

ATELIERS – AUTOMNE 2025

PARENTALITÉ DU 21^e SIÈCLE

Ateliers en anglais. Les sessions seront offertes en français à l'hiver 2026.



Explorer les impacts des médias sociaux et de la technologie

21 octobre.....Avantages, conséquences et sécurité globale de l'utilisation

22 octobreRèglementations et lois sur les médias sociaux, contrôles parentaux et gestion de la technologie à la maison.
Présentation d'un(e) agent(e) socio-communautaire du SPVM



Comprendre la santé mentale : comment vous soutenir et soutenir votre enfant

28 octobreQu'est-ce que l'anxiété et la dépression?

29 octobreComprendre comment les facteurs environnementaux, les influences familiales et les traumatismes influencent la santé mentale des jeunes

4 novembreComment soutenir votre enfant avec des problématiques de santé mentale

5 novembreComment peut-on être plus consciencieux et promouvoir le bien-être en tant que parents



Comprendre la dynamique et les conflits familiaux

11 novembreCoparentalité

12 novembre ...Communication dans la famille

18 novembre ...Séparation et divorce

19 novembre ...Impact sur l'enfant



Créer des relations saines

25 novembre.....Développer une relation positive avec votre enfant

26 novembre....Gérer les relations malsaines



ST. THOMAS HIGH SCHOOL – 18 h 30 à 20 h 00

111, av. Broadview
Pointe-Claire, QC H9R 3Z3



POUR VOUS INSCRIRE REMPLISSEZ
LE FORMULAIRE en ligne (en scannant
le code QR) ou [ici](#).

POUR PLUS D'INFORMATIONS

groupes.amcodim.comtl@ssss.gouv.qc.ca



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Ouest-de-
l'Île-de-Montréal

Québec



WORKSHOPS – FALL 2025

PARENTING MY CHILD!



Navigating the impacts of social media and technology

October 21 Benefits, consequences, and overall usage safety

October 22 Regulations and laws about social media, parental controls, and managing technology at home
Presentation from a community officer from SPVM



Unpacking mental health: supporting yourself and your child

October 28 What is anxiety and depression?

October 29 Understanding how environmental factors, family influences, and trauma impacts a youth's mental health

November 4 How to support your youth with mental health issues

November 5 How can parents be more mindful and promote self-care



Understanding family dynamics and conflicts

November 11 Co-Parenting

November 12 Communication in the family

November 18 Separation and Divorce

November 19 Impacts on the child



Creating healthy relationships

November 25 Developing positive relationships for your children

November 26 Managing unhealthy relationships



ST. THOMAS HIGH SCHOOL – 6:30 to 8:00 pm

111 Av. Broadview
Pointe-Claire, QC H9R 3Z3



TO REGISTER, FILL THIS FORM online
(by scanning the QR code) or [here](#).

FOR MORE INFORMATION

groupes.amcodim.comtl@ssss.gouv.qc.ca



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Ouest-de-
l'Île-de-Montréal

Québec

