

Inscription - Séance d'information sur des services de première ligne du CISSS du Bas-Saint-Laurent

À la demande de plusieurs partenaires du Kamouraska, le CISSS du Bas-Saint-Laurent et COSMOSS Kamouraska vous invitent à participer à une rencontre d'information afin de présenter divers services de première ligne du CISSS du Bas-Saint-Laurent.

L'OBJECTIF PRINCIPAL :

Afin de favoriser une meilleure connaissance des services offerts au Kamouraska, cette rencontre a pour but de s'assurer que les intervenants agissant auprès des jeunes et des adultes soient bien informés des portes d'entrées possibles du CISSS pour des situations nécessitant une intervention rapide. Cette séance d'information s'adresse autant aux gestionnaires qu'aux intervenants des organismes qui offrent des services au Kamouraska.

Cette séance d'information se tiendra le **22 janvier, de 13h30 à 16h**, Au Centre Robert-Côté, à Saint-Pascal. Les services suivants vous seront présentés :

- L'Escouade 24/7
- 811/Info-santé/Info-social
- La Clinique STEPP
- Le service d'accueil, d'analyse, d'orientation et de référence (AAOR)

INSCRIPTION :

La participation à cette rencontre est gratuite, mais nous vous demandons de confirmer votre présence d'ici le 17 janvier en vous inscrivant ici. <https://goo.gl/forms/qUKi88AsQN54wTz02>

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec François Lévesque, coordonnateur de COSMOSS Kamouraska, à l'adresse info@cosmoskamouraska.com

Merci et au plaisir de vous rencontrer!

[Télécharger la version imprimable ICI](#)

À Propos de la Clinique STEPP

La clinique de service de traitement en équipe pour les premières psychoses (STEPP) du CISSS du Bas-Saint-Laurent a été lancée en octobre 2014 pour répondre aux besoins spécifiques d'une clientèle vivant un

premier épisode psychotique, principalement les adolescents et les jeunes adultes au KRTB.

La clinique STEPP a pour objectifs :

de réduire la durée de la psychose non-traitée au moyen d'une identification et d'une intervention précoce appropriées;

- *de minimiser les perturbations dans la vie des adolescents et des jeunes adultes qui traversent une psychose afin qu'ils réintègrent et maintiennent leurs rôles au niveau scolaire, professionnel ou autres;*
- *de réduire la demande dans les autres domaines du système de santé mentale, du système de santé et du réseau de services sociaux;*
- *de diminuer les perturbations dans l'entourage de la personne atteinte.*

À Propos de l'Escouade 24/7

l'Escouade 24/7 est issu d'un partenariat unique basé sur l'expertise des deux centres de crise de la région. Cette bonification à l'offre de service du CISSS du Bas-Saint-Laurent en matière de services psychosociaux permettra d'offrir un soutien de proximité, personnalisé et adapté à toutes les personnes vivant un épisode de crise au Bas-Saint-Laurent en tout temps.

Inspiré du système de pompiers volontaires, l'Escouade 24.7 est composée de 14 professionnels établis sur le territoire et disponibles en tout temps pour répondre à des besoins urgents. De par leur expertise, les centres de crise assureront l'encadrement, la formation et la supervision des intervenants. Plus spécifiquement, une unité mobile d'intervention de crise permettra aux personnes :

- d'obtenir un service spécialité directement dans son milieu en tout temps;
- *de recevoir une aide en face à face;*
- *d'obtenir un soutien pour soi et sa famille;*
- *de retrouver l'équilibre;*
- *d'éviter un déplacement vers une urgence.*

Invitation à la Grande Rencontre COSMOSS Kamouraska - Thème : Intégration socioprofessionnelle

Le Comité Intégration Socioprofessionnelle de COSMOSS Kamouraska vous invite à participer à ce

Le Répertoire COSMOSS des Organismes

rassemblement qui aura lieu **le 31 janvier de 8 h 30 à 13 h, à la salle Chanoine-Beaudet.**

Cette invitation s'adresse à tous les partenaires qui contribuent à l'intégration sociale et professionnelle des jeunes adultes du Kamouraska de l'un ou l'autre des secteurs suivants : scolaire, municipal, de la santé, communautaire ou du développement socio-économique.

La personne idéale pour représenter votre organisation à cet événement peut être un gestionnaire ou un intervenant qui connaît les situations vécues par votre clientèle. Elle doit être en mesure d'en faire profiter les autres partenaires présents à la rencontre, lors des moments d'échanges.

Au cours de cette Grande Rencontre, nous débiterons par une présentation de l'état de la situation actuelle au niveau de l'intégration socioprofessionnelle. Nous vous présenterons un nouvel outil vous permettant de mieux référencer les jeunes selon leurs besoins. Des périodes d'échange en sous-groupes vous permettront de vous approprier le contenu de la rencontre.

Pour ceux et celles qui le désirent, un dîner sera servi sur place afin de vous permettre de poursuivre les échanges.

Inscrivez-vous ici:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeWEN4MT4mjMEFPBGG9h0fwm4g7Fm1pe5ag_JA9_YS6KqCxoA/viewform?usp=sf_link

**** Date limite pour les inscriptions: le 25 janvier 2019.**

Au plaisir de vous accueillir en grand nombre à cette Grande Rencontre.

Le comité Intégration Socioprofessionnelle de COSMOSS Kamouraska est composé des personnes suivantes :

- Mme Hélène Marquis, Services-Québec
- Mme Nathalie Bélanger, Commission Scolaire Kamouraska-RDL
- Mme Edith Samson, Projection 16-35
- Mme Kelly Sirois, Univers-Emploi
- M. Ludovic Decoret, COSMOSS BSL
- M. François Lévesque, COSMOSS Kamouraska
- Mme Marie-Ève Paradis, COSMOSS Kamouraska

Ville Saint-Pascal, Ambassadrice des Saines

Habitudes de Vie

C'est devant l'ensemble du Conseil municipal de Ville Saint-Pascal ainsi que devant quelques citoyens que Sophie Archambault de COSMOSS a remis au maire Régnald Bernier le certificat d'ambassadeur des saines habitudes de vie pour son engagement à améliorer la santé des jeunes et leur famille au Kamouraska.

Bien qu'il ait été remis au maire, le certificat est destiné à l'ensemble des élus et aux employés municipaux de la ville. Au courant des dernières années, Ville Saint-Pascal a su être avant-gardiste en choisissant d'améliorer l'environnement physique de ses rues afin de rendre les déplacements actifs plus sécuritaires. Les projets d'aménagement du Parc Ernest-Ouellet, avec l'installation du gazébo, du terrain de pétanque, du coffre Prêt à jouer WIXX servent également à favoriser les saines habitudes de vie en plus d'inviter la population à vivre des échanges intergénérationnels. Ville Saint-Pascal collabore également au programme Accès-Loisirs Kamouraska et participe, depuis les cinq dernières années au Passeport Kamouraska.

Avec ces certificats, nous souhaitons honorer les partenaires qui s'engagent activement ou qui ont démontré un leadership contagieux afin d'améliorer les habitudes de vie des jeunes et de leur famille. Rappelons que madame Sylvie Leblanc du CPE Pitatou et Isabelle Dionne de l'Arc-en-ciel du Cœur ont déjà reçu un certificat.

Rappelons que les partenaires COSMOSS travaillent activement, depuis près de 10 ans, sur des initiatives qui améliorent la santé des jeunes du Kamouraska. Soutenu initialement par Québec en Forme, le travail se poursuit de concert avec différents bailleurs de fonds qui ont à cœur le développement du plein potentiel des jeunes.

Retour sur les conférences d'Ariane Hébert

Avant le congé des fêtes, Madame Ariane Hébert, Psychologue clinicienne et conférencière est venue faire une présentation auprès des intervenants ainsi qu'aux parents du Kamouraska.

Conférence Être parent - La boîte à outils.



COSMOSS et ses partenaires tiennent à remercier les parents venus nombreux assister à la conférence *Être parent-La boîte à outils* présentée par la psychologue clinicienne et auteure Mme Ariane Hébert. L'évènement a eu lieu mercredi le 5 décembre dernier.

En tout, ce sont tout près d'une cinquantaine de parents qui ont pu bénéficier de l'expertise et de l'expérience de Mme Hébert. La discipline, la communication, la confiance en soi, l'éducation et l'anxiété sont au nombre des sujets qui ont été abordés lors de cette soirée. Basée sur les observations faites dans sa pratique, la conférence de Mme Hébert a offert des pistes de solutions aux parents présents. La recherche d'harmonie et d'équilibre au sein de nos foyers sont des enjeux importants pour une vie familiale épanouie.



Formation L'anxiété - La boîte à outils

Le lendemain, une formation dédiée aux intervenants et aux gestionnaires traitait de l'anxiété. L'estime

de soi, la gestion du stress, l'apprivoisement des peurs et les habiletés sociales ont été présentés à la cinquantaine d'intervenants venus entendre Mme Hébert.

Nous tenons à remercier la participation et l'intérêt des intervenants présents lors de cet évènement.

Outils d'intervention à prêter gratuitement aux intervenants du Kamouraska

COSMOSS bonifie sa liste d'outils d'intervention. En plus des titres suivants :

- L'anxiété racontée aux enfants, Ariane Hébert
- Incroyable moi maîtrise son anxiété, Nathalie Couture
- Extraordinaire moi calme son anxiété de performance, Nathalie Couture
- Arrêtez de vous faire du souci pour tout ou pour rien, Robert Ladouceur
- Anxiété - La Boîte à outils, Ariane Hébert
- Par amour du stress, Sonia Lupien
- Reconnecte avec toi : Apprendre à se connaître par la méditation, François Lemay

Voici **les nouveaux titres** qui viennent s'ajouter aux outils disponibles.

- Attention, enfant sous tension ! Le stress chez l'enfant, Germain Duclos
- Anxiété, sois mon invitée, Johanne Lévesque et Sylvain Guimond
- Être parent- La boîte à outils, Ariane Hébert
- Les émotions racontées aux enfants, Ariane Hébert
- Aider l'enfant anxieux, guide pratique pour parents et enfants, Sophie Leroux.

Il est possible d'effectuer un prêt tout à fait gratuitement pour une durée de 30 jours. Si un ou des titres vous intéressent, veuillez communiquer avec Marie-Ève Paradis. marieeve@cosmoskamouraska.com

Résultats d'une journée d'échanges sur

L'accessibilité alimentaire au Kamouraska

La journée du 29 novembre dernier portant sur l'accessibilité alimentaire au Kamouraska a réuni 25 acteurs du milieu qui ont réfléchi ensemble sur les initiatives existantes en lien avec la saine alimentation, le maillage entre ces initiatives et les avenues potentielles de développement.

À la fin de cette journée, l'équipe d'organisation s'est engagée à donner suite à cette journée et convie maintenant les partenaires à se réunir autour de deux chantiers de travail :

1. Développer un territoire nourricier;
2. Faire rayonner des actions à caractère nourricier pour mieux informer et sensibiliser la population.

Si vous n'avez pas participé à cette journée et que vous souhaitez vous impliquer sur l'un ou l'autre des chantiers de travail, n'hésitez surtout pas à contacter Sophie Archambault, agente de concertation pour COSMOSS Kamouraska, ou encore Dominique Pineault, organisatrice communautaire au CISSS du Bas Saint-Laurent.

Il nous fera plaisir de travailler avec vous!

Lancement de l'Agenda des Parents - Parlez-en à votre clientèle!

Saint-Pascal, le 10 décembre 2018 - COSMOSS Kamouraska a profité du fait qu'une cinquantaine de parents s'étaient donné rendez-vous pour écouter la conférence intitulée « Être parent - la boîte à outils » de la psychologue d'Ariane Hébert, pour procéder à la présentation d'un tout nouvel outil d'information qui s'adresse à eux. Connue auparavant sous le nom de l'Agenda des tout-petits, c'est désormais sous le nom de l'Agenda des parents que sera publié quatre fois par année ce bulletin.

Faisant suite à un besoin exprimé par les partenaires COSMOSS de la *Table moins 9 mois 5 ans en action*, l'Agenda des parents est disponible en [s'abonnant à l'infolettre](#). Publiée quatre fois par année, elle comporte des articles sur des sujets divers touchant la parentalité et l'offre des activités aux familles du Kamouraska. Cette publication vise également à soutenir les parents et leurs compétences parentales en transmettant l'information sur des sujets qui les touchent directement.

Le Répertoire COSMOSS des Organismes

En ce qui concerne son contenu, c'est l'ensemble des partenaires COSMOSS qui sera mis à contribution en fournissant les sujets des articles publiés. Dans un souci de faire connaître les services offerts aux familles par les partenaires et les organismes, la petite enfance et l'adolescence seront également abordées dans cet agenda. Ce sont donc les parents d'enfants de 0 à 16 ans qui sont concernés par ces informations.

« *La conjoncture était favorable pour mettre en place cette plateforme. En joignant l'infolettre au site du [Quoi faire au Kamouraska](#), en plus d'y ajouter un bouton d'inscription à la page d'accueil de ce dernier, cela nous permet d'insérer des articles intéressants. De cette façon, nous allons concentrer les informations pertinentes locales pour les parents, étant consciente qu'ils reçoivent déjà beaucoup d'informations* », de mentionner madame Sophie Archambault, agente de concertation chez COSMOSS Kamouraska.

« *Pour les partenaires comme nous, c'est un outil important qui voit le jour et nous permettra de faire un pas de plus pour rapprocher les parents des organismes du milieu*», de déclarer madame Julie Théberge, directrice générale de la Maison de la famille du Kamouraska.

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT

COSMOSS invite les parents à s'inscrire en grand nombre en se rendant directement sur le site du [Quoi faire au Kamouraska](#). Les infolettres seront également relayées via la page Facebook de COSMOSS Kamouraska. On compte déjà une cinquantaine d'abonnés. Pour les curieux, il est possible de consulter la première édition en cliquant [ici](#).