

Pas si simple d'être PARENT




De septembre 2022 à mars 2023
A Cahors, Pradines, Luzech & Anglars

Les dates suivies d'un * proposent un
service de garderie gratuit,
réservation obligatoire :
<http://ressource-parent46.fr/>

CALENDRIER

*** LES ATELIERS PARENTS-ENFANTS ***

 **KIMOCHIS® 3-6 ans**, développement des compétences
socio-émotionnelles,


Le Bilboquet, Anglars-Juillac

Réservation obligatoire

Les mercredis à 14h :

21 sept : Comment les émotions fonctionnent avec Lovey

Dove 

5 oct : Joie, tristesse et colère avec Cloud 


19 oct : L'excitation et la frustration avec Huggtopus 

16 nov : L'exclusion et la timidité avec Bug 


23 nov : Les émotions curieuses et grincheuses avec Cat 


7 déc : Clé 1 : Obtenir l'attention de quelqu'un  

11 janv : Clé 2 : Prendre une voix qui parle 

25 janv : Clé 3 : Utiliser un visage et un corps qui
parlent 

8 fév : Clé 4 : Utiliser des mots qui aident 

15 fév : Clé 5 : Rejouer les moments difficiles 

 **RELAXATION EN FAMILLE**, techniques de massages en
binôme 1 parent + 1 enfant. Réservation obligatoire

Médiathèque, Pradines

Les mercredis à 14h30 :

21 sept : techniques d'aide au travail scolaire

16 nov : découverte réflexologie

7 déc : sommeil, anxiété, scolarité

18 janv : troubles de l'hiver

8 février : techniques d'aide au travail scolaire

15 mars : bien-être et croissance

Les samedis à 10h30 :

17 sept : troubles et maux de ventre

19 nov : troubles de l'hiver

21 janvier : découverte réflexologie

18 mars : thèmes à la demande

*** LA PERMANENCE FAMILLES & ADDICTIONS ***

   **Point d'accueil, écoute et conseil**

Un samedi matin sur 2 de septembre à mars

Sur RV 06 51 99 97 09

Cabinet Pluri-santé 46 à Pradines

*** LES CINES-DEBAT ***


 « L'odyssée de l'empathie »

Mardi 24 janvier à 18h30


Journée mondiale de l'éducation

Cinéma le grand Palais, Cahors


*** LES CONFERENCES DEBATS ***

 « Gestion de conflits 3-12 ans : comment l'adulte peut intervenir et quelles stratégies enseigner à l'enfant ? »

Samedi 1^{er} octobre à 14h
Salle Daniel Roques, Pradines*

 « Gestion de conflits spécial 0-3 ans : Ils se disputent tout le temps ! Ils ne veulent pas partager ! »


Samedi 22 octobre à 10h
Le Bilboquet, Anglars-Juillac*

 « Aider son enfant de 3 à 12 ans à s'affirmer : prévenir les situations de harcèlement scolaire »


Journée mondiale contre le harcèlement scolaire
Vendredi 18 novembre à 18h
Salle des mariages, Pradines*

 « Pourquoi avons-nous des relations difficiles avec nos enfants : 7 clés pour mieux communiquer »,


Samedi 10 décembre 14h
Salle des mariages, Pradines*

 « Vivre et grandir avec les écrans » (Balises 3,6,9,12+)


Mardi 10 janvier à 18h
Médiathèque, Cahors

 « Le cerveau des enfants : comment les neurosciences peuvent nous aider à arrêter de répéter 100 fois la même chose ! »


Samedi 14 janvier à 14h
Salle des mariages, Pradines*

 « Le sommeil de 0 à 6 ans : ce que nous apprennent les neurosciences »,

Samedi 28 janvier à 10h
Le Bilboquet, Anglars-Juillac*

 « Gestion de conflits : Aider son enfant de 3 à 12 ans à prendre en compte l'autre »

Samedi 11 Février à 14h
Salle des mariages, Pradines*

 « Les écrans et les tout-petits 0-6 ans »

Mercredi 15 mars à 14h
Le Bilboquet, Anglars-Juillac*

 « Comprendre la vie émotionnelle de l'enfant et gérer les crises »

Samedi 25 mars à 10h
Salle des mariages, Pradines*


*** LES ATELIERS DE PARENTS ***

 Atelier TEPAPO® « TEchniques de PARENTalité POSitive 0-12 ans »

2 dates au choix :
Lundi 14 novembre, 9h-18h
Vendredi 17 février, 9h-18h
Espace de co-working Luzech (10€ la journée, cahier inclus)

 « L'empathie à la maison »

2 dates :
Samedi 8 octobre à 14h, Salle Daniel Roques, Pradines*
Mercredi 1^{er} février à 14h, Salle des mariages, Pradines*

 Atelier FRERES & SŒURS & CIE « Gestion de conflits entre enfants 0-12 ans »

2 dates au choix :
Lundi 28 novembre, 9h-18h
Vendredi 10 mars, 9h-18h
Espace de co-working Luzech (10€ la journée, cahier inclus)

 « L'auto-empathie »

2 dates :
Samedi 3 décembre à 14h, Salle Daniel Roques, Pradines*
Mercredi 15 février à 14h, Salle des mariages, Pradines*