

Formation GRATUITE  
L'anxiété chez nos enfants

# COMPRENDRE POUR MIEUX INTERVENIR

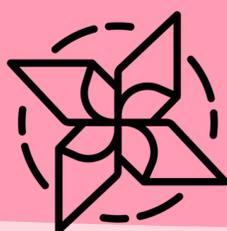
Formation offerte par l'école des Avenues



Animée par Alexandra Poirier, psychoéducatrice.

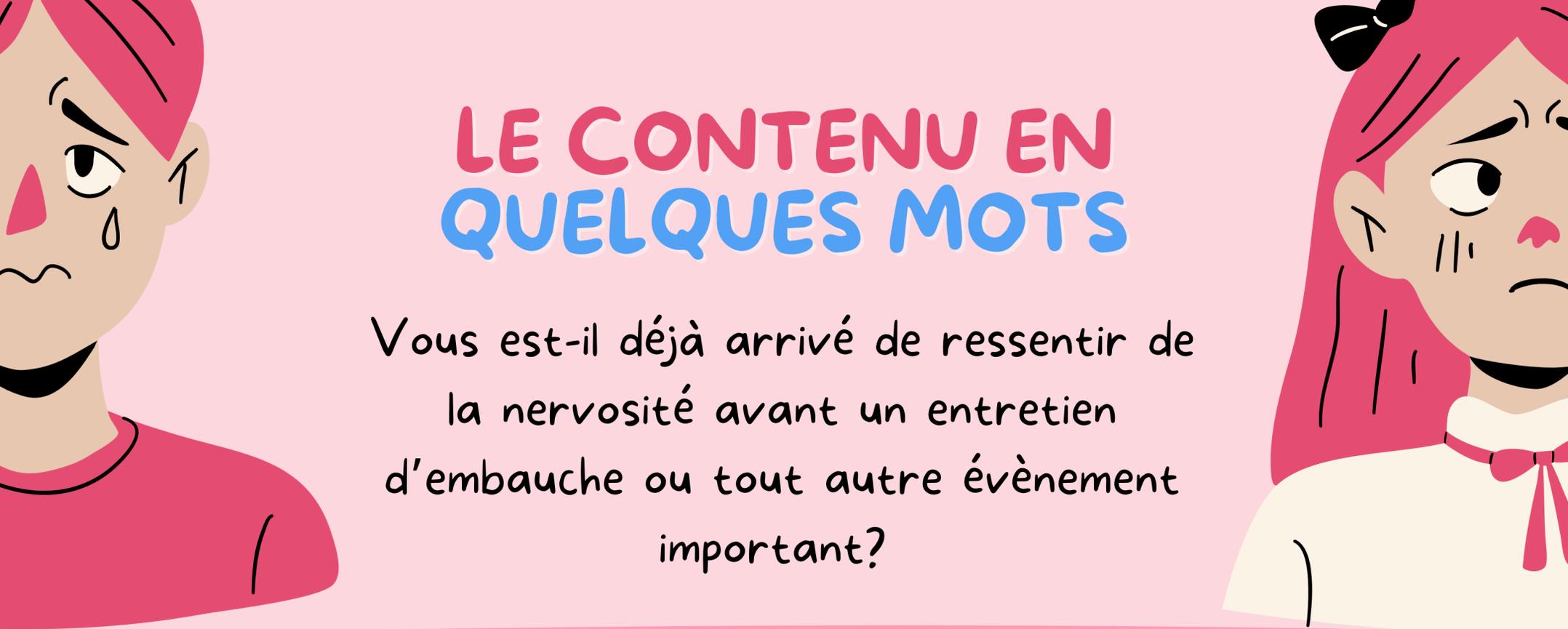
Alexandra accompagne des enfants de 0 à 12 ans ainsi que leurs parents dans les défis quotidiens de la vie.

Soutenir et outiller : un travail essentiel pour un retour vers l'équilibre!



ALEXANDRA POIRIER  
PSYCHOÉDUCATRICE, M.S.C.

Pour plus d'informations sur la formatrice visiter  
[alexandrapoirier.com](http://alexandrapoirier.com)



# LE CONTENU EN QUELQUES MOTS

Vous est-il déjà arrivé de ressentir de la nervosité avant un entretien d'embauche ou tout autre événement important?

La plupart d'entre vous répondrez « oui » sans hésitation! En tant qu'adulte, nous disposons de plusieurs stratégies pour apaiser cette boule d'émotions au creux de notre ventre. Quand ces expériences deviennent régulières et qu'elles semblent nous contrôler, nous pouvons nous sentir désemparé!

Mais qu'en est-il de l'anxiété vécue par nos enfants?

Cette formation démystifiera le phénomène d'anxiété chez les enfants et permettra aux participants de comprendre comment l'anxiété se manifeste chez les enfants.

En plus de cerner les facteurs qui contribuent au maintien de cette problématique, l'objectif premier est de découvrir certains trucs et astuces afin de soutenir les enfants anxieux dans leur quotidien.

Cette formation permettra aussi aux participants d'augmenter leurs connaissances afin de dépister rapidement la présence d'anxiété chez l'enfant, et ce, pour intervenir efficacement auprès de cette clientèle.

