



Pour un développement psychosocial  
par le sport et le plein-air

# Programmation

COLLOQUE ANNUEL DU  
RÉSEAU

## 22-23-24 Novembre

### Camp Minogami

2630 Chem. Principal, Saint-Gérard-des-Laurentides, QC G9R 1W3

Événement soutenu par:

Québec

RÉSEAU ACCÈS  
PARTICIPATION

## COEXISTENCE

C'est sous le thème de la COEXISTENCE que le colloque annuel 2023 du Réseau souhaite réunir les personnes interpellées par la question et susciter une réflexion sur le développement psychosocial par le sport et le plein air au Québec.

Les dernières années ont été marquées par de nombreux bouleversements tant au niveau climatique que social. Les milieux du sport et du plein air qui subissent les conséquences de ces remous, doivent s'adapter, innover et s'actualiser face aux enjeux contemporains. Il est temps, plus que jamais, de nourrir une relation bidirectionnelle avec l'environnement afin d'envisager de nouvelles façons de concevoir un développement durable par le sport et le plein air. À ce vœu d'alliance réciproque entre l'humain et l'environnement, nous ajoutons celui de faire tomber les obstacles créant les iniquités sociales et accueillir la diversité comme une force mobilisatrice.

LE RESEAU A POUR VOCATION DE CRÉER DES ÉCHANGES ENTRE LES NOMBREUX ACTEURS DU MILIEU, EN MISANT SUR LA DIVERSITÉ DES PROFILS. NOTRE COLLOQUE SE VEUT AINSI UN LIEU DE RASSEMBLEMENT PERMETTANT D'OFFRIR UN ESPACE BIENVEILLANT POUR S'ENRICHIR COLLECTIVEMENT DE NOS DIVERSES EXPERTISES.

### TARIFS:

**360\$ - La totale : Trois jours de conférences, les dîners et les soupers (hébergement en sus)**

130\$ - Le Mercredi: conférences et dîner

130\$ - Le Jeudi: conférences et dîner

80\$ - Le Vendredi: conférences

+20\$ pour le souper du mercredi

+30\$ pour les grillades festives du jeudi

### Hébergement:

25\$ par nuit - Dortoir: l'expérience de camp à son meilleur!

150\$ par nuit - Chambre triple super confort: Tarif à vous partager à trois.

50\$ par nuit - Hutte comprenant 10 lits: Tarif à vous partager.

10\$ par nuit: Espace tente

20\$ par nuit: Espace Vanlife

50% DE RABAIS  
POUR LES  
ÉTUDIANTS-TES!  
OBTENEZ VOTRE  
CODE PROMO  
INFO@RESEAUACCES.COM

# HORAIRE-22 NOVEMBRE

Heure	QUOI	Endroit	QUI
8h à 9h	Accueil tables exposants à la cafétéria	Cafétéria	Hôtes
9h à 9h20	Mot de bienvenue - Déroulement Colloque	Dôme	Hôtes
9h30 à 10h30	Conférence d'ouverture / La grande traversée, diversité corporelle et défis d'aventure!	Dôme	Annabelle Guay
10H45 À 12H	Pratiques et initiatives inspirantes en plein air accessible <a href="#">Table ronde</a>	Pavillon Tanguay	coordonnée par l'AQLPH
	Regards croisés sur la pratique de l'intervention en contexte de nature et d'aventure au Québec : enjeux éthiques et déontologiques. <a href="#">Panel de discussion</a>	Le Dôme	coordonné par Virginie Gargano et Christian Mercure
	L'apport de la théorie de l'attachement dans la relation athlète-entraîneur <a href="#">conférence</a>	Salle commune ADM	David Côté-Dion
<b>12h à 13h15</b>	<b>Dîner à la cafétéria + tables exposants</b>		
13h30 à 14h45	Les programmes de développement humain par le sport et le plein air ont-ils un effet sur la sensibilisation environnementale et les comportements écologiques des participants? <a href="#">conférence + discussion</a>	Le Dôme	Suzanne Laberge
	Utiliser l'INA pour intervenir sur l'identité socio-professionnelle. <a href="#">Atelier pratique</a>	RDV pavillon ADM	Jérémie Le Guern-Lepage, Julie Gouin et Élyse Joubert
	Résultats d'une étude qualitative portant sur les effets et les éléments- clés influents lors de la pratique du canot et du kayak de rivière, de l'escalade de rocher et du surf <a href="#">20 minutes conférence + discussion</a>	Pavillon Tanguay	Virginie Gargano
	Dehors chez Soi : l'intervention par le plein air auprès de personnes en situation d'itinérance <a href="#">20 minutes conférence + discussion</a>		Julien Choquette Daigneault
15h00 à 16h	Le projet scolaire à l'organisme Le Grand Chemin <a href="#">20 minutes conférence+discussion</a>	Pavillon Tanguay	Simon Lanouette et Alexandre Doucet
	Projet pilote « Construis ton vélo » en contexte scolaire : Retour d'expérience de jeunes issus de milieux défavorisés. <a href="#">20 minutes conférence + discussion</a>		Célia Kingsbury, François Bissonnette
	NurraitJeunes Kairbus ; Adapter ses pratiques à différents contextes : quelles sont les spécificités des différents milieux culturels et géographiques <a href="#">documentaire et discussion</a>		Salle commune ADM
16h15 à 17h45	Programme d'intervention psycho éducatif en contexte de nature et d'aventure: Atelier pratique sur le développement, l'implantation et l'évaluation en milieu scolaire <a href="#">Atelier pratique</a>	RDV pavillon ADM	Christine Drolet et Kim Champagne
	Lancement du numéro 157 de la revue Intervention intitulé « Les pratiques centrées sur la nature et l'aventure en travail social : perspectives cliniques et scientifiques » <a href="#">table ronde</a>	Le Dôme	Virginie Gargano, Nicolas Moreau et Sarah Boucher Guèvremont
<b>18h à 19h30</b>	<b>5 À 7 des exposants</b>		

# HORAIRE- 23 NOVEMBRE

Heure	QUOI	Endroit	QUI
8h à 9h30	Le Grand Chemin : Tracer la voie de la déconnexion des écrans par la connexion à la nature <b>*Atelier pratique COMPLET</b>	RDV pavillon ADM	Marie-Josée Michaud + Jessica Bourbonnière
	Allier l'expérience aux données probantes – apprécier les bienfaits de la nature pour mieux la protéger - <b>Atelier pratique MAXIMUM 20-30 Personnes- COMPLET</b>	RDV Pavillon Tanguay	Dre Marie-Ève Langelier et Dre Isabelle Bradette
8h30 à 9h30	Sports et loisirs: Comment favoriser ensemble des environnements sains et sécuritaires <b>conférence</b>	Le dôme	Sylvain Croteau
9h45 à 10h45	L'inclusion des personnes trans et non binaires dans le sport : Démystifier pour faire tomber les barrières <b>conférence</b>	Le Dôme	Marilou St-Pierre
	<i>Unimani</i> un outil pour développer l'estime de soi en contexte sportif et de plein air <b>conférence</b>	Pavillon Tanguay	Hugo Lambert et Yves Hudon
	Constats sur divers éléments influençant l'élaboration, l'implantation et la pérennité de projets d'intervention par la nature et l'aventure <b>conférence</b>	Salle commune ADM	Stéphanie St-Amour Bélanger et Bruno Sabourin
11h à 12h	Inclusion de jeunes d'identités de genre diverses dans le cadre d'une activité genrée: l'exemple de Fillactive <b>conférence</b>	Le Dôme	Geneviève Leduc
	Comment l'INA pourrait soutenir les membres d'une famille à mieux coexister <b>conférence</b>	Salle commune ADM	Marilyn Brochu
	Le groupe PAF : une communauté de pratique féminine au collégial. <b>conférence</b>	Pavillon Tanguay	Korine Leblanc
12h à 13h15	<b>Dîner à la cafétéria + tables exposants</b>		
13h30 à 14h30	<b>Assemblée des membres TURBO!</b>	Cafétéria	Isabelle Blouin + Mariane Parent + Sophie Perron + Marie-Michelle Paradis+ Jessica Boudreau
14h45 à 16h	Vers des interventions centrées sur le vivant: nourrir et développer la réciprocité écologique en INA <b>Atelier pratique/ conférence</b>	Pavillon Tanguay	Emmanuelle Larocque
	Les besoins d'équité en activité physique et sportive : résultat d'une analyse différenciée selon les sexes dans une perspective intersectionnelle (ADS+) <b>conférence</b>	Salle commune ADM	Carine Thouveny , Lya Porto
16h15 à 17h30	Apprivoiser la nature et sa mesure : <b>atelier pratique et échange avec des experts du milieu de la recherche et de l'intervention</b>	Le Dôme	Isabelle Doré, Chloé Drapeau, Audrey Laberge
16h15 à 17h30	Horizon 4 Saisons – L'INA au sein du CISSS de la Montérégie	Pavillon Tanguay	Roxane Létourneau et Sarah-Blanche Racine
	Horizon- Services de santé en plein air : Innover en ergothérapie : un modèle intégrant plein air, approche populationnelle et entrepreneuriat		Océanne Brochu, co-fondatrice d'Horizon et ergothérapeute
18h à 19h30	<b>Grillades festives - Cafétéria</b>		

# HORAIRE- 24 NOVEMBRE

Heure	QUOI	Endroit	QUI
9h à 10h	Le biais de grande nature : réflexions sur nos perceptions de la nature et l'impact potentiel dans le développement de nos interventions en INA.	pavillon Tanguay	Jean-Philippe Leblanc
	L'inclusion une nouvelle voie pour le sport?	Salle Commune ADN	Jean-Philippe Acensi
10h à 11h	Ensemble ou en nature? Perspectives et résultats de recherche quant aux effets du contexte de l'activité physique sur la santé mentale	pavillon Tanguay	Dorothée Comtois-Cabana. Isabelle Doré, Ph.D. Chloé Drapeau, B.Sc.
	Le sport comme vecteur d'inclusion des nouveaux arrivants, une intégration réussie?	Salle commune ADM	Sarah-Myriam Mazouz
11h15 à 12h15	Mot de clôture du Colloque - Cafétériat		

**JE M'INSCRIS!**

## TARIFS:

**360\$ - La totale : Trois jours de conférences, les dîners et les soupers**

120\$ - Le Mercredi: conférences et dîner

120\$ - Le Jeudi seulement: conférences et dîner

80\$ - Le Vendredi: conférences

+20\$ pour le souper du mercredi

+30\$ pour les grillades festives du jeudi

## Hébergement:

40\$ par nuit - Dortoir: l'expérience de camp à son meilleur!

240\$ par nuit - Chambre triple super confort: Tarif à vous partager à trois.

15\$ par nuit - Hutte: avec mini-chauffage

10\$ par nuit: Espace tente

20\$ par nuit: Espace *Vanlife*

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

MERCREDI 22 NOVEMBRE

## 1) Annabelle Guay - Le grand chemin

Conférence d'ouverture

## 2) Audrey-Ann Tremblay, chargée de projets à l'AQLPH (animatrice)

Les bienfaits que procurent les activités de plein air ne sont plus à démontrer. Pour les personnes handicapées, cela se traduit notamment par une augmentation des habiletés motrices, un accroissement des relations interpersonnelles et l'amélioration de la qualité de vie. Elles rencontrent toutefois certains obstacles à la pratique du plein air : manque de temps, ressources financières limitées, transport restreint, ne pas avoir l'équipement nécessaire/adéquat, etc. Afin de favoriser la pratique d'activités de plein air chez les personnes handicapées, il est nécessaire d'adopter une approche inclusive qui répond aux besoins et attentes exprimés par la clientèle. Cette table ronde a pour objectif de présenter des pratiques et initiatives inspirantes en plein air accessible. Les intervenants auront l'occasion de présenter ce qu'ils font dans leur milieu, ce qui les a amenés à développer de tels projets, d'aborder les facilitateurs et les obstacles rencontrés. Le tout permettra de mettre de l'avant les actions entreprises en vue de répondre aux besoins et attentes des personnes handicapées, et initier la mise en œuvre de nouvelles pratiques inclusives.

## 3) Virginie Gargano. Ph.D. Christian Mercure. Professeur-chercheur à l'UQAC. Isabelle Bradette, médecin et professeure adjointe à l'Université de Sherbrooke, Nancy Boisvert, psychologue clinicienne, Formatrice certifiée en méditation de pleine conscience, Émylou Lapalme, Éducatrice, Roxanne Létourneau, Responsable des projets Horizon 4 Saisons, Annie Plante, travailleuse sociale Spécialisée en intervention en contexte de nature et d'aventure

Au Québec, depuis le début des années 2000, les initiatives d'intervention éducatives et psychosociales en plein air se multiplient tant dans les milieux éducatifs, institutionnels que communautaires. Plusieurs de ces projets novateurs, conjugués à l'arrivée d'une offre de programmes de formations initiales et continues, ont contribué au développement de ce que l'on connaît aujourd'hui comme « l'intervention en contexte de nature et d'aventure » (INA). Décrite comme une démarche planifiée et structurée dans laquelle la nature et l'aventure servent de levier d'intervention, l'INA mise entre autres sur les défis et la déstabilisation que favorise le contexte de plein air ainsi que sur la pratique de différentes activités d'aventure. Ces dernières, qui se déroulent fréquemment dans des environnements dynamiques et imprévisibles, facilitent ou entravent les retombées aux plans personnel et interpersonnel. Comme les initiatives d'INA sont de plus en plus nombreuses, qu'une certaine prise de risque est inhérente à cette modalité et que peu de balises encadrent présentement la pratique, il semble légitime, voir nécessaire, de s'interroger sur la gestion des risques physiques et psychologiques et de réfléchir aux enjeux éthiques et déontologiques autour de la pratique de l'INA au Québec. C'est en ce sens que nous proposons d'animer un panel de discussion réunissant des personnes pratiquant dans différents champs disciplinaires avec pour objectif de faire avancer les réflexions. La discussion pourrait être articulée autour de différents thèmes, tels que les avantages et les enjeux d'intervenir en plein air selon différentes perspectives disciplinaires et les normes de pratiques régies par les Ordres professionnels du Québec, les risques réels et essentiels ainsi que les compétences nécessaires pour intervenir adéquatement dans ce contexte.

## 4) David Côté-Dion psychoéducateur et propriétaire du Centre des Ils et des Elles

L'atelier se veut une introduction au concept de la théorie de l'attachement et à son utilité dans le travail d'entraîneur. Il vise autant les entraîneurs de niveau récréatif que ceux de haut niveau de performance et se généralise très facilement auprès des intervenants pratiquant l'intervention par le plein air et l'aventure. Au cours de l'atelier, les participants pourront être sensibilisés aux divers types d'attachement que les enfants/adolescents établissent avec les adultes ainsi que le modèle interne qu'ils présentent. L'atelier fera un survol des deux piliers de l'attachement, soit l'exploration et le réconfort et des exemples seront illustrés afin de contextualiser l'utilisation de ces deux pôles à travers la relation entraîneur-athlète. Un survol des quatre dimensions de la qualité des soins offerts par l'entraîneur sera aussi abordé afin de voir comment ces éléments peuvent servir à mettre en place un processus d'accompagnement de l'entraîneur à travers ces formations plus tactiques et sportives. Finalement, trois exercices seront vécus par les participants afin de le sensibiliser au rôle de l'attachement dans leur relation entraîneur-athlète. Le premier exercice sera un vidéo permettant de prendre conscience de l'impact d'un adulte dans la vie d'enfant ayant des besoins particuliers, le second abordera la (musique de requin), soit les situations qui nous font quitter notre rôle d'adulte dans la relation avec les athlètes et pour terminer, le troisième exercice servira à débiter une réflexion chez l'entraîneur face à son propre parcours avec les émotions et la façon ou la difficulté que cela amène dans l'accompagnement des athlètes.

## 5) Suzanne Laberge Enseignante, École de Kinésiologie et des sciences de l'activité physique, faculté de médecine - Université de Montréal

La majorité des études des 20 dernières années ont ciblé prioritairement les impacts bio-psycho-sociaux du plein air sur les personnes. La question des interventions en sport et plein air POUR la nature semble actuellement émerger, possiblement en raison des perturbations climatiques de plus en plus fréquentes et graves. Afin d'avoir un aperçu des enjeux et facteurs impliqués dans la relation « interventions en sport et plein air » et « sensibilisation environnementale et comportements écologiques », nous avons procédé à une revue de la portée (scoping review) des articles scientifiques qui se sont penchés sur la question. Nous avons recensé un total de 24 articles (littérature grise et articles scientifiques) publiés depuis 2015. Nous présenterons une synthèse de l'état des connaissances sur la question. Voici un aperçu des quelques questions de recherche abordées :

- Est-ce que les interventions en nature (sans actions spécifiques de sensibilisation) peuvent susciter une sensibilité écologique?
- Est-ce que la sensibilité environnementale a un effet sur l'adoption de comportements écologiques?
- Quel est le lien entre les activités de pleine conscience (mindfulness), la connectivité à la nature et le développement d'une responsabilité environnementale?
- Est-ce que le type et la durée des activités en plein air ont un effet différentiel sur la sensibilisation écologique?
- Est-ce que les impacts des activités de sensibilisation écologiques varient selon le genre, l'âge, le niveau socio-économique, le milieu de résidence (rural versus urbain) des participants?
- Quels sont les modèles théoriques proposés pour comprendre le lien entre les différents facteurs actuellement identifiés dans la problématique (pleine conscience, connectivité avec la nature, caractéristiques des participants, types d'activités)?

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

## MERCREDI 22 NOVEMBRE - SUITE

**6) Julie Gouin, conseillère d'orientation. Jérémie Le Guern-Lepage guide en plein air et intervenant en contexte de nature et d'aventure. Élyse Joubert conseillère d'orientation.**

Au travers d'un atelier expérientiel, les conseillers d'orientation utiliseront l'approche de l'intervention par la nature et l'aventure pour amener les participants à prendre conscience des bénéfices de l'approche sur le développement de la connaissance de soi et l'impact sur l'identité socio-professionnelle. L'objectif sera de les introduire au domaine de l'orientation et d'également les amener à réfléchir sur leur propre pratique comme intervenants en INA. Les concepts de valeurs, motivations, intérêts, compétences et confiance en soi seront mis de l'avant pour faire des liens entre l'orientation et les bénéfices de l'INA.

**7) Virginie Gargano, Professeure adjointe, École de travail social et de criminologie, Université Laval.**

Depuis une trentaine d'années, les travaux portant sur la nature et l'aventure ont connu un essor important. Différentes raisons expliquent cet engouement, dont la reconnaissance 1- du rôle que joue l'adoption des saines habitudes de vie sur le fonctionnement général, 2- des effets de la nature et de l'aventure sur la santé globale et enfin, les échecs constatés par les professionnels de la santé auprès de certaines populations lorsque les approches pharmacologiques sont préconisées. Bien que quelques études mettent en valeur la pertinence d'incorporer la nature et l'aventure en travail social, peu se penchent sur leur opérationnalisation dans la pratique. Au-delà de la reconnaissance de ces liens, comment les intégrer concrètement ? Différentes façons sont envisagées, dont l'idée de mieux enchâsser les objectifs aux activités d'aventure se déroulant en nature. En intervention sociale auprès des groupes, la sélection des activités est primordiale à l'atteinte des objectifs. Or, peu de travaux se sont penchés sur l'apport spécifique des activités prescrites dans cette méthode d'intervention. Cette présentation a donc pour but de présenter les résultats d'une étude qualitative visant à faire la lumière sur cette question et sur leur contribution potentielle en travail social, plus précisément en ce qui concerne les activités suivantes : le canot et le kayak de rivière, l'escalade de rocher et le surf. En plus d'identifier les retombées de ces activités sur les dimensions de la santé, les éléments-clés qui s'opèrent spécifiquement dans leurs milieux d'immersion respectifs seront présentés.

**8) Julien Choquette Daigneault chargé de projets et facilitateur à la fondation Sur la Pointe des pieds**

La présentation concerne un programme qui a vu jour à l'automne 2022. Sa plus récente édition se déroule cet automne grâce au soutien du CIUSSS du Saguenay-Lac-St-Jean. Menée par un collectif d'intervenants en plein air et de professionnels de la santé, cette présentation concerne une programmation d'intervention à l'automne 2022, par la nature et l'aventure qui a été proposée aux usagers de la Maison d'Accueil des Sans-Abris de Chicoutimi. Cette programmation incluait une séance d'escalade au Beta Crux, deux randonnées, respectivement au parc de la Rivière-du-Moulin et au Lac-Kénogami, ainsi qu'une nuitée en camping avec initiation au canot. L'objectif était d'offrir aux participants un espace de divertissement, de socialisation et de développement de leur sentiment de compétence, et ce, en proposant des expériences sécurisantes en nature et dans des lieux publics. Un volet d'intervention spécifique en photographie a été parallèlement intégré au programme. Une quinzaine de photos ont été sélectionnées pour être exposées au Café Cambio à partir de la mi-octobre pour 6 semaines. Un vernissage a également été organisé le 19 octobre pour célébrer le projet et réunir l'ensemble des actrices et acteurs partenaires qui ont permis de réaliser ce projet d'envergure.

**9) Simon Lanouette Enseignant en adaptation scolaire et Alexandre Doucet Facilitateur INA**

La clientèle visée pour le Projet Scolaire (PS) se compose des adolescents qui fréquentent le centre Le Grand Chemin (LGC) pour des problématiques de toxicomanie, de jeu excessif ou de cyberdépendance. Ces jeunes, qui suivent un programme de traitement pour les troubles d'utilisation de substances (TUS) ou pour l'utilisation problématique d'internet (UPI), sont en hébergement intensif pendant 8 à 10 semaines au centre LGC. Ces jeunes ont entre 12 et 18 ans et 84% d'entre eux ont une problématique concomitante diagnostiquée en santé mentale (Le Grand Chemin, 2023b). Au centre LGC de Québec, 32% des jeunes sont en situation de décrochage scolaire (Le Grand Chemin, 2023a) et nombre de ceux qui sont inscrits dans un établissement scolaire sont considérés à risque de décrochage. Le Projet Scolaire vise à augmenter la motivation des jeunes à s'impliquer à leur école et dans leurs études puisque cela constitue l'un des principaux facteurs de protection relatifs à l'usage de drogues et à la diplomation (Fortin et al., 2004).

**10) Célia Kingsbury MSc et François Bissonnette, BSc**

L'inactivité physique chez les jeunes est une problématique de santé publique importante, et ce particulièrement ceux issus de milieux socio économiquement défavorisés (Watt & Colley, 2021; Lee et al. 2012). C'est dans ce cadre que la promotion du transport actif dans les écoles se positionne comme une intervention à prioriser, car elle est associée au développement et au maintien de saines habitudes de vie en matière d'activité physique (Trudeau et al., 2004; Sevil et al., 2019). Toutefois, peu d'études ont évalué les retombées de ce type d'intervention sur les jeunes et la majorité des études se sont uniquement intéressées à la marche comme type de transport actif, en laissant de côté le vélo (Crawford & Garrard, 2013; Ducheyne et al., 2014; Goodman et al., 2016). Objectif : En partenariat avec l'organisme Cyclo Nord-Sud, l'objectif de ce projet de recherche est d'évaluer les retombées de la participation au nouveau programme « Construis ton vélo ! », offert par l'organisme, qui vise le développement de compétences en matière de déplacement à vélo aux élèves en milieu défavorisé.

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

MERCREDI 22 NOVEMBRE - SUITE

## **11) Hugo Dufresne, Directeur général chez Nurrayt / Jeunes Karibus.**

Pour la troisième édition de notre expédition Kayak, 8 Nunavimmiuts âgés de 15 à 19 ans ont pris part à ce projet de 10 jours. Les jeunes du Nunavik vivent des défis complexes et multiples, ce projet sur le territoire offre une chance de sortir des communautés afin de développer leur plein potentiel. Le recrutement s'est fait grâce à un partenariat avec les services sociaux, les partenaires locaux et les médias locaux. La population cible pour le projet est des jeunes faisant face à des vulnérabilités psychosociales et désirant s'investir volontairement dans ce défi. La motivation intrinsèque est une partie essentielle de la démarche. Notre séquence d'intervention est adaptée afin de supporter les participants lorsqu'ils sortiront de leurs zones de confort.

Concrètement, huit jeunes de différentes communautés au Nunavik, 2 guides locaux inuit, 2 intervenants ainsi que deux facilitateurs logistiques se sont réunis à Kuujuaq à l'été 2022. Ils ont d'abord pris part à une sortie préparatoire en périphérie de la communauté pour ensuite se lancer dans l'aventure d'une descente de rivière en kayak de mer d'une durée de six jours. Le documentaire nous permet de plonger au cœur de cette aventure. Nous côtoyons les défis que vivent ces jeunes, ils apprennent à se fixer des objectifs et persévérer malgré les difficultés pour y arriver. Nous plongeons au cœur du lien fort et particulier qu'ils entretiennent avec le territoire et les enjeux vécus en communautés. Cette expédition est intense à bien des égards : le Nunavik est une région isolée du Québec où le territoire offre un grand potentiel de plein air, mais aussi de nombreux défis ; travailler en un contexte interculturel entraîne également des défis de communications et de compréhension mutuelle et enfin, travailler avec des jeunes en situation de vulnérabilité amène son lot de défis humains.

## **12) Christine Drolet M.Sc., psychoéducatrice. Kim Champagne psychoéducatrice et candidate au doctorat en psychoéducation à l'Université de Montréal.**

Cet atelier présente un programme d'intervention psychoéducatif développé en contexte scolaire secondaire ciblant le développement de l'engagement scolaire et de l'autodétermination, facteurs reconnus comme des prédicteurs liés à la réussite scolaire. Ce programme, animé par des psychoéducatrices en partenariat avec leur équipe-classe composée d'enseignant.e.s et d'éducatrices spécialisées.e.s, est implanté depuis 2020 auprès d'élèves âgés entre 12 et 21 ans présentant des difficultés d'adaptation et d'apprentissages. Ces élèves proviennent de huit écoles à travers le Québec. Pendant cet atelier, les participants auront l'occasion de vivre une activité suivant le modèle d'apprentissage expérientiel, ce qui leur permettra de concrétiser leur compréhension des fondements du programme proposé. De plus, ils auront accès à une vulgarisation scientifique résumant les dernières données issues de la recherche en intervention par la nature et l'aventure et pourront en apprécier la pertinence et l'adéquation avec leurs pratiques professionnelles respectives. Finalement, ils participeront à une discussion entourant l'intervention en contexte de nature et d'aventure en milieu scolaire au secondaire inspirée par le vécu professionnel des animatrices dans le cadre de l'implantation du programme.

## **13) Virginie Gargano, Professeure adjointe, École de travail social et de criminologie, Université Laval. Nicolas Moreau Professeur titulaire, École de Travail Social, Université d'Ottawa et Sarah Boucher Guèvremont travailleuse sociale, courtière de connaissances, Ordre des travailleurs sociaux et thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec.**

Pour la première fois au Québec, un numéro exclusif portant sur les pratiques centrées sur la nature et l'aventure en travail social a été publié en juillet 2023. Porté par la revue Intervention, revue publiée par l'OTSTCFQ, ce numéro regroupe sept articles, dont deux articles de nature empirique et cinq récits de pratique. Dans ce contexte, le Colloque du Réseau pour un développement psychosocial pour le sport et le plein air est l'endroit idéal pour discuter avec les auteures et les autrices du numéro, mais aussi plus largement avec les participant.e.s au colloque. Ce numéro est, en effet, à l'instar du réseau, fondé sur le dialogue entre recherche, empirique et pratique. Si nous sommes toutes et tous convaincu.e.s par les potentiels bienfaits du plein-air, les liens entre travail social et plein-air demeurent encore très fragiles, ce qui explique notre volonté de promouvoir ce numéro. Les discussions de la table ronde ne tourneront cependant pas uniquement sur les débats disciplinaires entre travail social et plein-air, mais aussi sur les enjeux actuels du plein-air au Québec : Comment assurer l'accessibilité ? Comment le plein-air peut-il aussi être vecteur de changement social et politique ? Et, enfin, comment dépasser une vision purement utilitariste du plein-air ? Ces questions et bien d'autres guideront notre table ronde qui sera suivie d'un 5 à 7 et de discussions plus informelles, mais toutes aussi intéressantes.

---

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

JEUDI 23 NOVEMBRE

**14) Marie-Josée Michaud Coordonnatrice – Prévention + Jessica Bourbonnière Coordonnatrice - Intervention nature et aventure  
Le Grand Chemin Inc.**

Vingt-et-unième siècle ou l'ère du virtuel, nous vivons à une époque où Internet occupe une place de choix dans notre quotidien. Réseaux sociaux, jeux vidéo et applications de lecture continue sont disponibles sur de multiples appareils, dont nos téléphones intelligents qui sont omniprésents tant au travail que dans nos relations personnelles. On les utilise pour s'informer, pour communiquer et pour se divertir et les bénéfices associés à leur utilisation sont nombreux. Mais dans cette valse continue avec les nouvelles technologies, comment maintenir une utilisation saine d'Internet et éviter de tomber dans le piège de l'hyperconnexion et/ou la cyberdépendance? Dans cet atelier expérientiel, Le Grand Chemin combine ses deux expertises en prévention de la cyberdépendance et en intervention nature et aventure pour vous faire vivre le continuum de la connexion au monde virtuel et au monde naturel. Par l'exploration des thématiques des saines habitudes numériques, de la présence à soi, de l'auto- contrôle, des distorsions cognitives, de la gestion des émotions et bien d'autres encore, soyez prêts à vivre une aventure et des prises de conscience en lien avec votre équilibre numérique.

**15) Dre Marie-Ève Langelier et Dre Isabelle Bradette**

Cet atelier se déroulera entièrement à l'extérieur. Les participant(e)s seront invité(e)s à expérimenter quelques activités de pleine conscience en nature et à partager leur expérience au groupe. Les données probantes portant sur les bienfaits du contact avec la nature seront présentées. De plus, une réflexion sur les motivations sous-jacentes à la protection de l'environnement sera entamée. Au terme de cet atelier, le participant aura été en mesure de : 1. Expérimenter des activités de pleine conscience en nature 2. Reconnaître les bienfaits du contact avec la nature sur la santé rapportés par la littérature scientifique 3. Reconnaître le rôle du lien affectif envers la nature pour sa protection 4. Reconnaître l'interdépendance entre la santé environnementale et la santé humaine

**16) Sylvain Croteau, Directeur général chez Sport'Aide**

Dans le cadre des approches innovantes mises en place par Sport'Aide, notre organisation a développé des programmes visant divers enjeux : la prévention des divers types de violence, l'inclusion ainsi que la promotion du leadership positif. Notre approche, globale, positive, durable et responsable, est citée à l'étranger car elle répond aux besoins et enjeux exprimés sur le terrain. Dans cet esprit, Sport'Aide a conçu une variété d'outils et d'activités de sensibilisation et d'information pour les intervenants en sports, en loisirs et en plein air. L'objectif : réaliser cet important changement de culture menant vers des environnements sains et sécuritaires. Venez en discuter avec nous!

**17) Marilou St-Pierre Ph. D.**

Les dernières années ont vu la question de la participation des personnes trans et non binaires dans le sport prendre plus de place. Malheureusement, cette question dérive trop souvent vers un discours teinté de transphobie, où les préjugés et les stéréotypes, plutôt que d'être combattus, sont réitérés. Or, comme le soulignent les chercheur.e.s du projet TransPulse Canada dans leur rapport 2021 sur la Santé et le bien-être chez les jeunes trans et non-binaires, il est primordial d'avoir « des formes de soutien et d'intervention axées sur et spécifiques à cette population » (Navarro et al., 2021, p.8). La création d'environnements sécuritaires et favorables aux personnes LGBTQ2+ permet de préserver la santé mentale et physique des personnes de ces communautés. Et le sport possède tout ce qu'il faut pour être l'un de ces environnements sécuritaires et positifs pour toutes. Dans le cadre de cette communication, nous allons explorer la nature des préjugés et des stéréotypes envers les personnes trans et non binaires pour mieux les démystifier et montrer en quoi ils ne sont pas ancrés dans la science (E-Alliance, 2021). Par la suite, nous allons donner des pistes d'actions concrètes à mettre en place pour favoriser une meilleure inclusion des personnes trans et non binaires dans le milieu sportif, telle que l'approche trans affirmative (Pullen Sansfaçon, 2015).

**18) Hugo Lambert, intervenant social et Yves Hudon, psychoéducateur, tous deux chargés de projet UNIMANI pour l'organisme Sport Santé et Bonne Compagnie (SSBC).**

Cette conférence axée sur le développement psychosocial et le développement de l'estime de soi des jeunes vous présentera un outil numérique novateur pour les groupes de jeunes qui pratiquent le sport ou le plein air. Unimani, est un projet expérimenté depuis une dizaine d'années qui vise à créer une communauté pour soutenir, encourager et féliciter les jeunes dans leurs petites et grandes réussites. Le tout est soutenu par une plateforme web et mobile(application) qui permet la communication entre l'intervenant sportif (ou coach), les proches du jeune (la communauté, sa famille ou les supporteurs) et le jeune. Cette plateforme, déjà bien implantée au Québec avec des résultats de recherche à l'appui, s'avère fort intéressante pour les saines habitudes de vie et la construction d'une bonne estime de soi chez nos jeunes sportifs. En plus des effets à long terme observés chez les participants, Unimani permet de faire rayonner votre équipe et votre travail en tant qu'intervenant sportif dans la communauté. Le projet améliore aussi les relations parents-équipe/organisme par la communication centrée sur le positif. Une façon facile et efficace de créer un réseau de soutien autour du jeune ainsi que la valorisation du sport dans la communauté.



---

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

JEUDI 23 NOVEMBRE - SUITE

**19) Stéphanie St-Amour Bélanger, étudiante à la maîtrise en Travail social, DESS INA. Bruno Sabourin, initiateur et directeur du programme Odyssée Aventures, récréologue, DESS INA.**

Depuis 2018, Odyssée Aventures contribue à l'élaboration et l'implantation projets d'intervention par la nature et l'aventure (INA) grâce à des collaborations interdisciplinaires (travail social, psychologie, éducation) avec différents organismes jeunesse. Lors de l'élaboration et de l'implantation d'un projet d'INA, de nombreux facteurs internes et externes entrent en jeu. Cette présentation vise à partager diverses réflexions sur des constats généraux que nous avons effectués à la suite de ces collaborations interdisciplinaires. Ces constats portent sur les différents éléments influençant l'élaboration, l'implantation et la pérennité de projets d'INA. Ainsi, la conférence, à visée interactive, mettra en lumière la pertinence de créer des collaborations interdisciplinaires au sein des organismes et à l'extérieur de ceux-ci. Selon nous, celles-ci permettent d'exercer un meilleur contrôle sur les éléments clés favorisant l'élaboration et l'implantation de projets d'INA. Nous espérons que l'identification de ces éléments permettra de mieux outiller les intervenants et les organisations souhaitant ajouter des projets d'INA à leur programmation.

**20) Geneviève Leduc, Ph.D**

Chez Fillactive, notre mission est d'amener les adolescentes à être actives pour la vie, en créant des moments inoubliables pour elles et en bâtissant une communauté de gens inspirants et engagés autour d'elles. D'ailleurs, Fillactive est reconnue comme l'organisme expert de la question de l'activité physique chez les filles. Son programme-phare dans les écoles secondaires permet de déployer des équipes féminines multisports non compétitives dans un cadre bienveillant. Et si cette approche correspondait aux besoins de certains jeunes issus de la communauté LGBTQ+? Quelles retombées pourraient être attendues si l'organisme travaillait de manière soutenue à ce qu'ils se sentent bienvenu.e.s au sein des équipes Fillactive? Toujours à l'écoute des milieux scolaires qui sont partenaires de déploiement de son activité parascolaire, Fillactive lancera en 2023-2024 de nouveaux outils pour aider les écoles à faire preuve de plus d'inclusion de jeunes de diverses identités de genre au sein de ses équipes. Au cours de cette présentation, Fillactive partagera le fruit des réflexions ainsi que les enjeux et les opportunités qui en découlent.

Chez Fillactive, notre mission est d'amener les adolescentes à être actives pour la vie, en créant des moments inoubliables pour elles et en bâtissant une communauté de gens inspirants et engagés autour d'elles. D'ailleurs, Fillactive est reconnue comme l'organisme expert de la question de l'activité physique chez les filles. Son programme-phare dans les écoles secondaires permet de déployer des équipes féminines multisports non compétitives dans un cadre bienveillant. Et si cette approche correspondait aux besoins de certains jeunes issus de la communauté LGBTQ+? Quelles retombées pourraient être attendues si l'organisme travaillait de manière soutenue à ce qu'ils se sentent bienvenu.e.s au sein des équipes Fillactive? Toujours à l'écoute des milieux scolaires qui sont partenaires de déploiement de son activité parascolaire, Fillactive lancera en 2023-2024 de nouveaux outils pour aider les écoles à faire preuve de plus d'inclusion de jeunes de diverses identités de genre au sein de ses équipes. Au cours de cette présentation, Fillactive partagera le fruit des réflexions ainsi que les enjeux et les opportunités qui en découlent.

**21) Marilyn Brochu, ps.ed., M.Sc., Geneviève Bergeron, Ph.D. et Claire Baudry, Ph.D.**

Les membres d'une famille avec des enfants et adolescents vivent en coexistence c'est-à-dire une existence simultanée (Le Grand Robert, en ligne). Ils partagent ensemble un quotidien, des routines, des tâches développementales (McGoldrick et Carter, 2016), des opérations familiales (Pauzé et al., 2015), des événements marquants, etc. Malheureusement, il arrive que certaines familles vivent des difficultés d'adaptation et qu'un dysfonctionnement familial survienne. Ce dysfonctionnement peut être évalué par la communication intrafamiliale, la cohésion familiale, la flexibilité familiale et le fonctionnement familial général (Olson, 2011, p. 64; Pauzé et al., 2017, p. 313). D'ailleurs, l'association entre un dysfonctionnement familial et la présence de difficultés d'adaptation telles que des comportements perturbateurs chez les enfants et les adolescents a été confirmée (Fosco et al., 2012, p. 209). Par ailleurs, une dynamique familiale saine et des relations familiales harmonieuses ont des effets protecteurs sur les adolescents (Fosco et al., 2012, 209). La conférence présentera le projet de recherche-développement élaboré dans le cadre du doctorat en psychoéducation de Marilyn Brochu. La problématique ainsi que la méthode envisagée seront exposées. Le projet de recherche-développement utilisera les ingrédients-clés de l'intervention psychosociale par la nature et l'aventure (IPNA) afin de soutenir le développement de la cohésion familiale, de la communication intrafamiliale et de la flexibilité familiale chez des familles ayant un enfant entre 6-12 ans. Le tout dans le but de soutenir le développement du plein potentiel des enfants ainsi que des parents afin que leur coexistence présente et future soit porteuse pour leur famille, mais également pour leur société.

**22) Korine Leblanc Enseignante en techniques du tourisme d'aventure**

Résumé : Cette conférence présentera le projet PAF (plein air au féminin) qui consiste à créer des moments entre enseignantes, professionnelles et étudiantes travaillant dans le domaine traditionnellement masculin du tourisme d'aventure. Le groupe PAF est entre autres un outil d'accompagnement; un moyen pour les étudiantes de mieux se définir dans leur programme d'études et de réaliser leur plein potentiel. Il contribue à sa façon, à l'optimisation des efforts pour que les femmes, et toute personne s'identifiant comme une femme, prennent leur place dans un programme d'études et dans un métier traditionnellement masculin. Lors de cette conférence vous allez comprendre la nécessité d'une communauté de pratique féminine qui répond à un besoin réel au sein de la population étudiante en tourisme d'aventure en permettant et favorisant des transformations saines et égalitaires en lien avec l'environnement. Le projet PAF est articulé sur les stratégies pédagogiques suivantes : apprentissage par les pairs, journaux de bord et de réflexions, panels de discussions, apprentissage par l'expérience, pédagogie inclusive.

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

## JEUDI 23 NOVEMBRE - SUITE

### 23) Emmanuelle Larocque T.S., PhD

Au-delà des bienfaits humains, est-ce que l'Intervention par la Nature et l'Aventure (INA) peut aussi contribuer à améliorer la santé des écosystèmes au sein desquels s'offrent les programmes d'intervention ? Comment les programmes INA peuvent-ils favoriser le développement de rapports réciproques et solidaires à la Nature-territoire? En s'appuyant sur des données d'une recherche doctorale, cet atelier tentera de répondre à ces questions en adoptant un double format conférence/atelier pratique pour présenter des pistes épistémologiques, théoriques et pratiques qui ouvrent la voie vers le déploiement d'une perspective critique et relationnelle en INA (Piron, 2017; Rosa, 2018; Latour, 2021).

Lors du volet « conférence » (30 minutes), le cadre écosocial transformateur (Boetto, 2017; 2019) sera mobilisé afin de présenter certaines lignes directrices ontologiques (penser), épistémologiques (être) et méthodologiques (faire) pour le développement de pratiques solidaires et réciproques en INA. Trois leviers d'intervention seront développés : 1) la mise en scène - être; 2) la réhistoricisation des récits - penser et 3) l'action collective - faire).

Le volet « atelier-pratique » (45 minutes), quant à lui, offrira l'occasion aux participant.es de vivre et d'expérimenter avec l'un de ces leviers, soit, l'action collective. Prenant lieu en pleine nature, l'objectif sera de prendre le temps de « mettre en scène » l'activité, pour ensuite amorcer un travail de « réhistoricisation » des récits collectifs afin de réfléchir aux manières de concrétiser une action collective qui résonne pour les milieux de pratique uniques et singuliers des participant.es.

Après cet atelier, les participant.es devraient être en mesure de :

1) Connaître les fondements épistémologiques et théoriques du modèle écosocial; 2) Comprendre la manière dont cette perspective peut s'appliquer à l'INA dans l'objectif de développer des rapports alternatifs au vivant; 3) Développer leur capacité d'auto-réflexion critique afin d'évaluer avec criticité les modèles de pratique fondés sur des principes modernistes et de réfléchir à des moyens concrets pour transcender la perspective utilitariste en INA.

### 24) Brice Favier-Ambrosini, Paquito Bernard et Tegwen Gadais

Cette présentation portera sur les plus récents liens d'influence bidirectionnelle entre le sport, l'activité physique (AP), l'éducation physique et à la santé (EPS) et les changements climatiques (CC) ainsi que des pistes de solutions possibles. Nous tenterons d'abord d'établir les liens entre le sport, l'AP et l'EPS d'une part, et l'environnement naturel d'autre part. Nous fournirons une revue complète de la littérature sur les préoccupations actuelles de conservation de l'environnement et les liens connus entre le sport, l'AP, l'EPS et les CC. Ensuite, nous présenterons plusieurs influences entre le sport, l'AP, l'EPS et l'environnement naturel, telles que les adaptations et la modulation des pratiques pour le présent et l'avenir. Enfin, nous proposerons des pistes de solutions sans perdre une des spécificités fortes de la discipline, à savoir le développement de la motricité. Ainsi, c'est par le développement de techniques corporelles spécifiques aux activités de plein air et notamment concernant la dimension sensible de la physicalité qu'une éducation liée à la préservation de l'environnement peut prendre sens en EPS. Un portrait de plusieurs initiatives qui utilisent le sport, l'AP ou l'EPS pour réaliser une éducation à l'environnement ou une sensibilisation au changement climatique sera présenté.

### 25) Isabelle Doré, Ph.D. Chloé Drapeau, B.Sc. Audrey Laberge B.A.

La mesure de l'exposition à la nature dans le contexte de la pratique d'activité de plein air ou d'intervention par la nature et l'aventure (INA) suscite de plus en plus l'intérêt des chercheurs et des intervenants. Certains outils ont été proposés au cours des dernières années pour mesurer différents aspects de l'exposition à la nature, tels que l'expérience subjective en nature : Attitudes toward Outdoor Play, Connection to nature Index, Nature Relatedness Scale, Nature Connectedness Scale, Adventure Therapy Experience Scale. D'autres outils, tels que le Normalized difference vegetation index ou le Nature Exposure Scale-II s'intéressent plutôt à l'identification d'indicateurs ou de composantes naturelles dans l'environnement. Toutefois, ces outils de mesure présentent plusieurs limites; ils ciblent généralement des groupes spécifiques (ex. : enfants, population cliniques) et sont pour la plupart unidimensionnels, permettant ainsi la mesure d'une seule composante de l'exposition à la nature et rare sont les échelles qui permettent de mesurer à la fois l'exposition à la nature et l'expérience vécue en nature dans une diversité de contextes. Enfin, la validité et la fiabilité de ces outils demeurent peu documentées.

Cet atelier propose 1) une activité immersive en nature (marche ou canot) qui permettra d'initier des échanges avec les participants sur la manière de décrire (et éventuellement mesurer) l'expérience qu'ils viennent de vivre en nature (contexte social, effort physique et dépense énergétique, le contact avec la nature - sons, odeurs, lumière, émotions et attitudes ressenties durant l'expérience, etc.), 2) une présentation par les animatrices des principaux outils de mesure de l'exposition à la nature et leurs limites, 3) une discussion avec les experts afin i) d'identifier les besoins en matière de mesure de l'exposition à la nature pour les milieux de la recherche et de l'intervention, ii) proposer des stratégies pour adapter et éventuellement développer de nouveaux outils de mesure.

### 26) Roxanne Létourneau, responsable des projets Horizon et Sarah-Blanche Racine, APPR pour les projets Horizon

Les projets Horizon visent à intervenir différemment auprès de la clientèle jeunesse afin de répondre aux besoins qui ne le sont pas actuellement dans le réseau de la santé. Depuis le succès du projet pilote en 2019, l'offre de service s'est élargie. Il y a eu des projets dans les sous-programmes suivants : Santé Mentale Jeunesse et Jeunes en Difficultés, Je Tisse des Liens Gagnants (volet Adolescents et volet Famille à risque de négligence), Hôpital de Jour pour adolescents et Aire Ouverte. À ce jour, le programme a pu aider 120 jeunes de la Montérégie. Lors de la présentation, nous parlerons de l'historique du programme, des avancements et des orientations futures. Il est entre autres souhaité qu' Horizon soit déployé à l'échelle provinciale !

### 26) Océanne Brochu, co-fondatrice d'Horizon et ergothérapeute

Présentation du modèle d'affaire de la clinique Horizon, une clinique basée à Gaspé valorisant le plein air comme environnement d'intervention. La valorisation du plein air, les collaborations avec la communauté, l'entrepreneuriat et l'approche populationnelle sont abordés comme des leviers d'innovation en ergothérapie. L'une des initiatives de la clinique est présentée en détail, soit un programme de prévention mis en place en collaboration avec le Centre de pédiatrie sociale en communauté de la Côte-de-Gaspé L'équipage. Le programme a été reconnu comme l'un des projets rayonnants de 2022 par la Fondation Dr Julien.

### 27) Carine Thouveny co-directrice à Montréal Métropole en santé et coordinatrice de Montréal physiquement active. Lya Porto chargée de projet à Montréal Métropole en santé, elle est responsable du projet Savoir prendre soin+

Différentes études démontrent que les activités physiques et sportives améliorent la santé physique et mentale, réduisent le risque de mortalité de toute cause, en plus de contribuer au développement humain et durable. Néanmoins, au Québec, environ 50% de la population de 15 ans et plus n'atteignent pas le niveau d'activité physique recommandé. En considérant que certaines populations sont plus à risque d'être physiquement inactive, il vaut mieux connaître les barrières de ces populations afin de mieux répondre à leurs besoins. Dans cette présentation, nous discuterons les résultats d'une recherche sur les barrières et les facilitateurs à la pratique des activités physiques à partir de l'analyse différenciée selon les sexes dans une perspective intersectionnelle (ADS+). Par la suite, nous présenterons l'application des résultats de cette étude à la conception des interventions plus équitables dans deux organismes de sport et des activités physiques. Finalement, une discussion sera proposée afin de réfléchir sur l'application de ses apprentissages à d'autres organismes du métier.

---

# DESCRIPTION DES CONFÉRENCES

VENDREDI LE 24 NOVEMBRE

**27) Jean-Philippe Leblanc** Fondateur et directeur général de Face aux vents, géographe de formation, intervenant psychosocial et guide d'expédition.

Au fil de ma pratique d'intervenant en INA, j'ai remarqué que la population et une proportion non négligeable des professionnels de l'INA attribuaient le concept de nature presque exclusivement aux notions de grands espaces et de pleine nature. La nature c'est loin, ce n'est pas où nous habitons et ce n'est clairement pas en ville? Mais est-ce que l'INA est seulement en pleine nature? Dans le contexte d'urbanisation des sociétés occidentales où l'accès à la grande nature restera toujours un enjeu, surtout sur le grand territoire que nous pensons habiter, il importe de se questionner sur nos propres biais en lien avec la perception de la nature. Une INA de proximité sera toujours plus facile à mettre en place qu'une INA lors d'une expédition en pleine nature. Pourquoi avons-nous le fantasme de l'expédition en grande nature pour nos INA?

**28) Jean-Philippe Acensi**

Aujourd'hui l'APELS est le principal acteur de l'inclusion des jeunes en France. Plus de 4000 jeunes ont été accompagnés à travers leurs parcours mis en place par l'APELS. Jean-Philippe Acensi fondateur de cette institution vient d'être reçu par le chef de l'état français pour développer le métier de coachs d'insertion par le sport créé par l'APELS qui permet l'insertion professionnelle des jeunes sans diplômes. Depuis plus de 25 ans, l'agence pour l'éducation par le sport est un acteur francophone qui valorise la cause de l'éducation par le sport. Plus de 1000 projets repérés sont soutenus.

**29) Dorothée Comtois-Cabana Étudiante à la maîtrise en santé publique. Isabelle Doré, Ph.D. Chloé Drapeau, B.Sc.**

L'activité physique entraîne des effets positifs sur la santé mentale et la réduction des symptômes anxieux et dépressifs<sup>1-4</sup>. L'activité physique pratiquée en contexte social permettrait de briser l'isolement chez les adolescents<sup>5</sup>, ainsi que de renforcer les interactions sociales chez les enfants, les adolescents et les jeunes adultes<sup>6,7</sup>. L'exposition à la nature est associée à des bienfaits physiologiques (ex. : baisse des taux de cortisol, stimulation du système parasympathique), psychologiques (ex. : réduction du stress) et cognitifs (ex. : restauration de l'attention)<sup>8,9</sup>. Par ailleurs, peu d'études s'intéressent spécifiquement à l'activité physique pratiquée dans un contexte de nature et ses effets sur la santé mentale.

À partir des données des études *NDIT (Nicotine Dependence in Teens, n=1294)* et *MATCH (Monitoring Activities of Teenagers to Comprehend Their Habits, n=937)*, uniques en raison de leur grand échantillon et de leur devis longitudinal qui permettent d'avoir des mesures successives dans le temps sur plusieurs années, notre équipe explore les associations entre les contextes d'activité physique (social, plein air) et la santé mentale dans sa dimension positive et ce, à différents moments de l'adolescence et de la transition à l'âge adulte. Nous explorons également les mécanismes (ex. : autonomie, sentiment d'appartenance) susceptibles d'expliquer ces bienfaits.

Dans le cadre de cette présentation, nous présenterons des résultats préliminaires de quatre projets de recherche utilisant les données de *NDIT* et de *MATCH* comme point de départ dans le but d'initier une discussion sur les effets du contexte social et de nature entourant la pratique d'activité physique sur divers indicateurs de santé mentale.

**30) Sarah-Myriam Mazouz**

Au terme de cette présentation, vous aurez compris pourquoi le sport est un vecteur d'inclusion des nouveaux arrivants, permettant ainsi une intégration plus réussie dans la société d'accueil. Pour y arriver, nous allons tout d'abord dresser un portrait global des différentes barrières à l'intégration lorsque l'on vient d'ailleurs, puis, quelques solutions afin de les limiter. Par la suite, nous pourrions voir un exemple concret des bienfaits d'un programme sportif dans un club de judo de la métropole et les impacts positifs que cela a pu avoir sur les jeunes nouveaux arrivants, tels qu'une augmentation de l'estime de soi ainsi qu'un plus grand sentiment d'appartenance. Ayant été moi-même une immigrante à plusieurs moments de ma vie, je peux témoigner que ce sont des périodes très importantes dans la construction d'une identité. C'est donc un sujet qui me touche personnellement, alors j'espère sincèrement que cela vous inspirera à vous impliquer également à travers vos organisations sportives auprès des nouveaux arrivants.

# INFORMATIONS IMPORTANTES

## CHOIX DES CONFÉRENCES

Le choix des conférences se fait sur place selon votre état mental et physique. Il n'y a pas de réservation à l'avance sauf pour les deux ateliers pratiques suivants:

Le Grand Chemin : Tracer la voie de la déconnexion des écrans par la connexion à la nature

Allier l'expérience aux données probantes – apprécier les bienfaits de la nature pour mieux la protéger

## ÉQUIPEMENT NÉCESSAIRE AU SÉJOUR

-Habillement adapté pour la marche extérieure - beau temps mauvais temps

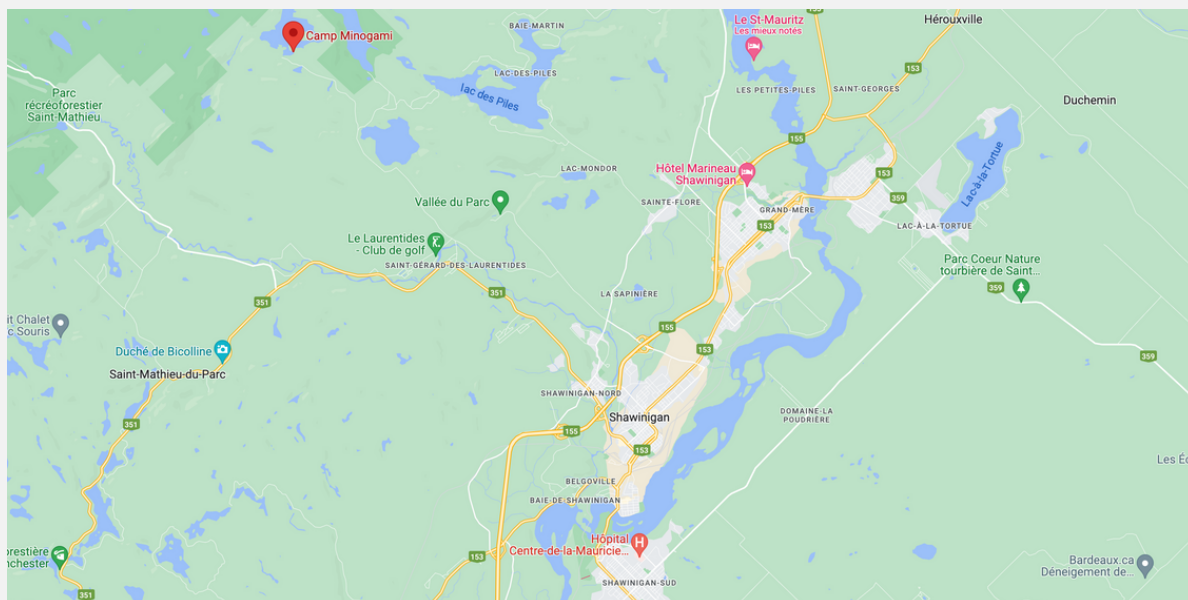
-Souliers de sport

-Bouteille d'eau réutilisable

-Tasse de café réutilisable

## POUR VOUS RENDRE AU CAMP MINOGAMI

2630 Chem. Principal, Saint-Gérard-des-Laurentides, QC G9R 1W3



## STATIONNEMENT

Lorsque vous arriverez au Camp Minogami, merci de suivre les indications de stationnement par la personne à l'accueil.

## CONTACTS

Pour toute question sur le Colloque 2023 du Réseau veuillez contacter:

**Sophie Perron**

[sperron@reseauaccés.com](mailto:sperron@reseauaccés.com)

**Isabel Blouin**

Animatrice de communauté de pratique - Le Réseau.co

[iblouin@lereseau.co](mailto:iblouin@lereseau.co)

