

# AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX POUR LES ADOLESCENTS - LES PARENTS - L'ÉQUIPE-ÉCOLE

PAR STÉPHANIE DESHARNAIS, INTERVENANTE, AUTEURE ET CONFÉRENCIÈRE

## QUI JE SUIS?

Je suis Stéphanie Desharnais, intervenante, auteure et conférencière et depuis 2010. Je travaille avec, majoritairement, la clientèle adolescente.



Détentricice d'un diplôme de Techniques d'intervention en délinquance et d'un diplôme de Techniques en travail social, j'ai oeuvré plus de 9 ans au sein d'un organisme de justice réparatrice et de médiation citoyenne.

J'ai appris, à ce moment, à développer un lien de confiance avec une clientèle non-volontaire, mais surtout à favoriser la réparation de liens en ouvrant des espaces de dialogues et de communication sécuritaires entre des personnes ayant un lien relationnel, quel qu'il soit (criminel, familial, social, lié à l'emploi....).

J'ai ensuite accompagné des élèves dans une classe de trouble du langage et de communication pour finalement offrir un accompagnement psychosocial aux adolescents et à leur famille via les services du CLSC.

J'ai décidé d'ouvrir ma pratique privée en 2023 pour poursuivre mon accompagnement auprès des ados et des adultes qui les entourent, mais en ayant la chance de combiner toutes mes compétences et toutes mes approches et ainsi offrir une intervention globale, systémique et relationnelle.

**AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX**  
**POUR LES ADOLESCENTS – LES PARENTS – L'ÉQUIPE-ÉCOLE**

PAR STÉPHANIE DESHARNAIS, INTERVENANTE, AUTEURE ET CONFÉRENCIÈRE

## QUI JE SUIS?

Si je vous écris aujourd'hui, c'est pour vous parler de mon sincère désir de contribuer à un mieux-être chez vos élèves, leurs parents, chez votre personnel enseignant et non-enseignant, pour toutes les personnes qui gravitent dans votre environnement scolaire.



Parce que j'ai la croyance que dès qu'une dynamique plus lourde s'installe et qu'on ne s'y attarde pas, les autres acteurs et même les autres sphères du milieu peuvent être impactés.

Ainsi;

- en favorisant un soutien psychosocial pour vos élèves et leurs parents;
- en offrant un axe de prévention dans l'école;
- par le biais de formation et de soutien au personnel enseignant et non-enseignant;
- via des démarches de médiation pour tous les acteurs concernés,

Je suis assurée que votre milieu de vie sera optimal et porteur d'une énergie complètement différente.

Je vous invite donc à lire attentivement la proposition d'offre de service ci-dessous qui peut très bien se moduler et s'adapter selon votre réalité et vos besoins. Pour ensuite planifier un appel vidéo ou une rencontre en personne avec moi pour bien cibler vos besoins et voir comment je peux vous soutenir, surtout en ces moments où l'accès aux services et aux ressources peut être plus difficile.

**AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX  
POUR LES ADOLESCENTS – LES PARENTS – L'ÉQUIPE-ÉCOLE**

---

PAR STÉPHANIE DESHARNAIS, INTERVENANTE, AUTEURE ET CONFÉRENCIÈRE

# LA SANTÉ MENTALE DE VOS ÉLÈVES ET DE VOTRE PERSONNEL VOUS PRÉOCCUPE?



...Vos élèves présentent des signes de stress et d'anxiété?

...Vivent des conflits qui influencent leur humeur et leur énergie à l'école?

...“Skippent” les cours parce qu'ils ne voient plus le sens d'être assis en classe?

...Vos ados arrivent fatigués à l'école et sont peu concentrés en raison d'enjeux familiaux ou environnementaux qui sont hors de votre contrôle?

...Vous avez des parents dépourvus de moyens qui vous demandent de l'aide parce qu'ils ne savent pas comment intervenir et aider leur ado dans ses différents enjeux?

...Vous avez des relations tendues avec certains parents ou entre des parents et des enseignant(e)s? Peut-être même au sein de l'équipe et/ou avec la direction?

...Vous, vos élèves et/ou leurs parents auraient besoin d'une personne ressource pour répondre à leurs questions et faire des interventions rapides et ciblées sur la problématique vécue?

...Vous faites tout ce qui est en votre pouvoir pour améliorer les choses mais vous sentez qu'une partie n'est pas de votre ressort?

J'ai assurément le programme qu'il vous faut et ce serait un privilège pour moi de travailler avec vous pour vous soutenir et favoriser un milieu sain pour tous. Une intervention globale avec l'équipe-école, l'élève et son/ses parent.s. Du jamais vu comme concept! Lisez le document qui suit pour en savoir plus!

## AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX POUR LES ADOLESCENTS – LES PARENTS – L'ÉQUIPE-ÉCOLE

---

PAR STÉPHANIE DESHARNAIS, INTERVENANTE, AUTEURE ET CONFÉRENCIÈRE

### OBJECTIF

Cette offre de service est principalement basée sur le programme “Là pour toi” et vise à favoriser une santé mentale saine chez les ados ainsi qu’un climat de vie sain et harmonieux autant à l’école qu’à la maison. Le programme vise à mieux se comprendre (soi-même et entre nous), mieux comprendre ce qui est vécu durant l’adolescence ainsi que développer des outils concrets pour faire face aux enjeux présents à l’adolescence.

Grâce à l’accès à une plateforme complète (capsules vidéos traitant de différents sujets [gestion des émotions, stress/anxiété, expériences et exploration, construction de l’identité, gestion des relations/communications, estime/confiance en soi, rôle parental] ainsi qu’un journal d’outils complet) tous les acteurs concernés par le mieux-être de l’élève seront outillés et soutenus pour traverser cette phase charnière de la vie qu’est l’adolescence.

L’accompagnement offert (détails plus bas) propose non seulement des interventions, mais aussi un axe préventif, formatif et un accompagnement dans des démarches de médiation.

### AVANTAGES POUR L'ÉCOLE

Réduction de la charge des interventions, soutien parental, interventions rapides dans une approche systémique, psychosociale et relationnelle.

Cette entente de service permet un soutien direct, concret et personnalisé à vos élèves, à leurs parents ainsi qu’à toute l’équipe-école. En prévention, mais aussi en intervention. L’intention première est de permettre à l’équipe-école de se concentrer sur les enseignements académiques et interventions prioritaires et de réduire la charge de cas, considérant que les élèves qui seront référés au service sont davantage des élèves dont les enjeux peuvent se résorber rapidement grâce à des interventions soutenues et ciblées sur une période de temps déterminée. Le tout se fait dans une approche systémique et en intervention concertée avec les différents acteurs du milieu scolaire, familial et externe.

### PAR UNE INTERVENANTE PASSIONNÉE, SPÉCIALISÉE AVEC LES ADOS

Ayant travaillé dans le milieu communautaire (dont en médiation), scolaire et publique, j’ai toujours travaillé avec la clientèle adolescente. Je m’intéresse beaucoup à cette phase charnière de la vie où l’ado est en pleine recherche identitaire. J’ai le souci de développer continuellement mes approches, toujours en lien avec cette clientèle qui me passionne!

## AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX

### POUR LES ADOLESCENTS - LES PARENTS - L'ÉQUIPE-ÉCOLE

---

#### Services offerts

##### Soutien individuel aux personnes concernées

- Que ce soit pour un accompagnement psychosocial à l'ado et à ses parents ou pour une démarche de médiation entre différentes personnes concernées (élèves, parents, membre du personnel, direction), des rencontres seront offertes directement dans le milieu ou encore en virtuel selon la préférence des personnes.
- Le soutien est malléable en fonction des besoins et du rythme des personnes. Peut se faire de façon ponctuelle, régulière ou structurée (dans le cas d'une démarche de médiation, par exemple), aussi longtemps que nécessaire pour répondre aux objectifs de mieux-être et de relations harmonieuses.
- Les élèves et les parents référés pour un soutien psychosocial recevront l'accès à une plateforme pour visionner des capsules vidéos et consulter une foule d'outils concrets visant à les aider à faire face aux différents enjeux du quotidien (estime de soi, exploration et expérimentation, enjeux relationnels, communication et conflits, gestion des émotions, stress et anxiété, connaissance de soi, rôle parental...).

##### Ateliers de groupe en classe

- En lien avec les sujets des capsules présentées dans la plateforme du programme d'accompagnement, des ateliers seront offerts en classe et des exercices de réinvestissement seront réalisés (conçus en fonction des compétences à évaluer dans le cadre du cours de français et/ou ECR).
- Cela représente 11 ateliers qui peuvent être donnés à des classes ciblées (le niveau scolaire et la fréquence des ateliers est à déterminer avec l'équipe et le nombre de groupes varie en fonction du forfait choisi).

##### Atelier-conférence aux parents

- Une conférence sera offerte aux parents (en formule hybride soit présentiel et/ou virtuel) pour les aider à mieux comprendre cette phase de vie de leur ado, changer leur perception de leur ado et de ses comportements et mieux le soutenir à travers ses enjeux.

## AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX POUR LES ADOLESCENTS - LES PARENTS - L'ÉQUIPE-ÉCOLE

---

### Ce qui est inclus

#### Atelier-conférence aux élèves

- Une conférence pour permettre aux élèves de mieux se comprendre et être outillés pour faire face aux enjeux qu'ils vivent au quotidien. Parce que quand on se comprend, on change notre lunette et notre état s'apaise par le fait-même.

#### Formation/Soutien/Concertation avec et pour l'équipe-école et les professionnels

- Un atelier/formation sera offert à l'équipe-école et aux professionnels pour présenter la plateforme contenant les capsules vidéos et les outils utilisés avec les ados, leur permettant ainsi de poursuivre l'utilisation de ces outils dans leurs interventions au quotidien.
- Disponibilité de l'intervenante pour siéger sur différents comités ou participer aux rencontres d'équipes et de professionnels.
- Disponibilité de l'intervenante pour des discussions et rencontres de concertation et de collaboration avec les différents partenaires internes et externes, selon les situations.

Je demeure disponible pour discuter avec vous des modalités et de l'actualisation d'un contrat de services. Vous trouverez la présentation des différents forfaits ci-après, le tout étant bien évidemment modulable pour s'adapter à vos besoins et à votre réalité.

Ce serait un privilège pour moi de travailler avec votre équipe pour le mieux-être de vos élèves au quotidien.

**AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX**

**POUR LES ADOLESCENTS – LES PARENTS – L'ÉQUIPE-ÉCOLE**

**FORFAITS PROPOSÉS (PRIX ANNUELS ET TAXES EN SUS)**

Tous les forfaits incluent une copie de mon ouvrage "L'adolescence (entre parenthèses) pour les ados" disponible à votre bibliothèque.

Titre du forfait	Hres de présence	Coût
<u>FORFAIT DE BASE</u>	<u>3H PAR SEMAINE</u>	9 000\$ +tx
<u>FORFAIT ESSENTIEL</u>	<u>6H PAR SEMAINE</u>	17 000\$ +tx
<u>FORFAIT PRIVILÈGE</u>	<u>9H PAR SEMAINE</u>	25 000\$ +tx

**Répartition des heures de présence**

**SERVICES OFFERTS AU MOMENT DE LA PRÉSENCE (MODULABLE SELON LES PÉRIODES DE L'ANNÉE ET LES BESOINS DE L'ÉCOLE)**

- Rencontres aux élèves, parents et/ou membres du personnel, selon la situation et les besoins (intervention psychosociale, démarche de médiation).
- Ateliers de groupe: 11 ateliers dans un niveau ciblé et répartis dans l'année selon les besoins et la réalité de l'école (pour un maximum de 2 groupes).
- Atelier-conférence pour les parents: 1 atelier-conférence durant l'année.
- Atelier-conférence pour les ados: 1 atelier-conférence durant l'année.
- Formation/soutien/concertation avec l'équipe-école: un atelier/formation offert à l'équipe-école et de professionnels.
- Possibilité d'assister à des rencontres de concertation, comité, rencontre d'équipe, pour assurer la concertation et la collaboration avec les différents partenaires.

**AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINTE ET UN CLIMAT HARMONIEUX**

**POUR LES ADOLESCENTS - LES PARENTS - L'ÉQUIPE-ÉCOLE**

Forfait à la pièce	Coût
<p><b><u>RENCONTRES DE SOUTIEN</u></b></p> <p>Soutien individuel, familial ou de petits groupes (conflits de groupe). Rencontres ponctuelles, régulières ou structurées pour les élèves, parents, membres du personnel par le biais d'intervention psychosociale et/ou de démarche de médiation.</p>	<p>85\$/h +tx</p>
<p><b><u>ATELIERS DE PRÉVENTION</u></b></p> <p>Ateliers de prévention offerts dans les classes. 11 ateliers dans un niveau ciblé et répartis dans l'année selon les besoins et la réalité de l'école (maximum de 2 groupes).</p>	<p>1 320\$ +tx</p>
<p><b><u>ATELIER-CONFÉRENCE</u></b></p> <p>Atelier-conférence offert pour les parents "Être un parent d'ado, c'est tough!" OU Atelier-conférence offert pour les élèves "C'est tough l'adolescence"</p> <p>*Choix d'un des deux ateliers offert une fois durant l'année en format hybride (virtuel et/ou présentiel).</p>	<p>200\$ +tx</p>
<p><b><u>FORMATION/SOUTIEN/CONCERTATION</u></b></p> <p>Un atelier/formation offert à l'équipe-école et de professionnels leur donnant accès à la plateforme et aux outils destinés aux ados et aux parents d'ados. OU Disponibilité de l'intervenante pour partage d'expertise sur des comités ou temps de concertation à raison d'une fois par mois.</p>	<p>550\$ +tx</p>

# AGIR POUR UNE SANTÉ MENTALE SAINNE ET UN CLIMAT HARMONIEUX POUR LES ADOLESCENTS - LES PARENTS - L'ÉQUIPE-ÉCOLE

---

PAR STÉPHANIE DESHARNAIS, INTERVENANTE, AUTEURE ET CONFÉRENCIÈRE

Cette offre de service a pour réel objectif de vous soutenir dans l'actualisation d'un plan d'action centré sur le mieux-être à l'école.



Dans une période où les ressources sont difficiles à trouver, je souhaite vous soutenir et contribuer à un milieu de vie sain à l'école, autant entre les élèves, le personnel enseignant et non-enseignant, la direction ainsi que les parents.

Mon bagage en médiation relationnelle et mon expertise avec la clientèle adolescente me permettent de soutenir tous les acteurs de votre environnement scolaire pour favoriser une dynamique saine, positive et agréable pour tous.

En espérant pouvoir échanger avec vous sur votre réalité scolaire et vos besoins afin de vous soutenir du mieux que je le peux.

Merci infiniment d'avoir pris le temps de lire cette proposition de service et je demeure disponible pour en discuter davantage,

Au plaisir de travailler ensemble pour l'année scolaire 2026-2027!

**STÉPHANIE DESHARNAIS**  
**819-740-8172**  
**ADMIN@STEPHANIEDESHARNAIS.CA**  
**WWW.STEPHANIEDESHARNAIS.CA**  
**@STEPHANIED.INTERVENANTE**