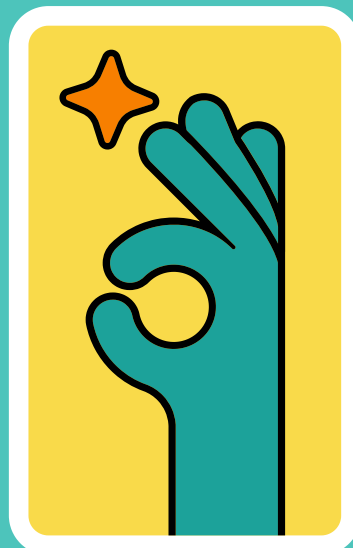


2026

Trousse DE SENSIBILISATION SGT



MOIS DE LA SENSIBILISATION AU SYNDROME DE LA TOURETTE
DU 15 MAI AU 15 JUIN



Syndrome de Gilles de la Tourette (SGT)

Mieux comprendre pour être compris !

Saviez-vous que le syndrome de Gilles de la Tourette touche près de 1 % de la population ? C'est environ **1 personne sur 100**, et pourtant, ce trouble reste encore méconnu.

Pour changer les choses, l'Association québécoise du syndrome de la Tourette (**AQST**) vous propose une trousse de sensibilisation. Que vous soyez un parent ou un intervenant, vous y trouverez des informations à jour, des outils simples et des idées concrètes pour mieux comprendre le SGT et favoriser l'inclusion dans tous les milieux de vie, autant chez les enfants que chez les adultes.

Votre implication est essentielle pour que les personnes touchées **vivent plus librement**, sans être victimes de préjugés, de discrimination ou d'intimidation.

Mobilisons-nous en grand nombre !



Liste des propositions



- ☐ **1. TOUS ENSEMBLE**
 - Les axes essentiels pour une sensibilisation réussie !
- ☐ **2. COMPRENDRE**
 - Visuel : informations sur les tics
 - Visuel : informations sur les troubles associés
 - Vidéo : informations sur le syndrome de Gilles de la Tourette
 - Balado de l'AQST : *j'ai un TIC quequ'chose !*
 - Livres
- ☐ **3. NORMALISER**
 - Normaliser les tics
 - Personnalités connues qui vivent avec le SGT
- ☐ **4. SOUTENIR**
 - 4.1 Agir ensemble**
 - Geste de solidarité collectif
 - Cadre pour photo de profil : mois de la sensibilisation au SGT
 - 4.2 Sensibiliser à la différence**
 - La porte-parole de l'AQST
 - Série télé
 - Album jeunesse : *L'enfant-orchestre*
 - Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ) : trousse
 - 4.3 Travailler ensemble**
 - Équipe multidisciplinaire
 - Objectif commun : prévention de la surcharge
- ☐ **5. VALORISER**
 - Encourager au quotidien
 - Trucs et astuces
- ☐ **6. NOS SERVICES**
 - AQST

Document créé par
Marie-Christine Frigault (T.E.S.)
et l'équipe de l'AQST !





section 1

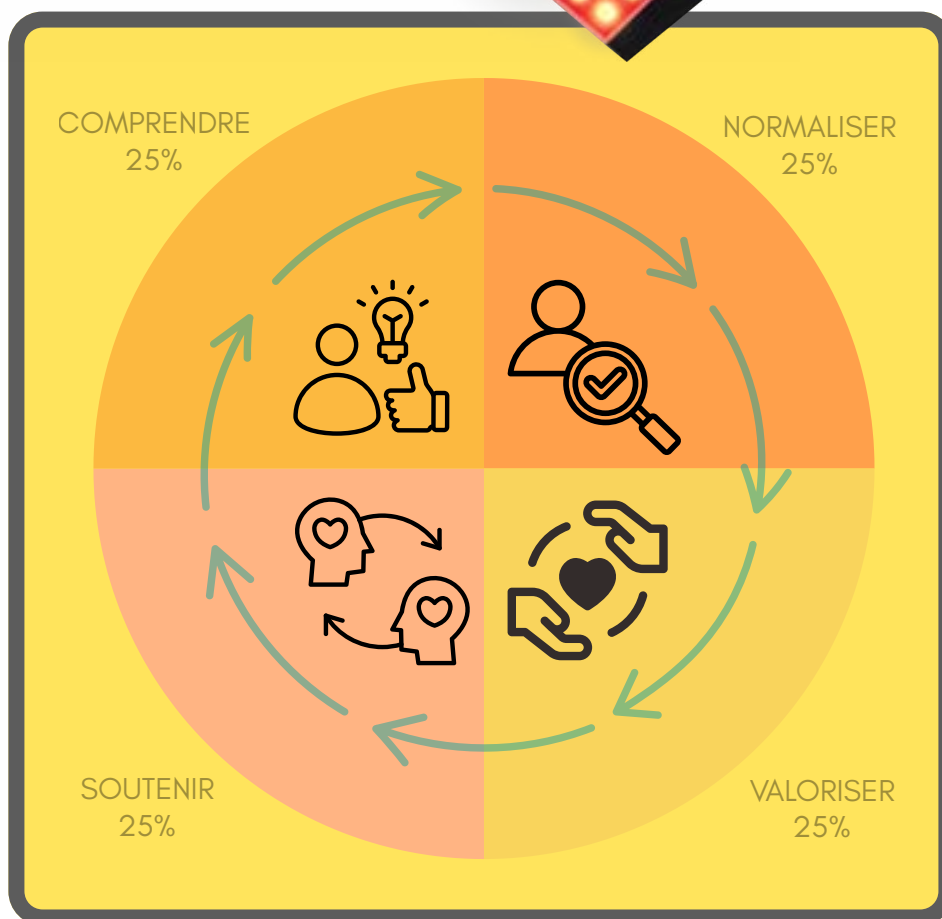


TOUS ENSEMBLE

LES AXES ESSENTIELS POUR UNE SENSIBILISATION RÉUSSIE !



TOUS ENSEMBLE !



**Comprendre normalise, soutenir valorise,
tout le monde y gagne . . .**



CONCRÈTEMENT, COMMENT S'Y PRENDRE ...



TOUS ENSEMBLE !

COMPRENDRE

Acquérir des connaissances

- **Se sensibiliser** : participer à l'atelier spécifique sur le SGT avec l'AQST
- **S'autoformer** : utiliser divers médias fiables (lectures, balados, vidéos) pour s'informer
- **S'ouvrir à la différence** : cultiver la curiosité pour dépasser les préjugés

NORMALISER

Déstigmatiser les manifestations

- **Ignorance bienveillante** : laisser la personne faire ses tics naturellement
- **Faire preuve de flexibilité** : adapter ses interventions en fonction des besoins
- **Favoriser l'inclusion** : partager des moments de qualité à travers les difficultés pour favoriser le sentiment d'appartenance

SOUTENIR

Collaborer et travailler en équipe

- **Travailler en interdisciplinarité** : réfléchir en équipe multidisciplinaire
- **Réguler la surcharge** : cibler des objectifs visant à réduire l'épuisement
- **Assurer la cohérence** : maintenir une communication fluide entre les milieux de vie

VALORISER

Renforcer l'estime de soi

- **Reconnaître les efforts** : souligner les efforts invisibles dus au contrôle constant que la personne tente d'exercer
- **Utiliser le renforcement positif** : encourager les progrès, même minimes
- **Adopter une approche constructive** : se concentrer sur les forces plutôt que sur les conséquences négatives des symptômes





section 2



COMPRENDRE

QU'EST-CE QUE C'EST ?

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

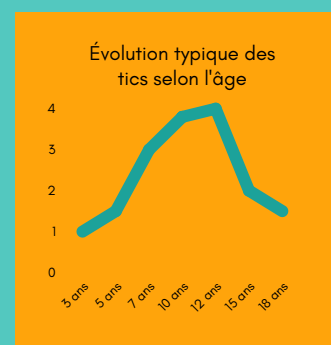
LES TICS



Syndrome de Gilles de la Tourette en bref

Le SGT est un trouble **neurodéveloppemental** défini par la présence de plusieurs **tics** moteurs et au moins un tic sonore présents depuis plus d'un an avant 18 ans. Les tics sont la production involontaire d'un mouvement ou d'un son qui se produit de manière soudaine, rapide, stéréotypé et non répétitive.

- **Origine neurologique**
 - Suppressibles (temporairement au prix d'un effort important)
 - Suggestibles (augmentent si on les évoque)
 - Absents d'intentionnalité
- **Portrait unique à chacun**
 - Localisation dans le corps (de la tête aux pieds)
 - Nombre, fréquence et sévérité
 - Complexité (simple clignement d'œil à des séquences complexes)
- **Fluctuations**
 - Internes : âge, stress, fatigue, les moments de repos
 - Externes : environnement, expériences vécues, stimulations sensorielles
- **Évolution**
 - Changent, se transforment
 - Disparaissent, réapparaissent
- **Trajectoire développementale**
 - Apparition durant la petite enfance
 - Pic d'intensité vers 10-12 ans
 - Diminution habituelle vers la fin de l'adolescence



Traduction libre de :
Formation tics 101 CHU Sainte-Justine (2025)

Les tics sont la partie visible d'un processus neurologique complexe invisible entraînant une profonde fatigue souvent sous-estimée !

QU'EST-CE QUE C'EST ?

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

PAR EXEMPLE

LES TICS

Tics sonores **simples**

- Renifler, se dérhumer
- Éructer
- Claquer la langue
- Crier
- Siffler

un seul groupe
de muscles

Tics sonores **complexes**

- Répéter des mots entendus (écholalie)
- Répéter ses propres mots (palilalie)
- Rire exagérément

plusieurs groupes
de muscles

Tics moteurs **simples**

- Cligner des yeux
- Plisser le nez
- Tendre le cou
- Se lécher les lèvres

Tics moteurs **complexes**

- Sautiller, piétiner
- Se mordre, mâcher ses vêtements
- Grimacer
- Toucher des objets, des personnes

Mythe ou réalité ??!

Toutes les personnes vivant avec un SGT crient des insultes ou des obscénités !



Saviez-vous que ...

La coprolalie touche environ **10%** des personnes vivant avec le SGT.

C'est un tic sonore complexe, une décharge neurologique où le cerveau « échappe » un mot à forte charge émotionnelle ou socialement inacceptable, sans aucune intention de blesser autrui.

QU'EST-CE QUE C'EST ?

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

LES TICS

TOURETTEPLAKATEN

Touretteplakaten.no est un site norvégien proposant des **outils éducatifs et visuels** pour mieux comprendre le syndrome de Gilles de la Tourette (SGT) et les troubles associés. Il est conçu principalement comme une ressource de psychoéducation pour les cliniciens, les enseignants, et les familles, visant à faciliter l'annonce du diagnostic et à expliquer les tics aux jeunes et à leur entourage.



Cliquer sur la photo pour télécharger les outils

C'EST AUSSI ...

VIVRE AVEC DES TROUBLES ASSOCIÉS

Vivre avec des tics
ET
des troubles associés!

Plus de 80% des
personnes
vivant avec le SGT ont
aussi
1 ou plusieurs
troubles associés!

SIMILITUDES ET DIFFÉRENCES INDIVIDUELLES

Les troubles associés les plus fréquents sont :

- Le trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH)
- Le trouble obsessionnel-compulsif (TOC)
- Les troubles anxieux
- Etc.

« La face cachée » des comportements :

- L'anxiété
- L'impulsivité
- L'hyperactivité
- La rigidité cognitive
- Les sautes d'humeur
- Les épisodes explosifs
- Le manque d'inhibition
- Les idées envahissantes
- La surcharge sensorielle
- La perturbation du sommeil
- L'opposition et la provocation
- Les obsessions et compulsions
- L'inflexibilité comportementale
- Etc.

**En bref,
c'est d'origine neurologique :**

- Dysfonctions exécutives
- Difficultés d'adaptation
- Difficultés socio-affectives
- Difficultés d'apprentissage
- Difficultés au plan de l'autocontrôle
- Difficultés au plan de la motricité fine
- Dysrégulation émotionnelle et sensorielle
- Difficultés d'organisation et de planification
- Difficultés au plan du traitement de l'information sensorielle

DONC

UN PORTRAIT COMPLEXE

- Les troubles associés sont souvent la **source des plus grandes difficultés** pour les personnes vivant avec le SGT, surpassant souvent l'impact direct des tics eux-mêmes.
- Cette **complexité clinique** représente un défi significatif tant pour les jeunes atteints du SGT que pour les adultes (familles, éducateurs, professionnels) qui les accompagnent.
- Ce que l'entourage perçoit parfois comme de l'impolitesse, de la mauvaise volonté et des troubles de comportements est, en réalité, une **manifestation neurologique!**

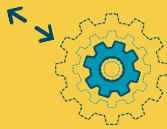
La complexité des troubles associés



Interactions entre tous les enjeux du fonctionnement neurologique



L'effet engrenage : une synergie qui modifie la priorité des besoins



Facteurs de variation :

- L'âge
- Le tempérament
- L'environnement
- Le moment de la journée
- La qualité des relations
- Le soutien reçu
- La médication
- Etc.



L'effet multiplicateur :

- Amplifie l'anxiété
- Décuple l'impulsivité
- Sature le système nerveux
- Bloque l'autorégulation
- Ébranle l'estime de soi
- Et plus encore ...

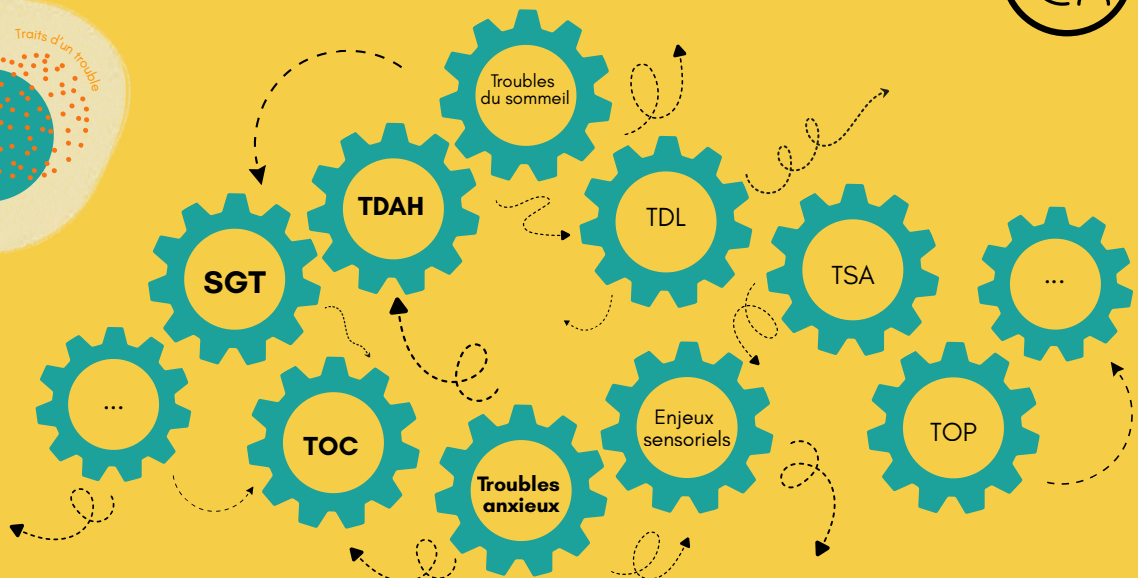


Un mécanisme dynamique où chaque trouble fluctue individuellement et conjointement

Chacun présente un profil unique en fonction du ou des troubles associés et des traits spécifiques avec lesquels il vit ...



chaque profil est unique



Les catégories diagnostiques sont des boussoles : elles nous aident à orienter nos interventions et à mieux comprendre le fonctionnement neurologique d'un individu. Chaque jeune est une entité unique, riche de ses talents et de sa personnalité, qui existe bien au-delà!

Légende

- Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH)
- Trouble du spectre de l'autisme (TSA)
- Syndrome de Gilles de la Tourette (SGT)
- Trouble obsessionnel-compulsif (TOC)
- Trouble oppositionnel avec provocation (TOP)
- Trouble du développement du langage (TDL)

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour tous

VIDÉO

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



Cliquer sur la photo pour écouter la vidéo



MOIS DE LA SENSIBILISATION AU SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



Andréanne Fortin
230 abonnés

Abonné

26



Partager

Télécharger



1 576 vues 15 mai 2023

C'est le mois de la sensibilisation au SGT du 15 mai au 15 juin !!

Si tu ne sais pas ce que c'est que le SGT, il est temps que tu regardes cette courte vidéo !
Je vous explique rapidement, accompagné de mon copain, qu'est-ce que le syndrome de Gilles de la tourette ?

Restez à l'affût des prochaines activités en visitant le site internet de l'AQST : AQST.COM

Pour me suivre sur mes réseaux sociaux :

TIKTOK : Andréannefortin

INSTAGRAM : Andréannefortin1

FACEBOOK : Le Journal de Gilles - Par Andréanne Fortin

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour tous

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

VIDÉOS



1. Le Syndrome Gilles de la Tourette : C'est quoi ?
CHU Sainte-Justine

Cliquer sur la photo pour écouter la vidéo



9. Le Tourette selon Sean 10 ans
CHU Sainte-Justine

Cliquer sur la photo pour écouter la vidéo



Plus de vidéos par ici



Syndrome Gilles de la Tourette : vidéos
Faisons le tour du Tourette

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour les
intervenants ou
les curieux

VIDÉOS

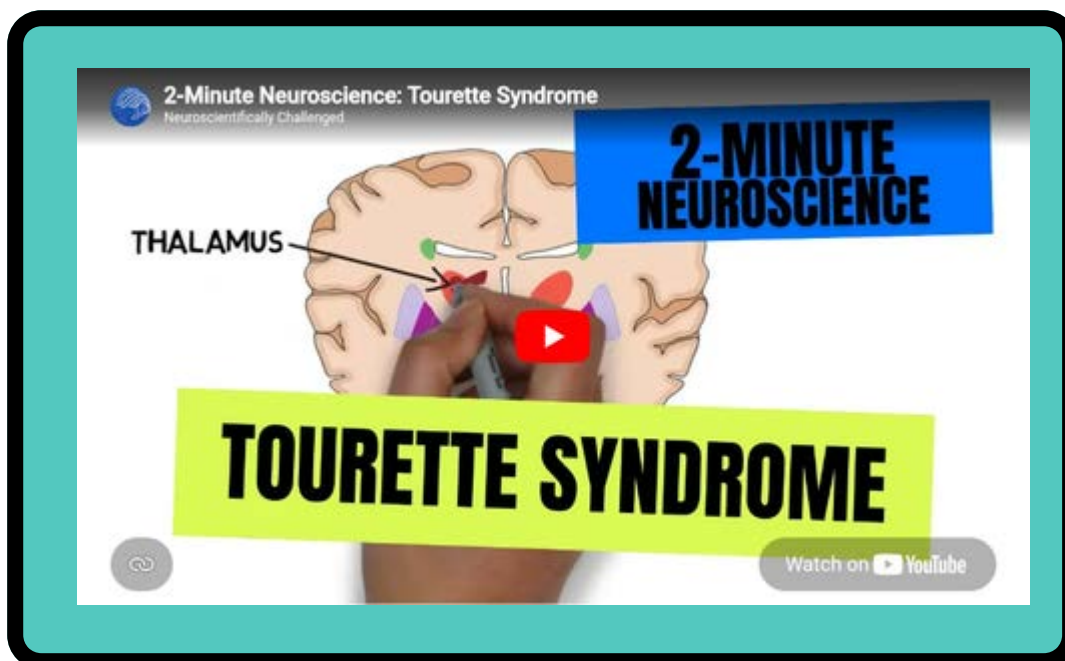
LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



TIC, TOC, Tourette, et TDAH!

Interview réalisée par Jean Baptiste ALEXANIAN Psychiatre -
Chaine Psy! Fous de Normandie

Cliquer sur la photo
pour écouter la vidéo



Neurosciences en 2 minutes : le syndrome de Gilles de la Tourette

Chaine Neuroscientifically Challenged

Cliquer sur la photo
pour écouter la vidéo

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour
les parents

VIDÉOS

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



Janette, les jeunes et la vieille | À 100 ans, elle discute sans tabou avec 9 jeunes

 Télé-Québec

Cliquer sur la photo
pour écouter la vidéo



Documentaire Des tics dans ma tête, syndrome de Gilles de la Tourette

 iprod média

Cliquer sur la photo
pour écouter la vidéo

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour tous

EXTRAIT AUDIO

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

98.5

Adaptation des soins aux besoins des enfants

Syndrome Gilles de la Tourette: méconnaissance et manque de formation

Publié le 12 mai 2023 par 98.5



Cliquer sur la photo
pour écouter la vidéo



Alors que le mois de sensibilisation au syndrome de la Tourette se déroulera du 15 mai au 15 juin, saviez-vous qu'au Québec, une personne sur 100 vit avec le syndrome de Gilles de la Tourette ?

Écoutez la **Dre Inge Meijer**, neurologue au CHU Sainte-Justine et membre de la clinique destinée aux patients qui vivent avec le syndrome Gilles de la Tourette, de même que **Fanny Rainville**, mère d'Elisabeth, qui vit avec le syndrome de Gilles de la Tourette, auteure du livre *L'enfant-orchestre*. On discute ainsi des défis que représente le diagnostic et de la gestion du syndrome, soulignant la méconnaissance et la nécessité d'une meilleure formation des soignants.

Ils mettent en lumière l'importance de l'adaptation des soins aux besoins individuels des enfants, souvent compliqués par des conditions associées comme le TDAH et l'anxiété.

(source : Cogeco Média)



Extrait audio: Syndrome Gilles de la Tourette: méconnaissance et manque de formation

LE BALADO DE L'AQST

Écoute ça en
gang !



L'**AQST** présente: *j'ai un TIC Quequ'chose !*

Un balado qui aborde le syndrome de Gilles de la Tourette
sous tous les angles.

Animé par Andréanne Fortin et David Blouin,
vivant tous deux avec le SGT.



baladoquebec.ca/jai-un-tic-quequchose

QU'EST-CE QUE C'EST ?



LIVRES

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

LAISSE-MOI T'EXPLIQUER... LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



(Dominique Vézina)

Pour expliquer aux copains

- **Public cible** : enfants de 7 à 12 ans
- **Usage** : soutenir l'enfant dans l'explication de sa condition auprès de ses amis ou de sa classe

LES MANIES DE MAUDE



(Jean Gervais)

Pour soutenir l'acceptation de soi

- **Public cible** : enfants de 8 à 11 ans
- **Usage** : roman jeunesse pour favoriser l'identification et l'acceptation de soi face aux défis sociaux et émotionnels du SGT à l'école primaire

COMPRENDRE LE SYNDROME DE LA TOURETTE : MANUEL POUR LES ÉDUCATEURS



(Tourette Canada)

Pour comprendre les stratégies pédagogiques gagnantes

- **Public cible** : équipe-école
- **Usage** : guide pratique axé sur les stratégies d'intervention et les aménagements pédagogiques en classe

QU'EST-CE QUE C'EST ?



LIVRES

LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE

10 QUESTIONS SUR... LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



(Anick Laverdure)

Guide d'information spécialisé

- **Public cible** : parents, enseignants et adolescents (12 ans+)
- **Usage** : outil de référence qui s'adresse aux adultes qui entourent l'enfant pour offrir des stratégies d'intervention concrètes et répondre à des questions plus techniques

QUAND LE CORPS FAIT À SA TÊTE



(Julie Leclerc et al.)

Comprendre la base clinique

- **Public cible** : parents d'enfants ayant reçu un diagnostic récent, intervenants scolaires et intervenants
- **Usage** : vulgarisation biologique du SGT et des troubles associés pour comprendre l'origine des tics et déculpabiliser les familles

TICS ? TOC ? CRISES EXPLOSIVES ?... CONCRÈTEMENT, QUE FAIRE ?



(Francine Lussier et al.)

Gérer les comportements difficiles

- **Public cible** : parents, enseignants, médecins et intervenants
- **Usage** : guide d'intervention pour gérer les crises de colère, les débordements émotionnels et les défis du quotidien

MIEUX VIVRE AVEC LES TICS ET LE SYNDROME DE GILLES DE LA TOURETTE



(Andreas Hartmann et al.)

Accompagner un jeune vers l'autonomie

- **Public cible** : adolescents 15 ans+, jeunes adultes vivant avec le SGT et leurs proches
- **Usage** : accompagnement vers l'autonomie dans la transition de la vie adulte (acceptation, traitements et intégration sociale)



section 3

--



NORMALISER

NORMALISER

LES TICS

En vieillissant, l'enfant peut chercher à contrôler et à camoufler ses tics en société s'il se sent différent et non accepté des autres !

Contenir ses tics a des impacts négatifs :

- Exacerbation de la frustration et de la colère
- Moins grande disponibilité à l'attention
- Augmentation de l'anxiété
- Explosion à la maison
- Grande fatigue
- Maux de tête
- Etc.



Le cycle du tic



« Pourquoi tiquer ? »

- Pour évacuer une décharge neurologique involontaire
- Pour soulager la sensation prémonitoire (l'inconfort physique)
- Pour libérer une tension interne accumulée
- Pour réguler une surcharge sensorielle ou émotionnelle

Recommandations :

- Opter pour l'**ignorance** intentionnelle (parler des tics les augmente)
- **Normaliser** avec bienveillance (comme avec un éternuement)
 - Le sujet ne doit pas être un tabou ni causer un malaise
- **Dédramatiser** les tics (utiliser l'humour au besoin)
- Intégrer des **périodes de relaxation** dans des moments clés
- Ne pas intervenir physiquement pour faire cesser les tics



SENSIBILISER L'ENTOURAGE AUX BONNES PRATIQUES



SAVIEZ-VOUS QUE ?

Plusieurs personnalités connues vivent avec le SGT ?

... nos célébrités québécoises!

Jean-Michel Blais

Pianiste, compositeur et interprète



Andréanne Fortin

Comédienne et cascadeuse
Porte-parole de l'AQST

Photos : Ninon Pednault, La Presse; Andréanne Fortin

... des artistes internationaux

Seth Rogen

Acteur, humoriste, producteur, scénariste et réalisateur canadien



Billie Eilish

Auteure, compositrice et interprète américaine



Photos : Gregg DeGuire, WireImage; Wikipedia

... des sportifs professionnels

Mahmoud Abdul-Rauf

Joueur de basketball américain de 1990 à 2011



Tim Howard

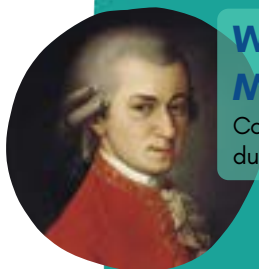
Joueur de soccer américain de 1997 à 2020

Photos : autismeaspergerquebec

... des icônes du 18^e siècle

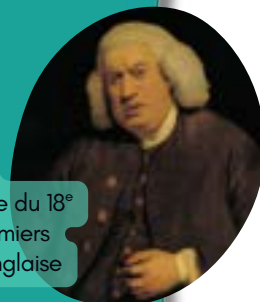
Wolfgang Amadeus Mozart

Compositeur classique autrichien du 18^e siècle



Samuel Johnson

Homme de lettres britannique du 18^e siècle, auteur de l'un des premiers dictionnaires de la langue anglaise



Images : Wikipedia

Bhattacharyya KB, Rai S. Famous people with Tourette's syndrome : Dr. Samuel Johnson (yes) & Wolfgang Amadeus Mozart (may be) : Victims of Tourette's syndrome? Ann Indian Acad Neurol. 2015 Apr-Jun;18(2) :157-61. doi : 10.4103/0972-2527.145288. PMID : 26019411; PMCID : PMC4445189.



section 4.1

— .



SOUTENIR

Agir ensemble

COMMENT FAIRE ?



UN GESTE DE SOLIDARITÉ



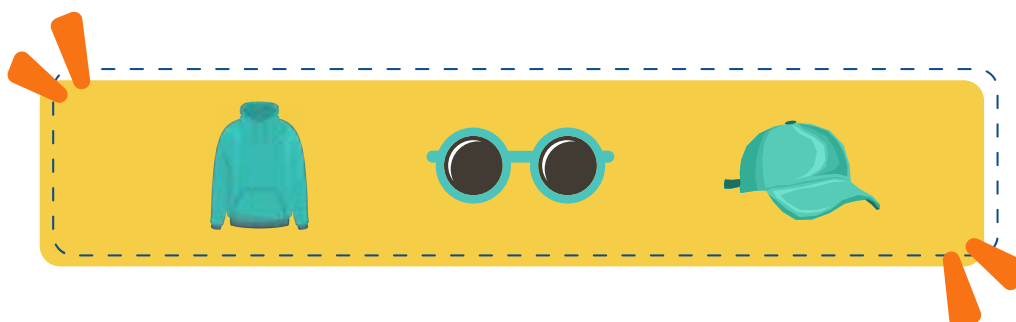
Le vendredi 15 mai
porte un accessoire turquoise
en signe de solidarité
pour les personnes vivant
avec le SGT !!!



Chers parents,

Dans le cadre du mois de la sensibilisation au syndrome de Gilles de la Tourette, nous vous invitons à faire preuve de solidarité envers ceux qui vivent avec le SGT et leurs proches. En signe de soutien, nous invitons tous les élèves du Québec, **le vendredi 15 mai**, à porter fièrement un vêtement ou un accessoire de couleur sarcelle (**turquoise**), couleur qui représente la Tourette.

Afin de mieux comprendre le syndrome de Gilles de la Tourette, des suggestions de lecture, d'activités et de vidéos sont proposées au personnel de l'équipe-école de votre enfant. Nous vous invitons à échanger à la maison avec vos enfants autour de ces activités.



**Quand tout le monde fait un petit geste,
de grandes choses sont possibles !**



Pour comprendre et être compris



info@aqst.com
www.aqst.com
514 588-7797



Devenir membre

LE MOIS DE LA SENSIBILISATION

PHOTO DE PROFIL



Besoin d'aide pour insérer ta photo ?
Écris au : soutien@aqst.com





section 4.2



SOUTENIR

Sensibiliser à la différence

CONNAIS-TU ?



NOTRE
PORTE-PAROLE

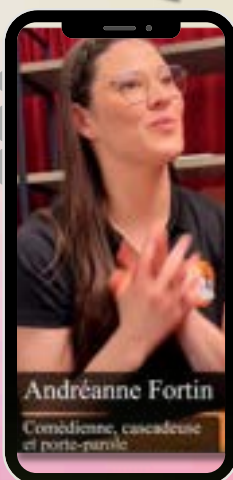


Photos: La Presse, Andréanne Fortin

Andréanne Fortin: s'ouvrir aux différences!

Andréanne Fortin est une comédienne et cascadeuse qui œuvre fièrement comme **porte-parole** de l'Association québécoise du syndrome de la Tourette (**AQST**).

Vivant elle-même avec le SGT, elle contribue à démystifier ce trouble neurodéveloppemental encore méconnu du grand public. Par son sourire contagieux, Andréanne nous inspire et nous démontre que l'union de nos forces et de nos passions permet de réaliser nos rêves.



Cliquer sur la photo
pour écouter la vidéo

NOUVEAUTÉ

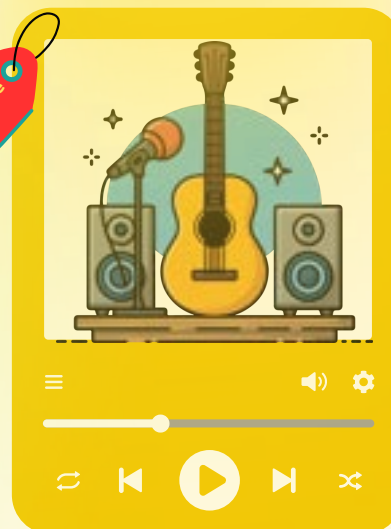
J'ai pas choisi de t'avoir

William Cloutier

« *J'ai pas choisi de t'avoir* » est une chanson marquante de l'artiste québécois William Cloutier, inspirée par son amie Andréanne Fortin, atteinte du syndrome de Gilles de la Tourette.

Cette pièce traite de l'acceptation de la différence, de la résilience face à la maladie ou à l'anxiété, et de la transformation d'un combat intérieur en allié.

Nouveauté



Cliquer ici pour
écouter la chanson

Cliquer ici pour écouter
le témoignage

UNE SÉRIE QUI OSE

Pour tous



Vestiaires | Séries | ICI TOU.TV

Suivez un club de nageurs en situation 21 handicap qui se retrouvent dans les vestiaires d'une piscine.

ici.tou.tv

Vestiaires

Cliquer sur la photo pour écouter la vidéo



L'envers de Vestiaires - Andréanne

Cliquer sur la photo pour écouter la vidéo

Un bel ajout pour votre bibliothèque scolaire !

Nouveauté



Un récit vibrant sur le sentiment de prendre trop de place ainsi que sur le syndrome de Gilles de la Tourette.



editionsfonfon.com/collection/histoiresdevivre/lenfant-orchestre/



- **Public cible :** enfants de 3 à 8 ans
- **Usage :** idéal pour une lecture accompagnée, cette histoire simple aide à normaliser les tics et favoriser l'empathie chez les plus jeunes

Des activités de sensibilisation à la réalité des élèves handicapés pour le milieu scolaire!

Nouveauté



Les enfants handicapés sont plus susceptibles de vivre des situations d'intimidation en raison de leur différence. Les moqueries, les insultes ou les gestes d'exclusion surviennent souvent en milieu scolaire. Il est donc essentiel d'aborder cette réalité avec les élèves.

Neuf activités pédagogiques adaptées à **l'enseignement primaire** sont proposées dans la trousse On s'élève! Les activités ont pour objectif de contribuer à vaincre les préjugés en sensibilisant les jeunes à la différence. Chaque activité comprend le matériel nécessaire à sa réalisation.

LES ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES



Site de l'OPHQ

Trousse d'activités complète

Les neuf activités de la trousse ont été élaborées pour le personnel enseignant du niveau primaire. Les activités peuvent aussi être utilisées par d'autres intervenantes et intervenants du milieu scolaire, notamment :

- Les psychoéducateurs
- Le personnel des services de garde
- Les intervenants de camps de jour
- Les animateurs d'activités sportives, récréatives et culturelles



[Télécharger toutes les activités de la trousse On s'élève! \(PDF\)](#)



section 4.3

--



SOUTENIR

Travailler ensemble

ÉQUIPE MULTIDISCIPLINAIRE



Pourquoi « faire équipe » change tout ?

- Cohérence des interventions
- Partage de l'expertise
- Soutien à la famille

Qui fait partie de votre équipe ?

La famille

Pilier affectif et premier défenseur des besoins de l'enfant

Équipe médicale

Évaluation, diagnostic, recommandations cliniques et suivi pharmacologique

Équipe-école

Adaptation pédagogique et soutien aux apprentissages sociaux

Équipe santé mentale

Gestion des troubles associés (TDAH, TOC, anxiété) et guidance parentale

Équipe de réadaptation

Développement des fonctions motrices, sensorielles et langagières

OPHQ

Veiller au respect des droits et faciliter l'accès aux mesures de soutien

DPT

Intervenir pour assurer la sécurité de l'enfant et soutenir l'équilibre familial

AQST

Traduire la complexité neurologique du SGT en stratégies concrètes pour chaque milieu

Autres partenaires

"Faire équipe" pour que chacun puisse être l'expert de son rôle !



PRÉVENTION DE LA SURCHARGE

1

L'objectif ultime



Une pause soutient l'apaisement, une activité intègre des buts multiples !

LES TYPES DE PAUSES



Pauses à l'horaire

transitions



Pauses au besoin



Diminuer les stimuli pour réguler la surcharge !

Pause calme



- Respiration
- Yoga
- Pleine conscience
- Environnement calme
- Activité individuelle ou en duo avec une personne régulée
- Etc.

Pause sensorielle



- Écouter de la musique
- Pressions profondes
- Balancement
- Manipuler des objets, des bacs senso
- Etc.

Viser l'apaisement ou la stimulation pour revenir au niveau d'éveil optimal !

Réactiver le cerveau autrement !

Pause concentration



- Défis cognitifs brefs
- Jeux de logique
- Coordination œil-main
- Dessin, coloriage
- Etc.

Pause active cardio-vasculaire rythmée



- Vélo
- Course, marche rapide
- Escaliers
- Trampoline
- Danse
- Etc.

Réguler le système nerveux central !



section 5

--



VALORISER

ENCOURAGER L'INVISIBLE

Jour après jour,
les enfants vivant avec le
SGT fournissent des
efforts considérables qui
passent inaperçus !

Tes efforts
constants sont
impressionnants !

Je vois tous
les efforts
que tu mets
pour rester
concentré !

Tu peux être
fier de ce que tu
accomplis grâce
à tes efforts !

**Valoriser
ses efforts
invisibles
à nos yeux**

Je vois que tu
travailles fort,
tu es
persévérant !

Je remarque
que tu t'améliores !

As-tu
remarqué
qu'avant tu te
serais
découragé plus
vite ?

TRUCS ET ASTUCES

Connaissez-vous
Vickie Bois,
conférencière et
psychoéducatrice ?



Faire la différence
ENSEMBLE!



Outil préparé par
Vickie Bois
M.Sc., conférencière

TRUCS ET ASTUCES

pour accompagner un enfant ayant un
SYNDROME GILLES DE LA TOURETTE (SGT)

TEMPS DE QUALITÉ:
l'importance du LIEN

Instaurer une
ROUTINE stable et sécurisante

Adopter de
SAINES HABITUDES DE VIE

Miser sur ses FORCES
pour lui permettre de
BRILLER

BOUGER
pour décharger
l'agitation motrice

Faire vivre des
RÉUSSITES

Utiliser ses **INTÉRÊTS**
pour travailler sa flexibilité

Proposer des
COMPORTEMENTS de REMPLACEMENT
pour les tics plus inconfortables
et les pratiquer quotidiennement

Toujours IGNORER
les tics de l'enfant

Avertir des changements à l'avance si possible
et nommer les ATTENTES

Utiliser le plus souvent possible
les FAUX CHOIX

Éviter le **SARCASME**
et les blagues double sens

Éviter la
CONFRONTATION
et la notion de TEMPS

Souligner chaque
EFFORT DE SOUPLESSE

AMENER L'ENFANT À RÉFLÉCHIR
afin de solliciter son raisonnement cognitif

Prévoir des moments de
RELAXATION et un COIN CALME
pour liquider les tics



© Vickie Bois, M.Sc., conférencière, tous droits réservés 2020. soschangement.ca

Voici un outil ainsi que quelques conseils pour AIDER les familles ou intervenants qui gravitent autour d'un enfant ayant un syndrome de Gilles de la Tourette.



OUTIL ARC-EN-CIEL

Connaissez-vous
Vickie Bois,
conférencière et
psychoéducatrice ?



Voici un outil ainsi que quelques conseils pour AIDER
les familles ou intervenants qui gravitent autour d'un
enfant ayant un syndrome de Gilles de la Tourette.





section 6

--



NOS SERVICES

TYPES D'INTERVENTIONS ET DE SOUTIEN OFFERTS PAR L'AQST

Intervention et soutien individuel

- Famille
- Proche
- Ado
- Adulte

Intervention et soutien professionnel

- Équipe-école
- Équipe clinique
- Équipe médicale



Atelier de sensibilisation SGT

- CSS
- CIUSSS
- Organisme communautaire

Formation immersive

- Équipe professionnelle

NOS SERVICES CONNEXES

ÉCOUTE
INFORMATIONS
CONSEILS
SOUTIEN

- **Groupes de soutien** à travers le Québec
- **La journée des conférences** (annuelle)
- **Ateliers** de sensibilisation dans les milieux
- **Salons et événements** de sensibilisation
- **Le camp Scarabée**
- **Activités de répit** pour les parents
- **Activités familiales** ponctuelles
- **Mois de la sensibilisation** du 15 mai au 15 juin
- Articles promotionnels
- Et bien plus !



Pour plus d'informations

Nous joindre partout au Québec



info@aqst.com



www.aqst.com



514 588-7797



Devenir membre

FORMATION IMMERSIVE UNIQUE !



BIEN COMPRENDRE LE SYNDROME DE LA TOURETTE POUR ADAPTER SES PRATIQUES D'INTERVENTION

LE SGT TOUCHE AUTANT DE PERSONNES QUE LE TSA, ET POURTANT...

Pourtant, le syndrome de Gilles de la Tourette (SGT) est un trouble neurodéveloppemental encore trop peu connu et souvent mal compris. Cette méconnaissance mène fréquemment à des interventions malheureuses tant pour l'enfant que pour l'intervenant.

Le syndrome de Gilles de la Tourette (SGT), caractérisé par la présence de tics, est complexifié par la présence de troubles associés dans 90 % des cas (comme le TDAH, le TOC, le TOP, l'anxiété, etc.). Cette réalité complexe engendre d'importants défis d'adaptation en milieu scolaire et complique l'accompagnement des personnes vivant avec le SGT dans leurs différentes sphères de vie.

C'est pourquoi l'AQST a élaboré une formation immersive véritablement UNIQUE d'une journée complète. Son but est de transformer la compréhension des intervenants en leur permettant d'explorer l'univers interne des personnes vivant avec le SGT, d'appréhender leurs troubles associés, leurs besoins et les impacts dans leur quotidien, tout en fournissant des stratégies d'intervention adéquates.

LA FORMATION



présente un
contenu riche en
information
théorique et
pratique



met de l'avant
un processus
pédagogique
interactif



fait appel aux
dimensions
**cognitives et
socio-émotives**



assure
l'intégration des
notions
présentées

1 500\$

*Taxe d'accueil et de déplacements s'il y a lieu

Pour l'ensemble de votre équipe!

DATES DISPONIBLES DÈS MAINTENANT

Pour réserver cette formation, contacter Nathalie Pételle à direction@aqst.com

