

POUR LES INTERVENANTS ET LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ

VOICI UN **FORMULAIRE DE CONSENTEMENT** À FAIRE REMPLIR PAR UN PARENT OU UN FUTUR PARENT QUI VEUT EN SAVOIR PLUS SUR **GESPER**

Je, _____, consens à ce qu'une personne représentante de l'organisme **PARENTS-ESPOIR** me contacte afin de me donner plus d'information sur le **Programme GESPER**.

Par téléphone

Entre 9:30 et 12:00

Entre 13:30 et 17:30

Par courriel

En tout temps

Téléphone: _____

Courriel: _____

Signature: _____

En date du: _____

Notez que cette information restera confidentielle et servira à un représentant de **PARENTS-ESPOIR** à vous rappeler. Pour ce faire, remettez ce formulaire à votre intervenante ou votre médecin ou professionnel ou nous le retourner en format numérisé par courriel à : parentsespoir@videotron.ca

En plus d'être gérés **PAR et POUR** des parents engagés dans leur rétablissement avec l'aide de sympathisants, **GESPER et PARENTS-ESPOIR** comptent sur plusieurs partenariats



GESPER est lié au programme d'intégration sociale du ministère de l'Éducation via la Commission scolaire de la Capitale-Nationale et son centre d'éducation aux adultes qui devient notre intermédiaire, soit le **Centre Saint-Louis**. Ainsi les participants qui le désirent peuvent réaliser des objectifs fixés au départ et recevoir **une attestation après 75 heures d'ateliers ou plus, pour chacun des volets suivants :**

- Habiletés parentales positives
- Habiletés personnelles et sociales



L'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale et l'Université Laval, qui voient à former et à accréditer des Pairs Aidants (P.A.), feront que nous pourrions former des **Parents Pairs Aidants (P.P.A.)** en ajoutant des formations complémentaires et un stage sur mesure.



Plusieurs autres partenaires venant du secteur privé, du milieu communautaire et du CIUSSS de la Capitale-Nationale peuvent être appelés à animer différents ateliers selon leurs compétences, de même que les parents lors de projets spéciaux.

Nous soulignons aussi notre collaboration avec



Présentateur principal en 2019-2020 permettant le lancement et la promotion du programme **GESPER**

CSDEPJ-P-232

LE
PROGRAMME
GESPER



POUR **GROUPES D'ENTRAIDE ET DE SOUTIEN DE PARENTS ENGAGÉS DANS LEUR RÉTABLISSEMENT**



«Parce que nous sommes plus que des personnes en rétablissement...»

Une initiative de l'organisme



2380, avenue du Mont-Thabor, local 200
Québec (Québec) G1J 3W7

418-522-7167

parentsespoir@videotron.ca
www.parents-espoir.ca

QU'EST-CE QUE LE PROGRAMME **GESPER**?

UNE APPROCHE COLLECTIVE AXÉE SUR LE MIEUX-ÊTRE DES FAMILLES PRÉSENTES ET FUTURES

Le rôle parental (ou la parentalité) et la santé mentale sont pris en compte dans ce cadre initié par l'organisme **PARENTS-ESPOIR de Québec**. Le concept de **GESPER** peut même être reproduit dans différents milieux en favorisant l'engagement, les collaborations, la transmission et l'échange de savoirs, puisqu'ils servent à nous enrichir.

À qui s'adresse **GESPER**

- futurs ou tous nouveaux parents
- parents qui ont la garde, la garde partagée ou n'ont plus la garde de leurs enfants
- parents qui souhaitent se préparer à des retrouvailles et maintenir des liens
- couples, familles recomposées ou monoparentales ou familles d'accueil
- parents d'enfants devenus adultes

Autres objectifs de **GESPER**

- briser l'isolement sans se sentir jugé
- améliorer le rapport avec soi-même, ses enfants, l'autre parent et ses proches
- vivre son quotidien sainement en étant mieux outillé
- susciter la réflexion et la recherche de solutions en commun
- créer un sentiment d'appartenance nourrissant



POUR UNE PARENTALITÉ EN SANTÉ...



Différents ateliers offerts en groupes fermés (sur inscription seulement)

Pour groupes de 12 participants maximum
3 sessions de 8 semaines (automne-hiver-printemps)
2,5 heures/sem. x 8 sem. = 20 heures/atelier
du lundi au vendredi (am-pm-en soirée)

POUR DÉVELOPPER DES HABILITÉS

personnelles, parentales, sociales
et de saines habitudes de vie
jusqu'à former de futurs
Parents Pairs Aidants (P.P.A.)

POUR UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE...



Groupes de codéveloppement ouverts aux parents « coachés » qui désirent :

- créer un environnement favorable au développement de leurs enfants, tout en réalisant leur projet de vie personnel, social et professionnel
- échanger sur des sujets qui les préoccupent et leur tiennent à cœur de résoudre, en identifiant leurs forces, leurs priorités et les moyens qui les aideront à passer à l'action
- relever leurs défis à court, moyen et plus long terme, en étant soutenus et encouragés, jusqu'à initier des projets spéciaux
- favoriser leur mieux-être mental et physique, de meilleures conditions de vie et des relations plus respectueuses et harmonieuses

QU'EST-CE QUE LE COFFRE À OUTILS **GESPER**?

UNE JOURNÉE D'INFORMATION

offerte à tout intervenant ou gestionnaire des réseaux de la santé et de l'éducation, aux services de garde, aux représentants d'entreprises et aux proches aidants.

On peut offrir ces journées chaque dernier vendredi du mois, sauf l'été, lorsqu'il y a 8 à 12 inscriptions. Le prix varie selon que vous êtes membre de l'organisme.

En plus d'avoir de meilleurs outils à la suite de cette journée, vous serez en mesure de :

- mieux prévenir et d'intervenir en considérant le projet de vie des personnes et leur mieux-être familial
- connaître la différence entre maladie mentale et santé mentale, les facteurs de risque et de protection, en tenant compte des déterminants de la santé
- comprendre les fondements de **GESPER** et son concept ouvert aux partenariats, à l'engagement et à l'application de savoirs dans divers contextes

Pour plus d'information

www.parents-espoir.ca

418 522-7167

parentsespoir@videotron.ca

