



Le 2 décembre prochain, le CQJDC offre une formation en ligne sur le sujet de l'anxiété chez les enfants et les adolescents.

## **MON ENFANT/ADOLESCENT EST ANXIEUX : QUE FAIRE POUR L'AIDER À MIEUX GÉRER SON ANXIÉTÉ?**

**Public visé :** cette formation s'adresse aux parents d'enfants et d'adolescents.

**Niveau :** débutant et intermédiaire.

**Horaire :** 19 heures à 21 h 30.

### **Formatrices :**

**Julie Beaulieu**, professeure en adaptation scolaire à l'Université du Québec à Rimouski, Campus de Lévis;

**Marie-Eve Bachand**, directrice générale du Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC) et candidate au doctorat en psychoéducation à l'Université du Québec à Trois-Rivières.

**INSCRIPTION EN LIGNE**

### **DESCRIPTION**

Normale et saine à la base, il arrive que l'anxiété prenne des proportions inquiétantes chez les enfants et les adolescents. Comment les aider à mieux la gérer? Cette formation vise d'abord à mieux comprendre en quoi consiste cette émotion et comment elle se manifeste. Dans un deuxième temps, des stratégies et outils seront offerts afin d'aider les parents à aider leurs jeunes anxieux.

Quelques jours avant l'événement, un code d'accès vous sera envoyé par courriel pour vous permettre d'accéder au Webinaire.

Pour plus d'informations, communiquez avec nous en écrivant à [adm@cqjdc.org](mailto:adm@cqjdc.org)

En souhaitant vous voir en grand nombre!