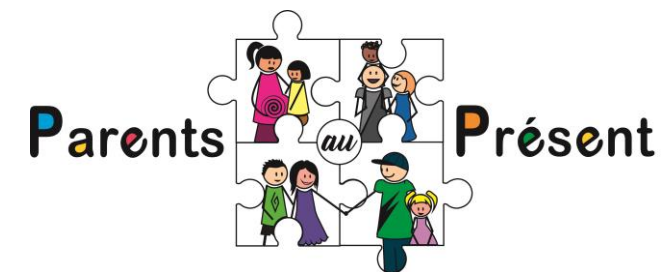




Programmation de la saison 2019-2020

Entrée gratuite

19h à 21h



Date	Conférence	Contenu	Conférencier invité
25 Septembre 2019 Centre communautaire le Mainbourg 14115, rue Prince-Arthur Est Salle 409	Parentalité et monde numérique	Médias sociaux et jeux vidéo, quels sont les bons côtés et les plus sombres ? Qu'est-ce que c'est ? Comment ça fonctionne ? Comment gérer tout ça avec nos jeunes ? Cette conférence propose des attitudes générales à adopter et des pistes de solutions concrètes.	1^{ière} ressource – Aide aux Parents Chantale
16 Octobre 2019 École primaire Montmarte 1855, 59e Avenue	ABÉCÉDAIRE motivation	Pour réussir, l'enfant doit fournir des efforts et être motivé, élément clé de sa réussite. Par ailleurs, certains enfants sont peu motivés alors que d'autres le sont beaucoup, font de gros efforts, mais manquent de stratégies pour réussir. Sans outils adéquats et sans support parental, l'effort, pour eux, est vain. Lors de cette présentation, je préciserai le rôle que les parents doivent jouer et apporterai un éclairage sur leurs attentes quant à la motivation de leurs enfants.	Robert Darche
27 Novembre 2019 École primaire Notre-Dame 14425, Rue Notre-Dame Est	Budget familial	Conférence sur le budget familial avec l'Acef. Vous ne savez plus où donner de la tête ? Vous avez un million de paiements à faire, mais ne savez pas par où commencer ? Vous avez des projets, mais sentez que vous n'y arriverez jamais ? Ne cherchez plus et joignez-vous à nous pour parler de budget familial et de planification de projet familial. Durant cette conférence, plusieurs trucs et astuces seront abordés afin de faciliter votre vie financière et améliorer votre qualité de vie en famille.	Acef
29 Janvier 2020 École secondaire Pointe-aux-trembles 15200, rue Sherbrooke Est Auditorium	Accueillir la diversité sexuelle et de genre dans nos milieux de vie	La formation Accueillir la diversité sexuelle et de genre dans nos milieux de vie favorise la compréhension des réalités relatives à l'orientation sexuelle, à l'identité de genre et à l'expression du genre. La formation propose comment il est possible d'adapter à la fois ses pratiques et son milieu à ces réalités ainsi que comment aborder le sujet avec nos enfants	Marie Houzeau Gris Montréal

Le programme Parents au Présent s'adresse aux parents et aux intervenants qui côtoient des enfants et qui souhaitent mieux s'outiller dans leur rôle

Pour inscription ou renseignements contactez le **514 640-6200** / Pitchou.org / <https://www.eventbrite.ca>

<p align="center">19 Février 2020 Centre communautaire le Mainbourg 14115, rue Prince-Arthur Est Salle 409</p>	<p align="center">De la discipline à l'humour</p>	<p>Comment pouvons-nous ajouter un brin d'humour dans la gestion du quotidien avec vos enfants ? Cette conférence vous présentera une vision de la discipline et vous expliquera en quoi l'humour peut bonifier vos interactions avec les enfants et favoriser leur développement tout en vous permettant d'avoir du plaisir dans votre rôle auprès d'eux. Cette conférence vous proposera des outils concrets pour vous aider à allier l'humour et la discipline avec les enfants.</p>	<p align="center">Émilie Ouellette</p>
<p align="center">26 Février 2020 Centre communautaire le Mainbourg 14115, rue Prince-Arthur Est Salle 409</p>	<p align="center">Parents imparfaitement parfait</p>	<p>Nous sommes parfaits dans nos imperfections et nous donnons notre meilleur avec les moyens que nous avons, dans tout moment donné. Réflexion sur le processus d'apprentissage, l'individuation, l'acceptation de soi, le lâcher-prise, l'écoute de soi et les idées reçues qui nous empêchent d'être un parent serein, empathique et heureux que nous souhaitons devenir.</p>	<p align="center">Mitsiko Miller</p>
<p align="center">18 Mars 2020 École secondaire Daniel-Johnson 1200, boul. du Tricentenaire Auditorium</p>	<p align="center">Minimalisme en famille</p>	<p>Cherchez-vous à vous libérer du «trop plein»? Aimeriez-vous gagner du temps, de l'espace et alléger votre charge mentale? Faire un tri dans votre maison peut transformer positivement votre quotidien et créer une maison qui travaille POUR vous. Dans cet atelier, la Maman Minimaliste aborde comment on peut réduire dans son logement - même avec une famille! De votre garde-robe à la gestion des anniversaires, elle vous livre une série d'astuces pour simplifier votre vie (et votre agenda). C'est un rendez-vous!</p>	<p align="center">Julie Arsène La maman Minimaliste</p>
<p align="center">15 Avril 2020 Centre communautaire le Mainbourg 14115, rue Prince-Arthur Est Salle 409</p>	<p align="center">L'estime de soi chez les enfants</p>	<p>À l'école, dans les activités sportives et dans leurs relations sociales, beaucoup de jeunes se jugent inférieurs aux autres. La compétition et les comparaisons ont envahi la plupart des domaines de l'enfance. On a tendance à juger la valeur d'un enfant ou d'un adolescent selon son rendement. Dans ce contexte, beaucoup de jeunes se sentent dévalorisés et éprouvent même de la détresse en se voyant comme des moins que rien. Comment les protéger et surtout comment les aider à construire une meilleure estime d'eux-mêmes?</p>	<p align="center">Germain Duclos</p>

Le programme Parents au Présent s'adresse aux parents et aux intervenants qui côtoient des enfants et qui souhaitent mieux s'outiller dans leur rôle
Pour inscription ou renseignements contactez le **514 640-6200** / Pitchou.org / <https://www.eventbrite.ca>