



# CAROLINE QUARRÉ

Intervenante psychosociale (B.Sc.)

CONFÉRENCIÈRE

FORMATRICE

## PROPRIÉTAIRE DE SERVICE PSYCHOSOCIAL PAS-À-PAS

- ✔ Clinique privée multidisciplinaire offrant des services spécialisés en santé mentale pour les familles

## FORMATRICE CHEVRONNÉE

- ✔ Réseau de l'éducation
- ✔ Milieu universitaire
- ✔ Entreprises
- ✔ Réseau de la santé et des services sociaux

## AUTRICE

- ✔ « L'enfant stressé » (2019)

## FORMATIONS PROFESSIONNELLES

### Formations adaptées pour les enseignant(e)s, TES, éducatrices et professionnel(le)s

- L'exposition aux écrans en milieu scolaire : enjeux, impacts et recommandations (enfant/adolescent)
- Bâtir de saines relations à l'ère des réseaux sociaux chez les ados de 12 à 17 ans
- Diminuer les comportements externalisés (crises, opposition, agressivité) par une approche concrète et adaptée au développement du cerveau
- La gestion du stress et de l'anxiété chez l'enfant : comprendre, accompagner et intervenir efficacement
- La gestion du stress et de l'anxiété chez l'adolescent(e) : comprendre, accompagner et intervenir efficacement
- La gestion du stress et de l'anxiété chez l'intervenant(e) scolaire : prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre
- La prévention de l'épuisement en milieu de travail : comprendre pour agir efficacement!
- Développer les habiletés sociales et les compétences de gestion de conflits chez l'enfant

**Formation sur mesure disponible.**



# CAROLINE QUARRÉ

Intervenante psychosociale (B.Sc.)

CONFÉRENCIÈRE

FORMATRICE

**PROPRIÉTAIRE DE  
SERVICE PSYCHOSOCIAL  
PAS-À-PAS**

✔ *Clinique privée multidisciplinaire offrant des services spécialisés en santé mentale pour les familles*

**FORMATRICE  
CHEVRONNÉE**

✔ Réseau de l'éducation      ✔ Milieu universitaire      ✔ Entreprises  
✔ Réseau de la santé et des services sociaux

**AUTRICE**

✔ « L'enfant stressé » (2019)

## CONFÉRENCES POUR PARENTS

- La gestion du stress et de l'anxiété chez les enfants de 4 à 12 ans
- La gestion du stress et de l'anxiété chez les adolescent-es
- Diminuer les comportements difficiles (opposition, crises, mensonges, etc.) par une approche positive et bienveillante
- Le respect des consignes chez les enfants et adolescent-es
- L'anxiété de performance chez les jeunes : comprendre et accompagner efficacement
- La gestion des écrans à la maison : comprendre pour mieux encadrer
- La sécurité sur internet : comprendre, encadrer et accompagner son enfant à l'ère du numérique **\*Prérequis :** avoir suivi la conférence : « La gestion des écrans à la maison : comprendre pour mieux encadrer »
- Les ados et les réseaux sociaux : comprendre et encadrer adéquatement

**Plusieurs autres conférences sont disponibles.**  
**Conférence sur mesure possible en fonction de vos besoins.**