

COORDONNÉES



581-443-1714



manon.tomas@hotmail.fr



290-4 chemin Léonard-Aucoin
Fatima, QC, G4T 2A9

VALEURS

- Créative
- Implication
- Empathique
- Ouverture d'esprit
- À l'écoute

COMPÉTENCES

- Autonomie
- Capacités d'organisation
- Communication
- Gestion du stress
- Logiciels (Microsoft Office, Teams, Zoom, Outlook 365)
- Intervention individuelle et de groupe

AUTRES

Bourse Jeunesse Desjardins
- Collégial et profession (2015)

Cours de « Gestion d'incidents et premiers soins »
- Programme TID (2017)

Voyage humanitaire au Guatemala
- Orphelinat « Hogar Shalom » (2018)

Regards Croisés Franco-Québec LOJQ
- Paris en France (mars 2025)

CENTRES D'INTÉRÊT



Certificat en santé sexuelle (en cours)

Université Laval

2024 à ce jour

Baccalauréat en psychoéducation (validation de tous les cours sauf stage final)

Université du Québec à Trois-Rivières

2019 à 2023

Techniques d'intervention en délinquance (TID)

Cégep Garneau

2019 à 2016

DEC en sciences humaines

Cégep Garneau

2016 à 2014

EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

DIRECTRICE - LOGIS DU BEL ÂGE

= Gérer l'administration générale de la résidence
= Coordonner les ressources humaines, matérielles et financières
= Appliquer les Règlements pour la certification des RPA
= Collaborer et participer activement aux tables de concertation du milieu en lien avec la clientèle et auprès des partenaires

2025 à ce jour

ACCOMPAGNATRICE POUR ENFANT HANDICAPÉ - CISSS DES ÎLES

= Accompagner dans la routine quotidienne
= Accompagner l'enfant dans les déplacements avec son fauteuil roulant
= Participer aux soins d'hygiène
= Aider l'enfant lors des collations ou des repas
= Fournir la médication à l'enfant selon la posologie
= Stimuler l'enfant pour son développement global (langage et moteur)

2024 à ce jour

ANIMATRICE - LA MAISON DES JEUNES L'HAV-NIR

= Animer et intervenir auprès des jeunes
= Accueillir, écouter et soutenir les jeunes
= Planifier, organiser et animer des activités sociales, éducatives et préventives
= Accompagner les jeunes lors des activités régulières et projets spéciaux
= Informer et sensibiliser les jeunes face aux diverses réalités jeunesse

2025

INTERVENANTE SOCIALE - HOMMES ET GARS

= Offrir des rencontres individuelles aux hommes ayant des comportements violents en contexte conjugal ou en santé et bien-être
= Participer à la mise sur pied de nouvelles activités
= Participer aux réunions d'équipe et aux formations pertinentes
= Participer à l'organisation, la réalisation et à l'animation de groupes

2024 à 2025

ÉDUCATRICE SPÉCIALISÉE - CISSS CHAUDIÈRES-APPALACHES (DPJ)

= Assurer l'accompagnement individuel et de groupe d'adolescents présentant des difficultés d'adaptation
= Observer et analyser le comportement des usagers, participe à l'évaluation de leurs besoins et de leurs capacités
= Assurer un suivi avec les équipes et partenaires (notes évolutives, courriels...)

2021 à 2024

ÉDUCATRICE SPÉCIALISÉE - STANISLAS (MATERNELLE / PRIMAIRE)

= Participer active à l'élaboration du plan d'intervention en proposant les mesures à prendre pour atteindre les objectifs ciblés
= Observer et intervenir auprès des élèves en difficulté
= Maintenir le calme et l'ordre lors de situation de crise
= Rédiger des rapports et en compléter des formulaires demandés

2023

ADJOINTE ADMINISTRATIVE - CIUSSS DE LA CAPITALE-NATIONALE

Centres de réadaptation et centres hospitaliers (2020 à 2021)
= Assurer la sécurité des employés ainsi que des jeunes en répondant adéquatement et rapidement aux besoins de ses derniers grâce à l'utilisation de code de couleur ou de code numérique
= Répondre aux appels provenant de l'interne et externe
= Assurer la confidentialité des jeunes des centres de réadaptation de la région (Gouvernail, Escalier et foyer de groupe)
= Travailler en collaboration avec des professionnels multidisciplinaires
= Procéder aux ouvertures, fermetures et transferts des dossiers

2016 à 2021

ASSISTANTE DE RECHERCHE - RECHERCHE ET INTERVENTION SUR LES SUBSTANCES PSYCHOACTIVES (RISQ) **2020**

= Transcrire de verbatim des entrevues

= Discuter des résultats de l'analyse des données dans les entrevues en équipe

= Effectuer et animer des entrevues en lien avec des outils d'évaluation (DEP-ADO, DÉBA-JEU...)

INTERVENANTE DE PARC - LOISIRS GUILLAUME-MATHIEU

2018 À 2019

= Établir un lien significatif avec les jeunes de 5 à 18 ans

= Effectuer de l'animation, de la prévention ainsi que de la sensibilisation auprès des citoyens

= Faire respecter les différentes réglementations dans le parc dans une approche de réduction des méfaits

STAGES

STAGES D'INTERVENTION

- DIRECTION DE LA PROTECTION DE LA JEUNESSE - APPLICATION DES MESURES (2023)
- VALLÉE-JEUNESSE : VOLET PERSÉVÉRANCE (2018-2019)

STAGES D'OBSERVATION

- DIRECTION DE LA PROTECTION DE LA JEUNESSE - CENTRE DE RÉADAPTATION LE GOUVERNAIL (2018)
- PIPQ (PROJET INTERVENTION PROSTITUTION QUÉBEC) (2027)

BÉNÉVOLATS

CROIX-ROUGE CANADIENNE (2021 À CE JOUR)

RÊVES D'ENFANTS - CHILDREN'S WISH (2018 À 2024)

VALLÉE-JEUNESSE (2021 À 2023)

GANTS D'ARGENT ET SÉLECTION DES ÉQUIPES DU QUÉBEC (2021)

CIUSSS DE LA CAPITALE-NATIONALE : INSTITUT UNIVERSITAIRE EN SANTÉ MENTALE DE QUÉBEC (2020)

IMPLICATION AUX ACTIVITÉS DE FINANCEMENT POUR LE VOYAGE HUMANITAIRE AU GUATEMALA (2017-2018)

ARMÉE DU SALUT - CENTRE D'HÉBERGEMENT DE LA HAUTE-VILLE (2016)

CPE LA FRIMOUSSE (2015)

FORMATIONS / COLLOQUES

COLLOQUE (FORENSIA) - PRATIQUES EN VIOLENCE CONJUGALE (2025)

MIDI-CONFÉRENCES (SBEH) - INTERVENIR AUPRÈS DES HOMMES IMMIGRANTS (2025)

FORMATION EN DIVERSITÉ CULTURELLE, LGBTQ+ ET PRENDRE SOIN DE SOI EN TANT QU'INTERVENANT (2024)

CRIPHASE - INTERVENIR AUPRÈS DE VICTIMES D'ABUS SEXUEL DANS L'ENFANCE (2024)

VIA L'ANSE - INTERVENIR AUPRÈS DES PERSONNES AYANT DES COMPORTEMENTS VIOLENTS EN CONTEXTE DE RELATIONS INTIMES, AMOUREUSES, CONJUGALES ET FAMILIALES : ÉLÉMENTS D'ANALYSE ET AVENUES D'INTERVENTION (2024)

MAISON L'EMERGENCE - LES JUSTIFICATIONS, LA PIERRE ANGULAIRE DES VIOLENCES CONJUGALES (2024)

CROIX ROUGE - FORMATION INTRODUCTION À LA GESTION DES URGENCES (2022)

UQTR - ENSEMBLE POUR PRÉVENIR ET COMBATTRE LES VIOLENCES À CARACTÈRES SEXUEL (2019)

VILLE DE QUÉBEC - FORMATION EN RÉDUCTION DES MÉFAITS (2018)

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC - AGIR EN SENTINELLE EN PRÉVENTION DU SUICIDE (2018)

LANGUES

FRANÇAIS

Langue maternelle

ANGLAIS

Intermédiaire (B1)

ESPAGNOL

Élémentaire (A2)