

SOIRÉE CONFÉRENCE

Une présentation du conseil d'établissement de l'école du Parchemin
en collaboration avec le Comité de parents de la CSP

Le stress des enfants et des adolescents, le reconnaître pour mieux le contrôler

C'est un mythe de croire que les enfants et les adolescents ne sont pas stressés. Les études scientifiques de la dernière décennie montrent sans équivoque que les enfants et les adolescents sont très réactifs au stress. Or, le cerveau n'est pas complètement développé à la naissance et il continue de progresser jusqu'à la fin de la vingtaine. Le stress a donc des effets très importants sur le développement du cerveau des enfants et des adolescents. Il devient donc nécessaire de bien comprendre les facteurs menant à une réponse de stress chez ceux-ci pour prévenir les effets délétères du stress sur l'apprentissage et la mémoire.

Cette conférence a d'abord pour but d'aider les parents à reconnaître les signes physiques et psychologiques de stress aigu et chronique chez l'enfant et l'adolescent. Dans un premier temps, les facteurs connus pour induire des réponses de stress chez les enfants et les adolescents seront abordés. De plus, les sensibilités au stress en fonction de l'âge seront définies. Enfin, des pistes d'intervention ayant démontré leur capacité à diminuer la réponse de stress chez l'humain seront présentées.

Date : Mardi 11 février 2020

Heure : 19h30

Durée : 60 minutes

Lieu : Gymnase de l'école
du Parchemin
1800 Rue Gilbert-Martel,
Carignan

Note : Un service de garde gratuit est
offert aux parents de l'école du Parchemin

[Inscription gratuite](#)

Conférencière

Mme Catherine Raymond possède un baccalauréat en psychologie de l'Université de Montréal et effectue présentement son doctorat en neurosciences sous la direction de la Dre Sonia Lupien, neuroscientifique en psychoneuroendocrinologie du stress.

Pour toutes questions : conferences.parchemin@gmail.com

