

FONDATION  
DES PETITS COEURS RIEURS



# RAPPORT ANNUEL 2022-2023

# Mot de la présidente du conseil d'administration



**Sophie Moreau**  
Présidente du conseil d'administration  
Fondation Des Petits Coeurs Rieurs



## Chers lecteurs et chers bienfaiteurs,

C'est avec une joie immense que nous vous convions à la lecture de notre rapport d'activités 2022-2023 qui fait état des réalisations de la dernière année.

Je préside le Conseil d'administration de la **FONDATION DES PETITS COEURS RIEURS** depuis maintenant deux ans et je suis convaincue que sa mission et son implication sont essentielles pour le développement et le maintien de santé mentale des jeunes écoliers.

Il existe de nombreuses études et recherches sur l'anxiété chez les moins de 18 ans, reflétant l'importance croissante de cette question. Une de ces études sur la prévalence des troubles anxieux chez les enfants et les adolescents<sup>1</sup> a démontré que les troubles anxieux touchent environ un enfant sur cinq. Et selon une récente étude de l'Université de Sherbrooke, la prescription d'antidépresseurs chez les jeunes de moins de 17 ans a bondi de 260 % en 15 ans au Québec.

L'anxiété chez les jeunes est un problème de santé mentale courant qui peut avoir un impact significatif sur leur bien-être et leur vie quotidienne. Il est donc nécessaire de mettre en œuvre les meilleures pratiques pour aider les jeunes dans ce domaine.

## L'éducation émotionnelle et sociale pour les orienter vers une vie meilleure !

L'apprentissage à l'école ne devrait pas se limiter à l'écriture, à la lecture et aux mathématiques. Les élèves devraient également développer un large éventail de compétences et de connaissances pour les préparer à réussir leur vie et dans la vie, à s'épanouir sur le plan personnel et à devenir des citoyens responsables. De ce fait, l'éducation socio-émotionnelle devrait faire partie du cursus scolaire des enfants dès la maternelle.

L'apprentissage de la gestion des émotions chez les enfants est donc essentiel pour leur développement émotionnel, personnel et social. Ces compétences leur permettent de comprendre, d'identifier, d'exprimer et de réguler leurs émotions favorisant ainsi des relations interpersonnelles positives, une meilleure réussite scolaire et un meilleur climat en classe.

Le programme d'éducation émotionnelle et sociale en ligne de la fondation concourt activement à la santé mentale des écoliers et contribue aussi à faire diminuer l'intimidation dans les écoles. À ce jour, ce sont près de 6 000 écoliers qui ont participé aux activités du programme offert sans frais à toutes les écoles primaires de la province.

<sup>1</sup>Merikangas et al., 2010

Je remercie tous nos généreux donateurs qui, d'année en année, contribuent financièrement au maintien de notre programme en ligne et nous permettent d'offrir gracieusement à des centaines d'écoliers tout le matériel nécessaire pour enrichir leur programme.

Je remercie aussi les directions des écoles qui ont cru en notre programme et qui l'ont implanté dans de leur école. Toute ma gratitude aussi à chacune des enseignantes, chacun des enseignants qui ont offert le programme à leurs écoliers en cours d'année. Soyez-en chaleureusement remerciés.

Je félicite les enfants qui ont participé aux activités et qui nous ont mentionné leur plaisir à faire les activités du programme ajoutant très souvent avoir adoré leurs livres de contes et leurs bracelets qui reprennent les paroles magiques qui rendent heureux. Merci aux parents et aux membres de leur famille pour reprendre les notions du programme avec leurs enfants. Les pensées de bonheur, ça se partage.

Je tiens aussi à faire part de ma gratitude envers nos bénévoles et principalement envers les membres du conseil d'administration de la fondation pour leur dévouement et leur généreuse implication bénévole. Un remerciement particulier à Annie Boutin pour son aide très précieuse.

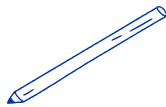
Nous espérons que ce rapport vous convaincra de la nécessité de notre implication sociale pour le mieux-être de notre jeunesse et que vous rejoindrez prochainement le groupe de nos généreux donateurs qui ont à cœur le bonheur des enfants.

Je vous souhaite une très bonne lecture.

**Sophie Moreau**

Présidente du conseil d'administration  
Fondation Des Petits Cœurs Rieurs

[s.moreau@fondationpetitscoeurs.org](mailto:s.moreau@fondationpetitscoeurs.org)



La **FONDATION DES PETITS COEURS RIEURS**, a pour mission de contribuer au mieux-être chez les moins de 18 ans. Durant la dernière année, le conseil d'administration a pu compter sur une formidable équipe de femmes qui ont consacré leur temps, leur énergie et leurs compétences pour le bien-être des jeunes.

Aujourd'hui, nous voulons leur faire part de notre sincère reconnaissance pour leur engagement social et communautaire contribuant ainsi à la magnifique mission de la fondation.

C'est grâce à leurs talents et à ceux de leurs prédécesseurs que la fondation a pu réaliser son projet d'envergure, soit celui de mettre en ligne son programme d'éducation socio-émotionnelle qui rayonne maintenant à travers tout le Québec.

Nous tenons à rappeler que ce programme est unique en son genre autant par ses activités qui vise le développement du bien-être et la réussite scolaire de nos petits Québécois que par sa gratuité pour toutes les écoles de la province.

Le Conseil d'administration de cette année était composé de Mesdames Sophie Moreau, présidente, Lesly Samson, Vice-présidente, de Diane Borgia, secrétaire-trésorière et de Julie Landry, administratrice.

Il s'est tenu six (6) réunions régulières et une Assemblée générale des membres en cours d'année.

Nous exprimons notre sincère gratitude à ces femmes qui ont accompli un travail bénévole extraordinaire tout au long de l'année.



**6**

Réunions régulières

**1**

Assemblée générale

# Conseil d'administration



**SOPHIE MOREAU**

**Présidente**

Technologue en imagerie  
médicale



**LESLY SAMSON**

**Vice-Présidente**

Technicienne en travail social



**DIANE BORGIA**

**Secrétaire-trésorière**

Criminologue-psychothérapeute  
Clinicienne, autrice et formatrice



**JULIE LANDRY**

**Administratrice**

Analyste en administration  
publique

## Pour nous joindre

FONDATION DES PETITS COEURS RIEURS  
3220, rang St-Olivier  
Shawinigan, QC, GOX 2V0

**Sophie Moreau, présidente**  
s.moreau@fondationpetitscoeurs.org

**Diane Borgia, administratrice**  
info@fondationpetitscoeurs.org  
(819) 384-0884

**Site de la fondation :**  
<https://www.fondationpetitscoeurs.org/>

**Facebook:**  
[https://www.facebook.com/  
fondationpetitscoeurs](https://www.facebook.com/fondationpetitscoeurs)

**Site du programme d'éducation  
émotionnelle et sociale :**  
<https://www.petitscoeurs.ca>

La FONDATION DES PETITS COEURS RIEURS est un organisme qui oeuvre pour le développement de la santé émotionnelle, psychologique et sociale des enfants et des jeunes de moins de 18 ans. Reconnu comme oeuvre de charité par Revenu Canada, il recueille des dons pour remplir sa mission.

Tout a commencé en 2015, par une inspirante mobilisation d'intervenants préoccupés par la réussite scolaire des enfants. C'est par la reconnaissance de l'impact des émotions négatives sur la vie des enfants et des écoliers et du désir de leur venir en aide dans ce domaine très précis, que s'est mise en place la fondation.

C'est principalement en offrant des activités d'éducation émotionnelle et sociale, réalisées auprès des élèves du primaire, que nous offrons aux enfants des outils de découverte et d'apprentissage d'une saine gestion des émotions, qui les aideront à devenir plus autonomes et heureux.

Comme le dit le slogan de notre fondation « Un enfant heureux, réussit mieux! » et tel que déterminé dans la politique de la réussite éducative du ministère de l'Éducation, plusieurs facteurs sont déterminants dans la réussite des élèves. Parmi ceux généralement évoqués, on oublie trop souvent l'importance d'une saine éducation émotionnelle.

Celle-ci favorise, non seulement le bien-être psychologique et le développement d'une image réaliste de soi, mais participe aussi activement à la réalisation du plein potentiel de l'enfant.

À l'instar de quelques pays, en 2015 notre fondation a mis en place un programme d'éducation émotionnelle qui vise la reconnaissance et la saine gestion des émotions. Il est clair que celui-ci contribue au développement de nos enfants, les rendant ainsi plus résilients et, plus aptes quand vient le temps de surmonter les défis de la vie quotidienne et les aide à développer des comportements plus appropriés.

C'est pourquoi il est essentiel que ce programme puisse se poursuivre dans nos écoles, car il favorise aussi une diminution de l'agressivité et de la violence ainsi que la réduction de l'intimidation à l'école et du décrochage scolaire. Il nous apparaît donc tout à fait essentiel qu'il soit offert dans toutes les écoles du Québec.

Notre programme d'éducation émotionnelle et sociale est maintenant disponible gratuitement pour toutes les écoles de la province. Nous vous invitons à visiter le site à l'adresse suivante : [petitscoeurs.ca](http://petitscoeurs.ca)

La direction

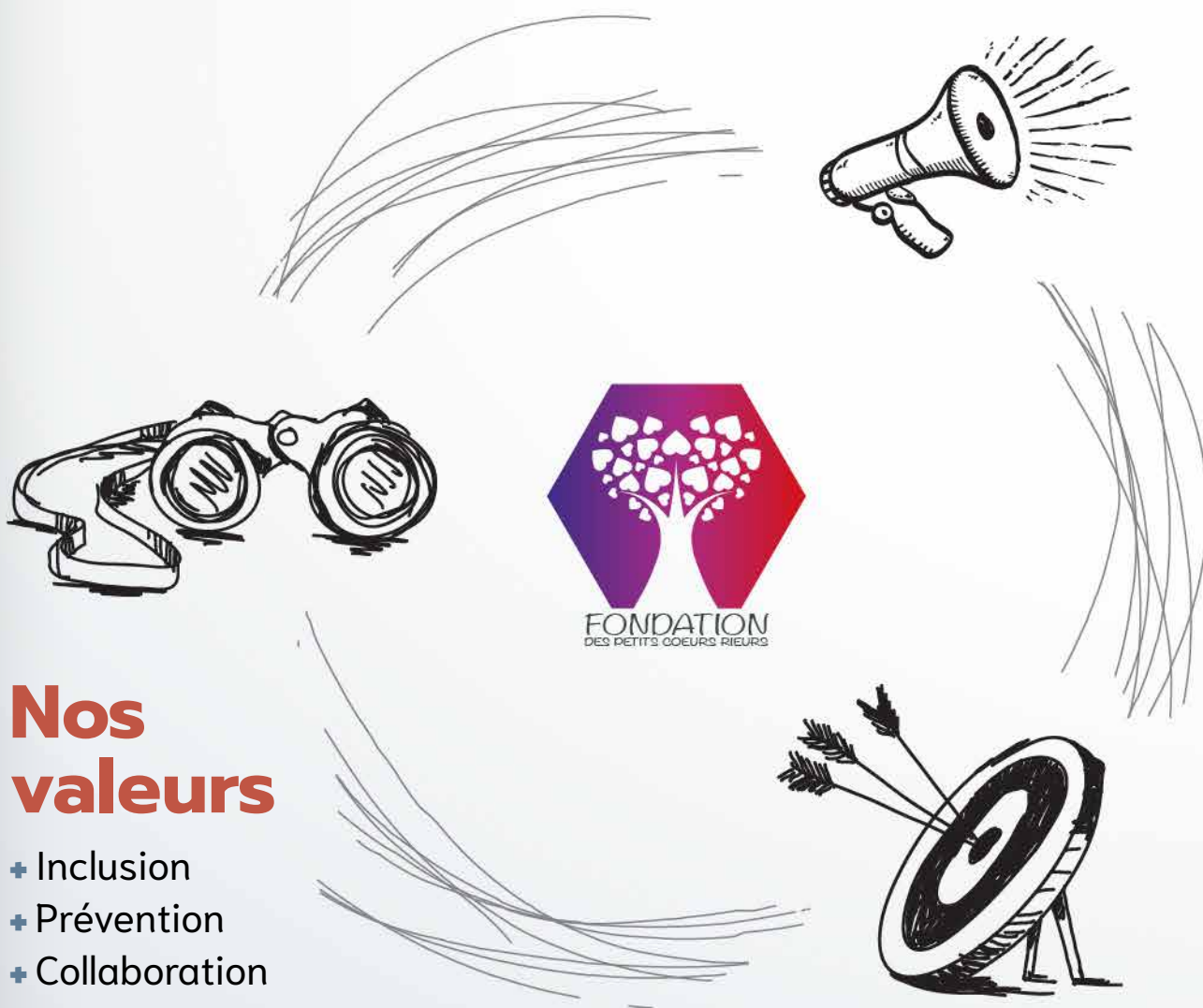


Œuvre de bienfaisance  
No Revenu Canada :  
**77583 6323 RR 0001**

Organisme à but non lucratif  
immatriculé au Québec :  
**1171290662**

# Notre slogan

Un enfant heureux, réussit mieux !



## Nos valeurs

- + Inclusion
- + Prévention
- + Collaboration
- + Respect
- + Rigueur
- + Empathie

## Notre mission

Offrir aux enfants de moins de 18 ans de l'aide et des programmes pour favoriser le développement de leurs capacités émotionnelles et sociales pour leur mieux-être et leur réussite personnelle et scolaire.

# Le programme d'éducation émotionnelle et sociale

## Les petits Coeurs Rieurs

### Un enfant heureux, réussit mieux !

Ce n'est pas seulement le slogan de notre fondation, c'est aussi ce qui a été démontré par plusieurs recherches dans le domaine de l'éducation.

En effet, nombre de recherches empiriques révèlent que les émotions jouent un rôle important dans l'acquisition des connaissances et qu'elles ont, par conséquent, un impact non négligeable sur la réussite scolaire. « L'apprentissage est en effet un processus non seulement cognitif, mais aussi émotionnel et les affects peuvent soutenir ce processus s'ils sont mobilisés. Si certains résultats démontrent que l'induction d'émotions peut avoir un impact sur la créativité des enfants, l'articulation entre émotions et apprentissages a surtout fait l'objet de nombreux travaux au travers de la motivation. »<sup>1</sup>

Il a d'ailleurs été démontré que les enfants à qui l'on apprend des techniques pour ressentir et gérer leurs émotions (dont la colère), manifestent de meilleurs comportements en classe et sont beaucoup moins susceptibles d'avoir des avis disciplinaires, d'être renvoyés ou suspendus.<sup>2</sup> La gestion des émotions et le bien-être sont donc des atouts majeurs pour la réussite personnelle et scolaire des enfants.

### L'éducation émotionnelle et sociale

Il est aujourd'hui incontestable qu'aucune réussite, scolaire, professionnelle ou relationnelle, n'est possible sans avoir développé les compétences requises dans le domaine du « savoir-être », de la relation et de la communication.

Quelles sont ces compétences? Comment les développer? Comment les enseigner dès le plus jeune âge? Et surtout: comment intégrer dans l'environnement scolaire les stratégies pédagogiques actives, ludiques et diversifiées.

Parmi ces compétences on retrouve l'habileté à ressentir et à identifier les émotions, la capacité de les réguler de manière appropriée, la reconnaissance des émotions chez les autres, l'affirmation de soi positive et une communication dénuée de colère ou de mépris.

Notre programme d'éducation émotionnelle et sociale rassemble des outils pédagogiques ludiques, diversifiés qui visent à développer les compétences nécessaires pour faire face aux défis de la vie quotidienne.

Celui-ci propose une approche cohérente, simple et pratique, tant pour former les divers intervenants que pour intégrer les compétences et outils disponibles dans leur approche éducative en classe. De plus, il offre aussi une formation aux parents afin qu'ils puissent s'investir davantage auprès de leur enfant en utilisant les outils et les techniques de gestion des émotions que celui-ci découvrira avec son enseignant.

<sup>1</sup> Kristina Orlova, Jérôme Ebner et Philippe A. Genoud, « Émotions et apprentissages scolaires », Recherche et formation : [journals.openedition.org/rechercheformation/2435](https://journals.openedition.org/rechercheformation/2435)

<sup>2</sup> Centre médical de l'Université de Rochester (États-Unis) : <https://rire.ctreq.qc.ca/2010/05/la-maitrise-de-soi-une-cle-pour-la-reussite-scolaire-des-eleves-a-risque/>





## Programme Les Petits Coeurs Rieurs

Ce programme d'éducation émotionnelle et sociale, créé à partir de principes psychologiques reconnus scientifiquement dans le domaine de la santé mentale, a démontré son efficacité selon une étude indépendante réalisée lors du projet pilote qui s'est tenu durant l'année scolaire 2015-2016. [Ce rapport est disponible sur le site de la fondation.](#)

Parce que ce programme concentre ses interventions sur la découverte et la saine gestion des émotions, il permet à l'enfant de mieux gérer ses affects, ce qui le rend plus disponible à l'apprentissage scolaire. De

plus, il contribue efficacement à la diminution des comportements inappropriés, tels que l'opposition, l'agressivité, la violence et l'intimidation.

C'est donc en faisant prendre le virage numérique à notre programme que nous rendons maintenant ce programme accessible en ligne à un plus grand nombre d'enfants de la province car **toutes les écoles primaires du Québec peuvent y accéder tout à fait gratuitement.**

La plateforme du programme est disponible à l'adresse suivante : [petitscoeurs.ca](http://petitscoeurs.ca)



## Commentaires sur le programme et ses activités dans le cadre du projet pilote 2015-2016

- + Les enfants sont enthousiastes et motivés durant les activités du programme.
- + Les enfants aiment les activités et se sentent concernés par le programme.
- + Les activités sont faciles à comprendre par les petits.
- + Les paroles magiques sont souvent utilisées en classe et au service de garde.
- + Les écoliers font souvent référence aux paroles magiques et ils en redemandent!
- + Les bracelets sont très populaires, les enfants les adorent!
- + Les élèves apprécient beaucoup le matériel remis.
- + Oui, les enfants l'adorent! Il aide à gérer les émotions des élèves.
- + Les élèves adorent le jeu ÉmoRico. Ce moment faisait place à de très belles discussions!
- + Les élèves ont aimé jouer à ce jeu, donc belle participation de leur part.
- + Il s'ont toujours hâte de jouer et souvent je les entends reprendre les mots des émotions dans la classe. Ça porte fruit!
- + Les enfants disent reprendre les paroles magiques à la maison. C'est bon pour tous!

# Les petits Coeurs Rieurs

## Programme en ligne gratuit pour toutes les écoles du Québec



Actuellement, le programme en ligne d'éducation émotionnelle et sociale Les Petits Coeurs Rieurs comporte deux niveaux d'apprentissage et s'adresse aux écoliers de 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> année du primaire.

Une fois l'enseignant inscrit sur la plateforme, il débute habituellement par la formation de six (6) capsules qui l'informe sur les bases psychologiques du programme ainsi que la progression suggérée pour faire découvrir le programme aux écoliers et aux parents.

Pour les écoliers de 3<sup>e</sup> année, des jeux de société **ÉmoRico**, axés sur les émotions sont remis gratuitement<sup>1</sup> aux écoles qui en feront la demande. Ces jeux serviront en classe pour enraciner les apprentissages et poursuivre le développement de leurs habiletés sociales.

Cette année, nous avons remis du matériel aux écoliers, aux enseignants et aux parents pour une valeur de près de 11 000 \$.

<sup>1</sup> Les jeux de société seront remis gratuitement selon le budget annuel disponible.

Lien pour le jeu ÉmoRico



### Objectifs visés par le programme

Les principaux objectifs du programme d'éducation émotionnelle et sociale sont d'initier les enfants au monde des émotions afin qu'ils puissent mieux :

- + **Identifier** leurs émotions;
- + **Différencier** les émotions agréables des émotions désagréables;
- + **Communiquer** et discuter de leurs émotions;
- + **Gérer** leurs émotions désagréables grâce aux paroles magiques.

### Ce qui contribuera au développement :

- + **De** leur maturité émotionnelle et de leur bien-être;
- + **De** leur empathie;
- + **D'un** agir plus responsable pour leur réussite personnelle, scolaire et sociale.





## Un programme de découverte et de gestion des émotions

Chaque niveau d'apprentissage vise la découverte, l'identification et la verbalisation des 14 émotions agréables et 19 désagréables comme celles décrites sur cette affiche.

C'est par la réalisation d'activités interactives, réalisées en classe et à la maison, que les enfants découvriront des moyens concrets pour gérer les émotions négatives et désagréables.

**Habituellement, durant l'année, les écoliers découvrent comment gérer les émotions désagréables suivantes :**

- ✦ **Première année :** La tristesse, la colère, les peurs et le découragement
- ✦ **Deuxième année :** La dévalorisation, le mépris, l'infériorité et la culpabilité



## Des paroles magiques pour contrer les émotions désagréables

Mais à quoi servent les paroles magiques ? En fait, les paroles magiques sont des pensées qui ont le pouvoir de réduire la durée, l'intensité et la fréquence des émotions désagréables et négatives qui entraînent habituellement de la souffrance et des comportements inappropriés.

Voyons à quel conte est rattachée chacune des émotions négatives ainsi que les paroles magiques pour les contrer sainement.

## Des contes qui parlent de situations réelles vécues par les enfants

Le programme inclut donc huit contes sur chacune de ces émotions, dont la narration a été réalisée par la comédienne Sophie Faucher. Avec tout son savoir-faire et son dynamisme, elle sait captiver l'attention des enfants, et les écoliers l'adorent.

D'ailleurs, il faut rappeler que ce sont les écoliers eux-mêmes qui l'ont choisi haut la main lors d'un sondage auprès d'une soixantaine d'entre eux.

Au deuxième visionnement des contes, des insertions d'images et des mots-clés ont été ajoutés pour permettre aux écoliers d'assimiler encore mieux les émotions et les paroles magiques.

Résumé des émotions et des paroles magiques			
1	Le rêve de Sophia	Les émotions, le bonheur et le malheur	Les paroles magiques, ça rend heureux!
2	Le petit camion vert	Colère, impatience, irritation, agacement	Je n'aime pas ça, mais c'est comme ça!
3	Les peurs de Patou	Peurs utiles et peurs nuisibles: crainte, gêne, timidité	C'est ennuyeux, mais ce n'est pas dangereux!
4	Le nouveau vélo	Découragement, abattement, accablement	Ne lâche pas et tu y arriveras!
5	Le concours de dessin	Infériorité et dévalorisation	Ni bons ni mauvais, nous sommes tous imparfaits!
6	Le nouveau voisin	Mépris	On est tous différents, c'est épatant!
7	L'intimidation à l'école	Dévalorisation et infériorité	Je ne suis pas ce que je fais!
8	La poupée brisée	Culpabilité, honte	Désolé, je ne pouvais pas faire autrement!

# Des activités interactives



Et, pour arriver à assimiler les émotions et les paroles magiques, les enfants sont amenés à réaliser en classe et à la maison des activités interactives sur les émotions.

Comme l'activité suivante qui permet à l'enfant de découvrir l'échelle de colère et les émotions qui y sont associées. Dans cette activité, l'enfant est amené à découvrir les émoticônes liées à chaque émotion qui fait monter d'un cran les émotions liées à colère. L'enfant découvre alors qu'il peut passer du calme à la furie, mais qu'il lui est possible de gérer ces émotions négatives avec les paroles magiques suivantes : *Je n'aime pas, ça mais c'est comme ça !*

**L'ÉCHELLE DE LA COLÈRE**

J'associe chaque émoticône à son émotion

Je n'aime pas ça, mais c'est comme ça !

**LES PENSÉES VRAIES - LES PENSÉES FAUSSES**

Je sélectionne seulement les pensées vraies

Je ne suis pas ce que je fais !

Et cette autre activité sur les pensées vraies et fausses qui offre l'occasion aux écoliers de développer leur capacité de comprendre la principale cause des émotions et le lien direct entre les pensées, les émotions et les comportements.



# Une formation pour les parents



En cours de programme, les enseignants envoient aux parents des écoliers des codes d'accès pour leur permettre d'accompagner leur enfant dans le programme.

Il leur est ainsi possible de suivre la formation offerte en ligne, de revoir les contes avec leur jeune et même de réaliser avec eux les activités en ligne.

Lorsque les enfants reçoivent leurs propres livres de contes et leurs bracelets des paroles magiques, ils sont invités à en faire la lecture à la maison et aussi d'imprimer les affiches qui leur sont offertes gratuitement par téléchargement.

Nous sommes d'avis que ce programme d'éducation émotionnelle et sociale est

unique et inclusif et qu'il répond efficacement aux besoins actuels en matière d'amélioration de la santé mentale en apportant aussi des outils tangibles aux parents.

## Des outils pédagogiques offerts gratuitement



Ce programme d'éducation émotionnelle et sociale inclut GRATUITEMENT de la documentation pour les enseignants ([Petit Dictionnaire du Bonheur](#)), un document contenant l'explication d'une trentaine d'activités à réaliser en classe ainsi que du [matériel didactique](#) (affiches) pour leur classe.

Selon la capacité financière de notre fondation, nous continuerons d'offrir gratuitement aux élèves de certaines écoles des livres de contes de [Sophia](#) et des [bracelets](#) de rappel des paroles magiques.

## Des contes et des bracelets des paroles magiques offerts tout à fait gratuitement aux écoliers



# Nos réalisations en cours d'année

## Notre programme d'éducation socio-émotionnelle

### Les Petits Cœurs rieurs

Grâce à l'accessibilité du programme en ligne, cette année ce sont **39 enseignants**, éducateurs et éducatrices spécialisés qui ont inscrit plus de **808 écoliers** aux activités du programme. Ce qui donne un **grand total de près de 6 000 écoliers** qui ont suivi le programme à ce jour.

Ces enseignants sont issus de plusieurs villes et régions de la province. Voici la liste des **22 écoles** qui ont offert le programme durant l'année 2022-2023:

- ✦ École Des Beaux Séjours-Ste-Odile, CSS Des Phares, Rimouski
- ✦ École De la Source, CSS des Affluents, Mascouche
- ✦ École Immaculée Conception, CSS de L'Énergie, St-Boniface
- ✦ École Ste-Marie, CSS de L'Énergie, St-Boniface
- ✦ École St-Paul, CSS de L'Énergie, Shawinigan
- ✦ École Ste-Flore, CSS de L'Énergie, Shawinigan
- ✦ École Félix-Leclerc, CSS de L'Énergie, Shawinigan
- ✦ Carrefour Formation Mauricie, CSS de L'Énergie, Shawinigan
- ✦ École Ste-Thérèse de Val-Alain, CSS des Bois-Francs
- ✦ École Horizon Soleil, CSS des Mille Iles, Ste-Eustache
- ✦ École Marguerite Bourgeois, CSS Chemin du Roy, Trois-Rivières
- ✦ École Chabot, CSS des Premières Seigneuries, Québec
- ✦ École Benoit-Duhamel, CSS Pays des Bleuets, Roberval
- ✦ École Notre-Dame-de-la-Sagesse, CSS des Laurentides, Ste-Agathe-des-Monts
- ✦ École Belleau, CSS Des Navigateurs, St-Henri
- ✦ École Gagnon, CSS Des Navigateurs, Lévis
- ✦ École Du boisé, CSS Des Navigateurs, Lévis
- ✦ École St-Joseph, CSS Des Navigateurs, Lévis
- ✦ École Des Moussaillons, CSS Des Navigateurs, Lévis
- ✦ École St-Lucien, CSS Des Hautes-Rives, St-Jean-sur-Richelieu
- ✦ École Ste-Anne, CSS Des Hautes-Rivières, Ste-Anne-de-Sabrevois
- ✦ École St-Jean-de-Bosco, CSS Sorel-Tracy, Sorel-Tracy

Près de

# 6000

écoliers qui ont suivi le programme à ce jour



**Nous espérons grandement que chacun des enseignants et des écoliers ait apprécié les activités du programme et le matériel didactique fourni gratuitement.**

# Évaluation du programme

## Les Petits Cœurs rieurs

Nous avons en cours d'année réalisé une étude pour connaître la satisfaction des enseignantes et enseignants au sujet de notre programme d'éducation socio-émotionnelle. Voici un résumé des réponses reçues à notre questionnaire passé auprès d'eux.

# 75%

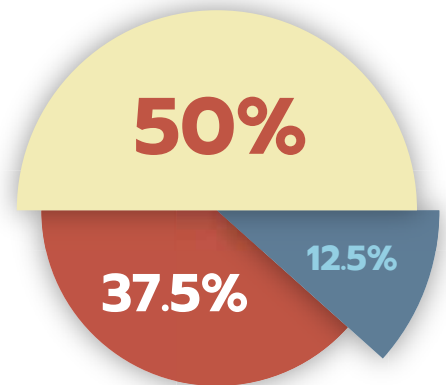
des personnes disent avoir beaucoup aimé l'apparence générale de la plateforme du programme.

ont répondu que leurs élèves ont beaucoup apprécié les jeux en ligne sur les émotions.



## Les réalisations des activités en classe

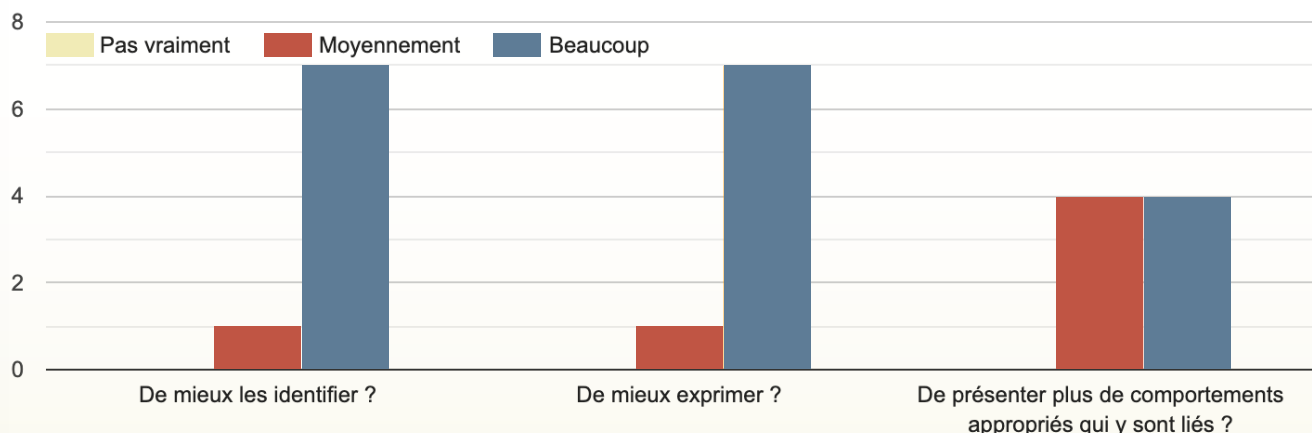
- 12,5 % Ont réalisé entre **21 et 30 activités**
- 50 % Ont réalisé entre 11 et 22 activités
- 37,5% Ont réalisé entre 6 et 10 activités



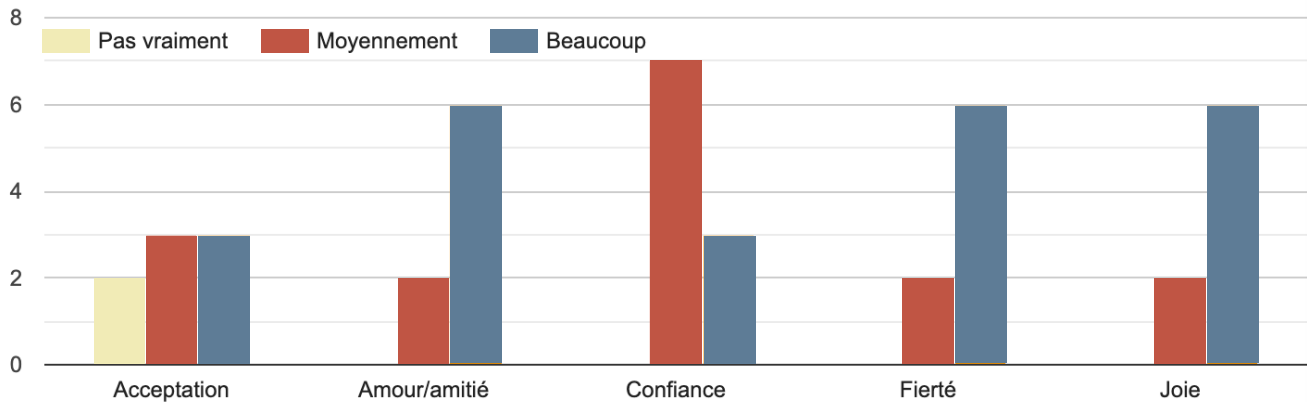
87,5% des répondants ont mentionné que les activités sur les émotions et les paroles magiques ont aidé beaucoup les enfants dans leur gestion émotionnelle

### Au niveau des ÉMOTIONS AGRÉABLES/POSITIVES

Est-ce que de manière générale les activités du programme ont permis à vos élèves...

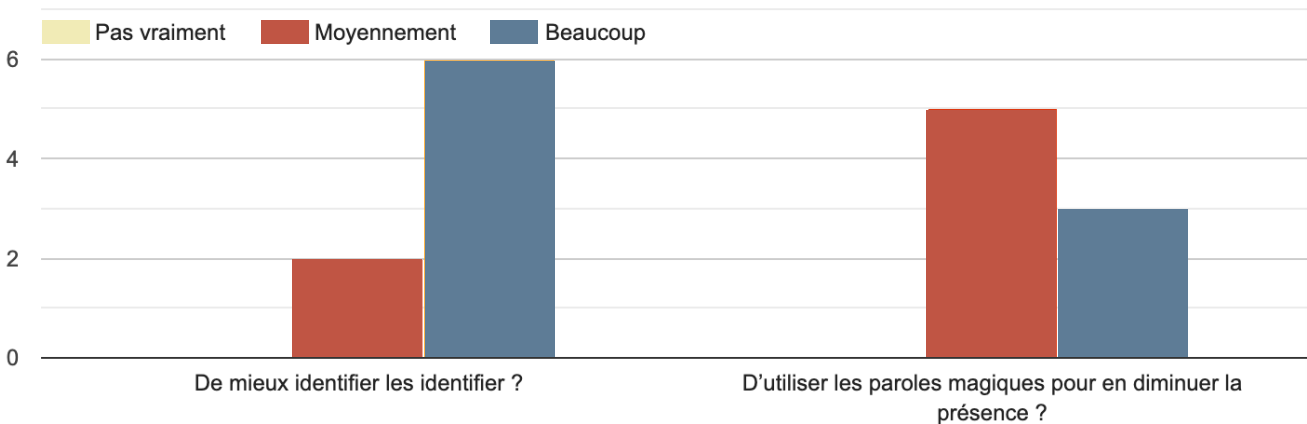


Cochez les ÉMOTIONS AGRÉABLES/POSITIVES les plus souvent identifiées et exprimées par les élèves:

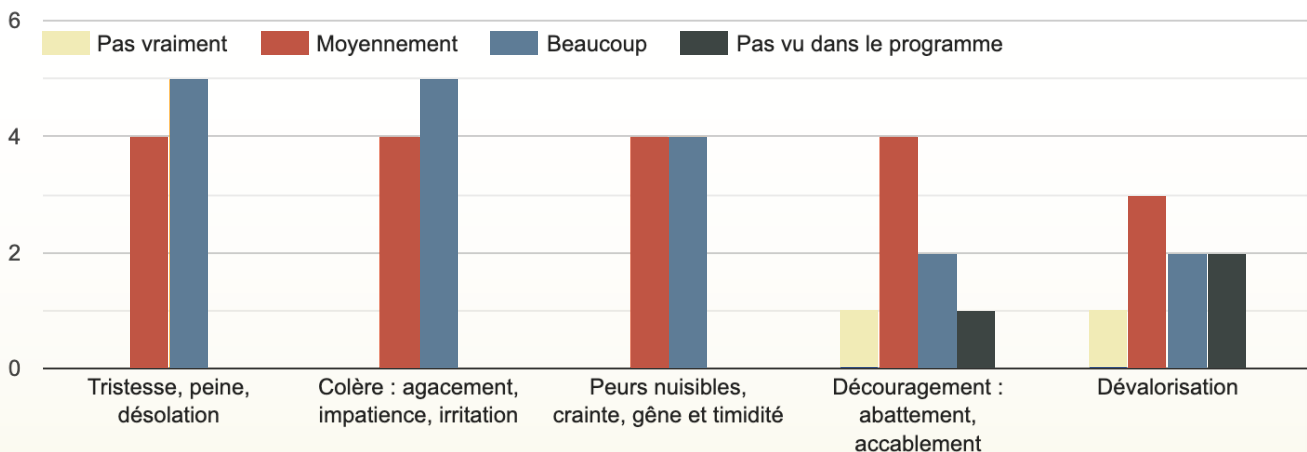


### Au niveau des ÉMOTIONS DÉSAGRÉABLES/NÉGATIVES

Est-ce que de manière générale les activités du programme ont permis à vos élèves...

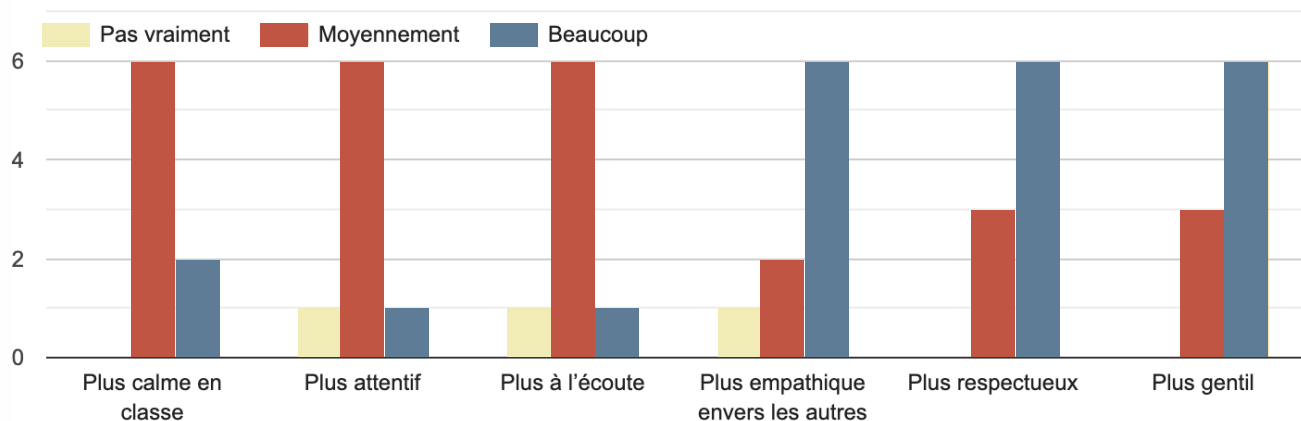


Cochez les ÉMOTIONS DÉSAGRÉABLES/NÉGATIVES qui selon vous sont les plus souvent gérées adéquatement par les enfants par le biais des paroles magiques:





Selon vous, dans quelle mesure les activités du programme ont permis à vos élèves d'adopter les comportements suivants:



87.5%

se disent très satisfaits du programme et de la formation offerte.



## Commentaires des participants

- + Grâce au programme on comprend comment fonctionnent les émotions et qu'elles sont liées aux pensées et ça fonctionne. C'est pédagogique et le matériel est beau. C'est un de mes programmes coup de cœur.
- + Les élèves ont adoré les histoires et le matériel en cadeau. C'est concret pour eux et on peut facilement faire des liens. Très bien fait à partir d'une histoire.
- + Les élèves aiment les histoires, les jeux, les bracelets et beaucoup les livres. C'est très positif. Je me sers des histoires pour faire de liens avec ce que vivent les élèves au retour des récréations...
- + Cette approche ludique a capté mes élèves de 1re et 2e année.
- + Je crois beaucoup aux bienfaits de cette approche et les petits jeux font en sorte que les jeunes s'investissent.
- + Un matériel fabuleux, simple à animer et clairement présenté pour l'enseignant et à la portée des enfants de cet âge dans le sens que les situations présentées dans les contes sont tout à fait réalistes.



- ✦ *Le bracelet est très accrocheur, ils aiment cela. Ils sont heureux d'avoir un livre également. Le bracelet demeure tout de même plus apprécié je pense. Ils le portent encore très souvent, même moi! C'est un accessoire très simple mais tout à fait efficace pour gérer les émotions désagréables avec les paroles magiques quand elles se présentent.*
- ✦ *Bien vulgarisé, les élèves ont aimé le programme et les activités interactives.*
- ✦ *L'émotion était bien expliquée dans chacune des histoires et les élèves les trouvaient intéressantes.*
- ✦ *Je montre le programme dans la formation des éducateurs en service de garde et à chaque fois c'est un franc succès ! Merci !*
- ✦ *J'espère grandement que le programme des Petits Coeurs Rieurs sera encore là l'an prochain. Merci infiniment! Les élèves se rappellent les petites phrases magiques et c'est très mignon de les voir intervenir auprès de leurs amis.*
- ✦ *C'est vraiment un très beau programme, très ludique et agréable à utiliser. Merci d'y avoir pensé!*
- ✦ *C'est d'une simplicité et d'une efficacité comme on adore! Un gros bravo! J'espère que ce programme sera encore offert l'année prochaine. Je serais même prête à négocier avec ma direction pour payer un certain montant si cela était nécessaire. Les écoliers sont bien contents de porter leurs bracelets.*
- ✦ *L'adolescente de mon frère a visionné les contes avec moi et elle a dit «J'aurais aimé avoir ça quand j'allais à la petite école, moi». Toutes les paroles magiques sont pleines de sens. Je suis vraiment reconnaissante à tous les généreux donateurs qui ont contribué pour faire en sorte que ce programme soit accessible gratuitement à nos petits élèves. Merci également à l'équipe qui a pensé aux activités interactives et à tout ce qui permet à l'enseignante de présenter le programme.*



## Mise à niveau du programme et plan de développement et de promotion



En cours d'année nous avons réalisé la mise à niveau du programme en ligne d'éducation émotionnelle et sociale et sa mise à jour. Pour y arriver nous avons pu compter sur une équipe chevronnée des spécialistes en informatique qui ont réalisé une excellente tâche.

Nous tenons à souligner le beau travail de **Nelson Therrien**, formateur et développeur Web pour Nelmedia (<https://nelmedia.ca>)



Nelmedia

CASSIOPÉA

et **Arthur Cotton**, pdg chez Cassiopea (<https://cassiopea.ca>).

Nous avons aussi réalisé un plan de communication et de promotion que nous mettrons de l'avant l'an prochain. Ce travail a été réalisé grâce à la participation de **François Achim d'INOX Communication** et de **Diane Borgia**, secrétaire-trésorière de la fondation.



# Collecte de fonds 2022-2023



La recherche de financement est cruciale pour les organisations à but non lucratif comme la nôtre. Beaucoup de temps et d'énergie sont mis à contribution chaque année pour solliciter des dons et subventions auprès des organisations, fondations, entreprises et gouvernements.

Malgré tous les efforts déployés autant par Geneviève St-Pierre que par Diane Borgia, les résultats ont été plus que décevants cette année. En effet, malgré leur vigoureux travail, les sommes amassées cette année n'ont pas atteint les objectifs prévus et nous en sommes vraiment consternés.

Nous comprenons que l'après-pandémie a été marquée par des changements et des ajustements dans de nombreux domaines de la société, notamment

celui des finances et que cela a affecté grandement nos revenus. Nous tenons tout de même à remercier très chaleureusement toutes les personnes et organisations qui nous ont permis de recueillir cette année le montant de 9 625 \$.

Évidemment, nous avons dû revoir nos prévisions budgétaires en cours d'année et ajuster les dépenses en conséquence, mais heureusement sans affecter le maintien et la mise à jour de notre programme d'éducation socio-émotionnelle.

Nous souhaitons de tout cœur rencontrer nos objectifs financiers durant la prochaine année et nous y travaillerons avec énergie et détermination car la fondation a plus que jamais sa raison d'être avec les problèmes de santé mentale dans la population.

## Parmi eux nous retrouvons:

- ✦ Fondation Bon départ de Canadian Tire du Québec
- ✦ M. Christian Dubé, ministre de la Santé et des Services sociaux
- ✦ Mme Christine Fréchette, ministre de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration
- ✦ Mme Marie-Louise Tardif, députée de Laviolette-St-Maurice
- ✦ Les Chevaliers de Colomb, Conseil 1209 de Grand-Mère

Si cette cause vous intéresse, n'hésitez pas à nous contacter par courriel ou par téléphone.

Il nous fera plaisir de répondre à vos questions.

[info@fondationpetitscoeurs.org](mailto:info@fondationpetitscoeurs.org)

**OU**

[819 -384-0884 Diane Borgia](tel:819-384-0884)



## Nos prévisions pour l'année 2023-2024

### Mise en action du plan de promotion du programme en ligne Les Petits Coeurs rieurs

Nous savons que notre programme est efficace et qu'il peut faire toute une grande différence dans la vie de nos jeunes écoliers. Cette année nous avons rejoint seulement 808 jeunes. Nous devons donc mettre encore plus d'efforts, de temps et de budget au cours de la prochaine année pour opérer le plan de promotion réalisé cette année. Ainsi nous pensons rejoindre des centaines de directeurs d'écoles à travers la province pour les inviter à adhérer au programme.

Espérons que tous répondront favorablement à notre invitation de joindre les rangs des écoles qui sont engagées dans le programme au profit de santé mentale de nos jeunes. Ils en ont besoin, plus que jamais !





## Mot de la fin

### Des enfants épanouis, un gage de réussite !

Nous savons qu'un enfant bien dans sa peau et heureux a plus de chance de réussir, non seulement sa scolarité, mais aussi sa vie.

Nous savons que le personnel enseignant doit composer avec un nombre croissant d'écoliers qui arrivent en classe avec un bagage émotif chargé.

Nous souhaitons que la lecture de notre rapport annuel d'activités vous a permis de constater le sérieux de notre fondation et de sa mission qui est d'offrir de l'aide et des programmes aux moins de 18 ans, afin de les aider à développer et à maintenir une bonne santé mentale.

C'est par notre programme d'éducation émotionnelle Les Petits Cœurs Rieurs, mis en ligne en 2021, que nous visons le développement des compétences socio-émotionnelles des jeunes. Quelques minutes par semaine de ce programme peuvent faire toute la différence.

Voilà pourquoi il est indispensable que ce programme continu d'être disponible gratuitement à tous les petits écoliers du Québec.

Pour y arriver, nous devons compter non seulement sur la collaboration des directrices et directeurs d'écoles, sur le dévouement du personnel scolaire pour dispenser les activités aux écoliers et aussi sur la collaboration des parents pour s'investir auprès de leurs enfants, mais aussi sur la générosité des partenaires financiers.

Notre Fondation a besoin de gens comme vous, qui croient en notre mission et qui sont prêts à nous aider financièrement. Répondrez-vous généreusement à notre appel ?

Avec ce programme et son approche intégrée et participative, tout le monde en sort gagnant !

À vous de partager la bonne nouvelle!

**L'Équipe de la FONDATION DES PETITS CŒURS RIEURS**



## À NOS GÉNÉREUX DONATEURS

Depuis 2015, c'est plus de 6 000 élèves de vingt-deux écoles d'écoles primaires de la province qui ont participé au programme d'éducation émotionnelle et sociale *LES PETITS COEURS RIEURS*.

Ce programme aide les enfants à identifier leurs émotions, à les exprimer adéquatement et à les gérer

de manière appropriée. Il contribue ainsi, selon plusieurs recherches dans le domaine de l'éducation scolaire, au développement du bien-être chez les écoliers, facteur important qui leur permet d'apprendre mieux et de persévérer dans leur cheminement scolaire.

