



Centre
de services scolaire
des Navigateurs

Québec



L'École
des parents

Visitez notre site
École des parents

AVRIL 2025



Imager la pleine conscience, un véritable jeu d'enfant

9 avril 2025, à compter de 19 h
Conférence virtuelle, en direct.
Un lien sera acheminé aux personnes inscrites.

Par **ÉDITH LEVASSEUR**, enseignante, auteure, professeure d'impact et formatrice diplômée de l'Académie Impact et membre de l'Ordre de l'excellence en éducation du Québec.

La conférence enseignera aux personnes participantes divers outils visant à guider nos enfants afin de leur permettre d'apprendre à ÊTRE, pour ensuite devenir mieux disposés à FAIRE ! Cette multitude d'images fortes combinées à des stratégies simples TRANSFORMENT les concepts abstraits de la pleine conscience en des repères visuels immédiats, concrets et signifiant pour les jeunes.

Également, différentes stratégies simples seront abordées telles que :

- Se reconnecter au moment présent;
- Diminuer l'hyperactivité cognitive;
- Changer leur état d'esprit et ainsi traverser plus facilement les tempêtes et les vagues émotionnelles;
- Développer une attitude positive;
- Être en contrôle de leurs émotions;
- Acquérir des outils leur permettant de mieux surmonter les revers et les obstacles auxquels ils pourraient faire face dans leur quotidien.

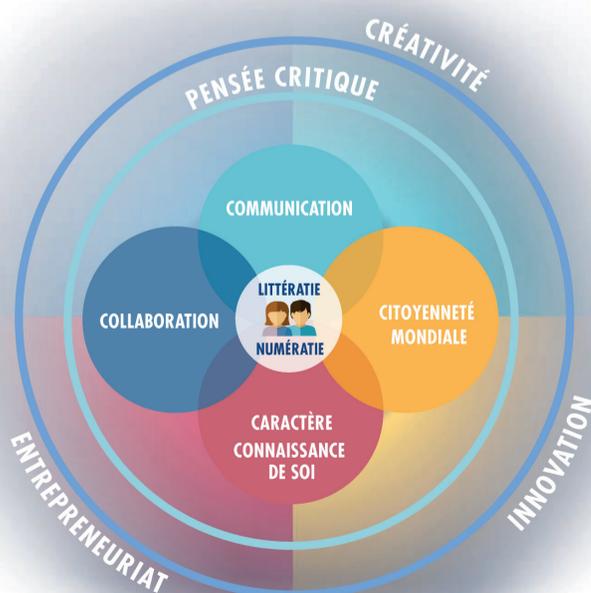
CLIENTÈLE VISÉE : Cette conférence s'adresse aux parents des élèves du primaire.

Pour s'inscrire à la conférence :

[Imager la pleine conscience, un véritable jeu d'enfant](#)

VERS LES COMPÉTENCES DU 21^E SIÈCLE

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



CONFÉRENCE GRATUITE - PRINTEMPS 2025