

# Programmation 2017-2018

**Ces conférences ont lieu  
à l'Agora de la polyvalente de la Forêt à 19h30.**

**Mercredi 8 novembre 2017**

**« L'anxiété de performance »**



Cette problématique touche de plus en plus de jeunes, à tous les âges. Elle peut avoir des répercussions importantes, par exemple sur le parcours scolaire. C'est pourquoi il importe de la démasquer. Heureusement, des solutions existent.

avec Madame Fanny-Alexandra Guimond  
professeure en psychoéducation à l'UQAT  
[fanny-alexandra.guimond@uqat.ca](mailto:fanny-alexandra.guimond@uqat.ca)

**Mercredi 31 janvier 2018**

**« Prudence sur le Net »**

Personne n'est à l'abri de la cybercriminalité, mais les enfants et les adolescents y sont particulièrement vulnérables. Vous serez informé des principales situations à risque, comment les éviter et vers quelles ressources vous tourner en cas de besoin.

avec la Sûreté du Québec  
[www.sq.gouv.qc.ca](http://www.sq.gouv.qc.ca)



**Lundi 26 mars 2018**

**« Enfant, ado et santé mentale »**

*En collaboration avec le Centre de prévention suicide d'Amos*



Tout comme pour la santé physique, de bonnes habitudes de vie favorisent la santé mentale. Quels indices laissent entrevoir qu'un problème est en train d'entraver l'épanouissement de notre jeune? Et surtout, que pouvons-nous faire lorsque nous le sentons en dérive ou même, en détresse?

avec Michèle Lambin  
travailleuse sociale, clinicienne, formatrice et auteure