

Profitez du soutien et de l'expérience d'autres familles autour de thèmes récurrents et essentiels dans la vie familiale

QUOI ?

- ✓ Un thème par mois durant un an,
- ✓ Un partage d'expériences et de questionnements avec d'autres parents,
- ✓ L'opportunité pour votre/vos enfant(s) de vivre un atelier avec d'autres enfants sur le même thème,
- ✓ Des outils concrets,
- ✓ Des supports à ramener chez vous.

POURQUOI ?

- ✓ Sortir des conflits répétitifs,
- ✓ Renforcer la cohésion familiale,
- ✓ Rétablir une bonne communication,
- ✓ Apprendre à réguler vos émotions (vous et votre/vos enfant(s))
- ✓ Apprendre à respecter vos besoins et vos limites,
- ✓ Poser des limites éducatives claires et renforcer votre autorité,
- ✓ Vous sentir à votre place,
- ✓ Soutenir votre enfant dans ses capacités et ses apprentissages...

DUREE

Un mercredi par mois de 18h à 19h30
ou un samedi par mois de 17h30 à 19h
(au choix) - Consulter l'agenda 2023

TARIFS

30€ par adulte et 15€ par enfant

PAR QUI

Lucile Bourdin, psychologue
et Marie Renazé, thérapeute psycho-corporelle

OU

Au centre de bien-être La Chrysalide
Domaine du pré Bellevue
85220 La Chapelle-Hermier

A travers divers ateliers, nous vous apportons des repères pour accompagner sereinement vos enfants et vivre en harmonie dans votre famille.

Nous vous soutenons dans votre rôle de parents et sensibilisons vos enfants, en parallèle sur les mêmes thématiques, à travers des activités ludiques et la construction d'outils.

Vous avez l'occasion de partager vos expériences et questionnements avec d'autres parents, tandis que votre/vos enfants vit/vivent un atelier sur le même thème avec d'autres enfants. Vous vous réunissez en famille durant la seconde partie de l'atelier afin de partager votre vécu et expérimenter les outils.

Nous vous proposons un thème par mois.

Pour connaître les dates, merci de vous référer au calendrier 2023.

- JANVIER : Accueillir et gérer mes émotions et celles de mon enfant
- FEVRIER : Reconnaître mes besoins et ceux de mon/mes enfant(s)
- MARS : Comprendre mes blessures affectives et celles de mon/mes enfant(s)
- AVRIL : Dénouer mes schémas répétitifs et ceux de mon/mes enfant(s)
- MAI : Rétablir une bonne communication dans la famille
- JUIN : Renforcer la cohésion parentale et libérer mon/mes enfant(s) des conflits de loyauté
- JUILLET : Trouver ma place dans la famille
- AOUT : Nourrir ma confiance en moi et celle de mon/mes enfant(s)
- SEPTEMBRE : Les limites éducatives : poser un cadre et le faire respecter
- OCTOBRE : Soutenir l'apprentissage de mon/mes enfant(s) et encourager l'autonomie
- NOVEMBRE : Développer l'attention et la concentration
- DECEMBRE : Faire de l'hypersensibilité une force

A l'issue de ces ateliers, vous repartez avec des outils que vos enfants auront eux-mêmes créés, des fiches récap' et une liste de livres en lien avec les thèmes abordés.

Les thématiques abordées lors de ces ateliers sont approfondies dans la formation **Retrouvez l'harmonie dans votre famille.*