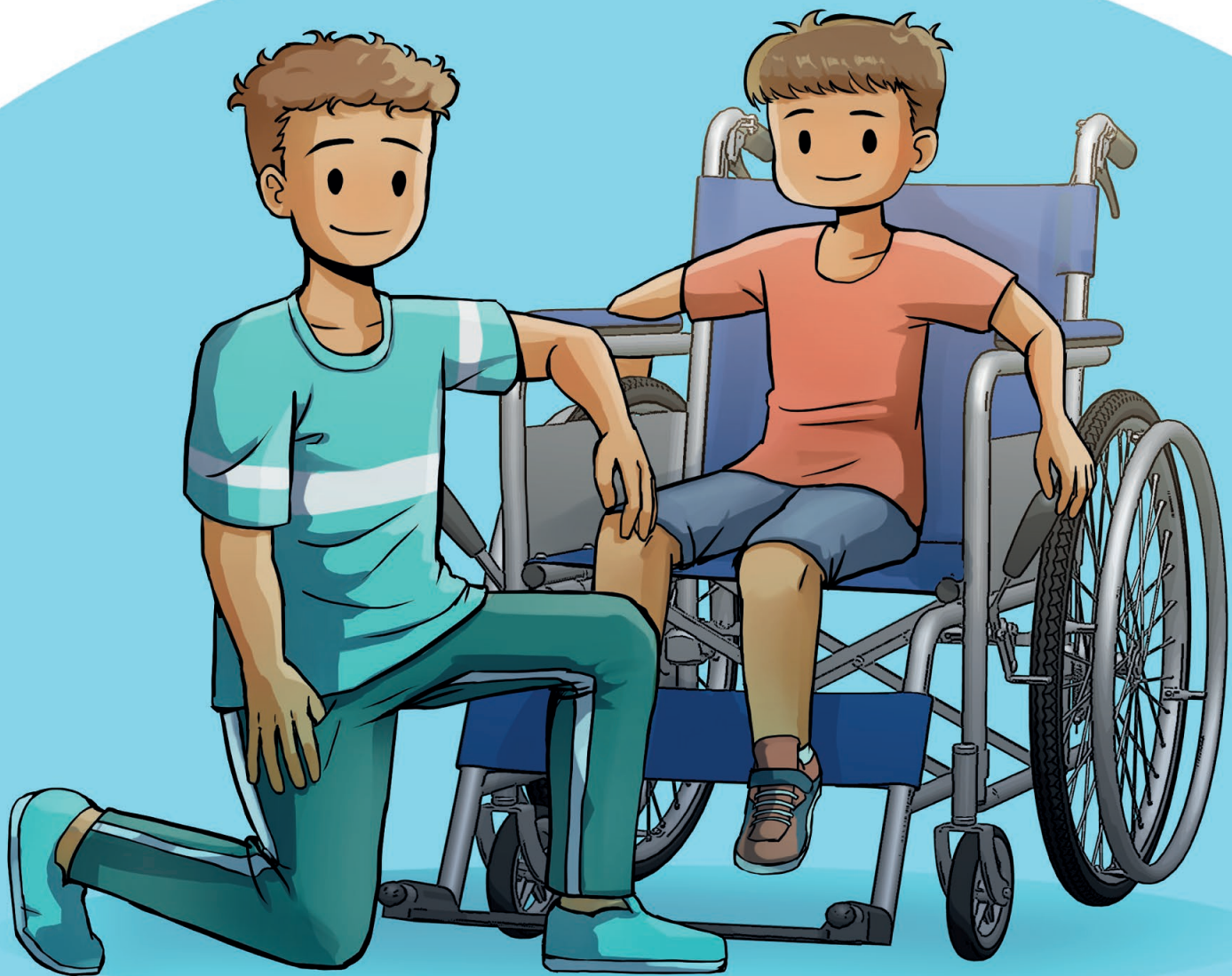


ET SI ON EN PARLAIT ?

Grandir en aidant, l'histoire de Théo

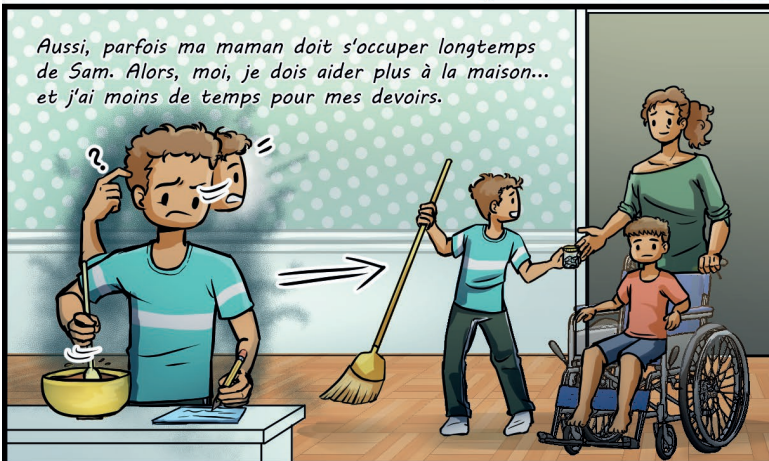
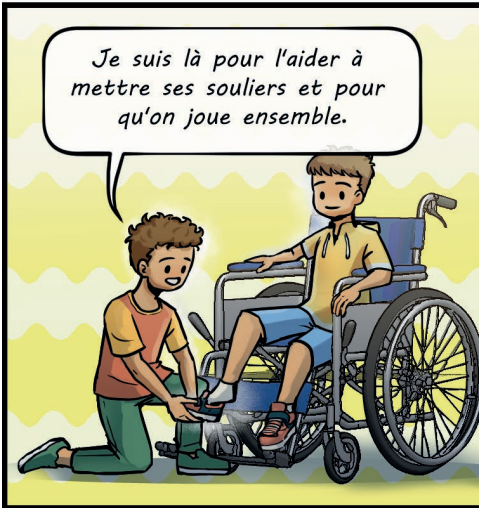
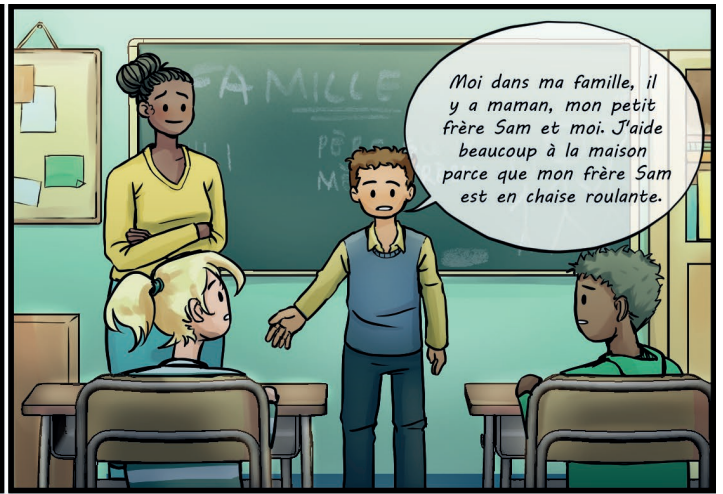


En partenariat avec :



amiquébec
Allié.e.s en santé mentale
Allies in mental health





Guide d'accompagnement destiné au personnel scolaire du primaire

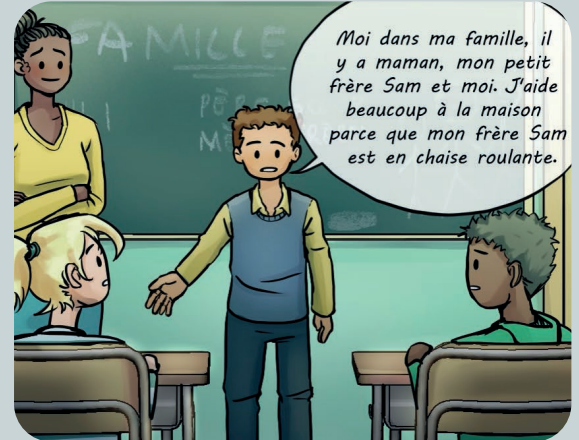
Cette section constitue un **guide d'accompagnement pour la bande dessinée « Et si on en parlait ? Grandir en aidant, l'histoire de Théo »**. Il s'adresse au personnel scolaire du primaire et propose des activités à réaliser en classe afin de soutenir l'appropriation de la bande dessinée par les élèves et les sensibiliser à la réalité des jeunes personnes proches aidantes. Vous y trouverez des informations sur la jeune proche aidance ainsi que des suggestions d'activités pédagogiques.

→ C'est quoi la jeune proche aidance ?

On parle de jeune proche aidance lorsqu'un-e enfant, un-e adolescent-e ou un-e jeune adulte soutient un-e proche qui vit avec une maladie, un handicap, une dépendance ou des enjeux de santé mentale. Dès l'école primaire, certain-es enfant-s jouent un rôle de soutien important auprès d'une personne de leur entourage, soit un parent, un frère, une sœur, un grand-parent, un-e ami-e ou un-e voisin-e. Ces jeunes peuvent apporter du soutien dès le plus jeune âge, parfois sans que les adultes autour – y compris la personne aidée – s'en rendent compte. On les appelle jeunes personnes proches aidantes.

Concrètement, ces jeunes peuvent être amené-e-s à :

- Aider une personne proche à s'habiller, à se déplacer, à se nourrir, à se laver ou à communiquer.
- Lui tenir compagnie, la superviser, la divertir ou l'écouter.
- Effectuer des tâches à la maison au-delà de ce qui est normalement attendu pour leur âge.
- S'occuper des autres membres de la famille, comme leurs frères et sœurs.
- Lors des rendez-vous ou échanges avec les professionnel-le-s, traduire dans la langue maternelle de la personne.



→ Pourquoi s'intéresser à la jeune proche aidance au primaire ?

Ce rôle de jeune personne proche aidante peut avoir des répercussions sur plusieurs aspects de la vie des jeunes : leur bien-être émotionnel, leur niveau de fatigue, leurs apprentissages et, plus largement, sur le développement de leur identité, leur participation sociale et les décisions qu'elles et ils auront à prendre à l'adolescence et à l'âge adulte.

Plus un-e enfant commence à assumer ces responsabilités tôt, plus les effets négatifs peuvent être importants. Pourtant, cette réalité demeure souvent invisible, en raison du manque de connaissance sur la jeune proche aidance, de la peur chez les jeunes d'être jugé-e-s ou intimidé-e-s, et de la difficulté pour les enfants de mettre des mots sur ce qu'elles et ils vivent.

En sensibilisant les jeunes dès le primaire, on leur permet de mieux comprendre ce qu'elles et ils peuvent vivre comme jeune personne proche aidante, on favorise l'identification précoce d'une situation de proche aidance, et on ouvre la porte à un accompagnement adapté.

Voici trois suggestions d'activités à animer après la lecture de la bande dessinée :

Ces trois activités ont pour but d'aider les enseignant-e-s du primaire et le personnel scolaire à amorcer une discussion sur la réalité des jeunes personnes proches aidantes. Tout le matériel accompagnant les activités est [accessible ici](#).

→ Animer une discussion avec les élèves

1

Lire la BD (en grand groupe, en petits groupes ou individuellement).



2

Poser quelques questions ouvertes pour lancer la discussion :

- Qu'est-ce qui vous a touché-e dans l'histoire ?
- Avez-vous déjà entendu parler d'enfants qui aident beaucoup à la maison ?
- Pensez-vous que c'est facile ou difficile d'aider un-e proche quand on est un-e enfant ? Pourquoi ?

3

En groupe, nommer les types d'aides observés dans la BD (p. ex. : faire les tâches ménagères, donner de la médication, soutenir un parent, etc.). Inviter les élèves à nommer d'autres types d'aide possible (p. ex. : aider un parent à se déplacer, à se laver, etc.).

4

En grand groupe, aborder les émotions possibles ressenties par Théo. Inviter les élèves à nommer d'autres émotions que pourrait vivre un-e jeune dans une situation semblable (fatigue, colère, frustration, fierté, sentiment du devoir accompli, inquiétude, solitude, etc.).

5

Conclure en demandant ce que chacun-e pourrait faire pour Théo s'il était dans leur classe ?



→ Animer une activité sur l'interdépendance dans les familles

1

Lire la BD (en grand groupe, en petits groupes ou individuellement).

2

En grand groupe, faire un retour sur la BD en s'interrogeant sur la manière dont les membres des familles aident les autres.

- Qui aide qui dans l'histoire ?
- Quels sont les besoins de chacun-e des membres de la famille ?
- Est-ce que Théo aide son petit frère Sam ? Comment ?
- Est-ce que Théo aide sa mère ? Comment ?



L'idée est de faire ressortir les liens d'interdépendance entre les membres de la famille.

3

Distribuer la fiche d'activité « Ce que l'on fait les un-e-s pour les autres dans ma famille ». Les élèves dessinent ou écrivent des exemples concrets d'entraide dans leur propre famille.

Exemples :

- Maman m'aide à faire mes devoirs.
- Mon grand frère met la table pour tout le monde.
- Papa vient me porter à la natation.
- Je surveille mon petit frère.

4

Faire un retour en groupe

- Inviter quelques élèves à partager un exemple.
- Souligner la diversité des familles et rappeler qu'il est normal de demander de l'aide lorsque certaines responsabilités ou tâches deviennent trop difficiles.

→ Animer une activité de création de bande dessinée

1

Inviter les élèves à imaginer une courte histoire mettant en scène un-e enfant qui aide un-e membre de sa famille.

2

Distribuer le gabarit de bande dessinée et leur demander de montrer comment le personnage se sent, ce qu'elle ou il fait, et ce qui l'aide à se sentir mieux (p. ex. : parler à quelqu'un, jouer avec ses ami-e-s, aller faire du vélo).

3

Faire un retour en groupe

- Inviter quelques élèves à partager un exemple.
- Se questionner sur quel rôle peut jouer un-e enfant dans sa famille quand un-e proche a besoin d'aide, quelles émotions un-e enfant peut ressentir quand elle ou il aide un-e proche ?

Conseils pour l'animation en classe

La lecture de cette bande dessinée et la réalisation d'une activité en classe peuvent susciter des réactions, des émotions ou des partages sensibles de la part des élèves. Voici quelques conseils pour favoriser un climat bienveillant et sécurisant en classe.

→ Avant l'activité



Prenez connaissance de la BD à l'avance afin de bien maîtriser les thèmes abordés et anticiper les questions possibles.



Invitez, si possible, un-e membre du personnel de soutien scolaire à co-animer ou à être présent-e en classe. Leur présence peut faciliter l'accueil de certaines réactions ou confidences et permettre une intervention individuelle au besoin.



Choisissez et préparez l'activité adaptée à votre groupe, en tenant compte de l'âge et du niveau de vos élèves. Toutes les activités peuvent être modifiées pour mieux répondre aux besoins de votre classe.



Explorez les possibilités de collaborer avec un organisme communautaire de votre région spécialisé en proche aidance afin de soutenir l'animation.

Pour trouver un organisme, consulter le [Répertoire des ressources de l'Appui pour les proches aidants](#).



[Informez-vous davantage sur la jeune proche aidance.](#)



Prévoir une période suffisante avec le groupe pour lire la bande dessinée, répondre aux questions et faire l'activité (environ 1 h),

→ Pendant l'activité



Laissez du temps aux élèves pour bien lire la BD ou leur faire la lecture en grand groupe.



Rappelez aux élèves qu'elles et ils ne sont pas obligé-e-s de partager des expériences personnelles avec le reste du groupe. Vous pouvez utiliser des formulations inclusives comme « certaines personnes vivent cela », afin d'ouvrir la discussion tout en respectant l'intimité de chacun-e.



Portez attention aux réactions verbales et non verbales des élèves. Cela peut vous aider à repérer discrètement les jeunes qui vivent ou pourraient vivre une situation de proche aidance.



Soulignez les messages importants pour les élèves : le droit de demander de l'aide, l'importance de prendre soin de soi et d'en parler lorsque les responsabilités sont trop exigeantes.



Favorisez l'écoute active, le respect et l'absence de jugement pendant les échanges.

→ Après l'activité



Restez disponible à poursuivre les discussions au sujet de la proche aidance.



Offrez du soutien aux jeunes personnes proches aidantes qui en ont besoin (écoute, référence, adaptation à l'école).



Planifiez d'autres activités sur la proche aidance avec vos élèves (p. ex. [Jeu des 7 familles de l'Appui pour les proches aidants](#)).



Intégrez différents outils dans votre pratique afin de mieux reconnaître et accompagner les jeunes personnes proches aidantes.



Besoins de plus d'information ou d'outils sur la jeune proche aideance ?



Lisez le
Magazine Kare



Consultez le guide pour les
professionnel·les Aider les
jeunes aidants et jeunes
aidantes à sépanouir



Visionnez la capsule
vidéo Vous connaissez
sûrement des jeunes
proches aidants



Explorez la trajectoire
des jeunes personnes
proches aidantes



Renseignez-vous sur le
Questionnaire de Lou
pour l'intégrer dans
votre pratique

Pour trouver des organismes en proche aideance



Répertoire
de ressources



Répertoire des
organismes

Pour trouver des organismes spécialisés en jeune proche aideance



Liste des ressources
disponibles sur le site
d'AMI-Québec

Pour trouver des organismes pour l'entourage des personnes avec des enjeux de santé mentale



Crédits

Autrices et membres du comité de travail

Florence Potvin
Observatoire québécois de la proche aideance

Margaux Reiss
Observatoire québécois de la proche aideance

Janie Dussault
Observatoire québécois de la proche aideance

Valérie Boucher
*Regroupement des aidantes et aidants
naturels de Montréal*

Loriane Estienne
Proche aideance Québec

Oliver Fitzpatrick
AMI-Québec

Maude Lupien-Montesinos
CAP santé mentale

Éliane Thouin
Psychoéducatrice en milieu scolaire

Marika Tessier
Proche aideance Québec

Lanna Check
Bédéiste

Thibaud Marque
Graphiste

Pour voir les **autres publications en lien** avec
le projet ou pour en apprendre plus sur
la **démarche utilisée** pour créer cette publication,
c'est par ici :



N'hésitez pas à nous contacter

si vous avez des commentaires
ou des suggestions sur cette publication :

info@observatoireprocheaideance.ca