

GROUPE SUR LA GESTION DE L'ANXIÉTÉ

Du 22 septembre au
10 novembre 2025
Les mardis de 16h30 à 18h

Animé par
Florence Nantais, psychoéducatrice
et Megan Boislard, travailleuse sociale

Programme de huit ateliers de groupe qui vise à réduire le niveau d'anxiété vécu chez les **enfant de 5e et 6e année du primaire** par des expériences concrètes.



- ✓ Meilleure connaissance de soi
- ✓ Affirmation de soi
- ✓ Diminution de l'anxiété de performance
- ✓ Diminution des inquiétudes face au jugement des autres et en contexte social
- ✓ Plus grande tolérance à la nouveauté et aux imprévus

Inscription sur : www.cliniqueneuroeduc.com

MODALITÉS



Approche ?

Les ateliers sont basés sur une approche cognitivo-comportementale et une approche expérientielle.

Participants ?

Le groupe est composé de **quatre à six jeunes** âgées de **10 à 12 (5e et 6e année du primaire)**.

Quand ?

Huit ateliers hebdomadaires d'une durée de **1h30**.

La participation à l'ensemble des ateliers est requise. Une **rencontre préparatoire** avec les parents sera planifiée préalablement.

Où ?

Situé à la **Clinique NeuroÉduc**
(979 avenue de Bourgogne, local 435, Qc)

Coût ?

85 \$ / rencontre

Inscription sur : www.cliniqueneuroeduc.com

