

image corporelle • influences • intimidation en lien avec l'apparence • leadership inclusif

Programme
implanté dans
+ de 40 classes
en Outaouais
en 2024 !

simplement moi

agir sur l'image
corporelle &
l'inclusion



CLIQUER SUR L'IMAGE
POUR VOIR LA VIDÉO DANS
VOTRE NAVIGATEUR



PUBLIC CIBLE

enseignants.es de 6e année du primaire

DURÉE

7 h (une journée)

FORMAT

présentiel

Le programme *simplement moi*, développé par Dre Annie Aimé et Dre Mylène Dault en partenariat avec la Table Éducation Outaouais, vise à réduire l'intimidation en lien avec l'apparence et promouvoir l'inclusion. Ce programme comprend 6 ateliers pour les élèves de 6e année du primaire et s'inscrit facilement dans les cours d'éthique, de saines habitudes de vie et d'éducation à la sexualité.*

La formation, d'une durée de 7 h (une journée), permet de sensibiliser et d'outiller les enseignants.es dans la mise en place du programme. L'image corporelle, l'intimidation et le leadership inclusif sont abordés et constituent les bases des activités pédagogiques diversifiées et dynamiques qui se retrouvent dans chacun des ateliers. Afin d'exercer une influence positive sur la culture de l'école et d'offrir le soutien optimal aux élèves dans le développement de leurs habiletés, attitudes et comportements inclusifs, tous les enseignants.es de 6e année d'une même école doivent prendre part à la formation.

MATÉRIEL INCLUS

Manuel d'accompagnement pour les enseignants.es, cahier de l'élève, fiche d'information pour les parents, clé USB avec les outils pour animer les ateliers, vidéos de soutien à l'implantation et tampons d'encre pour les activités avec les élèves.

*Au Québec, *simplement moi* s'inscrit dans le cadre du programme Culturel et citoyenneté québécoise (CCQ). Chaque atelier correspond aux composantes de la compétence du 3e cycle : Réfléchir de façon critique sur des réalités culturelles.

*Also available in English, please contact us
info@myriadi.ca



Formation extrêmement intéressante autant au plan professionnel qu'au plan personnel.
En appliquant les principes de la formation dans mon quotidien, mon estime ainsi que ma confiance en moi ont augmenté de manière considérable. Cette formation était la meilleure et la plus complète à laquelle il m'a été donné de participer.

Benoit L. - Technicien en éducation spécialisé



mylène dault (Ph.D., kinésiologie)

œuvre dans le domaine de la santé depuis plus de 25 ans. Elle a travaillé en tant que professeure universitaire, chercheuse et gestionnaire en santé publique, en santé mentale des enfants et en organisation des services de santé. Elle offre des ateliers sur l'image corporelle et les saines habitudes de vie dans le milieu scolaire et celui de la santé. Mylène travaille également en tant que consultante pour des organismes de santé agissant auprès de communautés francophones en situation minoritaire au Canada. Mylène est passionnée par la mobilisation des connaissances et amène un bagage d'expertise en partenariat et en vulgarisation scientifique.



annie aimé (Ph.D., psych.)

est professeure au département de psychoéducation et de psychologie de l'Université du Québec en Outaouais. Elle travaille également comme psychologue et a co-fondé la Clinique Imavi spécialisée dans le traitement de difficultés reliées à l'image corporelle, au poids et à l'alimentation. Elle est superviseuse clinique, conférencière et autrice de nombreux livres et articles. Elle a, entre autres co-dirigé les livres : « Les troubles des conduites alimentaires : Du diagnostic aux traitements », « L'image corporelle sous toutes ses formes » et « Le corps pris en otage : Agir quand un trouble des conduites alimentaires s'empare de votre enfant ».



Pour répondre à toutes vos questions sur cette formation (coûts, disponibilités...) et échanger sur vos besoins :

Mylène Dault 819-209-8378 | info@myriadi.ca

impact

PLUS GRANDE TOLÉRANCE FACE À LA DIVERSITÉ CORPORELLE

Le programme *simplement moi* permet de reconnaître et de valoriser la diversité des corps, ce qui réduit les biais et stéréotypes, en plus de favoriser un environnement inclusif.

AMÉLIORATION DES INTERACTIONS

Le programme *simplement moi* favorise la bienveillance dans les interactions, ce qui permet de contrer l'intimidation, notamment à l'égard de l'apparence physique, et d'améliorer les communications.

RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE EN SOI

Le programme *simplement moi* soutient le développement d'une estime de soi positive et pose les bases d'un bien-être ou d'une bonne santé mentale.

INFLUENCE SUR LES PRATIQUES PÉDAGOGIQUES

Le programme *simplement moi* oriente vers des changements dans les approches pédagogiques et propose des stratégies d'interventions qui favorisent une plus grande acceptation de soi et des autres.