



SACRÉ CŒUR
ENSEMBLE SCOLAIRE • PÉRONNE

Grandir ensemble
aujourd'hui et demain

Parce que la réussite
de nos enfants
se construit aussi
ensemble !

Apéro Parents

Une soirée pour mieux comprendre
nos ados et avancer ensemble !



L'Ensemble Scolaire du Sacré-Cœur de Péronne vous invite à une soirée conviviale dont l'objectif est de **mieux comprendre nos adolescents** pour mieux les accompagner, les écouter et renforcer le lien famille.



Jeudi
24 septembre



À partir de
18h30



Au sein de l'établissement
Sacré-Cœur de Péronne

Au programme :



Un apéritif d'accueil

pour bien commencer la soirée
et faire connaissance.

Puis, vous tournerez sur
3 ateliers, pour échanger,
apprendre et repartir avec
des clés concrètes pour le quotidien.

1



Yoga

Prendre du temps pour soi,
se recentrer, mieux gérer
le stress... et ainsi accompagner
plus sereinement son enfant.

Animé par
Mme Ducatteau
(formée au yoga)



Venez en tenue
confortable !

2



Le cerveau des adolescents

Comprendre comment
fonctionne leur cerveau pour
mieux les accompagner
dans leurs apprentissages,
leurs émotions et leurs choix.

Animé par
Mr Plusquellec
Psychologue

3



Le sommeil des adolescents

Un pilier essentiel pour leur santé,
leur équilibre et leurs apprentissages.
Des conseils concrets pour mieux
comprendre et accompagner
leur sommeil.

Animé par
Dr Chaïb (pédiatre),
Dr Amirats (pneumologue)
et **Mme Leclerc**
(coordinatrice des soins)



Inscription obligatoire sur **EcoleDirecte**

→ Sous forme de questionnaire dans l'accueil d'EcoleDirecte



Nous vous attendons nombreux pour cette soirée enrichissante !