



Orientation du programme Pair-aide sur le campus – Guide d’animation

Temps estimé pour terminer le module : Durée totale de 120 minutes (pauses comprises)		
Objectifs :	Ressources :	Matériel :
<p>Après cette séance, les participant-es :</p> <ul style="list-style-type: none"> • comprendront les exigences du programme; • pourront discuter des principes et des valeurs de la pair-aide; • comprendront les normes en matière d’entrée en relation et d’appartenance à un groupe. 	<ul style="list-style-type: none"> • Guide d’animation • Diapositives PowerPoint • Documents de participation : <i>Les valeurs de la pair-aide</i> 	<p>En présentiel :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tableaux de conférence ou tableaux blancs et marqueurs • Papier pour bannière, autocollants et marqueurs • Objets sensoriels, cartons « Je passe », espace de détente
Plan de la séance :		



<ul style="list-style-type: none"> • Accueil et brin de jasette (30 min) • Aperçu du programme et des exigences (30 min) • Les valeurs de la pair-aidance (45 min) • Conclusion et étapes suivantes (10 min) <p>Durée actuelle : 120 min (dont 5 min de pause)</p>	<p><i>Les exigences du programme de formation</i></p> <p>Remarque : Veuillez passer en revue l'ensemble de la documentation et adapter ou ajouter des éléments propres à votre site au besoin.</p>	<p>En ligne :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Webcaméra • Outil de conférence virtuelle doté des fonctionnalités suivantes : <ul style="list-style-type: none"> ○ Salles de sous-groupe ○ Sondages ○ Tableau blanc virtuel <p>Activités du SGA :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Questionnaire sur les raisons de devenir une personne paire-aidante (<i>Why do you want to be a peer supporter</i>) • Vidéo sur l'impact de la pair-aidance (<i>The impact of peer support</i>) <p>Ressources locales :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aperçu du programme de formation Pair-aidance sur le campus
---	---	--



Temps	Sujet / Références	Notes d'animation
<p>Total : 30 min</p>	<p>Accueil / Présentation (10 minutes)</p> <p>Diapositive : Diapositive du plan de la séance</p> <p>Matériel : objets sensoriels, autres ressources requises</p>	<p><i>Accueillez les participant-es dès leur arrivée, puis faites un rapide survol de ce que vous allez couvrir dans le cadre de cette séance. Intégrez les points clés suivants (et adaptez-les si nécessaire) :</i></p> <p>Reconnaissance territoriale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rédigez une reconnaissance territoriale personnalisée au préalable. • Invitez les participant-es à enrichir cette dernière. <p>Plan de la séance Cette séance vise à vous aider à :</p> <ul style="list-style-type: none"> • comprendre les exigences du programme; • pourront discuter des principes et des valeurs de la pair-aidance; • déterminer quelles sont les normes en matière d'entrée en relation et d'appartenance à un groupe. <p>Bien sûr, il s'agit aussi d'apprendre à vous connaître mutuellement! Aujourd'hui, nous apprendrons à nous connaître et découvrirons ce qui est important pour chaque personne en ce début de parcours.</p> <p><i>Expliquez quel est votre rôle :</i> Mon rôle est d'animer nos discussions et de respecter le programme à mesure que nous explorons les thèmes en lien avec la pair-aidance. Je vous parlerai un peu plus de moi au moment des présentations!</p> <p>D'autres ressources sont également disponibles dans le SGA pour faciliter et approfondir notre discussion d'aujourd'hui.</p> <p>En plus de partager des idées en groupe, nous approfondirons aussi nos réflexions de manière individuelle.</p> <p><i>Insistez sur les différentes manières de participer ou non : bougez si vous avez besoin de bouger, utilisez les cartons « Je passe » si vous ne souhaitez pas participer à une activité ou à une discussion, installez-vous dans l'espace de détente quand vous en ressentez le besoin et servez-vous des objets sensoriels si cela aide votre concentration.</i></p>



Temps	Sujet / Références	Notes d'animation
	<p>Entrée en relation / activité de groupe (20 min)</p> <p>Support visuel : Diapositive d'activité</p> <p>Matériel : Tableau de conférence pour noter les questions</p>	<p><i>Demandez aux participant-es de se présenter comme dans l'exemple proposé. Montrez le degré de détail à communiquer en vous présentant en premier (et en faisant preuve de concision).</i></p> <p>Commençons à faire connaissance maintenant. Présentez-vous en donnant les renseignements suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nom et programme d'études; • Vos vacances de rêve et pourquoi; • Une question que vous vous posez sur la pair-aidance (qu'est-ce qui vous intrigue?). <p><i>Consignez les questions sur un tableau de conférence afin de vous y référer et d'y répondre lors des prochaines séances.</i></p> <p>Bilan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Répondez tout de suite aux questions simples. <p>Faites ressortir les thèmes abordés et indiquez comment le groupe trouvera des réponses à ces questions tout au long du programme.</p>
<p>Total : 30 min</p>	<p>Aperçu du programme / présentation (15 min)</p> <p>Support visuel : Diapositives du programme</p> <p>Ressources : <i>Document de référence sur les exigences du programme</i></p>	<p><i>Présentez une vue d'ensemble des exigences du programme d'études, des ressources et du soutien disponibles</i></p> <p>Avant de poursuivre, je tiens à vous féliciter de faire partie de notre équipe de pair-aidance! La pair-aidance est une expérience extrêmement gratifiante et j'espère que vous trouverez cette formation et ce rôle enrichissants. <i>Mentionnez les autres sites participants.</i></p> <p>Pour vous préparer à votre nouveau rôle, vous découvrirez :</p> <ul style="list-style-type: none"> • le rôle et les responsabilités de la personne paire-aidante; • des façons de tisser des liens avec les autres personnes étudiantes; • des stratégies de communication efficaces; • des stratégies d'autosoins vous permettant de prioriser votre propre bien-être tout en soutenant les autres; • des ressources supplémentaires à faire connaître aux personnes étudiantes qui présentent des difficultés afin de mieux les soutenir.

Temps	Sujet / Références	Notes d'animation
	<p>Suite de la page précédente</p>	<p>Ce programme nous donne l'occasion d'apprendre, de travailler et de progresser ensemble, grâce à :</p> <ul style="list-style-type: none"> • des séances de groupe comme celle-ci pour présenter différentes perspectives, apprendre ensemble et mettre en pratique nos compétences; • un système de gestion de l'apprentissage comprenant des activités autodirigées et des occasions d'entrer en contact avec des paires aidantes et pairs aidants des quatre coins du pays; • des activités pratiques et des occasions de réflexion; • du soutien et de la rétroaction sur le terrain. <p>Pour réussir le programme, vous devrez :</p> <ul style="list-style-type: none"> • participer à toutes les séances en direct (si vous devez rater une séance, prévenez-moi); • participer à des services communautaires de pair-aidance proposés par l'ACSM; • nous envoyer un enregistrement de vous en train de tenir une courte discussion de pair-aidance (10 à 20 minutes) en vue d'obtenir de la rétroaction; • partager une réflexion relative à une activité autodirigée dans la communauté de pratique nationale dans le SGA. <p><i>Distribuez le document de référence et discutez des particularités et des éventuels ajouts ou adaptations pour votre site, notamment en ce qui concerne le calendrier des modules si vous suivez le programme régulier. (Reportez-vous à l'aperçu de votre programme de formation local.)</i></p>



Temps	Sujet / Références	Notes d'animation
	<p>Aperçu du SGA / démonstration (15 min)</p> <p>Support visuel : Instructions du SGA et partage d'écran</p> <p>Ressources : S. o.</p>	<p><i>Lancez le SGA et attirez l'attention des participant·es sur les principales sections utiles.</i></p> <p>Pour favoriser votre apprentissage et vous permettre d'accéder rapidement aux ressources à l'aide de votre appareil mobile, nous utilisons un système de gestion de l'apprentissage.</p> <p>Permettez-moi maintenant de vous présenter le site et de vous montrer les sections propres à notre campus, et celles qui concernent tous les campus participants, où vous pourrez entrer en relation avec des participant·es d'autres campus.</p> <p><i>Montrez comment se connecter (vous pouvez demander aux participant·es de le faire sur leur téléphone en même temps).</i></p> <p><i>Affichez la section du programme intensif ou celle du programme régulier (elles sont déverrouillées pour que les participant·es puissent visualiser les deux si désiré).</i></p> <p>C'est là que vous trouverez les documents de référence de nos séances en direct ainsi que les activités autodirigées.</p> <p>Les activités autodirigées vous permettent d'approfondir votre apprentissage et d'établir un lien entre votre expérience personnelle et le contenu – c'est un aspect essentiel de l'apprentissage. En règle générale, toutes les activités prennent de 10 à 15 minutes. Elles contiennent des vidéos, des questions pour lancer ou relancer la réflexion ainsi que des astuces pour vous aider à renforcer vos compétences.</p> <p><i>Montrez la section réservée à la communauté de pratique de votre campus.</i></p> <p>Vous pouvez notamment y poser des questions et y partager des ressources avec le groupe. Les autres sites n'ont pas accès à ce contenu.</p> <p><i>Affichez la section de la communauté de pratique nationale.</i></p> <p>Pour finir, voici où vous pouvez communiquer et partager des réflexions, des idées, des suggestions avec des personnes de partout au Canada (qui font aussi partie de ce programme). Vous devrez y publier au moins une réflexion relative à une activité autodirigée pour réussir ce programme.</p> <p>OÙ TÉLÉVERSER L'ENREGISTREMENT...</p>



Temps	Sujet / Références	Notes d'animation
<p>Total : 45 min</p>	<p>Les valeurs de la pair-aide / présentation et discussion de groupe (15 min)</p> <p>Support visuel : Diapositive sur les valeurs de la pair-aide</p> <p>Ressources : Document de référence sur les valeurs de la pair-aide</p>	<p><i>Présentez les valeurs de la pair-aide, expliquez-les brièvement et distribuez le document.</i></p> <p>Tout d'abord, parlons du rôle de personne paire-aidante en abordant les valeurs fondamentales de la pair-aide. Dans la mesure où ce type de soutien découle directement du vécu et de la formation des pair-es aidant-es, plutôt que d'une éducation formelle (un diplôme universitaire, par exemple), ces valeurs fondamentales doivent être pleinement incarnées.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Réciprocité : chaque personne a quelque chose à apprendre des autres ● Dignité : nous croyons que tout le monde a de la valeur ● Autodétermination : nous connaissons nos propres besoins ● Intégrité personnelle : nous valorisons l'authenticité, le respect et le comportement éthique ● Confiance : nous sommes honnêtes, fiables et responsables ● Santé, bien-être et rétablissement : nous croyons en la réduction des méfaits et au pouvoir de l'espoir ● Inclusion sociale : nous croyons en l'importance des liens et du sentiment d'appartenance ● Apprentissage continu : nous valorisons l'épanouissement personnel <p>Lorsque le soutien que nous offrons est en harmonie avec ces valeurs, nous savons que notre travail est efficace.</p> <p>Cela peut vous sembler beaucoup au début! Ne vous inquiétez pas, nous prendrons le temps de vous aider à comprendre comment cela se traduit dans la pratique. Avant de poursuivre, y a-t-il des mots ou des concepts qui ne sont pas encore assez clairs en ce moment?</p>



Durée	Sujet / Références	Notes d'animation
	<p>Valeurs / réflexion individuelle (10 min)</p> <p>Support visuel : S. o.</p> <p>Matériel : Journal</p>	<p><i>Demandez aux participant-es de réfléchir individuellement aux différentes valeurs en se basant sur leurs expériences avec les services d'aide en santé mentale.</i></p> <p>À la lumière de ce que je viens de vous présenter, prenez une minute pour réfléchir silencieusement à la manière dont vous avez pu faire l'expérience ou non de ces valeurs quand vous avez eu recours à des services d'aide en santé mentale.</p> <p>Avez-vous déjà eu l'impression que des cliniciens ou cliniciennes (ou d'autres membres du personnel) décidaient à votre place (ce qui va à l'encontre de l'autodétermination)?</p> <p>Que pensez-vous de ces valeurs? À quelles occasions les avez-vous vues intervenir dans vos interactions, ou vous servir?</p> <p><i>Présentez le journal et expliquez comment l'utiliser en contexte de pair-aidance, et en quoi le fait de tenir un journal peut leur être utile (si l'écriture ou le dessin leur plaît).</i></p> <p>Bilan :</p> <p><i>Demandez si quelqu'un souhaite partager son expérience avec ces valeurs (ou en quoi celles-ci auraient pu lui être utiles).</i></p> <p>Réfléchissez maintenant au rapport entre cela et les raisons pour lesquelles vous voulez offrir votre soutien. Pour préparer la journée d'aujourd'hui, nous vous avons demandé de remplir un court questionnaire pour réfléchir aux raisons qui vous poussent à remplir ce rôle. Il peut s'agir d'expériences positives ou négatives que vous avez vécues, peu importe! Le plus important est de bien définir le rôle que vous voulez jouer et pourquoi.</p>
<p>Total : 5 min</p>	<p>Activation : demandez à tout le monde de se lever et de bouger au rythme de la musique ou simplement de s'étirer</p>	



Durée	Sujet / Références	Notes d'animation
	<p>Être vu-e et entendu-e / discussion de groupe, représentation visuelle</p> <p>(20 min)</p> <p>Support visuel : S. o.</p> <p>Matériel : Bannière, marqueurs, autocollants et autres fournitures artistiques</p>	<p><i>Invitez les participant-es à discuter de la manière d'honorer ces valeurs dans leurs interactions quotidiennes mutuelles et avec les personnes qui utilisent les services de votre site.</i></p> <p>En gardant ces valeurs à l'esprit et en les incarnant dans nos interactions avec les participant-es qui ont recours à nos services, nous nous servons de ce programme pour renforcer nos compétences dans chaque domaine et nous exercer. Parlons des mesures concrètes que nous pouvons prendre collectivement pour démontrer et incarner ces valeurs. Pour nous en souvenir et nous tenir mutuellement responsables, nous allons créer une bannière que nous pourrions afficher dans notre espace.</p> <p><i>Demandez à quelques volontaires de transposer les idées en mots et en images sur la bannière (ou demandez à chaque participant-e d'y ajouter un élément).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Comment faire en sorte d'incarner la valeur de l'autodétermination (« nous connaissons nos propres besoins »)? ● Comment montrer que nous croyons en la réciprocité (« chaque personne a quelque chose à apprendre des autres »)? ● Comment approfondir nos connaissances et démontrer notre compréhension de la santé, du bien-être et du rétablissement (« nous croyons en la réduction des méfaits et au pouvoir de l'espoir »)? ● Comment pouvons-nous incarner avec cohérence que nous valorisons l'inclusion sociale (« nous croyons en l'importance des liens et du sentiment d'appartenance »)? <p><i>Ajoutez d'autres idées pour vous assurer que les participant-es relèvent des mesures concrètes et demandez-leur d'ajouter leurs noms sur la bannière.</i></p>

Durée	Sujet / Références	Notes d'animation
<p>Total : 10 min</p>	<p>Résumé / présentation (5 min)</p> <p>Support visuel : Diapositive résumée</p>	<p><i>Récapitulez les points clés de la discussion et attirez l'attention sur les ressources additionnelles disponibles</i></p> <p>Aujourd'hui, nous avons mis l'accent sur le programme de Pair-aidance et sur certains de ses principes fondamentaux. La prochaine séance approfondira le rôle de paire aidante et de pair aidant.</p> <p><i>Communiquez les détails de la prochaine séance et encouragez les participant·es à revoir les activités autodirigées et les ressources dans le SGA.</i></p>
	<p>Fin de la séance / activité en binôme (5 min)</p>	<p><i>Terminez la séance avec une dernière activité :</i></p> <p>En équipe de deux, échangez sur ce que vous avez retenu de la séance d'aujourd'hui.</p>