

## **FORMATION AUTONOMIE**

Cette formation permet à l'adulte d'acquérir les compétences nécessaires à la réalisation de son projet de participation sociale et à l'exercice de ses différents rôles sociaux tout en favorisant son autonomie fonctionnelle dans les situations concrètes de sa vie.

L'équipe enseignante a développé des situations d'apprentissages variées (ateliers de cuisine, de gestion des émotions, d'informatique, de saines habitudes de vie, d'utilisation de l'argent et d'administration d'un petit budget, sorties éducatives, langages utilitaires, préparation à la vie en appartement, etc.). Deux éducatrices spécialisées sont présentes pour l'ensemble des groupes en intégration sociale.

### **À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?**

La formation *Autonomie* a été conçue pour répondre aux besoins des personnes adultes :

- présentant des difficultés d'adaptation sur les plans psychiques, intellectuel ou social;
- possédant la capacité d'énoncer, verbalement ou par un autre moyen, le projet de participation sociale pour lequel elles doivent développer des compétences;
- démontrant une motivation à participer activement et volontairement aux activités éducatives proposées.

### **IMPLICATION DES PARTENAIRES**

Nous travaillons en étroite collaboration avec les personnes répondantes des milieux d'appartenance de l'élève (membre de la famille, responsable de plateaux de travail à l'externe) et ses intervenantes et intervenants (équipes en éducation spécialisée, en travail social, CIUSSS, etc.). Ces personnes sont des partenaires importants dans le projet de formation de l'élève et seront sollicitées à différents moments par l'équipe-école.

### **HORAIRE**

- 14 heures en classe par semaine, de 8h30 à 15h30, de la fin-août à la fin-juin.
  - 3 groupes les mardis et jeudis
  - 3 groupes les mercredis et vendredis
- 6 heures en habiletés de travail (possibilité de plateaux de travail à l'interne tels qu'un dépanneur scolaire, une friperie, un atelier de récupération)
- Rencontres individuelles de suivi et d'évaluation avec l'enseignante ou l'enseignant.
- Le transport doit être assumé par l'élève (ex : transport adapté public ou privé).

## **HABILETÉS VISÉES**

- HABILETÉS PERSONNELLES ET SOCIALES
  - Se connaître, développer son réseau, s'adapter aux changements, gérer ses émotions.
- RÉSOLUTION DE PROBLÈME
  - Identifier les sources d'un problème vécu, développer sa motivation à le résoudre, identifier les solutions possibles, améliorer sa concentration.
- COMMUNICATION ET COMPRÉHENSION ORALE, ÉCRITE ET INFORMATIQUE
  - S'informer, s'exprimer, écouter, utiliser les technologies.
- UTILISATION DES RESSOURCES DU MILIEU
  - Explorer et utiliser des ressources communautaires, des services publics.
- HABILETÉS DOMESTIQUES
  - Entretien de son lieu de résidence, garder ses vêtements en bon état, observer des règles de sécurité.
- HABILETÉS DE TRAVAIL
  - Adopter des comportements adéquats, gérer adéquatement ses interactions, respecter son horaire.
- GESTION DU QUOTIDIEN
  - Planifier, s'organiser, utiliser un agenda.
- MATHÉMATIQUES INSTRUMENTALES
  - Mesurer, calculer, classer, trier, utiliser l'argent, gérer un budget.
- SOINS PERSONNELS, ALIMENTATION ET PSYCHOMOTRICITÉ
  - Adopter de saines habitudes de vie, développer sa motricité fine et globale, s'orienter dans l'espace et le temps.

## **POUR INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES**

**Christine Denis**  
Conseillère pédagogique  
[denis.christine@cscapitale.qc.ca](mailto:denis.christine@cscapitale.qc.ca)

**Commission scolaire de la Capitale**  
**Les Services en intégration sociale**  
1201, rue de la Pointe-aux-Lièvres  
Québec (Québec) G1L 4M1  
TÉLÉPHONE : 418 686-4040, poste 8247  
**[cscapitale.qc.ca](http://cscapitale.qc.ca)**