

POLYVALENTE CHANOINE-ARMAND-RACICOT

940, BOULEVARD DE NORMANDIE
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU QC J3A 1A7
- AUDITORIUM (PORTE 4) -

MERCREDI

29

JANVIER

à 19h

Pièce de théâtre **GRATUITE** offerte aux parents d'élèves
& aux membres du personnel scolaire de la CSDHR



Théâtre
Parminou



ZUT! JE NE SUIS PAS ZEN

PRÉVENTION ET GESTION DE L'ANXIÉTÉ
CHEZ LES 8-12 ANS

DU THÉÂTRE POUR...

aider à apprivoiser ses peurs

La version **Zut! Je ne suis pas zen** espère aider les adultes à mieux comprendre et décoder la mécanique du phénomène de l'anxiété chez les enfants.

OBJECTIFS DE LA PIÈCE

- > Comprendre la mécanique du phénomène de l'anxiété chez les enfants;
- > Démystifier les croyances nuisibles et les reconnaître;
- > Intégrer les différences entre l'anxiété, le stress, l'angoisse, les troubles anxieux;
- > Définir l'environnement propice à cette réalité;
- > Comprendre les causes, décoder les signes, cibler les conséquences : un ensemble d'éléments qui permet de mieux s'outiller afin de supporter les enfants qui vivent de l'anxiété, à divers degrés.

ABORDER L'ANXIÉTÉ
PAR LE THÉÂTRE PERMET
DE DÉDRAMATISER ET
DE METTRE EN IMAGES ET
EN RESSENTIS DES ÉLÉMENTS
QUE LES ENFANTS
ONT PARFOIS DU MAL
À NOMMER.

TEXTE: Hélène Desperrier
COLLABORATION AU TEXTE: Caroline Berthiaume,
Geneviève Racicot, Patrick Gosselin, Hugo Turgeon
MISE EN SCÈNE: Hugo Turgeon
SCÉNOGRAPHIE: Cybel St-Pierre
JEU: Audray Demers, Julien Lemire
GUIDE D'ANIMATION: Hugo Turgeon,
Commission scolaire des Appalaches
et l'équipe de recherche du «Projet Z»
de l'Hôpital Rivière-des-Prairies.



Commission scolaire
des Hautes-Rivières

Le comité de parents
de la Commission scolaire
des Hautes-Rivières **vous invite**
à une pièce de théâtre gratuite!