

# parents PARISIENS

**Proche  
de chez vous**

bibliothèque, médiathèque,  
école, centre social...

**Avec des experts**

psychologue, éducateur, coach scolaire  
anthropologue, spécialiste du numérique  
juriste...

**Partager**

confronter ses idées

**questionner**

*réfléchir*

trouver  
des solutions

**AVANCER**

**Gratuit**

Groupes d'échanges entre parents

Un site internet (agenda, fiches pratiques, actus...)

**Pour les parents parisiens**

# Groupes d'échanges entre parents



Nos actions sont organisées avec l'appui d'un réseau des partenaires. Elles se déroulent dans des lieux déjà connus des parents (centres sociaux, centres d'animation, bibliothèques, médiathèques, écoles...).

**Les thématiques des actions concernent toutes les étapes de la vie du bébé au jeune adulte, les comportements difficiles à comprendre et à gérer, les conduites adolescentes, les outils d'écoute, de communication, la gestion des émotions, la transmission familiale, les relations à l'école, la démotivation voire le décrochage, l'usage des écrans...**

## ORGANISATION

Nos interventions, d'une durée de 2h, sont animées par des experts, intervenants de l'École des Parents et des Éducateurs d'Île-de-France (**psychologue, éducateur, anthropologue, coach scolaire, spécialiste du numérique, juriste...**).

Il est nécessaire de s'inscrire par mail sur : [parents-parisiens@epe-idf.com](mailto:parents-parisiens@epe-idf.com) ou auprès de la structure pour participer à un événement.

**Les parents sont accueillis sans les enfants.**

## LES ÉCHANGES ENTRE PARENTS

**Les parents partagent leurs expériences, leurs questionnements, leurs difficultés et s'apportent mutuellement des pistes de réflexion autour d'une thématique familiale.**

- Être parent à distance : comment garder le lien ?
- Élever seul son enfant : pas facile de jouer tous les rôles.
- L'épuisement des parents : comment retrouver un équilibre ?
- Quand les parents ne sont pas d'accord sur l'éducation des enfants.
- La violence chez les petits.
- Mon enfant est tyrannique : comment réagir ? faut-il punir ?
- Les 8-12 ans : déjà ados ?
- Abus d'écrans.
- La sexualité à l'adolescence.

## LES ATELIERS

**Outils théoriques mis en pratique et enrichis par les expériences de chacun. L'inscription à l'ensemble des séances est nécessaire.**

- Mieux communiquer en famille.
- Savoir écouter.
- Savoir lâcher prise.
- Parents : quelle style d'autorité pratiquez-vous ?
- Jeux, écrans : bénéfiques et risques pour les adolescents. Jouer pour mieux comprendre.

# LES CYCLES

Plusieurs temps d'échanges entre parents, afin d'approfondir une même thématique. L'inscription à l'ensemble des séances n'est pas obligatoire.

## Cycle Enfance

- Savoir dire non : les repères, les limites, l'autorité.
- Sommeil et alimentation.
- Du manque de concentration à l'hyperactivité.

## Cycle l'adolescence en question

- Les 8-12 ans : déjà ados ?
- La crise d'adolescence : s'opposer pour grandir.
- La communication avec l'adolescent.

## Cycle École

- Harcèlement et cyber harcèlement.
- École-parents-enfants : quelle relation ?
- Les devoirs : affaire des parents ou des enfants ?

## Autres cycles (2 à 3 séances)

- La phobie scolaire.
- La violence dans la société (attentats, guerres, images violentes)
- Il ne travaille pas : pourquoi ? comment faire ?
- Séparation des parents.

Un site internet (agenda, fiches pratiques, actus...)



Créez votre compte et retrouvez toute l'actualité, les prochains événements, nos fiches pratiques, notre revue de presse, des ressources...

Autant de repères pour élever son enfant, communiquer avec lui à tous les âges, faire face à l'épuisement ou à l'isolement, nouer une relation école/enfant/parent...

The screenshot shows the website's layout with several sections:

- ACTUS RÉCENTES**: Includes a photo of a parent and child, and a section titled "BONNES NOUVELLES POUR LES PARENTS D'ENFANT SOURD OU MALENTENDANT." with a sub-section "L'école des Parents d'enfants sourds ou malentendants vous accompagne !".
- BIENVENUE SUR LE SITE DES PARENTS PARISIENS**: A central welcome message with a "Déconnexion" button and a "À VOS AGENDAS !" section for "Le harcèlement scolaire" on 9 NOVEMBRE 2019 À 16:00.
- ACTUALITÉS**: A section titled "DE NOUVEAUX ARTICLES DISPONIBLES DANS NOS FICHES PRATIQUES" with a "créez votre compte!" link.
- VOS PROCHAINS ÉVÉNEMENTS**: A list of upcoming events, including "LE HARCELEMENT SCOLAIRE 15EME" and "FILLE / GARÇON : QUELLE ÉDUCATION ? 15EME".

**Parents**  
PARISIENS

[www.parents-parisiens.fr](http://www.parents-parisiens.fr)

# Toutes ces actions sont gratuites

Elles répondent à la consultation menée par la Ville de Paris à l'automne 2015 auprès de plus de 2000 familles parisiennes pour identifier leurs préoccupations, leurs attentes et leurs propositions dans l'exercice de leur fonction parentale. L'un des principaux souhaits exprimés était de pouvoir disposer d'espaces informels d'échanges, de conseil et de services entre parents.

Dans ce cadre, le projet  porté par l'EPE-IDF pour :

« Développer les échanges entre parents et réseaux de pairs » a été retenu et fait partie des nouveaux projets associatifs innovants construits pour et par les parents.

## Renseignements : [parents-parisiens@epe-idf.com](mailto:parents-parisiens@epe-idf.com)

### VOS RENDEZ-VOUS DE JANVIER

 **22 JANV.** LA GESTION DES ÉCRANS – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Olivier VIOT, expert en usages numériques Date : Samedi 22 janvier 2022. ...

### VOS RENDEZ-VOUS DE FÉVRIER

 **5 FEVR.** AVOIR CONFIANCE EN SOI, PAS FACILE A L'ÉCOLE... – 18EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Maryline GAROT-SCÉLIN, consultante, coach et art thérapeute Date : Samedi 5 février. ...

 **9 FEVR.** LES ÉCRANS – 20EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Mercredi 9 février 2022. ...

 **12 FEVR.** POSER DES LIMITES ET SAVOIR DIRE NON – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Deborah HERZ, consultante en parentalité, praticienne en articulation ego et conscience Date : ...

 **12 FEVR.** AVOIR CONFIANCE EN SOI ? PAS FACILE A L'ÉCOLE... – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Sara BIASETTO, psychologue clinicienne. Date : Samedi 12 février 2022 de 10h30. ...

### VOS RENDEZ-VOUS DE MARS

 **12 MARS.** LA PLACE DE CHACUN DANS LA FAMILLE – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Sara BIASETTO, psychologue clinicienne. Date : Samedi 12 mars 2022 de 10h30. ...

 **21 MARS.** LE BURN OUT PARENTAL, COMMENT LE REPÉRER ? – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Lundi 21 mars 2022. ...

 **26 MARS.** LA GESTION DES ÉMOTIONS CHEZ LES TOUT-PETITS – 20EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Samedi 26 mars 2022. ...

 **26 MARS.** L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE CHEZ NOS ADOS – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Marie CANAVESIO, psychologue clinicienne. Date : Samedi 26 mars 2022 de 10h. ...

 **26 MARS.** SOMMEIL, ÉCRANS, ALIMENTATION, HYGIÈNE, QUEL ÉQUILIBRE ? – 18EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Samedi 26 mars 2022. ...

### VOS RENDEZ-VOUS DE AVRIL

 **6 AVRIL.** LES FAMILLES MONOPARENTALES – 20EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Mercredi 6 avril 2022. ...

 **9 AVRIL.** IL(ELLE) EST SCOTCHÉ DEVANT SON ÉCRAN, J'AI DU MAL A LE SUPPORTER – 18EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Mathilde DUCERF, psychologue clinicienne spécialisée dans les élèves à besoin éducatif particulier. ...

### VOS RENDEZ-VOUS DE MAI

 **9 MAI.** COMMENT FAIRE PARTICIPER LES ENFANTS AUX TÂCHES DE LA MAISON ? – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Lundi 9 mai 2022. ...

 **14 MAI.** SOMMEIL, ALIMENTATION, HYGIÈNE, ÉCRANS... QUEL ÉQUILIBRE ? – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Sara BIASETTO, psychologue clinicienne. Date : Samedi 14 mai 2022 de 10h30. ...

 **21 MAI.** LES 8/12 ANS : DÉJÀ ADOS, COMMENT CONSTRUIRE DES LIENS – 12EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Deborah HERZ, consultante en parentalité, praticienne en articulation ego et conscience Date : ...

 **21 MAI.** COMPRENDRE ET GÉRER LES COLÈRES DE SON ENFANT PAR LA COMMUNICATION NON VIOLENTE – 18EME  
Groupe d'échanges entre parents animé par Angélique LEFORT, consultante parentale et formatrice. Date : Samedi 21 mai 2022. ...



## DÉVELOPPER LES ÉCHANGES

### AGENDA

# 2022