

## Programmation

- Quatre soirées de deux heures en groupe sur la discipline positive, animées par des intervenants et intervenantes formés du CISSS.
- Possibilité de deux rencontres individuelles supplémentaires (en virtuel).
- Toutes les rencontres sont offertes exclusivement à des parents ayant des besoins similaires.
- Le groupe crée un espace collaboratif où chacun se sent entendu et accompagné, tout en utilisant les moyens disponibles pour offrir une aide pratique qui fait une différence.

## Pourquoi une offre de groupe en mode virtuel?

L'offre en mode virtuel facilite le quotidien des participants et des participantes, notamment en limitant les déplacements et en simplifiant la routine familiale du soir. Un taux de participation plus élevé est d'ailleurs constaté par rapport aux rencontres offertes en présentiel.

## Ce que pensent les parents de l'offre de groupe

« Je n'en retire que des effets positifs; il y a beaucoup d'amélioration. Mon fils est plus calme à la garderie et à la maison, nous avons repris un certain contrôle. » — Parent 1

« J'ai acquis des outils et des trucs de la part de parents vivant la même situation que moi. J'observe une amélioration du comportement de mon enfant. » — Parent 2

« Ce programme a été un véritable espace sécurisant où nous pouvions parler librement de notre situation, parfois délicate, sans critique ni jugement, et dans un esprit constructif. Nous ressortons de ces quatre semaines rassurés quant à notre rôle de parents, avec de nouveaux outils à utiliser et à consulter au besoin. Nous aurions aimé posséder toutes les connaissances acquises dans ce programme avant la naissance de notre premier enfant. » — Parent 3



Source : Pexels.com

[www.santelaurentides.gouv.qc.ca](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Laurentides



## PROGRAMME COMBO



Source: Pexels.com

Groupe offert aux  
parents d'enfants  
âgés de 1 à 5 ans

Dépliant d'information à l'intention  
des familles

Québec 

## Objectif général

Accroître les compétences parentales.

## Objectifs spécifiques

Augmenter vos connaissances et votre confiance en vos capacités de parent.

Favoriser la mise en place et le maintien de règles de vie cohérentes

Retrouver le plaisir d'être avec son enfant.

Encourager l'entraide entre Parents



Source : pexels.com

## Ce groupe est pour vous si:

- Vous désirez passer du temps de qualité avec vos enfants;
- Vous avez le sentiment d'avoir épuisé vos ressources pour y arriver;
- Vous avez envie de partager vos expériences avec d'autres parents qui vivent des situations semblables aux vôtres;
- Vous voulez mettre en œuvre des moyens pour améliorer votre climat familial;
- Vous souhaitez avoir une meilleure vue d'ensemble de votre situation et prendre du recul pour mieux progresser.

## Thèmes abordés

### Le développement de l'enfant

L'apprentissage de la propreté

Le sommeil

L'attachement

Le rôle de parent

La relation parent-enfant

La discipline positive

Et plus encore !

La parentalité ne vient pas avec un mode d'emploi... C'est parfois tout un art !



Source : Pexels.com

## Pourquoi choisir ce groupe?

Conçu pour vous accompagner dans les défis du quotidien, ce groupe vous permet de :

- vous rappeler que vous connaissez votre enfant mieux que quiconque;
- recevoir des encouragements et du soutien dans votre rôle de parent;
- trouver un juste milieu entre vos propres méthodes et celles fondées sur la bienveillance et les neurosciences;
- prendre soin de vous, car un parent qui se respecte est un modèle positif pour son enfant;
- déterminer vos priorités afin de préserver votre énergie;
- renforcer le lien avec votre enfant grâce à des moments privilégiés;
- cesser de comparer les enfants pour réduire la pression liée aux attentes;
- accepter l'imperfection, car un parent imparfait montre à son enfant comment surmonter les défis.