

Résilience émotionnelle et affective à l'ère de la socialisation virtuelle

Atelier-conférence



Fort de mon parcours multidisciplinaire, j'enfile mon **chapeau d'éducateur spécialisé** et de communicateur pour aborder avec légèreté un sujet d'actualité et préoccupant.

D'une **durée de 90 minutes**, cette animation ne se veut pas un discours moralisateur sur le sujet, mais plutôt un **échange engageant et éducatif**! J'y aborde des notions importantes en utilisant des **exemples de la vie courante** appuyés par des **références scientifiques vulgarisées**.

Comprendre les rôles de l'ocytocine et de la dopamine

Responsable de la **connexion** et de l'**apaisement**, l'ocytocine régule plusieurs aspects importants liés à notre bien-être affectif et à nos habiletés sociales. Produite par la présence et le touché, celle-ci se voit **grandement réduite par la socialisation virtuelle**. À cela s'ajoute la surstimulation de la dopamine (plaisir, attention et motivation) provoquée par les écrans, et qui entraîne déséquilibres et **détournements de nos réels besoins**, dont le plus fondamental : la connexion humaine!

Avec légèreté et vulgarisation, je sensibilise les élèves sur :

- L'importance de la **connexion humaine** sur le développement de l'être humain et son bien-être physique, mental, émotionnel et affectif.
- L'impact de la **surstimulation** des écrans sur l'apprentissage, les fonctions cognitives, et les risques de dépendance.
- L'impact de la **socialisation virtuelle** sur l'estime et la confiance en soi, l'empathie, la solitude, l'irritabilité et l'anxiété.
- L'importance d'une **utilisation raisonnable** et de saines habitudes pour conserver un bon équilibre de vie.

Modalités

- Niveaux ciblés : **Secondaire 1 à 5**.
- Powerpoint nécessitant matériel de projection.
- Minimum 2 conférences par jour, maximum 3.
- Possibilité de combiner deux classes.
- Présentation de 90 minutes. Possibilité de s'ajuster à votre réalité.



Animée par Patrick Arguin, thérapeute et éducateur spécialisé
819-357-8681, patrickarguin@hotmail.com



À propos de l'animateur

Mes volets de thérapeute, d'éducateur et de communicateur ont en commun mon amour pour l'être humain et mon désir de l'aider à s'épanouir en considérant tous les aspects de son bien-être... Qu'il soit petit ou grand! De plus, j'apprécie mon parcours multidisciplinaire et le regard multifocal qu'il me donne sur bien des sujets.

Un des sujets qui est au cœur de nombreuses de mes interventions et que j'affectionne plus particulièrement est la connexion humaine et ses impacts... ou dans le cas de cette présentation; la diminution de celle-ci au profit d'une connexion plus « virtuelle ». Cela ne se veut nullement un plaidoyer pour retourner à l'âge pré-Internet, mais une invitation à poser un regard éclairé sur un phénomène qui touche toutes les sphères de notre vie et de notre bien-être, ayant comme fil conducteur nos façons de connecter ensemble.

Tarifs et frais afférents

Tarifs en vigueur (taxes en sus)

Une animation (90 minutes)	225.00\$
Deux animations (minimum par jour)	450.00\$
Trois animations (maximum par jour)	600.00\$
Journée supplémentaire	540.00\$
2 ^e Journée supplémentaire	480.00\$

Frais afférents (taxes en sus)

Repas (déplacement de moins de 12h sans nuitée)	
Dîner	17.55\$
Souper	26.50\$
Repas (déplacement avec nuitée)	
Indemnité quotidienne	48.00\$
Hébergement	150.00\$
Frais de transport (si excédant 20 Km aller-retour)	0.60\$/Km

**Une avance de 25% est demandée lors de la signature de l'entente.*

Réservez tôt 2025-2026

Obtenez 10% de rabais en réservant avant le 6 juin 2025!

Accédez en primeur aux dates les plus en demande du calendrier scolaire.