

ATELIER DE FORMATION

Favoriser la résilience grâce à Technohabile :

une approche des compétences numériques
[pour les survivantes de violence facilitée par la technologie]





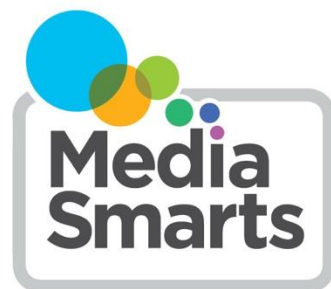
presents:

Innovations dans la lutte contre la violence fondée sur le sexe et les traumatismes et la violence

UNE CONFÉRENCE NATIONALE

1–2 octobre, 2025

INTRODUCTIONS



À propos d'HabiloMédias



Aperçu et objectifs

- Acquérir une compréhension d'une approche tenant compte des traumatismes et de la violence en matière d'éducation aux médias numériques et d'animation de programme.
- Identifier des outils pratiques dans l'animation tenant compte des traumatismes pouvant être utilisés avant, pendant et après l'animation du programme.
- Participer à une activité interactive guidée pour incorporer une approche tenant compte des traumatismes et de la violence dans vos propres programmes et pratiques d'animation.



**AVERTISSEMENT
AU SUJET DU
CONTENU**

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Aller de l'avant :

l'autonomisation et la littératie numériques des survivantes

- Projet de recherche interventionnelle de quatre ans
- Objectif : adapter, fournir et évaluer des ressources de littératie numérique pour les survivantes de la violence familiale et les intervenants du secteur de la lutte contre la VFF



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Aller de l'avant :

l'autonomisation et la littératie numériques des survivantes

- Approche tenant compte des traumatismes et de la violence
- Traiter les préjudices en ligne complexes par l'éducation aux médias numériques
- Interventions collaboratives et durables aux niveaux individuel, communautaire et systémique



Favoriser la résilience grâce à Technohabile



Matériel d'animation

Guide d'animation

Manuel sur l'éducation aux médias numériques
tenant compte des traumatismes

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

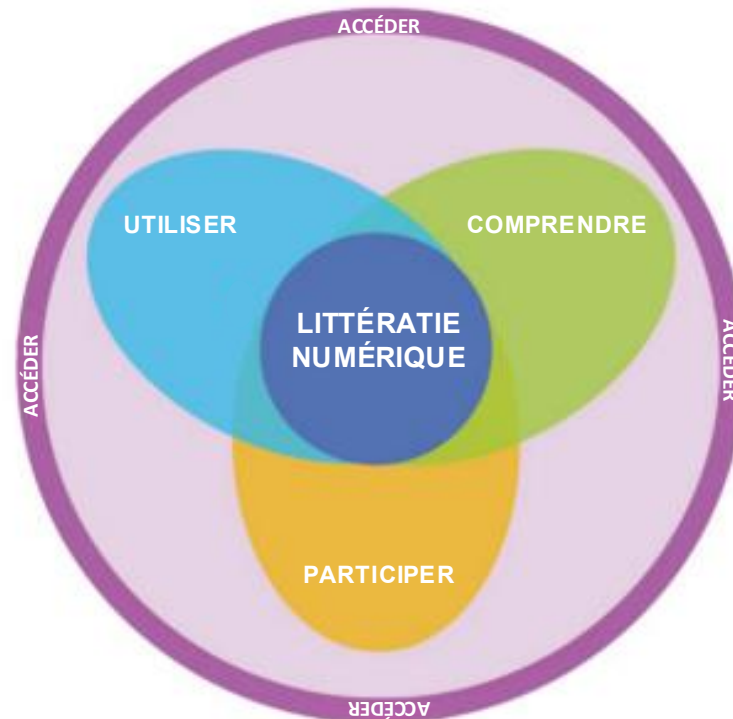
Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Éducation aux médias numériques

Il ne s'agit pas seulement de *l'accès* à la technologie, mais aussi de la façon de *l'utiliser*, de la *comprendre* et d'y *participer*.



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Violence et abus facilités par la technologie

Une forme d'abus ou de comportement contrôlant comportant l'utilisation de la technologie pour contraindre, traquer, surveiller ou harceler une autre personne.

Traumatisme

un événement ou une circonstance entraînant des préjudices physiques, émotionnels ou mettant la vie en danger.

Il comprend également les impacts négatifs durables de cet événement ou de cette circonstance sur la santé et le bien-être physique, mental, émotionnel, social et spirituel d'une personne

Retraumatisation

La réactivation des symptômes du traumatisme par des pensées, des souvenirs ou des sentiments liés à l'expérience passée du traumatisme.

Approche tenant compte des traumatismes et de la violence

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook

walkthrough

Questions

First break

- Reconnaît l'impact généralisé, les signes et les symptômes des traumatismes et comprend les voies potentielles de rétablissement; intègre pleinement les connaissances sur le traumatisme dans les politiques, les procédures et les pratiques; et cherche à résister activement à la retraumatisation — SAMHSA, 2014
- La mise en œuvre d'une approche tenant compte des traumatismes et de la violence est un processus continu et non un résultat
- Nous accueillons avec plaisir les commentaires, suggestions, rétroactions ou pratiques prometteuses sur les approches tenant compte des traumatismes





QUESTIONS?

ABOUT MEDIA SMARTS

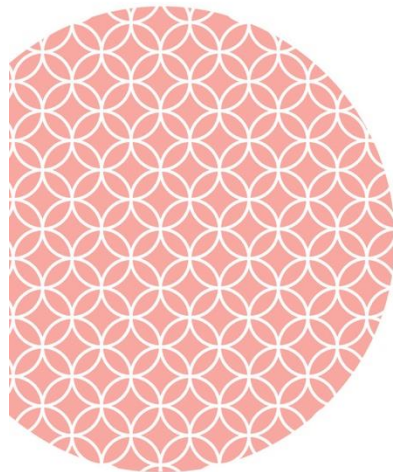
Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions


First break



Contenu du guide

- Renseignements généraux
- Six principes de base pour une approche tenant compte des traumatismes
- Pratiques prometteuses pour la mise en œuvre de ces six principes
- Considérations relatives à l'animation virtuelle ou à distance
- Fiche-conseil

Digital
Smarts



PRINCIPES CLÉS

d'une approche tenant
compte des traumatismes
et de la violence

PRINCIPES CLÉS

d'une approche tenant
compte
des traumatismes
et de la violence

SÉCURITÉ

CONFIANCE ET
TRANSPARENCE

AUTONOMISATION

SOUTIEN PAR
LES PAIRS

INTERSECTIONNALIT
É ET HUMILITÉ
CULTURELLE

COLLABORATIO
N

Digital
Smarts

Based on SAMHSA 2014

©MediaSmarts 2024

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Sécurité

Les participantes et le personnel en animation doivent se sentir en sécurité sur le plan physique, émotionnel et psychologique



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Sécurité dans la conception des ateliers

- Plusieurs pauses (surtout après des discussions potentiellement difficiles)
- Langage inclusif et valorisant
- Déclarations factuelles
- Suggérer aux participantes des signaux pour indiquer qu'elles ont besoin d'une pause



Sécurité : pratiques prometteuses

Pour les animatrices :

- Essayer de rester consciente de ses propres émotions
- Affecter deux animatrices par atelier pour appuyer les pauses et les cas où il peut être nécessaire d'aider quelqu'un individuellement
- Identifier et utiliser les ressources et le soutien disponibles avant, pendant ou après les ateliers
- Consulter la fiche-conseil à la fin du guide



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Sécurité : pratiques prometteuses

Pour les participantes :

- Expliquer les concepts clés
- Tenir compte de la façon dont un espace physique est aménagé
- Chercher des signes de retraumatisation
- Se préparer à appliquer des techniques de désescalade
- Faire le point



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Confiance et transparence

- établies en étant honnêtes et claires au sujet des processus et du fonctionnement pendant les ateliers
- permettent aux participantes de se sentir en contrôle et responsabilisées lorsqu'elles discutent de sujets potentiellement difficiles



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Confiance et transparence : pratiques prometteuses

- Confirmer que les participantes comprennent l'objectif et le programme de l'atelier
- Établir les attentes et les limites au début
- Faire le point régulièrement et prévoir des pauses au besoin
- Communiquer lorsqu'il faut modifier l'ordre du jour

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

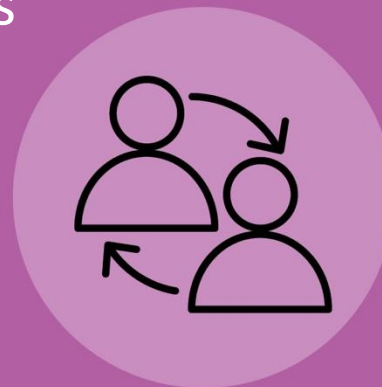
Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Soutien par les pairs et collaboration

Ce soutien est essentiel pour établir la sécurité, le bien-être et la résilience parce que les participantes sont souvent plus autonomisées par des efforts collectifs plutôt qu'individuels



Digital
Smarts

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Soutien par les pairs et collaboration : pratiques prometteuses

- Prévoir de l'espace et du temps pour établir des relations
- Permettre aux participantes d'évaluer et d'exprimer leurs besoins
- Collaborer avec les participantes pour prendre des décisions dans la mesure du possible



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Autonomiser les participantes

Encourager les forces des participantes et honorer leurs expériences, leurs choix et leurs contributions

Particulièrement important en raison du sentiment d'impuissance et de manque de contrôle associé aux traumatismes et à la violence



Digital
Smarts

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Autonomiser les participantes : pratiques prometteuses

- Permettre aux participantes de faire des choix
- Affirmer et valider la participation
- Poser des questions qui favorisent la résilience

Digital
Smarts

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

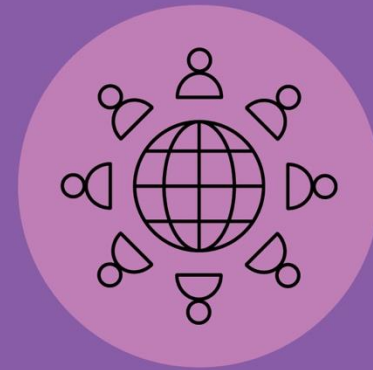
Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Tenir compte de l'intersectionnalité et de l'humilité culturelle

Une approche tenant compte des traumatismes reconnaît et respecte les identités des participantes et les intersections de ces identités, et y est sensible



Digital
Smarts

About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Intersectionnalité et humilité culturelle dans la conception de l'atelier

Ce programme est façonné par le travail
d'HabiloMédias avec un réseau diversifié
de partenaires et de conseillères et conseillers
qui offrent des services à un groupe diversifié
de survivantes



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Tenir compte de l'intersectionnalité et de l'humilité culturelle : pratiques prometteuses

- Maintenir la connaissance des identités, de leurs intersections et de leur incidence possible sur les traumatismes et la participation des participantes
- Faire preuve de respect et d'ouverture à l'égard des différentes approches culturelles et méthodes de connaissance
- Éviter les suppositions et généralisations d'identités différentes
- Utiliser un langage et des approches inclusifs

Animation à distance : défis

- Obstacles créés en ne partageant pas le même espace physique (p. ex., protection de la vie privée des participantes)
- Les participantes peuvent participer à la réunion à partir d'un endroit où elles ont vécu un traumatisme
- Fatigue des réunions virtuelles



About MediaSmarts

Content Warning

About the project

Facilitation handbook
walkthrough

Questions

First break

Animation à distance : pratiques prometteuses

- Confirmer que les participantes se trouvent dans un endroit sûr et confortable.
- Dans la mesure du possible, assurer la confidentialité et la sécurité en ligne
- Utiliser les fonctions en ligne qui peuvent favoriser la sécurité et le bien-être
- Tenir compte du langage corporel et de l'environnement

Digital
Smarts

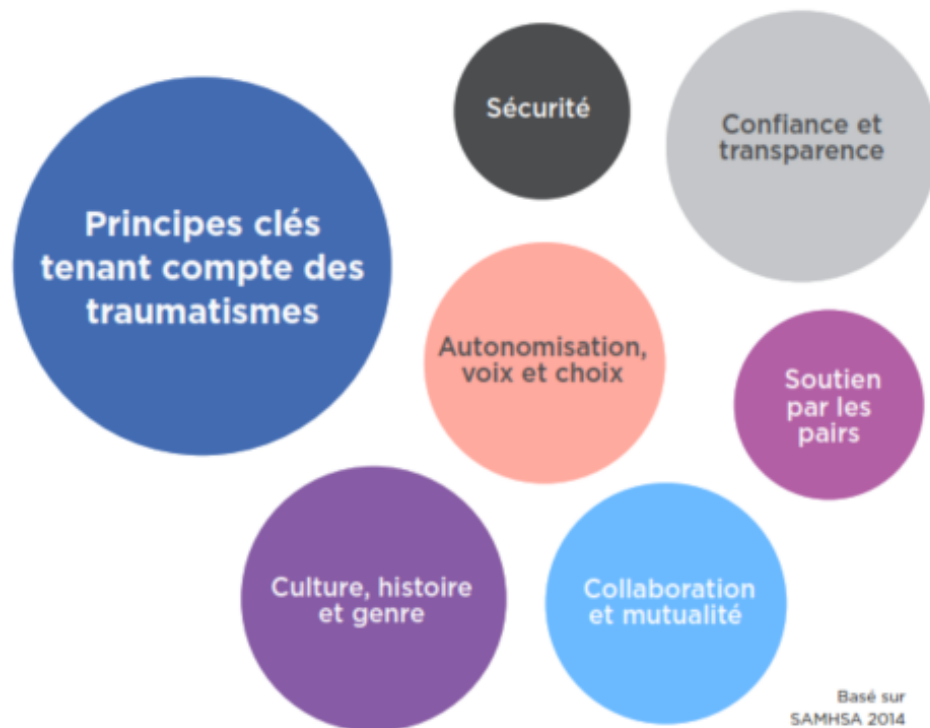
Fiche-conseil : Résumé des pratiques prometteuses

Définitions clés:

Éducation aux médias numériques : Capacité d'utiliser toutes les formes de médias, de les comprendre, d'y accéder et d'interagir avec elles de manière critique et en toute confiance.

Violence et abus facilités par la technologie : Peut être généralement définie comme une forme d'abus ou de comportement contrôlant comportant l'utilisation de la technologie pour contraindre, traquer, surveiller ou harceler une autre personne.

Approches tenant compte des traumatismes et de la violence : Comprendre les antécédents de traumatismes et y être sensible, et créer des environnements favorisant le bien-être et la sécurité plutôt que d'adopter des pratiques qui pourraient involontairement retraumatiser.



Basé sur
SAMHSA 2014

Pratiques recommandées

Sécurité

- S'assurer que les participantes comprennent les concepts clés (p. ex. traumatismes, abus, etc.)
- Établir l'accès aux mesures de soutien
- Détecter les signes de déclenchement des traumatismes et de retraumatisation
- Utiliser des techniques de désescalade
- Aménager l'espace physique en se souciant de la sécurité
- Prévoir davantage de temps pour les comptes rendus au besoin

Confiance et transparence

- S'assurer que les participantes comprennent l'objectif de l'atelier et le programme
- Fixer des attentes et des limites
- Prévoir des pauses au besoin et des contrôles réguliers
- Faire preuve d'honnêteté et de transparence (notamment lorsque l'animatrice ne connaît pas la réponse à une question)

Soutien par les pairs et collaboration

- Prévoir un espace et du temps pour établir des relations
- Permettre aux participantes d'évaluer et d'exprimer leurs besoins
- Collaborer avec les participantes pour prendre des décisions dans la mesure du possible

Autonomisation

- Permettre aux participantes de faire des choix
- Affirmer et valider la participation
- Poser des questions qui favorisent la résilience (p. ex. « Quelles pensées ou actions vous donnent de l'espoir? »)

Humilité culturelle

- Reconnaître les différentes identités, leurs intersections et leur impact sur les traumatismes des participantes et leur participation
- Faire preuve de respect et à d'ouverture à l'égard des différentes approches culturelles et formes de savoir
- Éviter les hypothèses et les généralisations sur les différentes identités
- Utiliser des approches et un langage inclusifs

Animation à distance

- Confirmer que les participantes se trouvent dans un espace sûr et confortable et qu'elles peuvent protéger leur vie privée et assurer leur sécurité en ligne
- S'assurer d'utiliser les fonctions en ligne comme l'inscription et les salons de discussion pour favoriser la sécurité des participantes
- Prendre conscience du langage corporel et de l'environnement, lesquels peuvent affecter les participantes
- Faire un compte rendu et envoyer un courriel de suivi contenant le matériel de l'atelier, les ressources et les mesures de soutien

Ressources pour de plus amples renseignements

- [Sécurité technologique Canada](#)
- [Implementing Trauma- and Violence-Informed Care: A Handbook](#)
- SAMHSA : [Traumatismes et violence](#) et [Principes tenant compte des traumatismes et de la violence](#)
- [Auto-évaluation tenant compte des traumatismes à l'intention des animatrices](#)



QUESTIONS?



FAVORISER LA RÉSILIENCE GRÂCE À TECHNOHABILE

About the workshops

Second break

Digital storytelling
workshop

Workshop evaluation

Questions

Wrap-up/Next steps

Ateliers d'introduction

- Destinés aux participantes ayant les compétences les plus limitées
- Mettent l'accent sur les compétences fondamentales dans les catégories **d'accès** et **d'utilisation**
- Peu de chevauchement



About the workshops

Second break

Digital storytelling
workshop

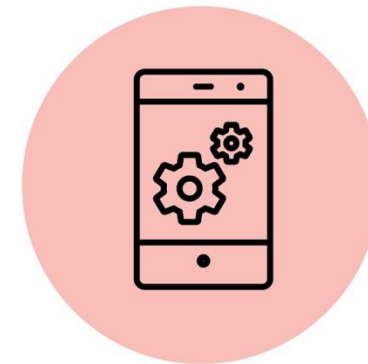
Workshop evaluation

Questions

Wrap-up/Next steps

Ateliers avancés

- Destinés aux utilisatrices et utilisateurs actifs d'Internet
- Couvrent les compétences **d'utilisation** plus avancées et présente les compétences de **compréhension** et **d'engagement**
- Certains chevauchements avec les ateliers d'introduction



Digital
Smarts

About the workshops

Second break

Digital storytelling
workshop

Workshop evaluation

Questions

Wrap-up/Next steps

Format des ateliers

Chaque atelier suit la même structure :

- Aperçu
- Sujets présentés
- Jeux-questionnaires
- Activités pratiques
- Dépannage
- Révision du vocabulaire
- Questions
- Suivi : vidéo et fiche de pratique



QUESTIONS?

About the workshops

Second break

Digital storytelling
workshop

Workshop evaluation

Questions

Wrap-up/Next steps

ACTIVITÉ

Choisissez un principe tenant compte des traumatismes (*sécurité; confiance et transparence; soutien par les pairs et collaboration; autonomisation des participantes; prise en compte de l'intersectionnalité et humilité culturelle*)

Communiquez trois façons concrètes de mettre en œuvre ce principe dans un programme/projet passé ou actuel

About MediaSmarts

Content Warning

Inscrivez-vous pour assister à notre séance de formation gratuite janvier 2026



bit.ly/ms-formulaireinscription



Merci de votre présence!

info@mediasmarts.ca