

Le saviez-vous ?

L'EPE-IDF propose aux familles des consultations individuelles au sein de son Centre Médico-Psychologique.



Évoquez ce qui vous préoccupe

Soyez soutenu et guidé

Centre Médico-Psychologique de l'École des Parents et des Éducateurs d'Île-de-France

Le Centre Médico-Psychologique est un espace de consultations, gratuit, pour enfants, adolescents et adultes qui rencontrent des difficultés dans leur famille.

 Sur rendez-vous uniquement
Tél: 01 44 93 44 76
consultations@epe-idf.com
www.epe-idf.com

Gratuit
Non sectorisé

Uniquement sur rendez-vous

Tél : 01 44 93 44 76

<https://parents.epe-idf.com/cmp/consultations@epe-idf.com>

CAFÉ DE L'ÉCOLE DES PARENTS ET DES ÉDUCATEURS IDF

11, cité du Couvent
75011 PARIS

Inscription obligatoire

Tél : 01 44 93 44 84

Mail : cafedesparents@epe-idf.com

<https://parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/>



Ce dispositif est financé par :



5, Impasse Bon Secours
75543 PARIS CEDEX 11
01 44 93 44 88
epe@epe-idf.com
www.epe-idf.com



LA SANTÉ

L'AGENDA DES PARENTS

Des groupes d'échanges
des ateliers et des permanences

JANVIER - JUILLET 2021

CAFÉ DE L'ÉCOLE DES PARENTS ET DES ÉDUCATEURS IDF

Le sommeil et l'alimentation sont essentiels pour l'enfant et l'adolescent car ils lui permettent de bien se développer. Les parents, eux-mêmes confrontés à des inquiétudes, peuvent s'épuiser physiquement et psychologiquement. La maladie, le deuil peuvent parfois venir bouleverser les membres de la famille.

Des groupes d'échanges autour de problématiques comme l'alimentation, les écrans ou la maladie vous sont proposés au Café afin de partager vos difficultés et vos questions entre parents en présence d'un professionnel.

Inscription obligatoire



Le burn out parental Retrouver l'équilibre pour apprécier à nouveau son rôle de parent

Parfois être parent c'est épuisant. D'autant que nous avons d'autres sollicitations : le travail, la maison, le couple, l'entourage... Lorsque les batteries sont à plat, comment se sortir de cette situation ? Comment comprendre cette spirale du quotidien ? Quelles pistes envisager ?

Samedi 6 mars
10h30 - 12h30

Échange - Gratuit

Les troubles du comportement alimentaire

*En partenariat avec
l'association ENFINE*

Les mardi 12 et 26 janvier, 9 février,
2, 16 et 30 mars, 13 avril,
4 et 18 mai, 1^{er}, 15 et 29 juin
18h30 - 20h

Échange - 5 €

Accessibilité en visio

La violence dans notre quotidien Quel impact sur les enfants ?

Samedi 20 février
14h30 - 16h30

Échange - Gratuit

Les écrans sont partout ! Comment les maîtriser et composer avec eux ?

Vendredi 11 juin
10h30 - 12h30

Échange - Gratuit

Grands-parents Composer avec ses limites

En partenariat avec
l'association UNAFAM

Mardi 13 avril
14h30 - 16h30

Échange - 5 €

Nos ados face aux écrans

Mardi 19 janvier
14h30 - 16h30

Échange - Gratuit

Souffrance scolaire

Mercredi 13 janvier
14h30 - 16h30

Échange - Gratuit

Les grands-parents face aux liens de leurs enfants adultes avec le membre de la fratrie vivant avec des troubles psychiques et devenu parent

En partenariat avec
l'association UNAFAM

Mardi 26 janvier
14h30 - 16h30

Échange - 5 €