

RECONSTRUIRE LE VILLAGE

Guide de survie pour les parents

Ce programme explore les défis courants de la parentalité, propose des outils concrets et offre un soutien à ceux qui cherchent à mieux comprendre les complexités du rôle de parent.

Le programme comprend 4 séances :

Séance 1:

- Comprendre que nous ne sommes pas seuls dans les défis de la parentalité.
- Reconnaître comment la création d'un « village » peut aider à surmonter les doutes et les hésitations liés au rôle parental.

Séance 2:

- Les « C » de la parentalité
- Les bons et les moins bons réflexes parentaux

Séance 3:

- L'équilibre entre nourrir et encadrer son enfant.
- Les limites et les règles sont-elles vraiment nécessaires ?

Séance 4:

- Le rôle du rire, de la bienveillance envers soi-même, de l'autosoins et du pardon – envers soi, son enfant et son partenaire – dans le parcours parental.

Coût : 850 \$ pour les 4 séances

Pour plus d'informations, veuillez contacter:

Jeff Andrews
(514) 694-3161, ext. 222
jandrews@amcal.ca

