

COORDONNÉES

140 rue Nadon
Laval (Québec) H7L 1T5
(Dans le vieux Ste-Rose, à
l'angle de la rue des Patriotes)

Téléphone : 450 622-0524
Télécopieur : 450 622-5734

Courriel : info@rfmrl.org
Site Internet : www.rfmrl.org

Heures d'ouverture
Lundi au jeudi : 9h00 à 18h00
(18h à 20h sur rendez-vous seulement)

Suivez nous aussi sur



facebook

www.facebook.com/RFMRL

Parents un jour, parents toujours



**Regroupement des familles monoparentales
et recomposées de Laval**

Pour les parents ayant vécu une séparation.

BUT

Donner aux parents vivant une transition familiale (monoparentalité ou recomposition familiale) des moyens pour s'adapter à leur nouvelle réalité, comprendre les conséquences de la séparation chez leurs enfants, de leur donner confiance en leurs habiletés parentales et de permettre un échange qui suscitera une forme d'aide interactive.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Informer les parents sur les conséquences de la séparation chez les enfants.
- Procurer aux parents de l'information, des trucs, des conseils, des points de repères et des techniques pour faciliter la transition.
- Permettre un échange entre les parents vivant des situations semblables afin de s'enrichir de l'expérience des autres et de briser leur isolement.
- Renforcer l'importance de leur rôle en tant que parent.
- Permettre aux parents d'exprimer leurs émotions, leurs réussites et leurs difficultés dans un groupe de support.

DESCRIPTION

Offert en six rencontres, *Parents un jour, parents toujours* se veut un programme de support, d'échanges et de notions théoriques. Différents thèmes liés à la réorganisation familiale sont abordés : moi en tant que parent, les effets de la séparation sur l'enfant, la coparentalité, la discipline, les routines, l'estime de soi de l'enfant, le lien d'attachement parent-enfant, l'adolescence, etc.



OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Atelier 1 : Présentation et accueil

- Amener les participants à se présenter et à faire connaissance
- Nommer les attentes face au programme
- Faire le point sur sa situation en tant que parent (forces, difficultés, défis)
- Identifier les principaux objectifs en lien avec le programme

Atelier 2 : Les effets de la séparation sur mon enfant

- Visionner le documentaire *La 3^e guerre mondiale*
- Connaître les conséquences de la séparation chez les enfants
- Différencier l'aliénation parentale du conflit de loyauté
- Connaître les rôles que les enfants jouent dans la séparation

Atelier 3 : La coparentalité

- Comprendre ce qu'est la coparentalité
- Identifier les comportements adoptés pour faciliter la coparentalité et la communication avec l'autre parent
- Connaître les facteurs facilitants pour une recomposition familiale réussie

Atelier 4 : Discipline et routines

- Comprendre la pertinence et l'utilité des routines dans le quotidien
- Connaître les impacts de la discipline positive et des conséquences
- Adopter des stratégies de discipline positive

Atelier 5 : Estime de soi

- Connaître les composantes de l'estime de soi
- Acquérir les notions pour aider son enfant à développer et maintenir une bonne estime
- Comprendre l'importance de la relation parent-enfant et ses impacts dans la vie de ce dernier

Atelier 6 : Adolescence

- Connaître les besoins des adolescents
- Connaître les changements qui surviennent durant cette période
- Sensibiliser le parent à son rôle de guide pour cette période
- Faire le bilan des rencontres