



Ateliers d'appui parental

Centre Psychosocial, 150 Montréal Road, 3^e étage

Les jeudis du 14 novembre au 5 décembre 2019

- ✚ Anxiété chez les jeunes partie 1 et 2
 - ✚ Comment conjuguer parentalité et technologie
 - ✚ Le cannabis et la santé mentale chez nos jeunes
-

❖ Anxiété chez les jeunes (partie 1) : Pour mieux comprendre votre enfant

❖ Anxiété chez les jeunes (partie 2) : Pour mieux l'accompagner au quotidien

Tania Renaud Fournier, B.A., D.Psy. (c), Doctorante en psychologie, Intervenante clinique

Dates et heure : Les jeudis 14 et 21 novembre 2019, de 18h00 à 19h30

Clientèle : Parents d'enfant et adolescent

Nombre de places disponibles : 25 places

Résumé : Veuillez noter que cet atelier est divisé en deux sessions pour bénéficier au maximum de l'atelier. Dans un premier lieu, les parents seront amenés à mieux comprendre comment l'anxiété se manifeste chez les enfants en explorant les symptômes et les causes liées à l'anxiété. Lors de la deuxième session, les parents se verront offrir plusieurs stratégies et outils relativement simples à mettre en place à la maison, et ils seront guidés sur la façon d'accompagner leur enfant dans la gestion de son anxiété au quotidien.

❖ Comment conjuguer parentalité et technologie

Tania Renaud Fournier, B.A., D.Psy. (c), Doctorante en psychologie, Intervenante clinique

Date et heure : Le jeudi 28 novembre 2019, de 18h00 à 19h30

Clientèle : Parents d'enfant et d'adolescent

Nombre de places disponibles : 25 places

Résumé : Dans le cadre de cet atelier, nous parlerons de la place de la technologie, sous toutes ses formes, dans la société d'aujourd'hui. Une discussion s'en suivra sur la place de la technologie dans la vie quotidienne des jeunes (jeux vidéo, tablette, ordinateur, réseaux sociaux). Les bienfaits et les risques seront présentés, de même que le rôle du parent dans la régulation du temps de technologie. Finalement, les parents recevront des outils et stratégies pour pouvoir accompagner leur enfant au quotidien, tant au niveau de la prévention que de l'intervention. Des ressources seront aussi partagées.

❖ Comprendre l'impact du cannabis sur la santé mentale de nos jeunes

Virginie Allain, B.A. en criminologie, Éducatrice responsable du Programme de jour à la Maison fraternité

Date et heure : Le jeudi 5 décembre 2019, de 18h00 à 19h30

Clientèle : Parent d'adolescents

Nombre de places disponibles : 25 places

Résumé : Comprendre l'impact du cannabis sur la santé mentale de nos jeunes, savoir identifier les jeunes à risque de dépendance et aborder le sujet de la consommation avec nos enfants : tout un défi! Lors de cet atelier, les parents en apprendront davantage sur cette substance et se sentiront plus à l'aise d'identifier les facteurs de risque et de protection qui influent sur la consommation. Ils repartiront avec des stratégies favorisant le dialogue avec leur enfant et des ressources seront partagées.

Pour inscription, veuillez compléter le document

ci-joint et l'envoyer à l'attention de:

Manon Bélanger

mbelanger@centropsychosocial.ca