

Programmation 2025-2026

Gestion des émotions (à confirmer)

Lieux	Dates	Jour/Heure	Date de fin des inscriptions
Coaticook	Du 19 novembre au 10 décembre 2025	Mercredi 9h00 à 12h00	19 octobre 2025
Granby	Du 8 avril au 29 avril 2026	Mercredi 9h00 à 12h00	8 mars 2026

ARC-RTF (programme de 12 semaines)

Lieux	Dates	Jour/Heure	Date de fin des inscriptions
East Angus	Du 25 mars au 10 juin 2026	Mercredi 9h00 à 12h00	25 février 2026
Granby	Du 16 septembre au 9 décembre 2025	Mardi 9h00 à 12h00	16 août 2025
Magog	Du 10 mars au 2 juin 2026	Mardi 9h00 à 12h00	10 février 2026
Sherbrooke	Du 25 septembre au 11 décembre 2025	Jeudi 9h00 à 12h00	25 août 2025
Sherbrooke	Du 15 janvier au 9 avril 2026 (excluant relâche)	Jeudi 9h00 à 12h00	15 décembre 2025

Automutilation (programme de 2 semaines)

Lieux	Dates	Jour	Date de fin des inscriptions
Granby	Le 30 octobre et le 6 novembre 2025	Jeudi 9h00 à 12h00	29 septembre 2025
Magog	Le 12 février et le 19 février 2026	Jeudi 9h00 à 12h00	12 janvier 2026
Sherbrooke	Le 12 novembre et le 19 novembre 2025	Mercredi 9h00 à 12h00	12 octobre 2025

Harmonie (programme de 6 semaines)

Lieux	Dates	Jour/Heure	Date de fin des inscriptions
Cowansville	Du 14 janvier au 18 février 2026	Mercredi 9h00 à 12h00	14 décembre 2025
Magog	Du 24 septembre au 29 octobre 2025	Mercredi 9h00 à 12h00	24 août 2025
Richmond	Du 20 janvier au 24 février 2026	Mardi 9h00 à 12h00	20 décembre 2025
Sherbrooke	Du 16 septembre au 21 octobre 2025	Mardi 9h00 à 12h00	16 août 2025
Sherbrooke	Du 4 novembre au 9 décembre 2025	Mardi 17h30 à 20h00	4 octobre 2025
Sherbrooke	Du 14 avril au 19 mai 2026	Mardi 9h00 à 12h00	14 mars 2026



L'équipe dédiée au soutien des RTF/FAP/PFAP se déploie sur tout le territoire de l'Estrie.

3 types de services sont offerts :

Suivi individuel auprès des milieux d'accueil pour les soutenir en fonction de leur réalité et des différentes problématiques vécues dans leur milieu.

Durée : entre 1 et 3 mois.

Formation de style « groupe de soutien » avec le programme Harmonie, le Modèle ARC, Mieux comprendre l'automutilation pour mieux accompagner, ainsi que la gestion des émotions.

Durée : selon les programmes.

Consultations ponctuelles en fonction d'un besoin spécifique.

Durée : entre 1 et 4 rencontres.

Pour plus d'informations, ou pour vous inscrire aux groupes de soutien :

- Communiquez directement avec votre intervenant qualité (IQ)
- Si vous n'avez pas d'intervenant qualité, écrivez à l'adresse suivante : dqppqualite.ciussse-chus@ssss.gouv.qc.ca



PROGRAMME HARMONIE

Pour qui :

RTF/FAP/PFAP qui hébergent des enfants et des adolescents de 3 à 17 ans.

Thèmes abordés :

- Développement du cerveau et le cercle d'interaction ;
- Qu'est-ce que la « communication » ? Donner des instructions claires et fixer des limites efficaces. Établir et maintenir une routine ;
- Sensibilité parentale. Rôles et styles parentaux. Éducation bienveillante ;
- Renforcements et récompenses. Techniques d'intervention (ignorer, distraire et rediriger) et suivi des interventions ;
- Conséquences logiques et naturelles et le retrait. Discipline positive et mise en place d'une séquence d'intervention ;
- Soutien à la gestion émotive des enfants. Régulation de la colère.

Modalités :

- Groupe de maximum 12 personnes ;
- 6 séances d'environ 3 heures, une rencontre par semaine.

Groupe de soutien aux ressources
de type familial basé sur



Pour qui :

RTF/FAP/PFAP qui hébergent un jeune âgé de 3 à 11 ans qui a vécu de la négligence, des ruptures d'attachement ou des traumatismes en bas âge.

Thèmes abordés :

- Accueil et présentation du programme ;
- L'attachement ;
- La gestion des émotions ;
- La communication empathique ;
- La réponse efficace ;
- Le rythme, les routines et les rituels ;
- L'identification, la modulation et l'expression des émotions (partie 1) ;
- L'identification, la modulation et l'expression des émotions (partie 2) ;
- Le fonctionnement exécutif ;
- Le développement de soi et de l'identité ;
- L'intégration des traumatismes ;
- L'intégration des traumatismes non spécifiques et bilan.

Modalités :

- Groupe de maximum 12 personnes ;
- 12 séances de 3 heures, une rencontre par semaine.

MIEUX COMPRENDRE L'AUTOMUTILATION POUR MIEUX ACCOMPAGNER

Pour qui :

RTF/FAP/PFAP qui hébergent des enfants et des adolescents manifestant des comportements d'automutilation.

Thèmes abordés :

- Qu'est-ce que l'automutilation ;
- Comment intervenir : Prévention et intervention ;
- Pièges relationnels ;
- Prendre soin de soi en tant que « donneur de soins ».

Modalités :

- Groupe de maximum 12 personnes ;
- 2 séances de 3 heures.



LA GESTION DES ÉMOTIONS (nouveau programme)

Pour qui :

RTF/FAP/PFAP qui hébergent des enfants et des adolescents de 3 à 17 ans.

Thèmes abordés :

- Le développement du cerveau et l'impact des traumatismes ;
- Les émotions de base, leurs sensations et les réactions normales face au stress ;
- L'adulte comme co-régulateur des émotions ;
- Interventions ;
- Retour au calme et apaisement.



Modalités :

- Groupe de maximum 12 personnes ;
- 4 séances de 3 heures, une rencontre par semaine.
- Ateliers à confirmer