

## 4 jours pour prendre soin de soi et de la relation avec ses enfants



4 jours pour prendre soin de soi et de la relation avec ses enfants

Le quotidien de ces derniers mois et de cette période quelque peu particulière a pu être difficile à certains moments.

Pas toujours facile de rester H24 à la maison, avec les enfants, le télétravail, les devoirs, la maison à gérer ...

Il est temps de faire une pause, de penser à soi et d'apporter un peu de douceur et de bienveillance dans notre quotidien.

Pour ce faire, les consultantes en parentalité du réseau Parentalité Créative de Catherine Dumontheil-Kremer vous proposent le cycle d'ateliers pour parents "**Vivre et Grandir Ensemble**", sous la forme d'un stage de 4 jours cet été.

### Au programme :

- L'écoute et le soutien : être une source de soutien pour chaque membre de notre famille, accompagner les difficultés.
- Explorer les besoins physiologiques pour aider nos enfants à grandir.
- Mettre la joie au centre de la vie de famille : le jeu pour développer le lien et apaiser les tensions.
- Accompagner les pleurs et les colères : accueillir & comprendre les mécanismes émotionnels.
- Poser des limites respectueuses : comprendre le message derrière un comportement, s'affirmer, gérer les conflits.
- Quand la colère nous emporte : accueillir nos propres émotions, exprimer sa colère sans blesser son enfant.
- Comment les enfants apprennent : accompagner l'apprentissage, nourrir l'enthousiasme et le désir naturel d'apprendre.
- Renaître à soi-même en accompagnant ses enfants.

La parentalité positive est un concept en évolution permanente centré sur la joie de vivre et le plaisir d'être ensemble.

La Parentalité Créative© de Catherine Dumontheil-Kremer s'appuie sur les dernières recherches en neurosciences, la psychologie positive, la communication non-violente, la théorie de l'attachement, ce que l'on sait de nos mécanismes émotionnels mais aussi sur la capacité des parents à trouver leurs propres solutions.

Le cycle d'ateliers "Vivre et grandir ensemble" aborde la plupart des questions que se posent les parents. Ces rendez-vous sont l'occasion de prendre un temps pour soi, d'expérimenter des outils, de vivre l'expérience du groupe et d'aller vers le parent que l'on souhaite être.

Une aventure  
au cœur de soi  
pour accompagner  
ses enfants

Cycle créé par Catherine Dumontheil-Kremer,  
auteure de « Élever son enfant autrement »,  
fondatrice de PEPS Magazine.

pour tous les  
Cycle d'ateliers des parents  
**VIVRE  
ET GRANDIR  
ENSEMBLE**

Parentalité  
Créative®  
parentalitecreative.com

Delphine Mateos, consultante en parentalité & formatrice du réseau Parentalité Créative vous propose ce stage **du 17 au 20 Août**, à Aubiet.

Retrouvez l'événement et les infos sur cette page Facebook

ou contactez Delphine directement par mail à [kirikou.parentalite@orange.fr](mailto:kirikou.parentalite@orange.fr) ou par téléphone au **06.79.91.57.97**

- Tarifs : 80 € par jour, soit 320 € par personne
- Tarif réduit pour une inscription **avant le 15 juin 2020** : 280 €, le cycle.
- Possibilité de paiements en plusieurs fois

Le livre « Une nouvelle autorité sans punitions ni fessée » de Catherine Dumonteil-Kremer sera remis à la fin du stage.