

# Parent d'ado... une traversée



9 rencontres, les lundis aux deux semaines de 18h à 20h  
École secondaire Bernard-Gariépy au Local C-012  
**Gratuit! Possibilité de s'inscrire à un ou plusieurs ateliers selon vos besoins.**

*Informations & inscription*  
450 743-0359

[communication@carrefournaissancefamille.com](mailto:communication@carrefournaissancefamille.com)

Ce programme vise à soutenir les parents dans l'encadrement de leurs adolescents par une saine communication, par l'établissement de règles de vie familiale et par la résolution de conflits. Il vise également à favoriser l'entraide entre les parents face à leurs difficultés, tout en tenant compte de leur réalité familiale respective.

Aperçu des neuf rencontres (À partir du 16 octobre)

1. Parent d'ado : avant tout je suis une personne / 16 octobre
2. Parent d'ado : normal de vivre de la colère / 30 octobre
3. L'adolescence... une traversée / 13 novembre
4. Pour une saine communication avec mon ado / 27 novembre
5. Vers une discipline gagnante / 11 décembre
6. Les styles d'autorité parentale et les règles de vie familiale / 8 janvier

7. Mieux comprendre pour mieux agir / 22 janvier
8. Mieux outillé pour continuer la traversée / 5 février
9. Bilan de mes acquis / 19 février