OFFRE DE SERVICE 2026-2027

PROMOTION : TOUTE ANIMATION PLANIFIÉE POUR L'AUTOMNE 2026 SE VERRA OFFRIR UN RABAIS DE 10%, TOUS PROGRAMMES CONFONDUS![1]

ATELIERS DE PRÉVENTION



ViRAJ

ViRAJ est un programme visant la prévention de la violence dans les relations amoureuses ainsi que la promotion des relations égalitaires chez les jeunes de 15 et 16 ans (4e secondaire). Offert dans les écoles secondaires, ce programme est composé de deux (2) ateliers de 75 minutes.

Coût : 318$/groupe + frais de déplacement

Rabais disponible pour les écoles qui souhaitent *offrir les ateliers ViRAJ à 10 groupes ou plus dans une année financière donnée (ex. : 12 groupes de 4e secondaire entre février et mai).*

Thèmes abordés lors des ateliers :

Atelier 1	Atelier 2
Contrôle de l'apparence physique	Contrôle par le chantage émotif
Droit d'avoir des goûts et des opinions différents	Cycle de la violence
Consentement sexuel	Droit de mettre ses limites sur le plan sexuel
Contrôle par la jalousie	Pressions sexuelles

[1] Cette promotion s'applique à tous les services (entraide, prévention et formation aux intervenant.e.s), et est combinable avec la plupart de nos autres promotions (ex.: groupes d'entraide simultanés), mais n'est pas jumelable avec la promotion aux milieux communautaires (qui bénéficient d'un rabais de 25% en tout temps).

**En termes d'éducation à la sexualité, le programme ViRAJ aborde les concepts suivants du programme Culture et citoyenneté québécoise (CCQ) :*

1. Relations et bienveillance (4e secondaire)

- Expériences intimes positives
    - Désir et plaisir sexuels
    - Intimités affective et sexuelle
    - Relations égalitaires et respect de soi
    - Violence dans les relations intimes

2. Justice et droit (4e secondaire)

- Encadrement juridique de la vie amoureuse et sexuelle
    - Consentement et violence sexuelle
    - Violence conjugale

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service



Périscope

Périscope est un programme qui offre des ateliers de prévention conçus et adaptés pour répondre à la demande des milieux. Ils sont réalisés de façon ludique et interactive, notamment par le biais de techniques d'impact, de discussions ouvertes et d'activités en sous-groupes. Chaque atelier est d'une durée de 60 minutes (écoles primaires) ou 75 minutes (tout autre milieu).

Coût (écoles primaires) :
108$/groupe, par atelier de 60 min. + frais de déplacement *(atelier existant). Notez que PaPillonS et PÉlicAn incluent deux ateliers chacun, et sont donc au coût de 216$ pour deux rencontres de 60 min.*

- 50$ additionnels *(atelier existant nécessitant une adaptation)*
- 150$ additionnels *(atelier fait sur mesure)*

Coût (écoles secondaires ou plus et milieux jeunesse) :
135$/groupe, par atelier de 75 min. + frais de déplacement *(atelier existant)*

- 50$ additionnels *(atelier existant nécessitant une adaptation)*
- 150$ additionnels *(atelier fait sur mesure)*

Coût (grand groupe - 40 jeunes ou plus) :
200$/groupe, par atelier de 75 min. + frais de déplacement *(atelier existant)*

- 50$ additionnels *(atelier existant nécessitant une adaptation)*
- 150$ additionnels *(atelier fait sur mesure)*

Rabais disponibles pour les milieux communautaires et les milieux qui planifient un même atelier 10 fois ou plus dans une année financière donnée (ex. : une école qui souhaite offrir un même atelier Périscope à l'ensemble de ses 12 groupes de 4e secondaire entre février et mai).

Thèmes des ateliers réguliers :

- Amitiés saines *(12 ans - 60 min., ou 13 ans)*
- Automutilation
- Communication saine sur les réseaux sociaux *(12 à 15 ans)*
- Estime et connaissance de soi *(12 à 15 ans ou 16 à 25 ans)*
- Équilibre de vie *(16 à 25 ans - 120 min.)*
- Gestion des émotions *(12 ans - 60 min., ou 13 à 25 ans)*
- Gestion du stress
- Motivation dans les projets de vie (Mot De Passe) *(16 à 25 ans)*
- Ouverture à la diversité *(12 ans - 60 min., ou 13 à 25 ans)*
- Passage Primaire-Secondaire (PaPillonS) *(12 ans - 2 x 60 min.)*
- Prévention des comportements de violence
- Résolution de conflit
- Saines habitudes de vie *(12 à 15 ans)*
- Santé mentale positive *(15 à 25 ans)*

Thèmes des ateliers qui répondent aux exigences ministérielles d'éducation à la sexualité :

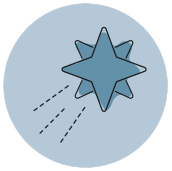
- Passage Enfance-Adolescence (PÉlicAn) *(12 ans - 2 x 60 min., ou 13 ans - 2 x 75 min.)*
- Vie affective et amoureuse & Globalité de la sexualité *(1re secondaire)*
- Vie affective et amoureuse & Agir sexuel *(2e secondaire)*
- Vie affective et amoureuse & Agir sexuel *(3e secondaire)*
- Vie affective et amoureuse *(5e secondaire)*
- Globalité de la sexualité *(5e secondaire)*
- Consentement et violence sexuelle
- Relations intimes

Cliquez ici pour obtenir la liste des ateliers répondant au contenu pour le développement des compétences personnelles et sociales des élèves

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service (primaire)

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service (secondaire, milieux éducatifs adultes et milieux jeunesse)



Étincelles

Étincelles est un programme visant à promouvoir des relations amoureuses et intimes positives et à prévenir la violence chez les jeunes, par le biais d'ateliers destinés aux élèves de 3e et 4e secondaire, à raison de trois (3) ateliers de 75 minutes par niveau (6 ateliers sur 2 ans).

Coût : 810$/groupe (405$/groupe par année) + frais de déplacement

Rabais disponible pour les écoles qui souhaitent *offrir les ateliers Étincelles à 10 groupes ou plus dans une année financière donnée (ex. : 12 groupes de 4e secondaire entre février et mai).*

Thèmes abordés lors des ateliers :

3e SECONDAIRE		
Atelier 1	**Atelier 2**	**Atelier 3**
Développer une relation positive	La communication	La gestion des désaccords et la rupture amoureuse
4e SECONDAIRE		
Atelier 4	**Atelier 5**	**Atelier 6**
La dynamique de la violence	Aider un.e ami.e	Le pouvoir d'agir

**En termes d'éducation à la sexualité, le programme Étincelles aborde les concepts suivants du programme Culture et citoyenneté québécoise (CCQ) :*

1. Autonomie et interdépendance (2e secondaire, pouvant être offerts en 3e secondaire)

- Autonomie
- Relations intimes à l'adolescence

    - Trajectoires amoureuses
    - Mutualité
    - Agir sexuel
    - Défis relationnels
2. Relations et bienveillance (4e secondaire)
- Expériences intimes positives
    - Intimité affective et sexuelle
    - Relations égalitaires et respect de soi
    - Violences dans les relations intimes
- Pratiques de bienveillance
- Communication numérique
    - Expression numérique de la sexualité
3. Justice et droit (4e secondaire)
- Encadrement juridique de la vie amoureuse et sexuelle
    - Consentement et violence sexuelle

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service

GROUPES D'ENTRAIDE



Cactus

Cactus est un groupe d'entraide pour les jeunes de 12 à 25 ans voulant travailler sur leur gestion des émotions en lien avec leurs comportements impulsifs et/ou violents, que ce soit dans leurs relations amoureuses, familiales et/ou sociales. Ce programme s'étend sur 8 rencontres où on aborde différents thèmes tels que les formes de violence, l'estime de soi, l'expression des émotions et les alternatives à la violence. Ce groupe se réunit dans les locaux d'Entraide Jeunesse Québec (surnommé alors *« Cactus maison »*) ou dans les écoles secondaires qui en font la demande (formule adaptée aux 1er et 2e cycles).

**Prendre note que les rencontres pour le groupe maison débutent dès que le nombre de participant.e.s requis est atteint.*

Nous offrons également Discussion de Vestiaire (DV), un dérivé du programme Cactus, offert dans les écoles secondaires aux élèves athlètes pour discuter de la gestion des émotions en contexte de sport. Les jeunes

termineront le processus mieux outillé.e.s pour favoriser la performance en travail d'équipe. DV s'offre en formule de 4 ou de 8 rencontres (mais nous conseillons fortement de prendre 8 rencontres).

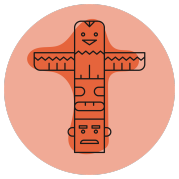
Coût : 896$/groupe + frais de déplacement (dans les écoles) pour Cactus et DV, 8 rencontres;
486$/groupe (dans les écoles) pour DV, 4 rencontres;
Gratuit (formule maison)

Rabais disponible pour les écoles qui planifient des groupes d'entraide simultanés (ex: à la 2e période, dans deux locaux différents) ou consécutifs (ex: à la 1re et la 2e période, dans le même local)

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet de Cactus

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet de Discussion de Vestiaire

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service pour Cactus ou DV



Totem

Totem est un groupe d'entraide pour les jeunes de 12 à 25 ans vivant du stress et/ou de l'anxiété. Offert sur 8 rencontres, ce groupe tente notamment d'amener les jeunes à comprendre le stress et l'anxiété, à en identifier les sources, à reconnaître leurs symptômes, de même qu'à trouver et à mettre en place des moyens concrets pour les gérer. Ce groupe se réunit dans les locaux d'Entraide Jeunesse Québec (surnommé alors «Totem maison») et dans les écoles primaires (formule adaptée à la 6e année) ou secondaires (formule adaptée aux 1er et 2e cycles) qui en font la demande.

**Prendre note que les rencontres pour le groupe maison débutent dès que le nombre de participant.e.s requis est atteint.*

Coût : 896$/groupe + frais de déplacement (dans les écoles)
Gratuit (formule maison)

Rabais disponible pour les écoles qui planifient des groupes d'entraide simultanés (ex: à la 2e période, dans deux locaux différents) ou consécutifs (ex: à la 1re et la 2e période, dans le même local)

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet de Totem

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service



Horizon

Horizon est un groupe d'entraide offert dans les écoles secondaires pour les jeunes du 1er cycle qui désirent apprendre à mieux vivre avec soi et les autres. Ce programme s'étend sur 8 rencontres où l'on a pour objectifs de briser l'isolement social en permettant aux jeunes de se rencontrer dans un milieu sécuritaire et sans jugement, ainsi que de travailler différentes compétences personnelles comme l'estime de soi, l'affirmation de soi et les habiletés sociales. Il vise également à ce que ses participant.e.s reconnaissent la richesse de leur potentiel, s'acceptent avec leur personnalité unique ainsi que leurs limites pour un mieux-être intérieur et pour plus de facilité dans leurs relations avec les autres. Ce groupe d'entraide se glisse bien dans un plan scolaire de lutte contre l'intimidation et la violence en soutien aux victimes. Ce groupe est aussi offert gratuitement aux jeunes de 12 à 16 ans, dans nos locaux (surnommé alors «Horizon maison»)

Coût : 896$/groupe + frais de déplacement

Rabais disponible pour les écoles qui planifient des groupes d'entraide simultanés (ex: à la 2e période, dans deux locaux différents) ou consécutifs (ex: à la 1re et la 2e période, dans le même local)

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service

FORMATIONS AUX PROFESSIONNEL.LE.S



SERVICES-CONSEILS

Les services-conseils sont des formations conçues et adaptées pour répondre à la demande des milieux. Elles sont réalisées de façon ludique et interactive, notamment par le biais de mises en situation cliniques, de techniques d'impact, d'activités de réflexion et de discussions ouvertes. À noter qu'il est possible

de créer une formation spécifiquement conçue en fonction des besoins des intervenant.e.s, dans la mesure où les thèmes abordés sont couverts par nos principaux services.

Coût des formations :
305$ pour 2 heures de formation + 12$/participant.e + frais de déplacement. Toute formation de plus de 2h sera facturée selon une règle de trois, mais le montant demandé par participant.e.s restera le même, peu importe la durée de la formation.

Rabais disponible pour les milieux communautaires.

Thèmes des formations :

- Outiller les jeunes face au stress et à l'anxiété
- Gestion des émotions en contexte d'automutilation
- Gestion des émotions
- Ouverture à la diversité
- Prendre soin de soi pour faire briller son potentiel

Présentation des services et simulation de groupe (pour étudiant.e.s en intervention) :
Dans l'optique de contribuer à la formation de la relève, en plus d'accueillir des stagiaires, nous nous déplaçons devant les groupes d'étudiant.e.s en relation d'aide, lorsque le calendrier le permet.

Présentation des services :
- Expliquer le fonctionnement de l'organisme ;
- Présenter les services offerts ;
- Animer des exemples d'activités offertes dans nos ateliers.

Simulation de groupe :
- Faire vivre l'expérience de groupe d'entraide aux étudiant.e.s ;
- Mettre les étudiant.e.s en position d'usager.ère.s.
- Animer des exemples d'activités offertes dans nos ateliers.

Le coût est à déterminer au moment de la signature du contrat.

Cliquez ici pour obtenir le descriptif complet

Cliquez ici pour obtenir le formulaire de demande de service