

proposent

# L'Atelier des Parents d'Ados



*Vous avez un (ou des) ado à la maison qui n'est pas facile à gérer ou avec qui il n'est pas toujours simple de communiquer ? Nous vous proposons une « plongée dans l'adolescence » au cours de 3 journées d'échanges et de partage d'expériences, pour mieux comprendre cette période de métamorphoses et pour découvrir comment faire preuve d'autorité bienveillante tout en écoutant ce que votre ado a à vous dire.*

*Basé sur les travaux du psychologue Haim Ginott et sur les apports des neurosciences, l'atelier propose des techniques de communication concrètes et accessibles pour développer ou renforcer une relation harmonieuse et apaisée avec vos ados.*

**Quand ?**

**Samedi 10 mars**

Je découvre l'adolescence et mon rôle de parent d'ado.

Je délimite, je pose le cadre, c'est ma responsabilité.

**Samedi 31 mars**

Je décode, j'apprends à écouter.

Je fais baisser la pression, je décris pour mieux communiquer.

**Samedi 21 Avril**

Je sculpte l'estime de soi de mon ado

Je donne du lien.

**de 9 h 30 à 16 h 30**

Démarrage à 9 h 30 précises. Accueil à partir de 9 h 15

*Possibilité de déjeuner sur place au tarif de 12 euros.*

**Où ?**

à la **Maison diocésaine**

2 place Cardinal Garrone à Chambéry

**A quel prix ?**

**50 euros**

(livret du participant inclus)

*Pour les parents adoptifs non adhérents à EFA, l'adhésion 2018 sera à régler en sus (50 euros)*

**INSCRIPTION obligatoire avant le 26 FEVRIER 2018**

**Enfance & Familles d'adoption 73**

[www.efa73.net](http://www.efa73.net)

[contact@efa73.net](mailto:contact@efa73.net)

**Bien être en relation**

<http://bien-etre-en-relation.eklablog.com>

et sur Facebook

[bienetreenrelation@orange.fr](https://www.facebook.com/bienetreenrelation)

06 72 94 48 08

