

# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE JANVIER 2025

|                     |             |   |
|---------------------|-------------|---|
| Vendredi 10 janvier | 10h/12h     | <b>Comment réussir à trouver du temps pour soi ?</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants   |
| Samedi 11 janvier   | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Samedi 11 janvier   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €   |
| Samedi 11 janvier   | 10h30/12h30 | <b>Quels sont les besoins de mon enfant et comment y répondre au mieux ?</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Samedi 11 janvier   | 14h30/16h30 | <b>Comment préparer au mieux l'arrivée de l'enfant ?</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Mercredi 15 janvier | 16h/18h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Jeudi 16 janvier    | 18h30/20h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Jeudi 16 janvier    | 18h30/20h30 | <b>Être parent d'un enfant sourd : que faire ?</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit  |
| Jeudi 16 janvier    | 20h/22h     | <b>Adolescence : autonomie et limites</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit   |
| Vendredi 17 janvier | 10h/12h     | <b>Comment préserver le couple à l'arrivée de bébé ? - Échange n° 1</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                      |
| Samedi 18 janvier   | 10h30/12h   | <b>Permanence parentalité et filiation adoptives</b><br>Gratuit - Association "LIGARÉ L'ARBRE VERT"   |
| Samedi 18 janvier   | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique pour les victimes de violences intrafamiliales</b><br>Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"   |
| Samedi 18 janvier   | 10h30/12h30 | <b>Comment identifier les difficultés de mon enfant et l'accompagner pour lui permettre de les affronter ?</b><br>Groupe d'échange gratuit                        |
| Samedi 18 janvier   | 15h/17h     | <b>Développement des CPS - Petit voyage au cœur des Compétences Psycho-Sociales (CPS)</b><br>Atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"                    |
| Vendredi 24 janvier | 10h/12h     | <b>Comment préserver le couple à l'arrivée de bébé ? - Échange n° 2</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                      |
| Samedi 25 janvier   | 10h30/12h30 | <b>Comment créer sa présence digitale (Instagram) pour les victimes de violences intrafamiliales ?</b><br>VISIO atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT" |
| Mercredi 29 janvier | 20h/21h30   | <b>Comment supporter la coparentalité et interagir avec une personnalité toxique ?</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"      |
| Jeudi 30 janvier    | 18h/20h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |



164, boulevard Voltaire – 75011 PARIS  
Sur inscription 01 44 93 44 84  
[cafedesparents@epe-idf.com](mailto:cafedesparents@epe-idf.com)  
[parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/](https://parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/)

En partenariat avec :



# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE FÉVRIER 2025

|                     |             |   |
|---------------------|-------------|---|
| Samedi 1 février    | 10h/12h     | <b>La communication non violente : un outil pour désamorcer les conflits</b><br>Atelier - 5 €   |
| Samedi 1 février    | 10h30/12h30 | <b>Être parent d'un enfant ou jeune en phobie scolaire</b><br>Groupe d'échange - 6 € - Association "PHOBIE SCOLAIRE"                      |
| Samedi 1 février    | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €   |
| Samedi 1 février    | 14h30/16h30 | <b>Comment accompagner mon enfant progressivement vers l'autonomie tout en maintenant un cadre sécurisant</b><br>Groupe d'échange gratuit |
| Samedi 1 février    | 14h30/16h30 | <b>Accompagner mon enfant dans les premiers pas d'usage autonome des outils numériques</b><br>Groupe d'échange gratuit                    |
| Mercredi 5 février  | 16h/18h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Vendredi 7 février  | 10h/12h     | <b>Le développement du langage chez l'enfant</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                     |
| Samedi 8 février    | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Samedi 8 février    | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique pour les victimes de violences intrafamiliales</b><br>Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"                   |
| Samedi 8 février    | 15h/17h     | <b>Développement des CPS - Décodage des comportements inappropriés</b><br>Atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"               |
| Jeudi 13 février    | 18h/20h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Jeudi 13 février    | 20h/22h     | <b>L'adolescence : comment traverser cette période et préserver le lien ?</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit                         |
| Vendredi 14 février | 10h/12h     | <b>Sommeil du tout petit / sommeil de parent</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                     |
| Mercredi 26 février | 20h/21h30   | <b>Préparation aux expertises psychologiques</b><br>VISIO - Groupe d'échange gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"                    |
| Jeudi 27 février    | 18h30/20h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |

# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE MARS 2025

|                 |             |   |
|-----------------|-------------|---|
| Samedi 1 mars   | 10h30/12h30 | <b>Comment sortir du stress des devoirs ?</b><br>Groupe d'échange gratuit   |
| Samedi 1 mars   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €   |
| Mercredi 5 mars | 16h/18h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Vendredi 7 mars | 10h/12h     | <b>Colères, cris, pleurs : comment traverser ces moments de crise entre émotions de son enfant et ses propres émotions de parent ?</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                     |
| Samedi 8 mars   | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Samedi 8 mars   | 10h30/12h30 | <b>Sensibiliser les parents aux risques de surexposition des jeunes enfants aux écrans interactifs</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Samedi 8 mars   | 10h30/12h30 | <b>Comment accueillir et mieux vivre les émotions de mon enfant ?</b><br>Groupe d'échange gratuit   |
| Samedi 8 mars   | 14h30/16h30 | <b>Trouver du soutien dans les moments émotionnellement ou physiquement éprouvants</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Mardi 11 mars   | 14h/16h     | <b>Comment apaiser les colères et les frustrations de notre petit enfant (de la petite enfance jusqu'à 10 ans) dont le parent a des difficultés de santé mentale ?</b><br>VISIO - Groupe d'échange - 5 € - Association "UNAFAM" |
| Jeudi 13 mars   | 18h/20h     | <b>Comment parler à mon adolescent ?</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Jeudi 13 mars   | 18h30/20h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Jeudi 13 mars   | 20h/22h     | <b>Le harcèlement : comment le détecter et réagir ?</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit   |
| Samedi 15 mars  | 10h30/12h   | <b>Permanence parentalité et filiation adoptives</b><br>Gratuit - Association "LIGARÉ L'ARBRE VERT"   |
| Samedi 15 mars  | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique pour les victimes de violences intrafamiliales</b><br>Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"   |
| Samedi 15 mars  | 14h30/16h30 | <b>Les risques à l'adolescence : en parler ou pas avec son ado ?</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Samedi 15 mars  | 15h/17h     | <b>Développement des CPS - Gestion des émotions</b><br>Atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"  |

# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE MARS 2025 (suite)

|                  |             |   |
|------------------|-------------|---|
| Vendredi 21 mars | 10h/12h     | <b>Accompagner son enfant vers l'acquisition de la propreté</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                              |
| Samedi 22 mars   | 10h30/12h30 | <b>Comment créer sa présence digitale (Instagram) pour les victimes de violences intrafamiliales ?</b><br>VISIO atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT" |
| Mercredi 26 mars | 20h/21h30   | <b>Reconnaître une personnalité perverse</b><br>VISIO - Groupe d'échange - Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"  |
| Jeudi 27 mars    | 18h/20h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Samedi 29 mars   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €   |
| Samedi 29 mars   | 10h30/12h30 | <b>L'adolescence : c'est quoi au juste ?</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Samedi 29 mars   | 14h/16h     | <b>TDAH, dys, comment faire à la maison ?</b><br>Atelier - 5 €  |
| Samedi 29 mars   | 14h30/16h30 | <b>Jalousie et rivalité au sein de la fratrie</b><br>Groupe d'échange gratuit   |

# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS D'AVRIL 2025

|                   |             |  |
|-------------------|-------------|--|
| Mercredi 2 avril  | 16h/18h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit  |
| Samedi 5 avril    | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit  |
| Samedi 5 avril    | 10h30/12h30 | <b>Être parent d'un enfant ou jeune en phobie scolaire</b><br>Groupe d'échange - 6 € - Association "PHOBIE SCOLAIRE"               |
| Samedi 5 avril    | 14h30/16h30 | <b>Sensibiliser les parents au harcèlement scolaire dès l'entrée au CP</b><br>Groupe d'échange gratuit                             |
| Mercredi 9 avril  | 10h/12h     | <b>Les alternatives aux écrans pour les enfants (0-6 ans)</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants |
| Jeudi 10 avril    | 18h/20h     | <b>Adolescence et conflits avec les parents</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Jeudi 10 avril    | 18h30/20h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit  |
| Jeudi 10 avril    | 20h/22h     | <b>Les comportements de notre enfant qui font monter notre colère</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit                          |
| Samedi 12 avril   | 10h/12h     | <b>La communication non violente : un outil pour désamorcer les conflits</b><br>Atelier - 5 €                                      |
| Samedi 12 avril   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €  |
| Mercredi 16 avril | 20h/21h30   | <b>Comment aider au mieux les enfants ?</b><br>VISIO - Groupe d'échange gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"                  |
| Jeudi 24 avril    | 18h/20h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit  |
| Jeudi 24 avril    | 20h/22h     | <b>Développement et besoins du tout petit au jeune enfant</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit                                  |
| Samedi 26 avril   | 10h30/12h30 | <b>Se préparer et préparer mon enfant à l'entrée en petite section de maternelle</b><br>Groupe d'échange gratuit                   |

# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE MAI 2025

|                 |             |   |
|-----------------|-------------|---|
| Samedi 3 mai    | 10h30/12h30 | <b>Céder, tenir bon ? Mon ado me provoque, comment réagir ?</b><br>Groupe d'échange gratuit                       |
| Samedi 10 mai   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €                         |
| Mercredi 14 mai | 16h/18h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Vendredi 16 mai | 10h/12h     | <b>L'éducation, l'entourage et nous</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants      |
| Mercredi 21 mai | 20h/21h30   | <b>Analyse des dessins d'enfants</b><br><b>VISIO</b> - Groupe d'échange gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT" |
| Jeudi 22 mai    | 18h30/20h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Vendredi 23 mai | 10h/12h     | <b>Parents solos</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                         |
| Samedi 24 mai   | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Samedi 24 mai   | 10h30/12h   | <b>Permanence parentalité et filiation adoptives</b><br>Gratuit - Association "LIGARÉ L'ARBRE VERT"               |
| Samedi 24 mai   | 10h30/12h30 | <b>Permanence Protéger l'enfant</b><br>Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"                                  |
| Samedi 24 mai   | 15h/17h     | <b>Développement des CPS - L'encouragement</b><br>Atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"               |
| Samedi 31 mai   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €                         |
| Samedi 31 mai   | 14h30/16h30 | <b>Être parent à l'ère du numérique</b><br>Groupe d'échange gratuit   |



164, boulevard Voltaire – 75011 PARIS  
Sur inscription 01 44 93 44 84  
[cafedesparents@epe-idf.com](mailto:cafedesparents@epe-idf.com)  
[parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/](https://parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/)

En partenariat avec :



# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE JUIN 2025

|                  |             |   |
|------------------|-------------|---|
| Mardi 3 juin     | 14h/16h     | <b>Comment appréhender les relations avec les services sociaux ?</b><br>VISIO - Groupe d'échange - 5 € - Association "UNAFAM"                       |
| Jeudi 5 juin     | 18h/20h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Jeudi 5 juin     | 18h/20h     | <b>Maintenir la relation avec mon ado</b><br>Groupe d'échange gratuit   |
| Jeudi 5 juin     | 20h/22h     | <b>La période d'opposition autour des 2 ans : le terrible Two</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit   |
| Vendredi 6 juin  | 10h/12h     | <b>Vivre mon corps après la grossesse</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                                      |
| Samedi 7 juin    | 10h30/12h30 | <b>Être parent d'un enfant ou jeune en phobie scolaire</b><br>Groupe d'échange - 6 € - Association "PHOBIE SCOLAIRE"                                |
| Samedi 7 juin    | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €   |
| Samedi 7 juin    | 10h30/12h30 | <b>La charge mentale des parents : comment ne pas se laisser submerger ?</b><br>Groupe d'échange gratuit  |
| Samedi 7 juin    | 14h30/16h30 | <b>Comment décoder les pleurs de bébé ?</b><br>Groupe d'échange gratuit   |
| Jeudi 19 juin    | 18h30/20h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |
| Jeudi 19 juin    | 20h/22h     | <b>Comment accompagner mon enfant progressivement vers l'autonomie tout en maintenant un cadre sécurisant ?</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit |
| Vendredi 20 juin | 10h/12h     | <b>La diversification alimentaire de 4 mois à 3 ans</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants                        |
| Samedi 21 juin   | 10h/12h     | <b>La communication non violente : un outil pour désamorcer les conflits</b><br>Atelier - 5 €   |
| Samedi 21 juin   | 15h/17h     | <b>Alternative aux punitions et aux récompenses</b><br>VISIO groupe d'échange - Gratuit   |
| Mercredi 25 juin | 16h/18h     | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit   |



# CAFÉ DES PARENTS

DE L'ÉCOLE DES PARENTS  
ET DES ÉDUCATEURS IDF

Découvrez notre programme de groupe d'échange, Café poussette (groupe, d'échange avec les enfants de 0 à 3 ans), d'ateliers, de permanences, dans un lieu sécurisant et soutenant, en présence d'autres parents concernés par les mêmes préoccupations.

## VOS RENDEZ-VOUS DE JUIN 2025 (suite)

|                  |             |  |
|------------------|-------------|--|
| Mercredi 25 juin | 20h/21h30   | <b>Déterminer le profil de votre ex en fonction de ses mécanismes de défense</b><br>VISIO - Groupe d'échange gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT" |
| Samedi 28 juin   | 10h30/12h30 | <b>Permanence juridique gratuite (droit de la famille)</b><br>Gratuit  |
| Samedi 28 juin   | 10h30/12h30 | <b>Permanence Protéger l'enfant</b><br>Gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"   |
| Samedi 28 juin   | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours de la naissance à 8 ans</b><br>Atelier - 5 €  |
| Samedi 28 juin   | 15h/17h     | <b>Développement des CPS - Communication et écoute active</b><br>Atelier gratuit - Association "PROTÉGER L'ENFANT"                                     |

## VOS RENDEZ-VOUS DE JUILLET 2025

|                     |             |   |
|---------------------|-------------|---|
| Samedi 5 juillet    | 10h30/12h30 | <b>Initiation aux gestes de premiers secours (de la naissance à 8 ans)</b><br>Atelier - 5 €                           |
| Samedi 5 juillet    | 10h30/12h30 | <b>Mon décodeur à ado</b><br>Groupe d'échange gratuit   |
| Samedi 5 juillet    | 14h30/16h30 | <b>Harcèlement : comment le détecter et réagir ?</b><br>Groupe d'échange gratuit                                      |
| Vendredi 11 juillet | 10h/12h     | <b>Frère et sœur à l'arrivée d'un tout petit</b><br>Café Poussette - groupe d'échange gratuit en présence des enfants |



164, boulevard Voltaire – 75011 PARIS  
Sur inscription 01 44 93 44 84  
[cafedesparents@epe-idf.com](mailto:cafedesparents@epe-idf.com)  
[parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/](https://parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/)

En partenariat avec :

