

Gestion des émotions

Tristesse, colère, frustration comment réagir avec nos enfants en temps de Covid

En ces temps de pandémie, on entend de plus en plus que **les enfants, les adolescents vivent mal la période** et ont **du mal à gérer leurs émotions**, leurs angoisses concernant leur famille, leurs parents, leur futur.

Que faire face à des comportements inhabituels chez les enfant.

Tristesse, colère, angoisse, opposition, abandon du travail scolaire, etc.

Comment gérer de telles situations étant soi-même, peut-être, confronté à de grandes incertitudes et difficultés d'organisation du quotidien ?

Participez à un atelier donné par une coach de vie, par ailleurs maman...

L'atelier doit **permettre de repérer les signes** qui doivent alerter les parents, comment y réagir, que mettre en place en tant que parents. L'atelier permettra aussi de nommer **des outils utiles pour ces gérer ces situations** et une partie échanges est prévue.

Atelier proposé par Sandy Facchinetti, coach de vie, membre de la FAPEO

Inscriptions obligatoires - entrée libre - nombre de place limité

Inscriptions : contact@ape-le-sapay.ch

Merci de vous conformer aux règles sanitaires en vigueur.

