



Centre
de services scolaire
des Navigateurs

Québec



Visitez notre site
École des parents

PRINTEMPS 2023



Vous êtes les pires parents du monde! Ou guide de survie pour résister aux tentations d'abandonner ses valeurs quand on privilégie de saines habitudes de vie.

26 avril 2023, à compter de 19 h
École secondaire les Etchemins
3724, avenue des Églises, Lévis

Par **JOËL MONZÉE**, docteur en neurosciences, disposant d'une formation multidisciplinaire en enseignement, en psychologie, en neurophysiologie et en éthique.

Le fait de passer d'un milieu éducatif à l'autre (de l'école à la maison, de la maison à l'école ou entre deux maisons quand les parents sont séparés) est, malgré les apparences, anxiogène. De plus, nous sommes rapidement rattrapés par les réalités de la vie moderne soumise autant à la performance qu'au consumérisme. Les parents vont devoir essayer de trouver un équilibre entre les tentations ou les possibilités offertes et les valeurs qu'ils aimeraient transmettre à leurs jeunes.

Cette conférence va explorer différentes situations de vie et regarder comment il est possible de rester fidèle aux valeurs universelles face aux tentations diverses ou pire, l'abandon des règles pour préserver une (courte) période de calme. Nous regarderons ensuite, comment la constance, la cohérence et l'éducation bienveillante vont contribuer à la disponibilité des élèves en termes d'apprentissages scolaires et sociaux.

Pour s'inscrire à la conférence : [Vous êtes les pires parents du monde !](#)



Le stress sans détresse et réussite scolaire

9 mai 2023, à compter de 19 h
Conférence virtuelle, en direct
(un lien sera acheminé aux personnes inscrites)

Par **VANESSA FRENETTE**, technicienne en Petite Enfance et certifiée en éducation et intervention précoce à l'Université de Montréal.

Votre ado est anxieux à l'arrivée d'un examen? Sa concentration n'est pas optimale lors de sa période d'étude? Vous avez l'impression que votre enfant vit beaucoup de stress lié à l'école, mais refuse de vous en parler? Votre enfant a un désir de performance qui lui crée de l'anxiété?

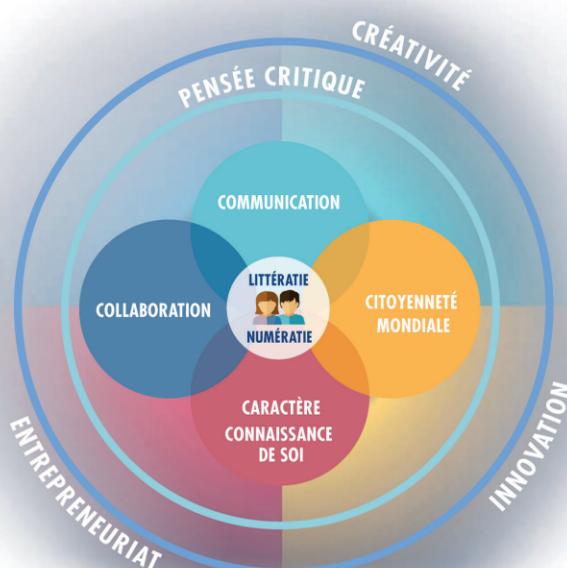
Cette conférence vous aidera à :

- Identifier les sources de stress chez nos jeunes ainsi que leurs impacts
- Connaître des moyens pour transformer le stress négatif et l'anxiété de performance en motivation constructive
- Créer une relation avec votre jeune empreinte de chaleur humaine
- Avoir de l'influence sur votre ado pour l'amener à collaborer et à se dépasser sans créer chez lui de détresse
- Transmettre vos valeurs en intervenant d'une façon positive (ne plus avoir à répéter, menacer, argumenter et punir)
- « Récupérer », à se reprendre en recréant un lien de complicité, si actuellement, vous vivez une relation plus tendue avec votre jeune.

Pour s'inscrire à la conférence : [Le stress sans détresse](#)

VERS LES COMPÉTENCES DU 21^E SIÈCLE

Des compétences à acquérir pour relever les défis que pose la vie dans un monde branché.



CONFÉRENCES GRATUITES - PRINTEMPS 2023