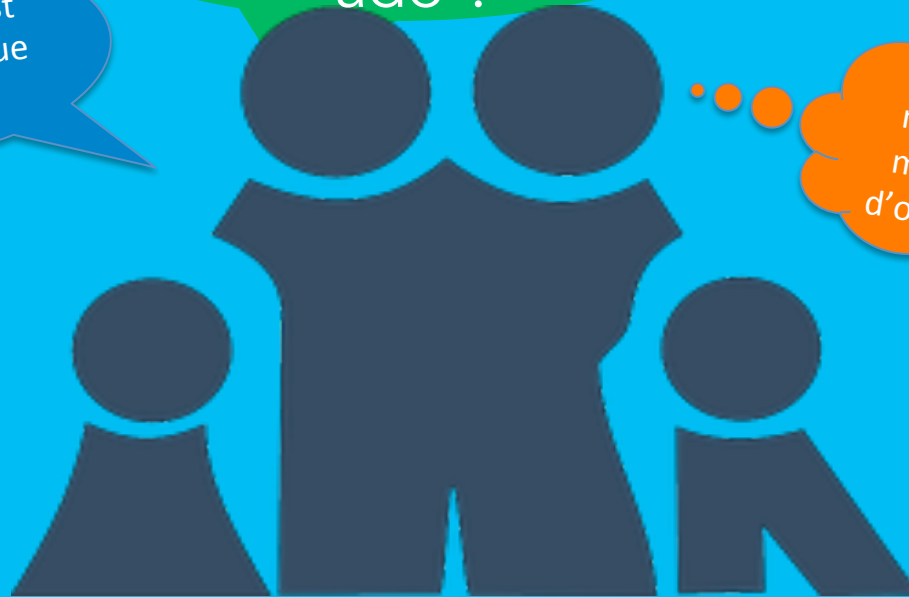


Que puis je faire pour  
comprendre et  
accompagner mon  
ado ?

Mon enfant est  
stressé à chaque  
évaluation

Mon ado  
n'est pas  
motivé par  
l'école,

Ma fille  
manque de  
méthode et  
d'organisation



**CAFE PARENTS AU COLLEGE**



Association paren'vie 06 63 04 30 14  
Parenvie78.overblog.com  
parenvie78@yahoo.fr



**3 rencontres** : Décembre, Mars & Juin – 18h-20h  
**Au Collège jean Moulin du Pecq**  
Gratuits pour les adhérents



# Atelier « un temps pour soi »

Tous les premiers vendredis du mois à 20h30

Initiation à différentes techniques de bien-être

A (ré)utiliser à la maison, en famille

Chaque mois un professionnel présente sa discipline



Gratuits pour les adhérents

**Dates et inscriptions :**

Association Paren'vie

0663043014

[Parenvie78.overblog.com](http://Parenvie78.overblog.com)

[parenvie78@yahoo.fr](mailto:parenvie78@yahoo.fr)

Salle de danse du complexe  
sportif d'Artagnan, à Port  
Marly

# Atelier « un temps pour soi »

## Programme du dernier trimestre 2016

- 7 octobre : le **yoga**, présenté par Marie-Katell Walter
- 4 novembre : le **brain gym** par Marylin Quéré
- 2 décembre : **l'auto massage** par Marion Pied Viard

## Au programme début 2016 :

hypnose, méditation, réflexologie, l'alimentation (nathuropathe)



Gratuits pour les adhérents

### Dates et inscriptions :

Association Paren'vie

0663043014

[Parenvie78.overblog.com](http://Parenvie78.overblog.com)

[parenvie78@yahoo.fr](mailto:parenvie78@yahoo.fr)

Salle de danse du complexe  
sportif d'Artagnan, à Port  
Marly

# Atelier « Zen »

*Relaxation, méditation - Un vendredi par mois 19h*

*Un vendredi par mois, en alternance pour les parents, adolescents et enfants*

*Je me détends*

*Je gère mon stress, mes émotions*

*Je me re-concentre*

*Je profite ...*



Tarifs : 180€ les x séances  
Tarif familial (nous consulter)

*Dates et inscriptions :*

*Association Paren'vie*

*0663043014*

*Parenvie78.overblog.com*

*parenvie78@yahoo.fr*



*Dojo du complexe sportif  
d'Artagnan, à Port Marly*

# Atelier « Zen »

*Relaxation, méditation - Un vendredi par mois 19h*

## Ados :

9/09, 7/10, 18/11, 9/11, 13/01, 24/02, 10/03, 28/04, 19/05,  
16/06

Enfants : 16/09, 14/10, 25/11, 16/12, 20/01, 17/03, 31/03,  
5/05, 22/06

## Adultes :

30/09, 4/11, 2/12, 6/01, 3/02, 3/03, 7/04, 12/05, 9/06



Tarifs : 180€ les 10 séances  
Tarif familial (nous consulter)

## *Dates et inscriptions :*

Association Paren'vie

0663043014

[Parenvie78.overblog.com](http://Parenvie78.overblog.com)

[parenvie78@yahoo.fr](mailto:parenvie78@yahoo.fr)

+1 séance « partage, le 2/06

Dojo du complexe sportif  
d'Artagnan, à Port Marly

# Atelier Enfants 7-11 ans

*Concentration, apprentissage et confiance en soi*

*Atelier ludique pour mieux se connaître,  
et utiliser ses ressources*

*1h30 le samedi matin à Port Marly*

*5 séances*



*Dates et inscriptions :*  
Association Paren'vie  
0663043014  
[Parenvie78.overblog.com](http://Parenvie78.overblog.com)  
[parenvie78@yahoo.fr](mailto:parenvie78@yahoo.fr)







# Séjour « zen » ou comment débrancher



*Un vrai moment de détente sur 2  
jours au milieu de la nature  
Relaxation, méditation, yoga,  
hammam, massage, atelier  
peinture ou cuisine..au programme  
et des moments aussi juste pour  
« être là »*

*Association paren'vie  
06 63 04 30 14  
Parenvie78.Overblog.com  
parenvie78@yahoo.f*





# Les dates des ateliers

## les samedis matin

de 10h00 à 12h30/13h00 :

- 5 novembre 2016,
- 26 novembre 2016,
- 17 décembre 2016,
- 7 janvier 2017,
- 28 janvier 2017,
- 25 février 2017,
- 18 mars 2017,
- 13 mai 2017.

50€ de participation pour l'année (comprenant les supports, cahiers, livre, adhésion...)



# ATELIERS Faber et Mazlish, ateliers des parents

Parler

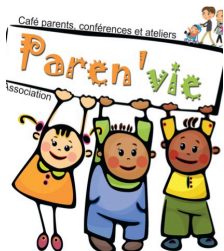
*Pour que les enfants  
écoutent*

Ecouter

*Pour que les  
enfants parlent*

**Les thèmes développés lors des rencontres sont les suivants :**

- Accueillir nos **sentiments** et ceux de nos enfants
- Susciter la **coopération** de nos enfants
- Sanctionner en **responsabilisant**
- Encourager l'**autonomie**
- Favoriser l'**estime de soi**
- Se débarrasser des étiquettes



Association paren'vie 06 63 04 30 14  
[parenvie78.overblog.com](http://parenvie78.overblog.com)  
[parenvie78@yahoo.fr](mailto:parenvie78@yahoo.fr)