

ETRE PARENTS : UN JEU D'ENFANTS ?

Cycle Adolescents : 11 ans et plus

Jeudi 04 Novembre 2021 de 20h30 à 22h



« Comment en tant que parent, prendre du temps pour soi, pour se ressourcer, souffler, évacuer le stress ? »

Et si parent c'était : accompagner nos enfants vers le meilleur d'eux-mêmes ? En étant bienveillant, cadrant, sécurisant, disponible, à l'écoute ? Tout en leur apportant ce dont ils ont besoin pour bien grandir et s'épanouir ? Nous sommes-nous poser la question d'y ajouter une autre dimension ? Celle de savoir se ressourcer, être attentif à nos surcharges, nous créer des espaces pour souffler.

Et si ces deux aspects étaient intrinsèquement liés ? Et si notre disponibilité envers nos enfants, notre douceur, notre patience dépendaient de la manière dont nous prenons soin de nous, notre espace, notre temps, notre énergie ?

Dans cette conférence, nous vous proposons de savoir pourquoi il est si important de prendre du temps et de l'espace pour soi, et de quelle manière nous pouvons le faire, dans un quotidien bien souvent surchargé.

Intervenante : **Marion THIESSARD**, psychologue, psychothérapeute, fondatrice et présidente de l'association

Jeudi 02 Décembre 2021 de 20h30 à 22h



"Adolescence, amour et sexualité: et si on en parlait?"

Une conférence suivie d'échanges pour mieux comprendre les adolescents, leur cerveau, leurs besoins et comment les accompagner dans la construction d'une vie intime saine et épanouie. Les sujets abordés : la pornographie et les représentations de la sexualité, le cerveau des adolescents, le corps, le consentement et comment les accompagner tout en respectant leur intimité ?

Intervenante : **Margot FRIED-FILLIOZAT**, sexothérapie

Jeudi 06 Janvier 2022 de 20h30 à 22h



Les réseaux sociaux et nos ados

Facebook, Instagram, TikTok, Snapchat, Bereal..... De nos jours, les réseaux sociaux font partie intégrante de la vie de nos adolescents...

Comment aborder l'utilisation de ces nouveaux moyens de communication avec eux ?

Et si on prenait quelques minutes pour mieux les connaître, comprendre l'utilisation qu'en font nos enfants mais aussi vous apporter quelques conseils sur une bonne utilisation ?

Intervenante : **Bertille MAHOT**, consultante sur les réseaux sociaux

Jeudi 03 Février 2022 de 20h30 à 22h



Les adolescents (12ans et +) et la communication bienveillante

Nos enfants sont-ils encore nos enfants lorsqu'ils entre dans l'adolescence ? Quel est cet individu étrange que je ne reconnais pas ? Où est passé mon enfant ? Me laisse-t-il encore être son parent ?

Lors de cette conférence, je vous propose de voyager dans l'univers de la relation et de la communication avec l'adolescent, notre enfant qui se transforme. Nous verrons comment notre parentalité doit elle aussi se transformer, devenir souple et cadrante à la fois, tendre et discrète, présence et discrétion...

Intervenante : **Marion THIESSARD**, psychologue, psychothérapeute, fondatrice et présidente de l'association pour une éducation bien-Veillante.

