

• LES ANIMATIONS DU CAFÉ DES PARENTS DU CIDJ •

Gratuit, sans inscription

- Les cafés des parents

Gratuit, sur inscription obligatoire sur

www.cidj.com/cafe-des-parents

Places limitées

- Les ateliers participatifs du Café des parents
- Les conférences interactives du Café des parents



CIDJ

Centre d'Information et de Documentation Jeunesse
101, quai Branly 75015 Paris
Métro Bir-Hakeim ligne 6 / REC C Champ-de-Mars

Horaires d'ouverture

Du mardi au vendredi de 13h à 18h
Le samedi de 13h à 17h

Le hall du CIDJ est accessible
aux personnes handicapées
Toutes les activités sont gratuites

www.cidj.com



@CIDJParis



@Le_CIDJ

Échanger pour accompagner ses enfants dans leur orientation avec optimisme et réalisme

• LES CAFÉS DES PARENTS •

Tous les samedis de 13h à 17h
et pendant les vacances d'hiver
et de printemps.

Un lieu où :

- échanger en autonomie,
- partager des informations et des expériences avec d'autres parents,
- consulter la documentation du CIDJ,
- café et thé offerts.

Gratuit, sans inscription

• LES ATELIERS PARTICIPATIFS •

DU CAFÉ DES PARENTS

2 séances : samedi 16 avril
et samedi 21 mai 2016,
de 14h30 à 16h30.

Animées par une conseillère
d'orientation-psychologue du CIO
Médiacom.

Comment aider son enfant
de 3^e ou de 2nde à choisir son bac ?

Gratuit, inscription obligatoire sur :
www.cidj.com/cafe-des-parents



• LES CONFÉRENCES INTERACTIVES

DU CAFÉ DES PARENTS

Animées par des coaches et des consultants experts du monde de l'éducation et de l'entreprise. Boisson offerte.

Samedi 2 avril 2016

2 séances : 10h-12h et 14h30-16h30

APB : parents d'élèves de 1^{re}
face aux étapes de l'orientation

Samedi 28 mai 2016

14h-16h30

Reconnaître et encourager
les talents de ses enfants

Samedi 25 juin 2016

14h-16h30

Aider ses enfants à gérer leur temps

Samedi 8 octobre 2016

14h-16h30

Notes et devoirs : comment les vivre ?

Gratuit, inscription obligatoire sur :
www.cidj.com/cafe-des-parents

Samedi 2 avril 2016

2 séances : 10h-12h et 14h30-16h30

APB : parents d'élèves de 1^{re} face aux étapes de l'orientation

- Aider ses enfants à anticiper l'année de terminale et les accompagner sereinement dans leurs choix d'études supérieures.
- Informations et conseils sur l'enseignement supérieur (filières - contenus - sélectivité - évolution) ainsi que sur la procédure Admission Post Bac, complexe en Île-de-France.

Animées par les conseillers du CIDJ

Samedi 28 mai 2016

14h-16h30

Reconnaître et encourager les talents de ses enfants

- Aider nos adolescents à prendre confiance en eux, à reconnaître et à affirmer leurs aptitudes et leurs talents.
- Reconnaître, derrière les conseils souvent pertinents que nous leur donnons, notre inquiétude ou notre agacement.
- Leur apprendre à s'accepter tels qu'ils sont, à la fois uniques et comme les autres, avec des qualités à valoriser et des axes d'amélioration à découvrir et expérimenter progressivement.
- Apprendre à explorer avec eux leurs zones de confort pour contribuer efficacement à leur développement. Les rassurer sur la richesse et les potentialités de leur personnalité, afin qu'ils progressent pas à pas et trouvent leur équilibre.

Animée par Lorraine d'Huart

Consultante, coach, animatrice et thérapeute comportementale. Spécialisée dans l'accompagnement des jeunes de 15 à 25 ans, individuellement ou en ateliers collectifs (collèges et lycées...).

Samedi 25 juin 2016

14h-16h30

Aider ses enfants à gérer leur temps

Aider ses enfants à prendre les commandes de leur journée ou de leur semaine pour leur redonner la maîtrise de leur vie et réduire leur anxiété.

- Des pistes concrètes pour les amener progressivement à reconnaître qu'ils peuvent envisager des comportements plus appropriés, d'autres façons de s'organiser, sans rajouter de pression.
- Les outils pour gérer au mieux le temps selon leur personnalité, identifier leurs priorités, contrôler, voire éviter, leurs sources de distraction.

Animée par Christel de Bethmann

Coach systémique spécialisée dans le management par les ressources, après 20 ans d'expérience professionnelle en entreprise. Accompagne les jeunes en cours d'orientation et les adultes dans leur transition professionnelle. Travail centré sur la valorisation des atouts de chacun et l'optimisation de son efficacité personnelle, la gestion du temps étant au cœur du renforcement de la confiance en soi.

Samedi 8 octobre 2016

14h-16h30

Notes et devoirs : comment les vivre ?

Les notes et les devoirs peuvent être sources de contrariétés, d'inquiétudes, de tensions, voire de conflits entre parents, enfants, ados et enseignants. Que dire et que faire en cas de résultats décevants ?

- Des pistes concrètes pour adopter une posture positive et constructive afin de faciliter l'apprentissage des enfants, de développer leur autonomie et d'établir des relations harmonieuses autour du travail scolaire.

Animée par Joëlle Rhode

Après 30 ans d'enseignement des mathématiques en collège, lycée et école d'ingénieurs, elle accompagne :

- les jeunes décrocheurs pour qu'ils vivent mieux leur scolarité et développent leur confiance en eux et leur motivation au travers d'ateliers de parole,
- les enseignants pour qu'ils renforcent leurs compétences relationnelles,
- les parents pour qu'ils accompagnent le travail scolaire de leurs enfants en veillant à leur autonomie.

Gratuit, inscription obligatoire sur : www.cidj.com/cafe-des-parents