



ATELIERS PATERNITÉS

*Des rendez vous réguliers en présence
et en visio*

Vidéo

Des ateliers thématiques pour les pères

à Toulouse



ASSOCIATION PARENTALE LOI 1901 - JOLI'MÔMES

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS SUR WWW.JOLIMOMES.COM

TEL: 06 17 03 12 64 - TARIF SOLIDAIRE POSSIBLE

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



ATELIERS PÈRES

Que vous soyez en couple ou séparés, parents de jeunes enfants ou d'adolescents, c'est pas toujours facile d'être parent.

Pour sortir de la solitude et trouver des réponses à vos questions, les facilitateurs de Jolimômes vous proposent un processus en 8 séances qui permet les échanges et l'entraide entre parents. Ils sont garants du cadre et orientent vers des ressources suivant les besoins exprimés par les participants.

ENGAGEMENT SUR LES 8 SÉANCES PRÉFÉRABLE

10 PERSONNES MAXIMUM

40 À 80 € SUIVANT LES REVENUS

PERES : LE MARDI 20H À 22H À TOULOUSE JOLIMONT

MERES : LE MERCREDI 9H30 À 11H30 TOULOUSE COTE PAVÉ



GROUPES DE PAROLE

- **GROUPE D'ENTRAIDE PERES À L'EUREKAFÉ** (Toulouse centre) 10 € par séance

JEUDI DE 19H 30 À 21H30

- **GROUPE DE PAROLE EN VISIO :**

sur ZOOM - Gratuit pour les adhérents

PERES OU MERES les mercredi semaines paires

de 21h à 22h 30

MIXTE les mercredi semaines impaires

de 21h à 22h30





THÉMATIQUES ATELIERS PÈRES



*Les différents thèmes nous donnent des pistes de réflexion à approfondir lors de chacune des rencontres. Ils favorisent l'échange et l'entraide entre nous.
Chaque thématique est traitée pour les pères et pour les mères.*

1 Moi comme enfant

Avant d'être un parent, j'ai été moi-même le fils d'un père ou d'une mère. Échange sur les influences de mon père ou ma mère.

2 Pères d'aujourd'hui Échange sur les différentes facettes de la paternité et de la maternité d'aujourd'hui.

3 Mes enfants, qui sont-ils?

Réflexion sur les caractéristiques et besoins de mes enfants, ce que j'apprécie le plus, ce que je trouve plus difficile.

4 Portrait de ma paternité

Échange sur les aspects importants qui touchent mon cœur de père (valeurs de base, ce qui me tient à cœur, forces et limites, mes rêves, mon entourage).

5 Mes réactions trop vives

Prendre conscience de ce qui me fait réagir et approfondir des pistes d'amélioration.

6 Coéquipier avec l'autre parent...pas toujours facile!

Les besoins des enfants concernant la relation père-mère, faire le bilan de nos forces et de nos difficultés d'équipe.

7 Coéquipier avec l'autre parent...oser exister et laisser l'autre exister!

Exploration de moyens concrets pour améliorer notre relation de coéquipiers et coéquipières.

8 Bilan des rencontres

1re partie : Approfondissement d'un sujet. 2e partie : Bilan et évaluation de la session, ce que chacun en retire le plus, la continuité souhaitée, etc.

Pour ceux-celles qui ne peuvent s'absenter du domicile ou qui habitent loin de Toulouse et qui veulent retrouver régulièrement ou ponctuellement d'autres parents

Tous les mercredis soir de 21h à 22h30 sur ZOOM

GROUPES DE PAROLE - VISIO

- *Groupe mères (semaines paires)*
- *Groupe pères (semaines paires)*
- *Groupe mixte coparents (semaines impaires)*

Facilitation par les membres de l'association, garants du cadre de sécurité et des règles:

- Echanges basés sur le partage de notre actualité de parent.
- Pas de conseils, de débats, ni de jugements
- Respect de la confidentialité et de l'espace de l'autre.
- Participation aux échanges à son rythme.



Conditions:

- Participation de 5 € par an et adhésion souhaitée, première séance gratuite.
- Participer à l'ensemble de la séance, mais possibilité de s'absenter si urgence parentale bien sûr.
- Pas d'engagement à venir à chaque séance.
- Un groupe Whatsapp permet de se tenir informé-e-s.
- Lien ZOOM envoyé avec l'inscription.

GROUPE D'ENTRAIDE PÈRES



Pour les personnes qui assument le rôle de père et qui se posent des questions sur leur condition de parents et de co-parent, qu'ils soient en couple ou séparés.

Le principe est le même que pour les groupes en visio, mais il est aussi proposé des activités ludiques ou de recherche collective animées par Bruno, référent paternité. Il est garant du cadre de sécurité et suivant les besoins peut orienter vers des ressources.

- Dans le **salon de l'Eurékafé** à 1min du métro Jean-Jaurès, 5 impasse Colombette 31000 Toulouse. L'espace sera fermé aux autres clients pour conserver l'intimité des discussions .
- Le jeudi soir de 19h30-21h30
- Dates 2023 - début 2024 :

7 /14 / 21 Décembre et 11 / 18 / 25 Janvier et 1 / 8 Février - Sans engagement à venir à chaque séance.

- 10€ / séance (consos de l'eurékafé incluses)-
[Inscription en ligne](#)