



Novembre 2019

Bonjour chère famille,

La grisaille de novembre s'installera bientôt mais dans le cœur des intervenants du Projet Espoir, nous gardons toujours une bougie allumée pour guider les enfants et leur famille vers un équilibre physique, mental et spirituel. Prenez quelques minutes en famille pour vous retrouver, vous dire à quel point chaque membre à sa place et son importance. Ces petites connections créeront une base solide pour la bâtir la résilience nécessaire durant les moments moins faciles.



Simple connections – Stronger kids (cliquez sur l'image pour visionner)

Nous continuerons en novembre notre travail contre l'intimidation en incluant une composante sur la santé numérique avec le visionnement du film Screenager. Nous aurons l'opportunité de discuter de notre rôle de citoyens en ligne de même que notre rapport personnel aux appareils électroniques. La santé numérique aussi fait partie d'une bonne santé globale.

Je vous invite par le fait même à participer à la soirée informative, pour les adultes, sur les enjeux de la technologie. Cette soirée est planifiée pour le 21 novembre 2019, de 19 h à 21 h, à l'auditorium du Campus Saint-Jean, au 8406, rue Marie-Anne-Gaboury, à Edmonton. Un panel d'experts sera présent pour répondre à vos questions suite au visionnement du film Screenager (version longue pour adulte).

Nous profiterons évidemment de la journée mondiale de la gentillesse le 13 novembre (en fait le 14 dans les écoles étant donné le congé) pour embellir notre environnement par nos sourires.

Avec les plus vieux, nous soulignerons aussi la semaine de la prévention des dépendances; aux médias sociaux et appareils électroniques aussi bien qu'aux consommation de substances altérantes.

Date à retenir

13 novembre
Journée mondiale de la gentillesse

21 novembre
Film Screenager
Campus St-Jean

Sonia Longpré, Intervenante-jeunesse Projet ESPOIR
Mental Health Capacity Building (AHS)
slongpre@centrenord.ab.ca



https://twitter.com/projet_espoir



<https://www.facebook.com/EspoirCSCN/>

