

CAFÉ

DE L'ÉCOLE DES PARENTS
ET DES ÉDUCATEURS IDF

PROGRAMME

Groupes d'échanges
Ateliers
Permanences

Le Café des Parents vous propose de vous accompagner dans l'aventure de la parentalité. Ici, pas de recettes toutes faites ni de mode d'emploi, juste quelques grands repères, de l'échange et de la convivialité.

SEPTEMBRE - DÉCEMBRE
2022



SOMMAIRE

01

TOUT PETITS

02

PARENTS D'ENFANTS

03

PARENTS D'ADOS

04

PARENTS D'AUJOURD'HUI

05

QUESTION DE SANTÉ

06

QUESTION D'ÉCOLE

07

VIVRE ENSEMBLE

08

QUESTION DE DROITS

09

AGENDA

01

TOUT PETITS

Dès son arrivée le nouveau-né sollicite de façon quasi permanente ses parents. Peu à peu, ceux-ci apprennent à décoder ses signaux et à le rassurer. Ils peuvent parfois être traversés par des sentiments contradictoires, de ras-le-bol et d'interrogations, et se sentir dépassés.

Est-ce que je fais ce qu'il faut pour mon enfant ? Est-ce que je suis un bon parent ? Pourquoi mon enfant se comporte ainsi ? Lors de ces échanges, vous trouverez une écoute, des ressources, des pistes qui vous aideront à trouver vos réponses.

sur inscription

Café poussette



Parce que dans les premiers temps de sa vie, bébé nous accompagne partout, nous vous proposons des « Cafés Poussette » pour échanger entre parents dans un lieu adapté aux tout-petits.

Les bébés de 0 à 3 ans y seront accueillis avec leurs parents et pourront crapahuter à leur guise sous leur surveillance ou bien rester lovés dans leurs bras le temps de l'échange.

*Ces « Café poussette » auront lieu dans les locaux de notre LAEP : La Maison Ouverte
164, boulevard Voltaire - 75011 PARIS*

TOUT PETITS

Échanges - participation libre
« Cafés poussette »



Ces « Cafés poussette » auront lieu dans les locaux
de notre LAEP : **La Maison Ouverte**
164, boulevard Voltaire - 75011 PARIS

Thème libre

Vendredi 23 septembre
10h - 12h

Le sommeil de mon tout-petit

Mercredi 5 octobre
10h - 12h

Thème libre

Mercredi 19 octobre
10h - 12h

Les pleurs et colères des enfants

Mercredi 16 novembre
10h - 12h

Thème libre

Vendredi 25 novembre
10h - 12h

Accompagner son enfant vers l'acquisition de la propreté

Vendredi 2 décembre
10h - 12h

Échanges - participation libre

Le développement du langage dans la famille

Samedi 5 novembre
10h - 12h

02

PARENTS D'ENFANTS

Votre enfant a grandi. Il commence à exprimer ses émotions, à les nuancer et à s'affirmer davantage. Les apprentissages spontanés ou sollicités se multiplient et les situations de socialisation se diversifient. L'autonomie de votre enfant se développe et ses capacités d'interaction avec le milieu extra-familial aussi. Ces nouvelles opportunités d'épanouissements peuvent être source de questionnement pour les parents : Que faire du « non » de l'enfant ? Quelle place donner aux écrans dans la vie de son enfant ? Comment aménager au mieux son environnement ? Et lorsque qu'on est épuisé, comment se ressourcer ?

Voici quelques-uns des sujets que nous vous proposons d'aborder en cette rentrée 2022 !

sur inscription

PARENTS D'ENFANTS

Échanges - participation libre

Le « non » de l'enfant, comment l'accueillir comment y répondre ?

Mercredi 14 septembre

14h30 - 16h30

Les écrans dans la vie de l'enfant (3 à 5 ans)

Mercredi 5 octobre

14h30 - 16h30

10/12 ans, déjà adolescent ?

Samedi 15 octobre

14h30 - 16h30

Montessori à la maison (3 à 6 ans)

Samedi 3 décembre

14h30 - 16h30

Parents épuisés, venez vous ressourcer !

Mercredi 7 décembre

14h30 - 16h30

03

PARENTS D'ADOS

L'adolescence est une étape souvent mouvementée, et difficile, pour le jeune et pour ses parents : rébellion, mensonge, repli sur soi, humeur changeante, incompréhension...

Comment surmonter cette période ? Comment exercer l'autorité parentale sans empêcher l'adolescent d'acquérir l'autonomie à laquelle il aspire et qui est nécessaire à son développement ?

Partageons nos expériences et cherchons des pistes pour baisser le niveau de tension et passer le cap !

sur inscription

PARENTS D'ADOS

Échanges - participation libre

L'adolescence de nos jours

Samedi 1^{er} octobre
14h30 - 16h30

10/12 ans, déjà adolescent ?

Samedi 15 octobre
14h30 - 16h30

Les conduites à risques à l'adolescence

Mardi 25 octobre
18h30 - 20h30

Ateliers - participation libre

Mon ado me provoque, comment réagir ?

Mardi 6 septembre
Mardi 20 septembre
Mardi 4 octobre
Mardi 18 octobre
Mardi 15 novembre
Mardi 22 novembre (18h-20h)
Mardi 13 décembre
18h30 - 20h30

Stage - 10 € les deux sessions

Stage jeunes confiance en soi

Deux sessions obligatoires

Mercredi 26 octobre
10h30 - 12h30
et
13h30 - 15h30

Salon pour les parents d'ados

SAMEDI 19 NOVEMBRE

10h - 10h15

Présentation

Associations Quokka et EPE-IDF

10h15 - 17h30

Stands associations,
informations ressources, flyers...

10h30 - 12h

Conférence

Emmanuelle PIQUET

13h - 14h

Écriture créative

Marielle KALAMBOUSSIS

14h15 - 15h45

Table ronde autour des risques
à l'adolescence

Parfois mon ado me fait peur !

16h - 17h30

Ciné-débats

Projections de courts métrages

DIMANCHE 20 NOVEMBRE

10h15 - 17h30

Stands associations,
informations ressources, flyers...

10h15 - 12h

Théâtre forum

Laisse moi, je gère !

13h - 14h

Atelier Sophrologie

14h15 - 15h45

Table ronde autour des apprentissages
et de l'orientation

Apprendre et s'orienter pour trouver
sa place

04

PARENTS D'AUJOURD'HUI

Être parents dans un monde qui évolue sans cesse peut parfois devenir compliqué.

Comment ménager travail, vie de famille, couple, vie sociale ? Tout cela en se gardant une place pour soi ? Si de nouvelles manières d'être parents émergent, certaines questions ont toujours existé : le rapport des enfants dans la fratrie, l'enfant que l'on a été, l'éducation que l'on a reçue.

Nous vous proposons de venir échanger avec des professionnels et entre parents sur ces questions.

sur inscription

Échanges - participation libre

Cycle Parents solos

Être à l'écoute de ses besoins en tant que parent

Samedi 17 septembre

Accueillir ses émotions en tant que parent

Samedi 15 octobre

Répondre à ses besoins
et accueillir les émotions de son enfant

Samedi 12 novembre

Maintenir le lien avec son enfant
même dans les moments difficiles

Samedi 26 novembre

Bilans et perspectives

Samedi 7 janvier 2023

14h30 - 17h

Les usages numériques au sein de la famille

Samedi 17 septembre

10h - 12h

Mardi 11 octobre

18h30 - 20h30

Être parent d'un enfant adopté

Association *Ligaré l'Arbre Vert*

Samedi 24 septembre

Samedi 15 octobre

Samedi 26 novembre

10h - 12h

LE SAVIEZ-VOUS ?

Vous avez des difficultés avec votre enfant ?
Du mal à gérer les relations dans le couple,
la famille, avec les grands-parents ou
l'école ? Vous avez peur d'être jugé(e) ?

Sur **Inter Service Parents**
des professionnels vous écoutent, vous
conseillent et vous orientent de manière
anonyme et confidentielle.

01 44 93 44 93

Lundi, mardi, jeudi et vendredi
De 9h à 13h et de 14h à 18h

05

QUESTION DE SANTÉ

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.

sur inscription

QUESTION DE SANTÉ

Échanges - 5 €

Les troubles du comportement alimentaire

*En partenariat avec
l'association ENFINE*

Les mardi 6 et 20 septembre,
4 et 18 octobre, 8 et 22 novembre
6 et 20 décembre
18h30 - 20h

Être grand-parent lorsque notre enfant qui vit avec un trouble psychique est devenu parent à son tour ?

Mardi 4 octobre
(point juridique)

Mardi 22 novembre
14h30 - 16h30

EN VISIO

Le saviez-vous ?

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

Gratuit
Non sectorisé
Uniquement sur rendez-vous

01 44 93 44 76

[https://parents.epe-idf.com/cmp/
consultations@epe-idf.com](https://parents.epe-idf.com/cmp/consultations@epe-idf.com)

ÉCOLE DES PARENTS D'ENFANTS SOURDS ET MALENTENDANTS

Échanges - ateliers
participation libre



*En partenariat avec
la Fondation pour l'audition*

Dates : nous contacter

**À la découverte
de mon enfant sourd**

**Choix de la langue LfPC
(Langue Française Parlée Complétée)**

**Choix de la langue LSF
(Langue des Signes Française)**

**Je suis parent d'enfant sourd
mais parent avant tout**

06

QUESTION D'ÉCOLE

Les questions scolaires préoccupent autant les parents que les jeunes directement concernés : choix d'orientation, problèmes d'apprentissage, de comportement, démotivation, décrochage, difficultés relationnelles famille-école...

Nous vous proposons donc des échanges entre parents sur ces questions.

Nous vous proposons également des entretiens individuels avec votre enfant à partir de 10 ans, pour faire le point sur ses difficultés mais aussi ses points forts, ses motivations et préoccupations.

La consultante en orientation recevra de préférence les adolescents et jeunes adultes seuls afin de proposer un espace dédié à l'élaboration de leur projet d'orientation scolaire et professionnel.

sur inscription



Échanges - 6 €

La phobie scolaire

En partenariat avec
l'association **Phobie scolaire.org**

*Ils ne sont ni paresseux, ni « décrocheurs d'école »
mais ne peuvent plus se rendre en cours
parce qu'ils ressentent une angoisse terrible
liée à l'établissement (école, collège, lycée, fac)
et à l'environnement scolaire.*

Samedi 1^{er} octobre
Samedi 10 décembre
10h30 - 12h30

Échanges - participation libre

C'est la rentrée ! Comment accompagner son adolescent à devenir autonome ?

Samedi 8 octobre
10h30 - 12h30

Mon jeune décroche, il est démotivé en cours. Comment l'aider à trouver une orientation qui lui corresponde ?

Samedi 3 décembre
10h30 - 12h30



QUESTION D'ÉCOLE

Atelier - 5 €

Comment accompagner son enfant ou adolescent dans sa scolarité

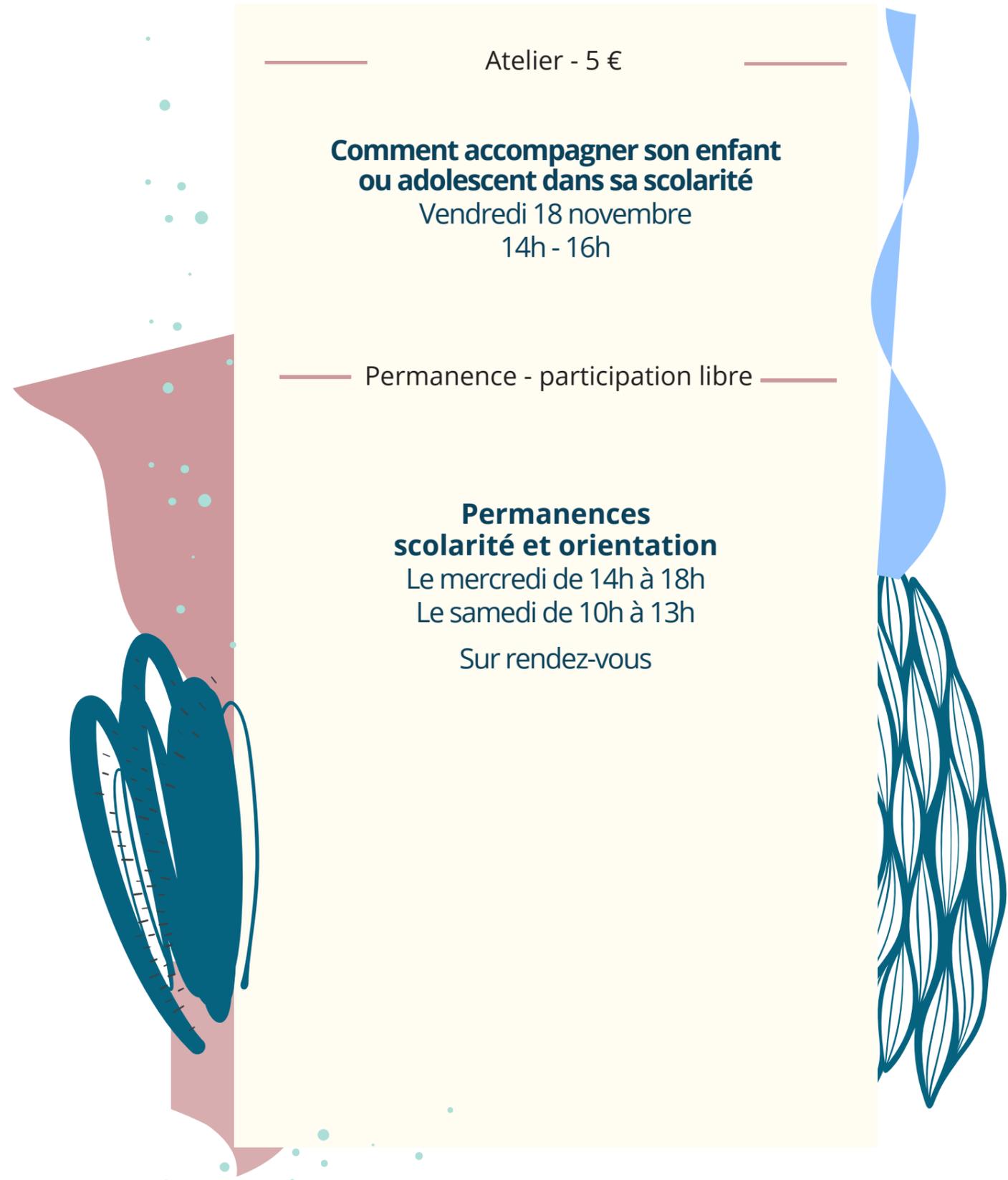
Vendredi 18 novembre
14h - 16h

Permanence - participation libre

Permanences scolarité et orientation

Le mercredi de 14h à 18h
Le samedi de 10h à 13h

Sur rendez-vous



Le saviez-vous ?

L'EPE-IDF gère la ligne téléphonique du

30 20

**Dispositif national gratuit
de prévention et de lutte
contre le harcèlement scolaire**

ouvert du lundi au vendredi de 9h à 20h
et le samedi de 9h à 18h

NON AU HARCÈLEMENT

NonAuHarcèlement.education.gouv.fr

3020 Service & appel
gratuits *

* Ouvert du lundi au vendredi
de 9h à 20h
et le samedi de 9h à 18h

07

VIVRE ENSEMBLE

Quand l'organisation ne nous permet plus de nous rencontrer, de discuter, quand les bons moments se font rares, comment retrouver des moments de complicité en famille ? Comment échanger ensemble sans que la discussion tourne au vinaigre ?

Nous vous proposons plusieurs échanges et ateliers afin de découvrir et de réfléchir à de nouvelles manières de façonner et de comprendre les relations dans la famille.

sur inscription

Atelier - participation libre

**Intelligence émotionnelle
et communication non violente**

Initiation

Samedi 17 septembre
et Samedi 24 septembre
14h30 - 16h30

Mise en pratique

Samedi 10 septembre
Samedi 24 septembre
Samedi 8 octobre
Samedi 22 octobre
Samedi 12 novembre
Samedi 19 novembre
Samedi 10 décembre
10h - 12h30

08

QUESTION DE DROITS

Nous vous proposons de rencontrer des avocates bénévoles spécialistes du droit de la famille pour répondre à vos questions concernant les démarches juridiques et administratives à effectuer.

Elles pourront répondre à vos problématiques individuelles lors des permanences et des échanges proposés.

sur rendez-vous
sans les enfants

QUESTION DE DROITS

Maître Sourisseau Le mardi 17h30 - 19h30

Mardi 6 septembre
Mardi 4 octobre
Mardi 8 novembre
Mardi 6 décembre

Maître Massain Le mardi 18h30 - 20h30

Mardi 27 septembre
Mardi 25 octobre
Mardi 29 novembre
Mardi 20 décembre

Maître Dutour Le mercredi 16h - 18h

Mercredi 14 septembre
Mercredi 12 octobre
Mercredi 2 novembre

Maître Lucien Le samedi 10h30 - 12h30

Samedi 24 septembre
Samedi 15 octobre
Samedi 19 novembre
Samedi 10 décembre

AGENDA EN BREF

TOUT PETITS

Thème libre
Le sommeil de mon tout-petit
Thème libre
Le développement du langage
Les pleurs et les colères
Thème libre
Accompagner son enfant
vers l'acquisition de la propreté

Vendredi 23 septembre	10h - 12h
Mercredi 5 octobre	10h - 12h
Mercredi 19 octobre	10h - 12h
Samedi 5 novembre	10h - 12h
Mercredi 16 novembre	10h - 12h
Vendredi 25 novembre	10h - 12h
Vendredi 2 décembre	10h - 12h

PARENTS D'ENFANTS

Le « non » de l'enfant
Les écrans dans la vie de l'enfant
(3-5 ans)
Montessori à la maison
Parents épuisés,
venez vous ressourcer !

Mercredi 14 septembre	14h30 - 16h30
Mercredi 5 octobre	14h30 - 16h30
Samedi 3 décembre	14h30 - 16h30
Mercredi 7 décembre	14h30 - 16h30

PARENTS D'ADOS

Mon ado me provoque,
comment réagir ?

Mardi 6 septembre	18h30 - 20h30
Mardi 20 septembre	18h30 - 20h30
Mardi 4 octobre	18h30 - 20h30
Mardi 18 octobre	18h30 - 20h30
Mardi 15 novembre	18h30 - 20h30
Mardi 29 novembre	18h30 - 20h30
Mardi 13 décembre	18h30 - 20h30

L'adolescence de nos jours
10/12 ans, déjà adolescent ?
Les conduites à risques
à l'adolescence
Stage jeune confiance en soi

Samedi 1 ^{er} octobre	14h30 - 16h30
Samedi 15 octobre	14h30 - 16h30
Mardi 25 octobre	18h30 - 20h30
Mercredi 26 octobre	10h30 - 12h30 13h30 - 15h30

PARENTS D'AUJOURD'HUI

Cycle parents solos

Samedi 17 septembre 14h30 - 17h

Samedi 15 octobre 14h30 - 17h

Samedi 12 novembre 14h30 - 17h

Samedi 26 novembre 14h30 - 17h

Samedi 7 janvier 2023 14h30 - 17h

Samedi 17 septembre 10h - 12h

Mardi 11 octobre 18h30 - 20h30

Samedi 24 septembre 10h - 12h

Samedi 15 octobre 10h - 12h

Samedi 26 novembre 10h - 12h

Les usages numériques

au sein de la famille

Être parents d'un enfant adopté

QUESTION DE SANTÉ

**Être grand-parents lorsque nos enfants
qui vivent avec un trouble psychique
sont parents à leur tour ?**

Point juridique (VISIO)

Échange avec un psychologue (VISIO)

Mardi 4 octobre 14h30 - 16h30

Mardi 22 novembre 14h30 - 16h30

**Les troubles du comportement
alimentaire**

Mardi 6 septembre 18h30 - 20h

Mardi 20 septembre 18h30 - 20h

Mardi 4 octobre 18h30 - 20h

Mardi 18 octobre 18h30 - 20h

Mardi 8 novembre 18h30 - 20h

Mardi 22 novembre 18h30 - 20h

Mardi 6 décembre 18h30 - 20h

Mardi 20 décembre 18h30 - 20h

QUESTION D'ÉCOLE

La phobie scolaire

Samedi 1^{er} octobre 10h30 - 12h30

Samedi 10 décembre 10h30 - 12h30

**C'est la rentrée ! Comment accompagner
son adolescent à devenir autonome**

Samedi 8 octobre 10h30 - 12h30

**Comment accompagner son enfant
ou adolescent dans sa scolarité**

Vendredi 18 novembre 14h - 16h

Mon jeune décroche, il est démotivé

**Comment l'aider à trouver une
orientation qui lui corresponde**

Samedi 3 décembre 10h30 - 12h30

VIVRE ENSEMBLE

**Intelligence émotionnelle
et communication non violente
(Initiation)**

Samedi 17 septembre 14h30 - 16h30
et Samedi 24 septembre 14h30 - 16h30

**Intelligence émotionnelle
et communication non violente
(Mise en pratique)**

Samedi 10 septembre 10h - 12h30
Samedi 24 septembre 10h - 12h30
Samedi 8 octobre 10h - 12h30
Samedi 22 octobre 10h - 12h30
Samedi 12 novembre 10h - 12h30
Samedi 19 novembre 10h - 12h30
Samedi 10 décembre 10h - 12h30

CAFÉ

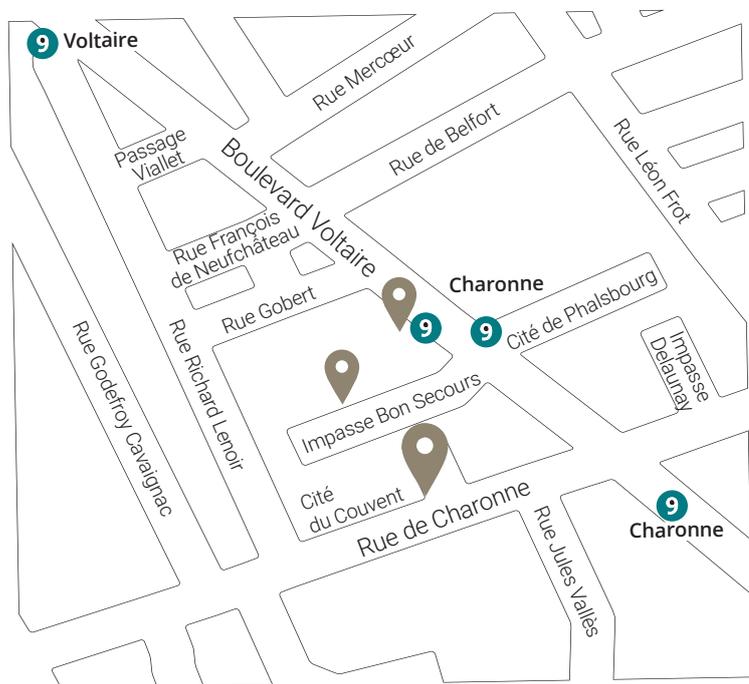
DE L'ÉCOLE DES PARENTS ET DES ÉDUCATEURS IDF

11, cité du Couvent
75011 PARIS
Sur inscription

01 44 93 44 84

Le mardi de 14h à 21h
Le mercredi de 14h à 18h
Le vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18h
Le samedi de 10h à 13h et de 14h à 18h

Mail : cafedesparents@epe-idf.com
parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/



Soutenez notre association ! En faisant un don, vous nous aidez à développer de nouveaux projets pour le soutien à la parentalité.



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

Ce dispositif est financé par :

