PROGRAMME

mojo

Journée conférence sur les jeunes et la santé mentale

11 JUIN 2021

EN WEBDIFFUSION ET VISIONNEMENT DIFFÉRÉ

Tous les participants reçoivent un lien pour assister à l'événement en direct, en plus d'un accès à l'enregistrement pour un visionnement en différé (disponible pendant 1 an).

Tarifs et modalités d'inscription:
www.conferencesconnexion.com

conférences connexion

LA JOURNÉE EN UN CLIN D'OEIL

L'impact du confinement sur les **troubles alimentaires** chez les jeunes

Incursion dans le vécu des milliers de jeunes touchés par l'**automutilation**

Prévenir le **sentiment d'impuissance** chez les jeunes et l'**anxiété** qu'il génère

Les **deuils** vécus par les jeunes depuis un an et les **gains insoupçonnés** qu'ils ont fait

Apprendre aux enfants et aux ados à **composer avec les imprévus de la vie**

Des expertises pour mieux comprendre.

Des outils et des ressources pour mieux intervenir.

ON NE SE CONNAÎT PAS ENCORE?

Les Conférences Connexion organisent, depuis maintenant 15 ans, des journées conférences sur les jeunes et la santé mentale qui plongent les participants au cœur des réalités affectant la vie des jeunes, à travers des présentations d'experts de tous les domaines.

Chaque fois, ces journées font de nous de meilleurs professionnels. Et, sans aucun doute, de meilleurs humains.

5 sujets d'actualité

5 experts-terrain

1 témoignage éclairant

MOJO?

Un mojo, c'est un état de confiance en soi remarquable qui nous propulse vers l'avant.

Nos experts partagent avec vous des perspectives utiles et optimistes, pour aider nos jeunes à retrouver leur mojo, au-delà de la pandémie.

NOS EXPERTS

Jérôme Tremblay
Coordonnateur clinique
Anorexie & Boulimie
Québec (ANEB)

Alex Anna
Témoignage

Josée Masson
Travailleuse sociale
et fondatrice
Deuil-Jeunesse

Johanne Lévesque
Neuropsychologue

Edith St-Jean-Trudel
Psychologue spécialisée
auprès des enfants et
des adolescents

Jeanne-Marie Rugira
Professeure au département
de psychosociologie et travail
social à l'Université du
Québec à Rimouski

HORAIRE DE LA JOURNÉE

8h10 – 8h15	**Mot de bienvenue**
8h15 – 10h10	**SCARS (automutilation)** Edith St-Jean-Trudel, psychologue clinicienne + le témoignage d'Alex Anna
10h10 – 10h20	**Pause (10 min)**
10h20 – 11h35	**L'impuissance acquise chez les jeunes** Johanne Lévesque, neuropsychologue
11h35 – 11h45	**Pause (10 min)**
11h45 – 13h00	**L'effet confinement** Jérôme Tremblay, coordonnateur clinique
13h00 – 14h00	**Dîner (1 heure)**
14h00 – 15h15	**Des jeunes, des deuils et des gains** Josée Masson, travailleuse sociale
15h15 – 15h20	**Pause (5 min)**
15h20 – 16h30	**L'adaptation** Jeanne-Marie Rugira, psychopédagogue
16h30	**Fin de la journée**

SCARS (AUTOMUTILATION)

En Amérique du Nord, 1 jeune sur 10 s'automutile.

C'est beaucoup?

Certes. Mais ces chiffres sont ceux d'avant la pandémie.

Depuis le confinement, la pratique de l'automutilation aurait littéralement explosé chez les jeunes.

Pourquoi? L'automutilation est-elle un geste suicidaire? Est-ce une mode? Pourquoi est-ce plus fréquent à l'adolescence? Que faut-il dire à un jeune qui s'automutile? Que peut-on faire?

Le 11 juin prochain, Edith St-Jean-Trudel monte sur scène. Cette psychologue clinicienne s'intéresse particulièrement aux problématiques en lien avec l'automutilation chez les ados. C'est avec plaisir qu'elle a accepté de lever le voile sur cette pratique alarmante chez les jeunes.

Ce n'est pas tout.

Alex Anna, elle, nous transporte dans l'intimité de cet univers, qui est le sien depuis qu'elle a 14 ans. Le long de son corps, ses cicatrices ont écrit son histoire. Pour vous, elle raconte.

Le confinement a créé des cicatrices taboues sur le corps des jeunes. Incursion dans le vécu des milliers de jeunes touchés par l'automutilation, pistes d'intervention utiles et témoignage éclairant.

Édith St-Jean-Trudel

Édith St-Jean-Trudel, Ph.D., est titulaire d'un doctorat en recherche et intervention en psychologie. Elle est, entre autres, psychologue clinicienne, superviseure clinique et professeure de psychologie au Cégep de Saint-Jérôme. Elle intervient spécifiquement auprès d'enfants et d'adolescents dans le cadre de sa pratique depuis plusieurs années.

Elle a également travaillé comme psychologue à la Clinique d'Intervention des Troubles Anxieux de l'Hôpital Rivière-des-Prairies et elle s'intéresse particulièrement aux problématiques en lien avec l'anxiété et l'automutilation chez les jeunes.

Alex Anna

Elle raconte son vécu de l'automutilation.

L'IMPUISSANCE ACQUISE CHEZ LES JEUNES

La pandémie risque-t-elle d'avoir un impact sur le développement du cerveau des enfants et des ados?

Pourrait-elle induire chez ces derniers un état de résignation à long terme face à l'adversité?

Pourrait-elle freiner, voire inhiber la capacité des jeunes à être résilients?

Oui. Oui. Et oui.

Au banc des accusés se trouve ce qu'on appelle l'impuissance acquise. La pandémie réunit plusieurs conditions sous-jacentes à son développement et selon des experts, elle commencerait à se faire sentir, chez les jeunes notamment.

Qu'est-ce que l'impuissance acquise? Quel lien a-t-elle avec l'anxiété, omniprésente chez les jeunes actuellement? De quelle façon ce sentiment peut-il modifier le cerveau des enfants et des ados, fragiliser leur santé mentale et influencer leurs réactions face à l'adversité?

La neuropsychologue Johanne Lévesque a des réponses à ces questions.

Découverte de ce qu'est l'impuissance acquise et des façons dont on peut la déjouer afin de préserver la résilience des enfants et des ados, au-delà de cette pandémie.

Johanne Lévesque

Dre Johanne Lévesque est neuropsychologue. Elle a initié le neurofeedback au Québec en 2002, avec l'appui de la Fondation Lucie et André Chagnon, dans le cadre de son projet postdoctoral réalisé au Centre de recherche de l'Hôpital Sainte-Justine. Ce projet lui a d'ailleurs valu un prix international offert par la Foundation for Neurofeedback and Applied Neuroscience, en raison des avancées importantes qu'il a permis dans le domaine de la neuromodulation.

Depuis, elle ne cesse de se perfectionner et d'ajouter à sa gamme de services les meilleures innovations disponibles pour permettre à quiconque d'améliorer ses performances cognitives et sa capacité à gérer ses émotions.

L'EFFET CONFINEMENT

De l'anorexie à la boulimie, en passant par l'hyperphagie, **la pandémie et le confinement ont fait augmenter de façon fulgurante les troubles alimentaires chez les jeunes**.

Les médecins et les experts sonnent l'alarme. Et pas seulement au Québec. Le même phénomène est en effet observé au Canada, aux États-Unis et en Europe.

À preuve, au CHU Sainte-Justine, à Montréal, on note ***deux fois plus*** de cas de jeunes patients venus consulter pour les troubles alimentaires.

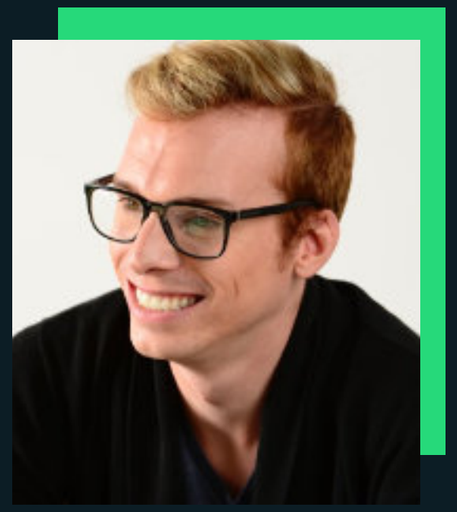
Le Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario (CHEO) a vu une hausse de 63 % des admissions entre le 1er avril et le 31 octobre 2020, comparé à la même période en 2019.

Les Centers for Disease Control and Prevention (CDC) des États-Unis estiment quant à eux que ***1,5 million d'enfants et d'ados souffrant d'obésité s'ajoutera*** au tableau à la suite de la pandémie.

« La pandémie est la tempête parfaite pour développer un trouble alimentaire ou renouer avec de vieux démons », averti Jérôme Tremblay, coordonnateur clinique chez ANEB, où on a atteint puis dépassé, en 6 mois seulement, plus que les chiffres annuels des années précédentes.

Pour vous, le 11 juin prochain, il monte sur scène et explique l'effet du confinement sur le corps des jeunes, leur santé mentale et les troubles alimentaires.

Dans un contexte où on a perdu le contrôle sur à peu près tout, des jeunes vulnérables tentent d'en reprendre sur ce à quoi ils ont accès : leur corps. Plongeon dans ce que les experts décrient comme « l'angle mort de la pandémie » : les troubles alimentaires chez les ados.



Jérôme Tremblay

Jérôme Tremblay est sexologue et coordonnateur clinique à l'organisme Anorexie et Boulimie Québec (ANEB). Il intervient directement auprès de la clientèle d'ANEB et il est impliqué dans le développement de programmes pour les personnes souffrant d'un trouble alimentaire. Il a, entre autres, collaboré à l'élaboration et l'implantation d'un programme spécialisé pour les personnes aux prises d'accès hyperphagiques. Il est activement impliqué dans des études scientifiques s'intéressant aux changements psychologiques et sexuels chez les personnes souffrant de troubles alimentaires.

ANEB est un organisme communautaire sans but lucratif qui apporte de l'aide aux personnes touchées directement ou indirectement par un trouble alimentaire et ce, partout au Québec.

DES JEUNES, DES DEUILS ET DES GAINS

Depuis le début de la pandémie, on les a vus tristes, déçus, désemparés. Comme nous, ils ont vécu la mort d'un grand-parent, parfois de 2 presqu'en même temps, sans pouvoir leur dire au revoir. Ils n'ont pas eu leur bal des finissants, ils ont abandonné des projets, cessé leur sport ou leur passion, cessé de voir leurs amis.

Ils vivent des moments difficiles remplis de deuils, nos jeunes.

Quel est l'étendue des deuils vécus par les jeunes depuis un an? Et comment les accompagner adéquatement dans toutes ces pertes, sans ajouter au trauma?

Josée Masson est travailleuse sociale et une spécialiste incontournable du deuil chez les jeunes. C'est avec plaisir qu'elle a accepté de répondre à ces questions.

Regard réaliste sur les deuils vécus par les jeunes depuis un an, partage d'outils pour les accompagner adéquatement et découverte des gains insoupçonnés mais déterminants à leur portée, qui peuvent les aider à triompher de ces deuils.

Josée Masson

Membre de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec (OTSTCFQ) depuis 25 ans, Josée Masson a développé une expertise unique reconnue au Québec et à l'international sur le sujet du deuil et des pertes vécus par les jeunes. Elle est la fondatrice et présidente-directrice générale de Deuil-Jeunesse, une ressource d'aide professionnelle pour les jeunes endeuillés et leurs familles.

Conférencière, auteure, clinicienne, elle ne cesse de sensibiliser à l'importance d'un bon accompagnement de ces jeunes. Elle a remporté de nombreux prix et elle est une référence médiatique sur le sujet.

L'ADAPTATION

L'imprévisibilité de la pandémie a détruit la santé mentale de centaines de milliers de jeunes au Québec, au Canada et ailleurs dans le monde. Le niveau d'anxiété, de détresse, de dépression et d'anxio-dépression est sans précédent.

Le constat est lourd.

Et si on apprenait aux jeunes cette capacité à composer avec les imprévus de la vie, sans perdre la tête? À être forts et retomber sur leurs pattes, même quand leurs repères volent en éclats et qu'ils se sentent vulnérables?

Jeanne-Marie Rugira est psychopédagogue et professeure au Département de psychosociologie et travail social à l'UQAR. Son expertise : l'intervention dans un contexte de changement et de souffrance.

Dans le cadre de son documentaire L'adaptation, où il enquête sur l'impact de la pandémie, Boucar Diouf est allé à sa rencontre. « ***Il faut redonner à nos enfants la capacité de danser avec la vulnérabilité et l'imprévisibilité de la vie*** », lui a-t-elle dit.

Ses propos sont importants si l'on veut éviter d'autres constats déchirants comme celui devant lequel nous nous trouvons quant à l'état mental de nos jeunes. Parce que des imprévus et des situations où ils seront vulnérables par manque de contrôle sur les choses, il y en aura d'autres dans leur vie.

C'est avec plaisir que Jeanne-Marie Rugira a accepté de venir parler de l'intervention auprès des jeunes quand l'incontrôlable et l'imprévisible prennent toute la place. Une présentation inspirante qui fait voir les 365 derniers jours autrement.

Jeanne-Marie Rugira

Jeanne-Marie Rugira, Ph.D., est psychopédagogue et professeure au Département de Psychosociologie et Travail Social à l'Université du Québec à Rimouski (UQAR).

Elle est professeure associée dans quelques universités québécoises et européennes et elle est membre, entre autres, de l'Association Internationale des Histoires de vie en Formation (ASIHVIF), du Réseau Québécois pour la Pratique des Histoires de Vie (RQPHV), du Centre d'étude et de Recherche Appliquée en Psychopédagogie perceptive (CERAP) de l'Université Fernando Pessoa au Portugal.

Elle s'intéresse particulièrement au changement dans un contexte de souffrance et au processus de résilience individuelle et collective.

FORMATION CONTINUE

Activité de formation continue en psychothérapie reconnue par l'Ordre des psychologues du Québec pour une durée de 6,4 heures. No de reconnaissance OPQ: RA03847-21.

Formation dont l'admissibilité a été confirmée par l'Ordre professionnel des criminologues du Québec aux fins de la formation continue obligatoire, pour une durée de 6h40.

Formation dont l'admissibilité a été confirmée par le Barreau du Québec aux fins de la formation continue obligatoire, pour une durée de 6.75 heures.

TARIFS ET INSCRIPTION

Tarif régulier (ex : milieu scolaire, services de police, CISSS/CIUSSS, etc.)

- Tarif individuel : 185,00 $ / personne + taxes
- Entre 5 et 9 participants : 875,00 $ / groupe + taxes
- Entre 10 et 15 participants : 1 500,00 $ / groupe + taxes
- Entre 16 et 20 participants : 1 980,00 $ / groupe + taxes

Tarif organismes communautaires et étudiants (ex : OSBL/OBNL, maisons des jeunes, carrefours jeunesse-emploi, CALACS, CAVACS, etc.)

- Tarif individuel : 93,00 $ / personne + taxes
- Entre 5 et 9 participants : 465,00 $ / groupe + taxes
- Entre 10 et 15 participants : 850,00 $ / groupe + taxes
- Entre 16 et 20 participants : 1 200,00 $ / groupe + taxes

Pour les groupes de plus de 20 participants, veuillez nous contacter.

Pour vous inscrire visitez le www.conferencesconnexion.com

DES QUESTIONS?

On adore y répondre!

N'hésitez pas à communiquer avec nous!
On se fera un plaisir de vous aider!

438 813-8323 | 1 855-240-5222
info@conferencesconnexion.com