musqueam), Skwxwú7mesh (Squamish) et Səlílwətaʔ/Selilwitulh (Tsleil-Waututh), et sommes reconnaissants du privilège que nous avons en tant que colons sur ces terres. En tant qu'organisation, AMSSA s'engage à créer des espaces sûrs où les points de vue des Autochtones peuvent être entendus.

## Remerciements au bailleur de fonds

---

Cette ressource est financée par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). Merci à IRCC pour le financement de cet événement et le soutien apporté.

# À propos de l'événement

AMSSA est ravie d'avoir reçu du financement cette année pour organiser une réunion du programme CLIC comprenant une séance de réseautage et un atelier de perfectionnement professionnel portant sur le stress et les soins tenant compte des traumatismes, ainsi que pour préparer de la documentation sur ces sujets qui a été envoyée avant et après l'atelier. Cette réunion, qui s'est tenue le 31 janvier 2023, a offert aux fournisseurs de services d'établissement financés par IRCC qui offrent des cours du programme CLIC une occasion de se rencontrer et de réseauter. Cette réunion était ouverte aux gestionnaires, aux responsables, aux instructeur·rices, aux assistant·es et autres membres du personnel du programme CLIC. La réunion était également ouverte aux personnes qui offrent des cours de langue informels.

## RÉUNION DU PROGRAMME CLIC – RÉSUMÉ DE L'ACTIVITÉ DE RÉSEAUTAGE

### RÉUSSITES

Pendant la discussion sur les réussites du programme CLIC, les participants et participantes ont reconnu que les élèves et les instructeur·rices sont de plus en plus à l'aise de travailler avec des outils technologiques. L'augmentation des ressources et des services de soutien à la littéracie numérique, ainsi que les divers formats de cours offerts contribuent à rendre les cours encore plus accessibles à la clientèle. En outre, en favorisant les partenariats à l'interne et à l'externe, les fournisseurs de services peuvent accroître leurs connaissances et leur capacité en offrant des ressources et du soutien aux membres de leur personnel et à la clientèle. En mettant à l'avant-plan la diversité, l'équité et l'inclusion, ainsi qu'une reconnaissance accrue des pratiques en matière de santé mentale et d'autosoins, les fournisseurs de services trouvent de nouvelles façons de soutenir leur personnel et la clientèle. Veuillez consulter la section Ressources ci-dessous.

### DOMAINES NÉCESSITANT UN SOUTIEN ACCRU

Au cours de la discussion sur les domaines nécessitant un soutien accru, les participants et participantes ont indiqué qu'ils souhaiteraient qu'il y ait davantage de soutien, de formation et de ressources pour les élèves présentant des troubles du développement et de l'apprentissage, y compris ceux qui ont des problèmes d'audition et de vision. Les participants et participantes ont également discuté des besoins de soutien supplémentaires pour les instructeur·trices, notamment des ressources en matière de référencement et du matériel pédagogique. Plus précisément, ils ont indiqué avoir besoin de ressources sur les façons de mettre en œuvre des pratiques exemplaires et de gérer des classes à plusieurs niveaux. Veuillez consulter la section Ressources ci-dessous.

### STRATÉGIES

Les participants et participantes ont parlé de différentes stratégies pour gérer le temps de travail et le temps libre. Les thèmes récurrents portaient notamment sur la nécessité de bouger et de faire de l'exercice, de prendre volontairement des pauses et de disposer de temps libre en dehors du travail (par exemple, ne pas consulter ses courriels). Parmi les stratégies présentées, on note entre autres la tenue d'un journal, la pleine conscience, l'organisation plus fréquente d'événements de reconnaissance du personnel et la pratique d'une activité enrichissante après le travail. En outre, les participants et participantes ont discuté de l'importance de recevoir de la rétroaction de leurs pairs afin d'assurer l'équilibre, de faire de la santé mentale une priorité et d'encourager les gens à définir leurs limites et à partager des stratégies pour prendre soin de soi.

## Les participants et participantes ont parlé du flux d'information et ont contribué à l'élaboration des stratégies suivantes :

- Répondre aux courriels pendant la journée de travail plutôt que le jour suivant.
- Planifier l'envoi de courriels pendant les heures de travail.
- Utilisez les réponses automatiques.
- Éteindre les notifications.

## RESSOURCES

### Ressources pédagogiques

- Avenue.ca (<https://avenue.ca/>) – modules, matériel pédagogique, évaluations, LearnIT2teach et clavardage en direct.
- Apprendre à utiliser la technologie - MOSAIC (<https://mosaicbc.org/our-resource-type/learn-to-use-technology/>).
- West Coast Reader (<https://thewestcoastreader.com/>) Remarque : abonnement requis.
- Ellii (<https://ellii.com/>) Remarque : abonnement requis; anciennement connu sous le nom d'ESL Library.
- Tutela (<https://tutela.ca/>) – comprend des ressources d'apprentissage hybride du Centre des niveaux de compétence linguistique canadiens (CNCL) – H5P. Remarque : compte gratuit requis.
- Liveworksheets (<https://www.liveworksheets.com/>).
- Teach-This.com (<https://teach-this.com/>).
- Ressources sur les tâches de la vie réelle :
  - Banque de ressources d'évaluation sur des tâches courantes de la vie réelle, Conseil scolaire du district d'Ottawa-Carleton (<https://realworldtasks.ca/>).
  - Modules d'enseignement pour niveaux multiples du CNCL (<https://pblapg.language.ca/part-e-classroom-and-professional-learning/multilevel-modules-2/>).
  - Banque de modules PBLA (<https://www.immigrant-education.ca/resources/teaching-resources>).
- Google Classroom (<https://edu.google.com/workspace-for-education/classroom/>).
- Flip (<https://info.flip.com/>) site Web pratique pour perfectionner les compétences en expression orale de la clientèle et commenter les enregistrements des élèves. Remarque : anciennement connu sous le nom de Flipgrid.
- Formations gratuites sur Office 365 – Microsoft (<https://support.microsoft.com/fr-fr/training>).
- New Directions - Open Learning Centre (<https://www.newdirectionsschool.com/New-Directions-English-School-Services.aspx>) horaire et format des cours flexibles et pratiques pour les apprenants des cours NCLC ayant des difficultés, différents horaires de travail et différentes contraintes familiales.
- Cours en ligne, Dyslexia Canada (<https://www.dyslexiacanada.org/fr/accueil/>).

## RESSOURCES EN SANTÉ MENTALE

- Bow Valley College - Services de bien-être et de santé mentale (<https://bowvalleycollege.ca/student-resources/student-life/counselling/mental-health-training>) – Formations en ligne sur une variété de sujets comme les premiers soins en santé mentale, la prévention du suicide, les pratiques tenant compte des traumatismes, l'usure de compassion et les stratégies pour limiter les traumatismes indirects.
- VAST (Vancouver Association for Survivors of Torture) (<https://www.vastbc.ca/>) Accès à des services de counseling gratuits offerts dans plusieurs langues.
- Laughing Matters! Carol Ann Fried, Freedom Training and Coaching Services (<http://www.freedom.ca/index.php/contact-us> / [http://www.freedom.ca/pdf/new/Laughing\\_Matters.pdf](http://www.freedom.ca/pdf/new/Laughing_Matters.pdf)).

## ATELIER DE PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL LE STRESS ET LES SOINS TENANT COMPTE DES TRAUMATISMES

### BIOGRAPHIE DU CONFÉRENCIER

#### **Rochelle Galeski, monitrice de premiers secours psychologiques**

Rochelle Galeski est monitrice de premiers secours psychologiques à la Croix-Rouge canadienne et possède 15 ans d'expérience auprès de populations vulnérables, notamment des personnes immigrantes et réfugiées, des personnes sans-abri, des familles vivant dans la pauvreté et des adultes incarcérés.

Rochelle est propriétaire de Little Rock Professional Development, qui offre des services de consultation et de facilitation pour la mise en œuvre d'approches tenant compte des traumatismes dans des systèmes et des processus ainsi qu'auprès des personnes. Mettant à profit sa grande expérience dans le domaine des services à la personne ainsi que sa formation en administration des affaires, en ressources humaines et en relations de travail, elle se consacre à l'élaboration de programmes de développement personnel qui assurent des lieux de travail psychologiquement sûrs pour tous, en collaboration avec des districts scolaires publics et privés, des programmes communautaires d'apprentissage pour adultes, des collèges et des universités ainsi que des organismes de service à la communauté et du secteur privé.

### ATELIER

**Cet atelier a pour but d'aider les praticiens et les praticiennes, les moniteurs et les monitrices ainsi que les membres du personnel à se familiariser avec des pratiques de soutien qu'ils et elles peuvent mettre en œuvre dans leur travail.**

Le stress et les traumatismes n'affectent pas seulement les personnes qui en souffrent. Ils ont une incidence sur la façon dont une personne interagit avec les autres dans sa vie personnelle, avec ses collègues, la clientèle et les élèves, en classe et, plus largement, dans sa communauté.

Les participantes et participants se sont penchés sur les relations et la collaboration au sein de la communauté, notamment sur les facteurs qui empêchent de créer de nouveaux traumatismes et d'accroître le stress. Ils et elles ont exploré l'étendue et la portée des répercussions des traumatismes en se familiarisant avec les cinq principes fondamentaux d'une pratique tenant compte des traumatismes. Cet atelier a aidé les participants et les participantes

à améliorer leur compréhension de la façon dont le stress et les traumatismes peuvent avoir une incidence sur leur capacité à demander de l'aide et à bâtir des relations de confiance. Ils et elles ont découvert l'importance d'être en connexion avec soi-même afin de réduire leur propre stress ou d'éviter d'être traumatisés eux-mêmes et de traumatiser les personnes qu'ils aident.

### VIDÉO ET PRÉSENTATION PPT PRÉATELIER

- Video : <https://youtu.be/KsZkz1H2mxo>
- PPT - Anglais : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Pre-WorkshopPresentation\\_EN-1.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Pre-WorkshopPresentation_EN-1.pdf)
- PPT - Français : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Pre-WorkshopPresentation\\_FR-1.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Pre-WorkshopPresentation_FR-1.pdf)

### ENREGISTREMENT DE L'ATELIER, CAHIER D'ACTIVITÉS ET PRÉSENTATION PPT

#### Enregistrement :

- Anglais : <https://youtu.be/vZnr3cX55K4>
- Français : <https://youtu.be/OGngHWvt5tM>

#### Cahier d'activités :

- Anglais : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-and-Trauma-Informed-Care\\_workbook\\_AMSSA\\_EN.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-and-Trauma-Informed-Care_workbook_AMSSA_EN.pdf)
- Français : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-and-Trauma-Informed-Care\\_workbook\\_AMSSA\\_FR.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-and-Trauma-Informed-Care_workbook_AMSSA_FR.pdf)
- Présentation PPT - Anglais et Français : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/LINC-Program-Networking-Event-PD-Workshop\\_AMSSA\\_EN-FR\\_FINAL.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/LINC-Program-Networking-Event-PD-Workshop_AMSSA_EN-FR_FINAL.pdf)

### DOCUMENTATION ET RESSOURCES POST-ATELIER

- Cahier d'activités en anglais : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-Trauma-Informed-Care-AMSSA-Post-Workshop-Resources-and-Materials\\_EN.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-Trauma-Informed-Care-AMSSA-Post-Workshop-Resources-and-Materials_EN.pdf)
- Cahier d'activités en français : [https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-Trauma-Informed-Care-AMSSA-Post-Workshop-Resources-and-Materials\\_FR.pdf](https://www.amssa.org/wp-content/uploads/2023/03/Stress-Trauma-Informed-Care-AMSSA-Post-Workshop-Resources-and-Materials_FR.pdf)

# À propos d'AMSSA

AMSSA est une association provinciale unique qui soutient plus de 80 organismes membres ainsi que des centaines d'organismes d'intervenants communautaires qui œuvrent auprès des immigrants et des nouveaux arrivants, et qui bâtissent des communautés culturellement inclusives en leur fournissant les connaissances, les ressources et le soutien dont elles ont besoin pour remplir leur mandat.

## NOTRE VISION

Une société juste et équitable dans laquelle tout le monde bénéficie de l'inclusion sociale et économique.

## NOTRE MISSION

AMSSA favorise le leadership de collaboration, l'échange de connaissances et la mobilisation des intervenants afin d'aider les organismes membres qui œuvrent auprès des immigrants et bâtissent des communautés culturellement inclusives.

## NOTRE RAISON D'ÊTRE

AMSSA vise à jeter conjointement les bases de la réussite de ses membres, de sorte qu'ils puissent améliorer la vie des immigrants et des nouveaux arrivants en Colombie-Britannique.

Le plan stratégique 2020-2025 d'AMSSA est une stratégie axée sur les résultats qui repose sur quatre piliers :

- 1 **SOUTENIR NOS MEMBRES**
- 2 **RENFORCER LE SECTEUR**
- 3 **PERTURBER LES SYSTÈMES**
- 4 **EXCELLER EN TANT QU'ORGANISATION**

## Suivre AMSSA

Aimez notre page Facebook

Suivez-nous sur Twitter @amssabc

Suivez-nous sur LinkedIn

## NOS VALEURS

**L'ÉQUITÉ** et nous efforçons d'être un catalyseur du changement afin de rompre les systèmes qui favorisent l'injustice raciale et sociale.

**L'INCLUSIVITÉ** et travaillons avec nos membres et nos intervenants pour donner de l'influence aux voix marginalisées et créer un espace pour tous les points de vue.

**L'INTÉGRITÉ**, en nous efforçant de toujours travailler selon les normes les plus élevées, en encourageant l'innovation, la prise de risques et le pouvoir d'influence; nous sommes toujours ouverts aux nouvelles idées et nous sommes conscients de notre obligation de rendre compte de notre travail.

**LA DIVERSITÉ**, en reconnaissant nos propres préjugés et en engageant les membres et les intervenants de manière significative pour favoriser l'inclusion de toutes les voix et de tous les points de vue.

**LE RESPECT MUTUEL** en respectant ce que chacun et chacune a à offrir à partir de son propre contexte d'expériences de vie, en ouvrant nos cœurs et nos esprits pour toujours écouter et apprendre.

**LA COLLABORATION**, en nous engageant dans des partenariats équitables, en explorant avec attention les idées anciennes et nouvelles afin de faire progresser le travail d'AMSSA et de nos membres.

**LA TRANSFORMATION DURABLE**, en nous engageant dans une réflexion et une collaboration individuelles et organisationnelles continues.

## Abonnez-vous aux ressources d'AMSSA

Settlement Net

Seeking Refuge

Infolettre du programme CLIC

Infolettre interne d'AMSSA et plus...

Écrivez-nous à [amssa@amssa.org](mailto:amssa@amssa.org)