



**ATELIER
EN LIGNE**

PRÉSENTATION DES SERVICES DU CAP

CENTRE D'APPUI ET DE PRÉVENTION

Tania Renaud Fournier
D.Psy., C.Psych.

Cet atelier a pour but de présenter un portrait des différents programmes et services offerts par Le Centre d'Appui et de Prévention (Le CAP), dans tous ses milieux. Nous sommes rendus une grande agence avec beaucoup de services; permettez-nous de vous en parler pour vous donner une idée de ce qui est accessible au CAP

Date et heure : Jeudi 2 mars, de 18h00 à 19h00
+ période de questions/discussion

Clientèle : Toute personne intéressée/intriguée par les services pour jeunes et familles offerts au CAP

Modalité : Virtuelle (via ZOOM) le lien vous sera envoyé après votre inscription

Rejoignez cet atelier en ligne



Pour vous inscrire, veuillez remplir le formulaire d'inscription sur le site web du Centre d'Appui et de Prévention (Le CAP).

Pour accéder au formulaire d'inscription vous pouvez aussi scanner le code QR suivant.

ATELIER
EN LIGNE

L'ANXIÉTÉ

**COMMENT APPRIVOISER
CETTE BÊTE ?**

Nombre de places disponibles | **25**

Lucie Hurtubise
M.s.s.

Nusha Birdjandi
M.s.s. (c), B.A.

Cet atelier sera divisé en deux sessions. Le premier atelier servira à jeter les bases théoriques sur l'anxiété. Nous distinguerons la peur du stress et de l'anxiété, survolerons le mécanisme de l'anxiété et expliquerons les différentes formes d'anxiété que les enfants peuvent vivre. Lors du second atelier, plusieurs stratégies concrètes et outils pratiques seront présentés afin d'aider les parents à accompagner leur(s) enfant(s) au quotidien.

Date et heure : Jeudi 9 mars et jeudi 23 mars 2023, de 18h00 à 19h30
+ période de questions/discussion

Clientèle : Parents d'enfant(s) âgé(s) de 4 à 12 ans, présentant des défis en lien avec la gestion du stress et de l'anxiété

Modalité : Virtuelle (ZOOM) lien vous sera envoyé après l'inscription

Rejoignez cet atelier en ligne



Pour vous inscrire, veuillez remplir le formulaire d'inscription sur le site web du Centre d'Appui et de Prévention (Le CAP).

Pour accéder au formulaire d'inscription vous pouvez aussi scanner le code QR suivant.

ATELIER
EN
PRÉSENTIEL

COMMUNICATION PARENTS/ADOLESCENTS

LES CLÉS POUR UNE BONNE RELATION

Nombre de places disponibles

| 15

Thomas Vanté
M.s.s.

Nusha Birdjandi
M.s.s. (c), B.A.

Cet atelier a pour objectif de fournir aux parents quelques stratégies de communication efficaces et simples pour restaurer une relation harmonieuse parents-ados. Au plaisir de discuter avec vous et de répondre à vos questions !

Date et heure : Jeudi 30 mars 2023, de 18h00 à 19h30
+ période de questions/discussion

Clientèle : Parents d'adolescents

Modalité : Atelier en présentiel offert à la clinique externe du Centre d'Appui et de Prévention (Le CAP), au 150 chemin Montréal Bureau 300, Ottawa ON, K1L 8H2

Rejoignez cet atelier en présentiel



Pour vous inscrire, veuillez remplir le formulaire d'inscription sur le site web du Centre d'Appui et de Prévention (Le CAP).

Pour accéder au formulaire d'inscription vous pouvez aussi scannez le code QR suivant.



ATELIER
EN LIGNE

MON SUPER POUVOIR MYSTÉRIEUX

Nombre de places disponibles | **25**

Patrick Turcotte
M.s.s., TSI

Marion Baudet
T.E.S., B.A. Psy.

Cet atelier, offert sur deux séances, présentera avant tout des connaissances de base concernant le TDAH et présentera également des outils pratiques aux parents afin de mieux les outiller pour bien encadrer et accueillir les besoins de leurs enfants qui découlent d'un diagnostic de TDAH. Entre autres nous explorerons les situations les plus complexes, tel que la routine, la concentration, l'écoute, ainsi que la gestion des crises. Lors du deuxième atelier nous discuterons plus en profondeur des problématiques au niveau scolaire et nous présenterons différentes stratégies et outils pratiques qui pourront être mis en place pour appuyer le cheminement scolaire de leurs enfants.

Date et heure : Jeudi 6 avril et 13 avril 2023, de 18h00 à 19h30
+ période de questions/discussion

Clientèle : Parents d'enfant ayant un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH), d'âge primaire

Modalité : Virtuelle (ZOOM) lien vous sera envoyé après l'inscription

Rejoignez cet atelier en ligne



Pour vous inscrire, veuillez remplir le formulaire d'inscription sur le site web du Centre d'Appui et de Prévention (Le CAP).

Pour accéder au formulaire d'inscription vous pouvez aussi scanner le code QR suivant.