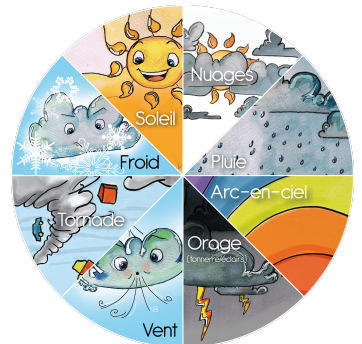


Conférence aux parents

LA MÉTÉO INTÉRIEURE^{MC} POUR ACCUEILLIR LE TEMPS QU'IL FAIT EN SOI !

- Vous vous sentez parfois démuni face aux émotions fortes de votre enfant?
- Votre enfant vit du stress et de l'anxiété et vous voulez l'aider?
- Votre famille vit une tempête et vous ne savez pas comment accompagner votre enfant dans ses émotions ?



Peur, colère, tristesse, dégoût, les émotions ne sont pas toujours faciles à décoder ou à accueillir. Pourtant, les émotions sont un langage. **Et si nous apprenions à les écouter pour mieux les accepter et les vivre? Et si nous avions un langage universel pour faire parler nos émotions en famille ?**

C'est ce que nous vous proposons de découvrir avec La météo intérieure^{MC} lors de notre conférence animée par Manon Jean.

QUAND : mardi 30 mai prochain

OÙ : En ligne via Zoom

HEURE : de 18h30 à 19H45

Lors de cette rencontre, Manon Jean vous offrira, en toute simplicité, des trucs afin que vous puissiez découvrir comment « ajuster votre propre météo intérieure » au quotidien et aider votre enfant à en faire autant !

Vous découvrirez l'importance :

- De savoir reconnaître et nommer ses émotions afin de montrer l'exemple à votre enfant.
- De développer la compassion, la patience et la tolérance et ainsi optimiser vos relations avec votre enfant.
- De maximiser le lien d'attachement et la vulnérabilité en famille

Venez nous rejoindre nombreux et profiter de l'expérience de Manon Jean !

À propos de la conférencière

Manon Jean, fondatrice de La météo intérieure^{MC}, auteure de 3 livres sur l'accueil émotionnel des enfants, enseigne ses techniques depuis près de 15 ans dans plusieurs écoles au Québec et en Europe.

Les recherches menées avec l'Université du Québec à Trois-Rivières* démontrent que l'anxiété, les problèmes d'attention et les comportements agressivités ont diminué de manière notable chez les élèves ayant participé au programme de Manon Jean.

Le programme de La météo intérieure^{MC} est maintenant reconnu par le CIUSSS Mauricie centre du Québec pour contrer les problématiques de santé mentale chez l'enfant.



*En collaboration avec Dre Collette Jourdan Ionescu et Dre Marie-Gabrielle Pettigrew