

**Ateliers participatifs  
Partages d'expérience  
de 09h30 à 17h00**

**Communication bienveillante**

**Partages des ressources**

**Bien être en famille**

**Jeux coopératifs**

**Education**

**Echanges d'expériences**

**Moments de découverte**

**Témoignages**

**Coopérations**

**Parentalité**

**Enfance**



**Journée pour les familles, petits et grands**

**Pour mieux vivre ensemble en famille 4ème édition**

**Vendredi 4 et Samedi 5 Novembre 2016**

**à Sainte Tulle, 04 ( salle de Théâtre près de la mairie)**

**Organisée par Coopérations A la Paix (CAP)**

Espace provençal de ressources pour une culture de

non-violence et du mieux vivre ensemble

**En collaboration avec le Centre social municipal et les élus de la  
mairie de Ste Tulle**

Avec le soutien du:

**REAAP** 04  
Réseau d'Écoute, d'Appui  
et d'Accompagnement des Parents

**contact/inscriptions : 04 42 22 94 45 / 06 81 47 28 61**

**cooperationsalapaix@gmail.com,**

**<http://cooperationsalapaix.wix.com/provence>**

**ATELIERS GRATUITS**

## Notre intention

La famille est le premier lieu d'expérimentation et d'apprentissage de la relation à soi et à l'autre. Dans toute famille, il existe des moments de joie, de grincement, de plaisir, de tempête, de complicité, d'incompréhension, de ressourcement, de conflit, etc.... Comment tracer un chemin satisfaisant pour chacun, petits et grands, dans cette rivière parfois tumultueuse ? L'objectif de cette rencontre est de partager nos ressources pour favoriser l'épanouissement des relations dans la famille. Au cours de cette journée, plusieurs ateliers avec des approches variées permettront à chacun de partager et d'enrichir sa pratique, dans le respect de soi et de l'autre.

**Vendredi 4 novembre à 20h :** Spectacle de Théâtre forum par euphorum13, «*L'écharpée belle*», harcèlement, discriminations à l'école...conséquences sur la famille.

**Samedi 5 novembre :** Déroulement de la journée

9h30 : accueil et jeux pour tous

10h30-12h00 : ateliers A, B, C, D, E, F, G

12h15-12h45 : partage inter-ateliers

Pause déjeuner:\* repas partagé coopératif.

14h00-15h30 : ateliers H, I, J, K, L, M, N

15h45-16h15 : partage inter-ateliers

16h30-17h00 : temps collectif de bilan

18h-20h: Spectacle de Théâtre forum par

Euphorum04, "*La soupe à la grimace*"

Conflit, autonomie, éducation,...la famille en question.

**De 10h30-12h00 et de 14h00 à 15h30**

**Espace accueil / Lectures, Histoires et / ou jeux coopératifs de table**

Inscription recommandée, dans la mesure du possible

Renseignements, inscriptions : [cooperationsalapaix@gmail.com](mailto:cooperationsalapaix@gmail.com)

04 42 22 94 45 / 06 81 47 28 61

\* Chacun peut apporter un plat sucré ou salé à partager

## Samedi 5 novembre : Les ateliers de 10h30-12h00

### **A: Mieux communiquer avec les enfants, et si on s'écoutait ?**

Découvrir de façon simple et concrète comment améliorer sa communication (écoute, accueil des émotions difficiles) pour favoriser des relations familiales épanouissantes.

**Public** : Adultes, parents jusqu'à 12 participants

**Animation** : Séverine Miranda-Landucci

Facilitatrice en relations humaines, accompagnement à la parentalité

Tél : 06 60 74 73 15

[miranda.landucci@gmail.com](mailto:miranda.landucci@gmail.com)

[www.miranda-landucci.fr](http://www.miranda-landucci.fr)

### **B: Boite à outils des parents**

Selon la méthode de Faber et Mazlish, nous expérimenterons, à l'aide d'outils pratiques, d'autres approches dans la relation parent-enfant.

**Public**: Adultes jusqu'à 10 participants

**Animation** : Virginie Rochette Artmotnid

Tél : 06 20 62 33 37

<http://www.artmotnid.fr/>

### **C: Théâtre forum et régulation des conflits**

: Jouer et rejouer des situations de conflit en famille, pour explorer ensemble des pistes de solution gagnant-gagnant, et expérimenter communication non-violente, médiation et autres outils de régulation non-violente des conflits.

**Public** : adultes et enfants à partir de 13 ans jusqu'à 20 participants

**Animation** : Guillaume Tixier

IFMAN Méditerranée

Institut de Formation du Mouvement pour une Alternative Non-violente

Tél : 04 86 89 22 86

[ifman.med@no-log.org](mailto:ifman.med@no-log.org) [www.ifman.fr](http://www.ifman.fr)

### **D: Entraide affective**

Cet atelier de parole est destiné à toutes celles et ceux, petit-e-s et grand-e-s, qui désirent aborder leur réalité affective d'une manière créatrice.

En pratique régulière, elle favorise l'autonomie affective et développe des rapports favorisant un vivre-ensemble épanouissant pour chaque membre du groupe.

**Public** : de 4 ans à adultes, jusqu'à 16 participants

**Animation** : Chloé Di Cintio EnviesEnJeux13

Jérémy Bémon, La collective de Chalvagne

Tél : 06 82 00 90 46

[enviesenjeux13@gmail.com](mailto:enviesenjeux13@gmail.com)

<http://www.envies-enjeux.fr>

<http://www.jeux-cooperatifs.com/>

### **E: Parents débordés, enfants fatigués concilier vie familiale et professionnelle.**

En quoi la prise en compte de la conciliation « Travail – Famille » par le parent permet de repérer les situations à risques entraînant stress mettant en danger la vie familiale et de l'enfant ?

**Public** : parents, jeunes parents, grands-parents jusqu'à 10 participants

**Animation** : Sophie St Martin Rilato Petite Enfance,

Accueil individuel et collectif des jeunes enfants

Tel: 07 85 51 29 94

[contact@rilato-formation.fr](mailto:contact@rilato-formation.fr)

<http://rilato-formation.fr>

### **F: Musique en famille**

Instruments, chants, et danses du monde créent un moment privilégié à partager : avec le plaisir de la découverte et de l'interaction, un nouveau mode de communication se développe. Ce temps partagé vous permettra de vivre le plaisir d'être soi, d'être ensemble, avec la musique.

**Public** : petits et grands dès la naissance jusqu'à 16 participants

**Animation** : Malvina Pastor, Association : Du sens ? Des arts !

[malvinapastor@gmail.com](mailto:malvinapastor@gmail.com)

### **G: Comment par le jeu ré-enchanter la relation , résoudre le conflit...**

Le jeu, une activité indispensable pour tous. Jouer permet de se découvrir, de découvrir l'autre, le partage et renforce le développement du lien parent-enfant. Jouer nous met chacun d'égal à égal quand les règles sont identiques pour tous et peuvent être choisies par tous. C'est un espace unique où la place du jeu peut être celle d'une tierce personne, un médiateur. Il permet la reconstruction de la confiance en soi chez l'enfant souvent malmené à l'école. Alors pratique pratique " comment jouer avec mon enfant et résoudre le conflit par le jeu?"

**Public** : Parents, enfants, jusqu'à 16 participants

**Animation**: Stéphanie Golfier (Sacré parents13)

Thérapie émotionnelle, Coaching de couple  
Coaching et Soutien Parental en Parentalité  
Bienveillante, Formation

Tél : Stéphanie Golfier 06 65 69 88 53

[www.stefanie-golfier.com](http://www.stefanie-golfier.com)

[sp13@stefanie-golfier.com](mailto:sp13@stefanie-golfier.com)

## Samedi 5 novembre : Les ateliers de 14h00 à 15h30

### **H: La relation parents-ados :**

Comment vivre ensemble de façon à peu près harmonieuse avec des besoins si différents? A partir de situations concrètes, nous explorerons des moyens efficaces de s'exprimer et de s'écouter pour que chacun trouve sa juste place dans la famille.

**Public:** Adultes, adolescents, jusqu'à 16 participants

**Animation:** Marianne Souquet

Médiatrice familiale, formatrice

Tél. +33 4 42 92 27 86

Mob. +33 6 89 56 37 81

[marianne.souquet@mac.com](mailto:marianne.souquet@mac.com)

[www.mariannesouquet.com](http://www.mariannesouquet.com)

### **I: Un couple pour une famille :**

On n'est pas que des parents ! Venez découvrir en couple la pratique des langages de l'amour et l'art de la réconciliation. Partage d'idées pour transmettre aux enfants ces comportements de communication sains et utiles. (Vous amènerez des devoirs à la maison).

**Public :** adultes, en couple ou non, jusqu'à 10 participants

**Animation :** Agnès Bussat

Institut de Psychologie Intégrative Appliquée.

Pacifiothérapeute, enfant adulte couple famille groupe

Tél : 06 80 42 56 40

[amb.psy.poem@wanadoo.fr](mailto:amb.psy.poem@wanadoo.fr)

### **J: Mieux être en famille par le Kung fu Yangkido:**

L'atelier permettra une définition en groupe d'une problématique familiale à travailler. Puis mise en pratique d'exercices de Kung fu Yangkido adaptés à cette problématique.

**Public:** Adultes et adolescents à partir de 14 ans.

**Animation:** Paola Blanc : Coach et professeur de Kung-Fu Yangkido, David Blanc: Professeur de Kung-Fu Yangkido

[Contact@langcom.fr](mailto:Contact@langcom.fr) Tel: 06 12 02 59 24

**K: Comment créer un environnement intérieur sain pour son enfant ?** Prendre conscience des polluants qui nous entourent dont l'impact sur la santé n'est pas négligeable. Comment les remplacer ? C'est une occasion unique de s'informer, d'échanger et d'envisager des solutions adaptées dans un esprit positif.

**Public :** adultes, jusqu'à 16 participants

**Animation :** Corine Flesia, Ecoformation 84

Relais local projet Nesting - WECF France

Tél : 06 81 70 80 19

[ecoformation84@gmail.com](mailto:ecoformation84@gmail.com)

[www.projetnesting.fr](http://www.projetnesting.fr),

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

### **L: Etre parent c'est avoir plusieurs casquettes (Méthode ESPERE®)**

Découvrir de façon originale et ludique comment mieux communiquer en équilibrant les différentes fonctions relationnelles

**Public :** adultes, jusqu'à 16 participants

**Animation :** Patricia Herraiz

Tél : 06 10 26 41 44

Formatrice en Méthode ESPERE®

[patricia.herraiz@yahoo.fr](mailto:patricia.herraiz@yahoo.fr)

<http://patricia-herraiz.wix.com/creatifsrelationnels>

**M: Groupe de parole/ liens entre la famille et l'école :** Comment favoriser une co-éducation bienveillante. A partir des témoignages des participants, échanger autour des possibilités de favoriser un dialogue école -famille, régulier, constructif et apaisé.

**Public :** adultes, jusqu'à 10 participants

**Animation :** Hugues Leenhardt

[hugues.leenhardt@free.fr](mailto:hugues.leenhardt@free.fr)

Tél : 06 81 47 28 61

### **N: Les jeux coopératifs de corps : facteur de croissance affective et sociale :**

Quel que soit le public, la coopération ne se décrète ni ne s'impose; elle se propose, se suggère, s'invite. Quelles sont les étapes pour amener la coopération dans un groupe? Comment créer un climat de confiance pour nourrir l'envie de coopérer?

**Public :** petits et grands, à partir de 8 ans

jusqu'à 16 participants

**Animation:** Chloé

Di Cintio, EnVies EnJeux13