



Les Rencontres Parentalité avec Allô Parents



Pour les Parents de jeunes-enfants 0-6 ans

Venez échanger, écouter, partager vos préoccupations et vos idées avec d'autres parents sur l'éducation, les relations, le développement du jeune enfant, les difficultés rencontrées en groupe de parole ou en conférence animés par les psychologues d'Allô Parents. Pour une parentalité créative et épanouie, rejoignez-nous ! Séances gratuites. Adhésion annuelle : 20 euros.

Ateliers et conférences 2025-26 : **Jeudis matin de 10h00 à 11h45**

11 septembre 2025 : La « Rentrée » des Parents de jeunes enfants. Réunion conviviale d'information et d'échanges.

18 septembre : Les rythmes et les besoins des jeunes enfants et des parents

9 octobre : La discipline positive et émotionnelle : une alternative aux punitions et cris. Comment gérer la frustration, les émotions et poser des limites selon l'âge.

13 novembre : Adapter les interactions avec notre enfant en fonction de sa personnalité

4 décembre : Comment parler, échanger avec nos jeunes enfants pour développer une relation sécurisée, un langage riche et répondre à leur curiosité.

8 janvier 2026 : Grandir dans un monde numérique rempli d'écrans : Le défi actuel pour les jeunes enfants et leurs parents

22 janvier : Quand nos limites sont dépassées et que l'épuisement guète. Quels sont les signaux d'alerte ? Comment s'écouter et redresser la barre pour être plus zen.

5 février : Les émotions des parents et des jeunes enfants

12 février : Tentation du smartphone pour les tout-petits et les jeunes enfants. Quand ils nous prennent notre portable pour regarder : Photos, vidéos, musique, dessin animé.

19 février : Communication bienveillante avec les jeunes enfants et dans le couple. Partage, entraide dans le couple et la famille.

19 mars : Temps d'écran, contenus numériques. Les signaux à surveiller chez les jeunes enfants.

26 mars : Sommeil autonome et repas sans conflit avec le jeune enfant

2 avril : Gérer les cris, pleurs et colères du jeune enfant ainsi que la frustration parentale et la fatigue. Se préserver de l'épuisement et de réactions incontrôlées.

16 avril : Pour que nos enfants ne deviennent pas addicts aux écrans

21 mai : Favoriser la construction de la confiance en soi chez le jeune-enfant. Ce qui se joue dans les premières années pour acquérir de bonnes bases pour la vie

4 juin : Jalousies, rivalités, conflits, complicité chez les jeunes enfants.

18 juin : Matinée conviviale - Kfé des parents

Groupe de parole, Kfé des parents les autres jeudis (Sauf Vac scol)



Association Allô Parents 34 : 10 rue du chapeau rouge - Montpellier centre historique - Participation : gratuite. Arrêts de Tram : Corum/ Louis Blanc. Site : www.alloparents34.com

INFOS et inscription : **06 87 84 23 57** (SMS) Email : alloparents34@gmail.com