



Capsules web : envoi #2

Objet : Capsules web : Parler d’anxiété sans stress... pour les parents

Chers parents,

Saviez-vous que certaines perceptions peuvent contribuer à alimenter l’anxiété? Apprenez comment aider votre enfant à changer ses perceptions lorsqu’elles ne sont pas aidantes : [Quand nos perceptions nous jouent des tours.](#)

Lorsque votre enfant vit de l’anxiété, il n’est pas toujours simple de savoir comment l’accompagner. Cette capsule vous met en garde contre un piège très commun : [L’accommodation parentale, un piège à éviter.](#)

Bon visionnement!

Votre équipe-école, en collaboration avec l’équipe du Centre RBC d’expertise universitaire en santé mentale

