



UNIS  
POUR LES  
FAMILLES



UDAF de la Mayenne  
«Maison pour les familles»

26 rue des Drs Calmette et Guérin  
CS11009  
53010 Laval Cedex

Secrétariat : 02 43 49 52 43  
Fax : 02 43 65 77 48

udaf53@udaf53.unaf.fr

[www.udaf53.fr](http://www.udaf53.fr)

Retrouvez-nous également sur Facebook



Octobre 2019

#### Nos services

- Défense du consommateur
- Parentalité
- Lire et faire lire
- Parents Solos
- Médiation familiale
- Point Conseil Budget
- Accompagnement Social Lié au Logement
- Protection des personnes vulnérables
- Aide aux tuteurs familiaux

Retrouvez tous nos services sur  
[www.udaf53.fr](http://www.udaf53.fr)

# Parentalité

Confiance  
Réfléchir Echanges  
Ensemble Education  
Ateliers Parler Enfants Écrans  
Communiquer Construire  
Autonomie Écoute Parents Café  
Numérique

## Usage responsable numérique

ATELIER

« **Mieux comprendre Internet pour mieux dialoguer, éduquer et protéger ses enfants** »



- Informer sur les usages des jeunes, les risques et la manière de protéger ses enfants, les droits et devoirs liés à l'utilisation d'Internet
- Echanger des expériences entre parents
- Donner des informations clés à faire passer aux enfants



Parents, éducateurs,...

Groupe : 15 personnes en moyenne (6 à 20)

2h30

ATELIER

« **Mieux comprendre Internet pour mieux l'utiliser et se protéger** »



- Echanger sur les usages
- Informer sur les risques et la manière de se protéger, sur les droits et devoirs liés à l'utilisation d'Internet
- Eveiller l'esprit critique pour améliorer les pratiques



Jeunes à partir de 12 ans

Groupe : 1 groupe classe (environ 25 personnes)

2h00

Ateliers co-animés par la chargée de mission parentalité de l'UDAF 53 et un intervenant spécialisé dans les nouvelles technologies.

### Cafés-parents



Echanger, partager, réfléchir sur les écrans, internet, les réseaux sociaux...



Parents, éducateurs,...

## Cafés-parents

« **La possibilité d'échanger avec d'autres parents sur son expérience, sur ce que l'on vit en tant que parent** »

Animation par une chargée de mission parentalité qui veille à favoriser les échanges dans un cadre de respect mutuel, non jugement et confidentialité.

1h30

### Thèmes

Selon la demande (ex : être parents aujourd'hui, savoir dire non, les relations dans la fratrie, nos enfants et les écrans...)

### Objectifs

- Prendre un temps pour parler avec d'autres parents vivant les mêmes situations
- Dédramatiser et se rassurer à l'écoute des autres
- Créer du lien entre parents et rompre l'isolement

### Se renseigner

- Vous souhaitez**
- mettre en place une de ces propositions sur votre territoire
  - OU**
  - nous soumettre une autre demande d'intervention dans ces domaines ?

Contactez-nous !



## Atelier

« **Parler pour que les enfants écoutent... écouter pour que les enfants parlent** »

Cet atelier propose à un groupe d'adultes, de parents de se rencontrer autour de techniques concrètes, pratiques et efficaces visant à améliorer la communication avec les enfants (élaboré par A. Faber et E. Mazlish)



- Prendre conscience de l'impact de nos paroles sur nos enfants
- Découvrir comment communiquer efficacement, avec respect et sans conséquences négatives
- Comprendre pourquoi les enfants laissent souvent nos demandes sans réponse suscitant des conflits quotidiens



Parents, éducateurs,...

Groupe : environ 8 à 12 personnes

2h30 x7

### Thèmes des 7 rencontres

- Aider les enfants aux prises avec des sentiments pénibles
- Susciter la coopération
- Remplacer la punition
- Encourager l'autonomie
- Compliments et estime de soi
- Aider les enfants à cesser de jouer des rôles
- Révision finale

### A noter

Un autre atelier «Frères et sœurs sans rivalité» (élaboré par A. Faber et E. Mazlish) peut aussi être proposé aux parents qui ont plus d'un enfant.