



## CONFÉRENCES ET FORMATIONS PRÉSENTÉES PAR CAROLINE QUARRÉ

Intervenante psychosociale (B.Sc.), formatrice dans le *Réseau de la santé et des services sociaux* et *Réseau de l'Éducation*, auteure du livre *L'enfant stress* et propriétaire de Service psychosocial Pas-à-Pas.

*Conférences clés en mains et sur mesure disponibles*

### POUR LES PARENTS

- Accompagner le retour au calme à la maison et à l'école
- Développer l'autonomie et le sens des responsabilités chez son enfant/adolescent
- Diminuer les comportements difficiles (opposition, crises, mensonges, etc.) par une approche positive et bienveillante
- Gérer l'anxiété de performance à la maison et à l'école
- La gestion des écrans
- La gestion du temps dans la famille : pour une routine agréable et en douceur
- La prévention de la violence dans les relations interpersonnelles chez les enfants et adolescents
- La sécurité sur internet : comprendre, encadrer et accompagner son enfant à l'ère du numérique
- Le respect des consignes chez les enfants et les adolescents
- Stratégies pour faciliter la période d'endormissement et le sommeil

### POUR LES INTERVENANTS SCOLAIRES

- Créer un environnement éducatif favorable au développement optimal du cerveau
- Créer une relation significative et durable avec l'élève présentant diverses difficultés
- L'autorégulation et la gestion des émotions chez l'intervenant.e
- L'intervention positive et bienveillante auprès de l'élève ayant des difficultés comportementales
- La gestion du stress et de l'anxiété chez l'adolescent
- La gestion du stress et de l'anxiété chez l'enfant
- La gestion du stress et de l'anxiété chez l'intervenant.e scolaire
- La pleine conscience ou la présence attentive pour diminuer le stress et l'anxiété
- Le développement psychoaffectif de l'adolescent.e : de la connaissance de soi à la maîtrise de soi
- Le développement psychoaffectif de l'enfant : de la connaissance de soi à la maîtrise de soi

### POUR LES GESTIONNAIRES

- Faire preuve de leadership pour favoriser le développement de l'autonomie professionnelle et du sentiment d'efficacité personnelle au sein de son équipe
- Favoriser une culture de bienveillance dans les établissements scolaires par son mode de gestion
- L'exercice du rôle-conseil auprès des employés en difficulté
- La communication et les relations interpersonnelles en milieu de travail
- La motivation au travail en contexte pandémique

### POUR UNE SOUMISSION :

**vquarre@pasapas.ca**  
<https://pasapas.ca/conferences-et-formations/>

Mode : présentiel, webinaire et asynchrone  
Durée : variable, selon les besoins