

L'organisme CESAME vous offre des :

Ateliers : mes réalités en tant que parents

À qui s'adresse l'activité : aux parents ayant des enfants au primaire

Description de l'activité

Atelier pour les parents sur différents sujets. Pour l'atelier de décembre, le sujet est la gestion des écrans. Pour janvier, c'est sur la gestion du stress et de l'anxiété.

Calendrier de l'activité :

- 10 décembre 2025 de 19 h à 21 h (gestion des écrans)
- 21 janvier de 19 h à 21 h (gestion du stress et de l'anxiété)

Frais associés : carte de membre 15 \$

Pour inscription : <https://www.cesamedeuxmontagnes.com/d-tails-de-l-v-nement-et-inscriptio/ateliers-mes-realites-en-tant-que-parents>

Lieu : 328 Chemin de la Grande-Côte, Saint-Eustache, J7P 1E7

Personne à contacter pour plus de détails : Amélia Daco

Adresse courriel : amelia@cesamedeuxmontagnes.com

Territoire visé par l'activité : tout le CSSMI

Merci!

Courte description de l'organisme

Le Centre pour l'enfance en santé mentale (C.E.S.A.M.E.) est un organisme communautaire qui regroupe différents services pour répondre aux besoins des familles vulnérables et volontaires. Notre mission vise le maintien et l'amélioration de la santé mentale, chez les enfants de 0 à 12 ans par la prévention des difficultés de développement liées aux conditions de vie en offrant une aide aux enfants, aux parents, aux familles et à la communauté.

Mes Réalités en tant que parents

La gestion des écrans

10 décembre de 19h à 21h

à CESAME

INSCRIPTION OBLIGATOIRE sur notre site Web



Contactez Amélia :

amelia@cesamedeuxmontagnes.com

ou

(450) 623-5677 poste 207

CESAME

Mes Réalités en tant que parents

La gestion du stress/anxiété

21 janvier de 19h à 21h

à CESAME

INSCRIPTION OBLIGATOIRE sur notre site Web



Contactez Amélia :

amelia@cesamedeuxmontagnes.com

ou

(450) 623-5677 poste 207

CESAME