

# L'anxiété chez nos élèves

Que puis-je faire en tant que membre de l'équipe-école?

## À qui s'adresse l'atelier?

À tous les membres d'une équipe-école.

**Durée : 2 h 30**



## Cet atelier vise à :

- Développer vos connaissances sur le stress et l'anxiété.
- Vous outiller dans les stratégies à mettre en place pour prévenir ou réduire l'anxiété de vos élèves.

## Objectifs :

- Saisir la pertinence de s'intéresser à l'anxiété chez vos élèves.
- Distinguer le stress de l'anxiété et comprendre les notions de base.
- Repérer les manifestations de l'anxiété chez vos élèves.
- Identifier des stratégies à mettre en place en classe ou dans l'école.

## Comment avoir accès à cet atelier?

Un intervenant ou une intervenante de l'école ou de la Direction de santé publique de votre région doit recevoir la formation afin de se l'approprier et ensuite pouvoir l'offrir aux autres membres de son équipe-école.