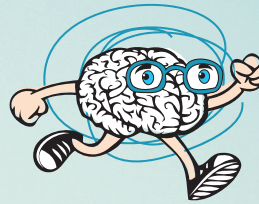


ATELIERS
«Missions
Super-Parent»

OptiFex

Pour les PARENTS!

UNE APPROCHE CRÉÉE PAR ANICK PELLETIER,
ORTHOPÉDAGOGUE ET FONDATRICE D'OPTINEURONES



OPTI
NEURONES
Orthopédagogie

LE CERVEAU DE MON ENFANT ;

MIEUX LE COMPRENDRE POUR OPTIMISER SON DÉVELOPPEMENT !

ATELIER #1: Le Cerveau!

ATELIER #2: Prendre soin du cerveau; sommeil, écrans et on bouge!

ATELIER #3: Prendre soin du cerveau; alimentation, ouverture affective et régulation émotionnelle

ATELIER #4: Stimulez le cerveau et les fonctions exécutives; en route vers l'autonomie!

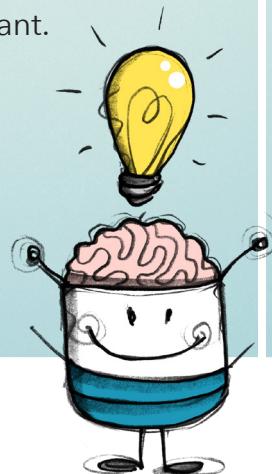
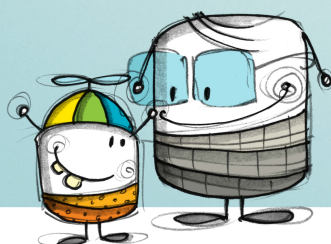
Voilà l'occasion d'offrir à vos parents d'élèves l'opportunité de recevoir un enseignement explicite et vulgarisé du cerveau de l'enfant et de l'adolescent ainsi que des conseils les soutenant dans l'optimisation du plein potentiel de celui-ci!

Le programme Optifex «Parents-Guides» consiste en **4 ateliers d'une heure** proposés aux parents par l'école. Mme Anick Pelletier assure l'animation de ces 4 ateliers sous forme de **conférence informative, suivi d'une mission** laissée par Mme Anick aux parents que ceux-ci peuvent appliquer auprès de leur enfant entre chaque atelier. La **mission «Parents-Guides» proposées à la fin de chaque atelier est en lien avec le sujet** de celui-ci. Mme Anick laisse les **outils nécessaires** aux parents facilitant l'application de leur mission auprès de leur enfant.

SUJETS ABORDÉS

DURANT LA FORMATION

- Parler «cerveau» avec mon enfant
- Chaque cerveau est unique!
- Prendre soin de nos neurones
- Comprendre comment la mémoire fonctionne
- Gestion de la consommation d'écrans
- Sommeil
- Collations idéales
- Intervention bienveillante
- Comprendre et accompagner la régulation émotionnelle
- Stimulez les fonctions exécutives!



Atelier#1: Le Cerveau!

- Mission «Super-Parent» : Parlez Cerveau et neurones à la maison!

Atelier#2: Prendre soin du cerveau; écrans, sommeil et on bouge!

- Mission «Super-Parent» : Instaurez une hygiène à la consommation d'écran à la maison et on bouge!

Atelier #3: Prendre soin du cerveau; alimentation, affectif et régulation émotionnelle

- Mission «Super-Parent»: Agir avec bienveillance et Prendre au moins un moment avec mon enfant par jour.

Atelier #4: Stimulez les fonctions exécutives; Place à l'autonomie!

- Mission «Super-Parent»: Guider mon enfant pour le laisser faire par lui-même!

À L'ATTENTION DES DIRECTIONS D'ÉCOLES

FORMATRICE

Mme Anick Pelletier, orthopédagogue,
fondatrice d'Optineurones
et de l'approche OptiFex

DATES

à déterminer par l'école

LIEU

à déterminer par l'école

HORAIRE

4 ateliers de 1 heure chacun
espacés d'au moins un mois

COÛT

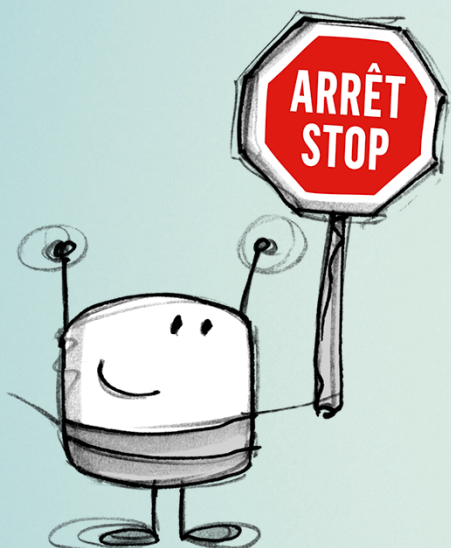
3000\$+tx pour les 4 Ateliers incluant:
déplacement dans un rayon de 40 km (sinon par visio),
outils laissés aux parents (capsules informatives, aide-
mémoire, pictogrammes, affiches), missions «parent-
guide» pour chaque atelier

ATELIERS S'ADRESANT AUX:

PARENTS

GRANDS-PARENTS

PROFESSIONNELS DU DOMAINE DE L'ÉDUCATION



INFORMATION ET RÉSERVATION

Mme **Anick Pelletier**, orthopédagogue
Fondatrice Optineurones, Projet recherche
JEuMETACOGITE

• 418 717-1716
info@optineurones.com optineurones.com



SUIVEZ-NOUS!

