



*Udaf*  
53

«Maison pour les Familles»

## PARENTALITE



**UDAF53**

«Maison pour les Familles»

Contact: Céline RONDEAU-GARDIE

26 rue des Drs Calmette et Guérin,  
CS11009, 53010 Laval Cedex

Tél: 02 43 49 52 89

courriel: [crondeaugardie@udaf53.unaf.fr](mailto:crondeaugardie@udaf53.unaf.fr)

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

L'UDAF est une association loi 1901, reconnue d'utilité publique chargée de promouvoir, défendre et représenter les intérêts de l'ensemble des familles mayennaises quelles que soient leurs croyances ou leur appartenance politique. Elle regroupe les associations familiales de la Mayenne. Ses missions sont définies par le code de l'action sociale et des familles.

### Services proposés

- La défense du consommateur
- La parentalité
- Lire et Faire Lire
- L'observatoire régional de la famille
- L'aide éducative budgétaire
- La médiation familiale
- La médiation locative
- Le Micro-Crédit
- L'aide aux tuteurs familiaux
- La protection des personnes majeures

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



## Les ateliers de démonstrations, d'informations et d'échanges sur Internet

1

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

### Ateliers pour adultes (parents, éducateurs...)

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

#### Objectifs

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

#### Déroulement

Groupe : 15 personnes en moyenne (6 à 20)  
Durée : 2h30

### Ateliers pour jeunes (à partir de 12 ans)

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

#### Objectifs

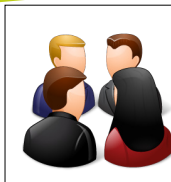
- Echanger sur les usages, informer sur les risques et la manière de se protéger
- Informer sur les droits et devoirs liés à l'utilisation d'Internet
- Eveiller l'esprit critique pour améliorer les pratiques

#### Déroulement

Groupe : 1 groupe classe (25 pers. environ) Durée : 2 h

2

**D'autres propositions peuvent également être développées dans le domaine de l'éducation aux médias**



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

### Les Thèmes

Ils sont choisis en fonction de la demande des familles (ex : être parents aujourd'hui, savoir dire non, concilier vie familiale et vie professionnelle...)

#### Objectifs

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

#### Déroulement

Durée : 1h30

### Se renseigner

**Vous souhaitez mettre en place une de ces propositions sur votre territoire et vous informer sur les modalités de mise en oeuvre**

Contact: UDAF53

Céline RONDEAU-GARDIE

☎ 02 43 49 52 89 [crondeaugardie@udaf53.unaf.fr](mailto:crondeaugardie@udaf53.unaf.fr)

#### Permanence Téléphonique

Ecoute, information et orientation sur toutes les questions concernant la fonction parentale (anonymat garanti)

☎ 02 43 49 52 89



« **... Ecouter 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)

### Participer à un atelier, c'est

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

### Déroulement

- 7 rencontres de 2h30 chacune
- Groupe de 8 à 12 participants environ

### 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 jalousie ni rivalité» (élaboré par A. Faber et E. Mazlish) peut aussi être proposé aux parents qui ont plus d'un enfant.