



VILLE DE SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

LE POINT ÉCOUTE FAMILLES

Un lieu de ressources pour tous les parents saint-mauriens.

Vous écouter, vous soutenir,

La référente ou la psychologue du Point Écoute Familles vous reçoit sur rendez-vous, du lundi au vendredi aux horaires d'ouverture de la mairie et deux samedis matin par mois.

Programme septembre 2018 à janvier 2019 :

15 sept.

PERMANENCE JURIDIQUE • 10h30 - 12h30

19 sept.

CYCLE SUR LA COMMUNICATION POSITIVE : Mieux comprendre et mieux communiquer avec vos enfants • 20h

1^{re} séance d'un cycle de 7 séances. 35 € le cycle

20 sept.

CYCLE DE SOPHROLOGIE : Comment être un parent heureux quand on est débordé ? • 20h30

1^{re} séance d'un cycle de 7 séances. 20 € le cycle

21 sept.

ÉCHANGE ENTRE PARENTS SUR L'ADOLESCENCE : Être parent d'adolescent, pas si simple ! • 19h - 21h

L'adolescence est souvent une étape mouvementée pour le jeune et pour ses parents: rébellion, mensonge, repli sur soi, humeur changeante, incompréhension... C'est aussi une étape importante pour la construction du jeune, pendant laquelle se détermine son avenir de jeune adulte. Comment l'accompagner? Partageons des pistes sur ce qui se joue pour mieux gérer les tensions au sein de la famille.

Informations sur les cycles

Le cycle sur la communication positive et le cycle de sophrologie sont des cycles de 7 séances. Il n'est pas possible d'intégrer un cycle déjà commencé. Des partenaires extérieurs au Point Écoute Familles animent ces cycles. C'est pourquoi ils sont payants.



6 oct.

LES ÉCHANGES ENTRE PARENTS : Jalousie, Rivalité au sein de la fratrie

• 10h - 12h

Les disputes entre frères et sœurs sont une source de stress pour les parents. Qu'est-ce qu'il se joue pour l'enfant dans le sentiment de jalousie ? Comment mieux vivre les disputes au sein de la famille ? Comment réagir quand les enfants se comparent et se jalouent ? Faut-il intervenir ? Laisser faire ? Punir ? Des questions autour des situations rencontrées par chaque famille permettront d'aborder des pistes de solution.

6 oct.

PERMANENCE JURIDIQUE • 10h30 - 12h30

12 oct.

ÉCHANGE ENTRE PARENTS SUR L'ADOLESCENCE : Être parent d'adolescent, pas si simple ! • 19h - 21h

L'adolescence est souvent une étape mouvementée pour le jeune et pour ses parents: rébellion, mensonge, repli sur soi, humeur changeante, incompréhension... C'est aussi une étape importante pour la construction du jeune, pendant laquelle se détermine son avenir de jeune adulte. Comment l'accompagner? Partageons des pistes sur ce qui se joue pour mieux gérer les tensions au sein de la famille.

12 oct.

CONFÉRENCE : écrans, langage, apprentissages, font-ils bon ménage ?

• 20h30 *Dans la salle des fêtes de l'hôtel de ville*

17 oct.

ATELIER NATURE PARENTS-ENFANTS • 13h30 - 16h30

Venez partager un moment convivial et agréable avec votre enfant autour d'une activité manuelle sur la nature.

7 nov.

CONFÉRENCE : Être parent aujourd'hui : et si la bienveillance commençait par soi-même ? • 20h

10 nov.

LES ÉCHANGES ENTRE PARENTS : Quelle place pour les émotions dans la communication en famille ? • 10h - 12h

Comment accueillir les émotions de son enfant, les siennes, et savoir s'en distancier? Nous aborderons quelques outils pour améliorer la relation parents/enfants.

10 nov.

PERMANENCE JURIDIQUE • 10h30 - 12h30

23 nov.

ÉCHANGE ENTRE PARENTS SUR L'ADOLESCENCE : Être parent d'adolescent, pas si simple ! • 19h - 21h

L'adolescence est souvent une étape mouvementée pour le jeune et pour ses parents: rébellion, mensonge, repli sur soi, humeur changeante, incompréhension... C'est aussi une étape importante pour la construction du jeune, pendant laquelle se détermine son avenir de jeune adulte. Comment l'accompagner? Partageons des pistes sur ce qui se joue pour mieux gérer les tensions au sein de la famille.



1^{er} déc.

ATELIER POUR LES PARENTS : Favoriser la construction de l'estime de soi • 10h - 17h

Repérons ensemble ce qui fonde l'estime de soi, partageons quelques pistes pour la renforcer, la favoriser.

14 déc.

ÉCHANGE ENTRE PARENTS SUR L'ADOLESCENCE : Être parent d'adolescent, pas si simple ! • 19h - 21h

L'adolescence est souvent une étape mouvementée pour le jeune et pour ses parents: rébellion, mensonge, repli sur soi, humeur changeante, incompréhension... C'est aussi une étape importante pour la construction du jeune, pendant laquelle se détermine son avenir de jeune adulte. Comment l'accompagner? Partageons des pistes sur ce qui se joue pour mieux gérer les tensions au sein de la famille.

15 déc.

PERMANENCE JURIDIQUE • 10h30 - 12h30

19 déc.

ATELIER NATURE PARENTS-ENFANTS • 13h30 - 16h30

Venez partager un moment convivial et agréable avec votre enfant autour d'une activité manuelle sur la nature.

11 jan.

ÉCHANGE ENTRE PARENTS SUR L'ADOLESCENCE : Être parent d'adolescent, pas si simple ! • 19h - 21h

L'adolescence est souvent une étape mouvementée pour le jeune et pour ses parents: rébellion, mensonge, repli sur soi, humeur changeante, incompréhension... C'est aussi une étape importante pour la construction du jeune, pendant laquelle se détermine son avenir de jeune adulte. Comment l'accompagner? Partageons des pistes sur ce qui se joue pour mieux gérer les tensions au sein de la famille.

26 jan.

ATELIER POUR LES PARENTS : Le lâcher prise dans l'éducation • 10h -17h

Lâcher prise n'est pas si facile. Nous savons parfois qu'il est nécessaire de prendre de l'altitude dans nos vécus, nos relations et pourtant cela n'est pas spontané. Alors pour quelles raisons avons-nous et persistons-nous dans des attitudes contre-productives qui mènent souvent au conflit ? Cet atelier nous permettra de commencer à travailler notre lâcher prise.

Renseignements et inscriptions

Pour tout renseignement ou inscription, veuillez contacter le Point Écoute Famille au 01.45.11.65.74 ou par mail à pef@mairie-saint-maur.com



ECHANGE MENSUEL POUR LES PARENTS VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES

Vous êtes parent et vous avez subi ou vous subissez encore des violences conjugales. Vos enfants sont mineurs ou majeurs, sous votre responsabilité ou non.

Vous n'êtes pas seuls. Vous êtes les bienvenus pour échanger avec d'autres parents, vous soutenir et vous conseiller mutuellement.

Nous aborderons les clés de compréhension du mécanisme à l'oeuvre dans les violences conjugales, nous parlerons de la place des enfants dans ce contexte.

Le groupe est animé par la référente du Point Écoute Familles et par une psychologue du Point écoute Champigny.

DES PARTENAIRES VOUS REÇOIVENT AU POINT ÉCOUTE FAMILLES



• La médiation familiale :

Des entretiens pour permettre aux membres de la famille en conflit de réfléchir ensemble à leurs propres solutions.

La médiation familiale peut être demandée par les personnes elles-mêmes ou proposée par un juge.



• L'accueil père, mère, bébé :

Le passage de la vie à deux à la vie à trois peut être un moment difficile dans la vie des couples. Sous la forme de consultations d'une heure sur rendez-vous, une thérapeute accueille les jeunes parents en présence de leur bébé, pour parler librement et en toute confidentialité de leur relation à trois.

POINT ÉCOUTE FAMILLES

25 avenue du Port-au-Fouarre - 94100 SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS
Téléphone : 01 45 11 65 74 / 06 78 42 65 48 • pef@mairie-saint-maur.com



@VilleSaintMaur

saint-maur.com

