

Gratuit !
Intervenants
et matériel
inclus!

Offre de services PRIMAIRE

2026-2027



Offre de services par niveau

1e année

Les passionnés

2e année

Mon ami caméléon

3e année

Dompte ton stress

4e année

Jeux vidéos

5e année

Questionne ton stress
Les écrans et moi

6e année

Réseaux sociaux
Prévenir pour mieux grandir

Horaire d'animation

Septembre 2026 à décembre 2026

Mon ami caméléon (2e année)
Jeux vidéos (4e année)
Les écrans et moi (5e année)
Réseaux Sociaux (6e année)

Janvier 2027 à mars 2027

Les passionnés (1e année)
Dompte ton stress (3e année)
Questionne ton stress (5e année)

Mars 2027 à Juin 2027

Programme
Prévenir pour mieux grandir
(6e année)

L'organisme Satellite propose un vaste choix d'ateliers offerts dans les écoles de la grande région maskoutaine. Ceux-ci sont animés par des intervenants qualifiés, selon l'approche «École en santé» et visent à informer et à prévenir les dépendances ainsi qu'à favoriser et promouvoir de saines habitudes de vie.

Nous œuvrons dans le milieu scolaire, communautaire et corporatif. L'objectif est d'outiller les jeunes, mais également leur entourage afin que ceux-ci puissent bien les accompagner et les informer à leur tour.

Ces ateliers ont pour objectifs de :

- Développer les habiletés personnelles et sociales chez les jeunes;
- Favoriser l'adoption de saines habitudes de vie;
- Informer et sensibiliser les jeunes sur les dépendances avec une approche de type promotion de la santé et réduction des méfaits;
- Outiller les parents et l'entourage des jeunes afin qu'ils deviennent à leur tour des agents de prévention.

Pour réserver un atelier Satellite, écrivez à :
primaire@preventiondesdependances.org



450 888-2572

primaire@preventiondesdependances.org



Gratuit !
Intervenants
et matériel
inclus!

Offre de services PRIMAIRE

2026-2027



Ce présent document offre une version plus détaillée de nos ateliers.
Vous trouverez ces mêmes informations sur notre site internet :
preventiondesdependances.org/nos-services-primaire.

Les Passionnés

Population ciblée : 1e année.

Objectif : Prendre connaissance de soi, développer la curiosité et comprendre le concept de passion.

Durée : 60 minutes.

Description : Les élèves identifieront ce qu'est une passion, participeront à un quiz pour éveiller leur curiosité et discuteront des passions. Cet atelier répond à l'élément *Champs d'intérêt d'une personne* du programme *Culture et citoyenneté québécoise*.

Mon ami Caméléon

Population ciblée : 2e année.

Objectif : Prendre connaissance de soi et développer des habiletés sociales.

Durée : 60 minutes.

Description : Les élèves identifieront les comportements adaptés pour avoir des relations d'amitié saines. Cet atelier répond à certains éléments du contenu obligatoire d'éducation à la sexualité du ministère de l'éducation.

Dompte ton stress

Population ciblée : 3e année.

Objectif : Identifier des éléments stressants du quotidien, repérer des signes psychologiques et physiques des stressés et proposer des moyens pour se sentir mieux.

Durée : 60 minutes.

Description : Les participants pourront découvrir un éventail de moyens afin de gérer leur stress et seront amenés à s'exprimer face à leurs stressés. Cet atelier répond à l'intention éducative *Santé et bien-être* du Programme de formation de l'école québécoise.

Jeux vidéo

Population ciblée : 4e année.

Objectif : Informer sur l'utilisation des jeux vidéo en favorisant un équilibre, une saine gestion tout en réservant la notion de plaisir.

Durée : 60 minutes.

Description : Les jeunes aborderont les bons et les moins bons côtés des jeux vidéo au travers de la lecture d'une bande dessinée. Ils soulèveront les signes d'une utilisation problématique, et par le biais de discussions, nous proposerons des moyens à mettre en pratique pour retrouver un équilibre et une saine utilisation des technologies.

Besoin de précision?

Contactez-nous au **450 888-2572** !

Il nous fera plaisir de discuter avec vous concernant toute adaptation d'atelier.



Gratuit !
Intervenants
et matériel
inclus!

Offre de services PRIMAIRE

2026-2027



Les écrans et moi

Population ciblée : 5e année.

Objectif : Informer sur l'utilisation et la place de la technologie au quotidien et aborder des moyens afin de garder un équilibre de vie.

Durée : 60 minutes.

Description : Les élèves aborderont les bons et les moins bons côtés de la technologie. Nous profiterons de l'occasion pour échanger sur l'instantanéité, l'ennui et les pièges à éviter en ligne. Cet atelier répond à l'élément *Fonctions et effets du numérique* du programme *Culture et citoyenneté québécoise*.

Questionne ton stress

Population ciblée : 5e année.

Objectif : Identifier les éléments d'une situation stressante, à l'aide du concept du CINÉ, afin de mieux la gérer.

Durée : 60 minutes.

Description : Au travers de l'histoire de Sandrine, les participants auront à utiliser le CINÉ afin d'aider à réduire ses réponses de stress. Cet atelier se veut une suite complémentaire à l'atelier *Dompte ton stress*. Toutefois, celui-ci n'est pas prérequis.

Réseaux sociaux

Population ciblée : 6e année.

Objectifs : Amener l'élève à réfléchir à la place qu'occupent les réseaux sociaux dans leur quotidien et développer leur sens critique face à ce moyen de communication.

Durée : 60 minutes.

Description : Au travers d'un jeu-questionnaire, les élèves se poseront des questions sur les avantages et les désavantages des réseaux sociaux. Ils seront appelés à se prononcer sur la bonne façon de les utiliser afin de profiter de leurs aspects positifs tout en laissant à l'écart les effets néfastes. Cet atelier répond à l'élément *Représentation de soi en ligne* du programme *Culture et citoyenneté québécoise*.

Prévenir pour mieux grandir

Population ciblée : 6e année.

Objectifs : Aider les jeunes à remplir leur coffre d'outils en matière de compétences personnelles et sociales.

Durée : 4 rencontres de 60 minutes.

Description : Les élèves identifieront différents moyens de gérer les émotions négatives, se muniront de 9 moyens pour résister à la pression, apprendront les 4 étapes du processus de prise de décisions réfléchies et se prépareront à leur entrée au secondaire.

Comment planifier un atelier?

En écrivant au

primaire@preventiondesdependances.org