

Les thèmes principaux

5 exposés reprennent les points essentiels de l'éducation avec un regard chrétien.

- 1 GARDER A L'ESPRIT L'OBJECTIF FINAL**
Comprendre la transformation, Forger des relations solides.
- 2 COMBLER LES BESOINS DES ADOS**
Etablir une vraie communication, les 5 langages de l'amour.
- 3 FIXER LES LIMITES**
Avoir la juste autorité, stimuler la prise de responsabilité.
- 4 DEVELOPPER LEUR MATURITE**
Aider nos ados à dépasser leur colère, résoudre les conflits et gérer le stress.
- 5 LES AIDER A FAIRE LES BONS CHOIX**
Leur donner une vision à long terme.

Contactez-nous

L'adolescence est un temps de transformation :
Ce parcours est proposé pour vous parents,
Pour vous aider à accompagner vos ados.

Première Rencontre :
Le jeudi 12 janvier 2023 à 20 h
au Collège Cartannaz
62 Rue du Collège
25480 Pirey

Parcours organisé par
L'APEL en lien avec la pastorale des familles

Contacts :
Me Heyd : apel.cartannaz@gmail.com Me Garnier :
pastorale.familles@diocese-besancon.fr

VIVRE LA PLUS GRANDE AVENTURE



Parcours
Parents
11-18 ans

ETRE PARENTS,
ÇA S'APPREND !
www.parcoursalpha.fr/parents



ASSOCIATION COURS ALPHA FRANCE
5 rue de Mouzaïa
75019 Paris
Tel : 01 82 28 75 80



LE PARCOURS PARENTS

Le parcours Parents offre des outils pratiques pour élever ses enfants et construire une vie de famille saine.

Le parcours existe en 2 versions, une pour les parents d'enfants (0 à 10 ans) et l'autre pour ceux qui ont des adolescents.

Un parcours se déroule sur 5 rencontres de 2h30 ou 10 rencontres de 1h30.

Un moment convivial

Vous êtes accueillis autour d'un café ou d'une tisane et pouvez ainsi faire connaissance avec d'autres parents, discuter dans un cadre accueillant et amical.

Un thème de réflexion

Après le temps d'accueil, des parents bénévoles vous exposent un thème qu'ils illustrent de leurs témoignages et expériences de vie.

Un temps d'échanges en petits groupes

Enfin, des exercices pratiques et des temps d'échanges en petits groupes vous permettent de discuter des points qui ont été soulevés.

Témoignages

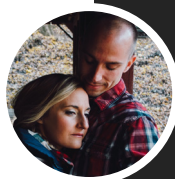
ILS ONT SUIVI LE PARCOURS



Jérôme

1 FILS DE 14 ANS

« Le parcours m'a aidé à savoir garder mon calme et mieux comprendre les colères de mon fils. »



David & Julia

1 FILS DE 13 ANS

« J'ai appris à être une maman sur le "tas". Ce parcours m'a permis de me reconcentrer sur les besoins réels de mes enfants et de persévérer lorsque je pose des limites. »



Hélène & Alain

1 FILLE DE 12 ANS - 1 FILS DE 15 ANS

« Nous y avons trouvé des moyens de communiquer efficacement avec nos enfants. »

Pour qui ?

OUVERT À TOUS

Les parcours Parents s'adressent à toute les personnes qui souhaitent être accompagnées dans leurs tâches éducatives et mettre en place de bonnes relations avec leurs enfants.

Combien ça coûte ?

PARTICIPATION LIBRE

Les frais d'organisation sont à la charge des organisateurs.

Chacun peut contribuer avec une participation libre.

Où trouver un parcours ?

SUR INTERNET

Voir au dos ou consulter la carte des parcours sur parcoursalpha.fr/sinscrire.

