

*Pour vous et avec vous...  
...depuis plus de 30 ans*

Entraide-Parents existe pour soutenir les parents, les guider et les outiller face aux difficultés qu'ils rencontrent dans les relations avec leurs enfants.

Nous offrons un service de soutien téléphonique et nous proposons aux parents de nombreuses activités afin de leur offrir différents outils pour les aider à mieux assumer leur rôle.

Entraide-Parents est soutenu financièrement par le ministère de la Famille et par Centraide Québec-Chaudière-Appalaches.

Famille  
Québec



Suivez-nous sur notre page Facebook ou sur notre site Internet.



Nous sommes ouverts :

**Lundi au jeudi : 8h30 à 16h00**

**Vendredi : 8h30 à 12h00**

**1450 boulevard Père-Lelièvre, local H,  
Québec. G1M 1N9**

(Entre l'autoroute Robert-Bourassa et le boul. Wilfrid-Hamel).

**Points de repère :** Poste d'essence EKO / Face au CHSLD St-Antoine.



Parcours 74-84-86

[info@entraideparents.com](mailto:info@entraideparents.com)



**2020**

**Hiver et Printemps**

**Programmation**

**Information  
et soutien  
téléphonique  
418-684-0050**

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

### Groupe d'entraide pour parents de jeune adulte

(pour les parents d'enfants de 18 à 30 ans)

*Conscient que le rôle de parent ne cesse pas le jour où les enfants atteignent leurs 18 ans, Entraide-Parents a mis sur pied un groupe d'entraide unique pour aider les parents de jeunes adultes de 18 à 30 ans.*

*Il y a une rencontre aux deux semaines le jeudi soir de 19h00 à 21h00 dans les locaux d'Entraide-Parents.*

*Contactez-nous pour vous informer, vous inscrire et pour connaître les dates exactes.*

### La relâche animée

Ne manquez pas encore cette année, du **2 au 6 mars**, notre semaine de relâche animée. Au rendez-vous cette année, parcours moteur, bricolage et conte animé pour les 0-6 ans ainsi qu'Animazoo, Magicien Jules, jeux de société et cinéma pour toute la famille. Pour l'horaire complet, ou pour réserver votre place, contacter-nous par téléphone ou encore visiter le [www.entraideparents.com](http://www.entraideparents.com) ou notre Facebook.

### Devenir membre

L'adhésion annuelle (5\$) vous donne accès à nos cafés-rencontres, nos conférences, ainsi que des rencontres individuelles et des rencontres d'informations. Des frais s'ajoutent pour nos séries d'ateliers. Un formulaire est disponible sur notre site Web sous l'onglet "fiche de membre".

### Nos soirées d'information (les soirées se tiennent de 19h00 à 21h00, chez Entraide-Parents)

- ⇒ Le développement psychosexuel de l'adolescence vers l'âge adulte ; (pour les parents de jeunes de 12 à 30 ans) par l'organisme Sexplique ; lundi 10 février
- ⇒ Qu'est-ce que l'anxiété chez les 6-12 ans ; par Sophia Brisebois-Sabourin, étudiante à la maîtrise en psychoéducation ; lundi 6 avril
- ⇒ Soirée d'information par les étudiants en éducation spécialisée ; Sujet à venir. Le jeudi 9 avril ou le jeudi 16 avril (suivez-nous sur Facebook pour plus d'informations)
- ⇒ La communication avec mon ado ; (pour les parents de jeunes de 12 à 18 ans) par Entraide-Parents ; lundi 4 mai

### Soutien téléphonique :

Gratuit et confidentiel pour toute question et/ou situation reliée à votre rôle de parent.

### Nos conférences

- ⇒ L'évolution de ma relation de parent avec mon jeune adulte au Cegep ; le mardi 11 février de 19h00 à 21h00 à la bibliothèque Paul-Aimé-Paiement de Charlesbourg, 7950 1ere avenue
- ⇒ L'aliénation parentale ; le mercredi 26 février de 19h00 à 21h00 à la bibliothèque Monique-Corriveau, 1100 Rte de l'Église
- ⇒ Les familles recomposées ; le mercredi 27 mai, de 19h00 à 21h00 à la bibliothèque Jean-Baptiste-Duburger, 2475 Boul. Central

## Parents d'enfants 0-6 ans

### Les cafés-rencontres

- ⇒ Le développement ; lundi 16 mars de 18h30 à 20h00 à la bibliothèque Jean-Baptiste-Duburger
- ⇒ Les nouvelles technologies ; lundi 11 mai de 18h30 à 20h00 à la bibliothèque Jean-Baptiste-Duburger

### Nos ateliers « Parents de Tout-Petits...les Apprentis-Sages de la vie » (Pour les parents d'enfants de 2 à 6 ans)

Série de rencontres dont le contenu est adapté en fonction de l'âge de vos enfants. Divers aspects sont abordés : communication, besoins et développement de l'enfant, colère, discipline, règles de vie, etc.

**Au Patro de Charlesbourg 3e Avenue Est  
Du mardi 7 avril au 19 mai  
De 19h00 à 21h30**

### Nos jeudis animés

Les activités ont lieu de 9h30 à 11h30, dans nos locaux. Les sujets sont décidés à l'avance avec vous; (activités parents/ jeunes enfants (0-6 ans) dans nos locaux)

- ⇒ 23 janvier : Fabrication de produits ménagers
- ⇒ 20 février : Conception d'outils pour la famille
- ⇒ 19 mars: Confection de collations santé
- ⇒ 23 avril
- ⇒ 21 mai
- ⇒ 11 juin

## Parents d'enfants 6-12 ans

### Les cafés-rencontres

- ⇒ Les nouvelles technologies ; jeudi 27 février de 18h30 à 20h00 à la bibliothèque Romain-Langlois
- ⇒ La résolution de conflits ; jeudi 14 mai de 18h30 à 20h00 à la bibliothèque Romain-Langlois

### Nos ateliers « Vie de famille, de la discipline à l'amour » (Pour les parents d'enfants de 6 à 12 ans)

Série de rencontres dont le contenu est adapté en fonction de l'âge de vos enfants. Divers aspects sont abordés: communication, la résolution de conflits, de l'enfant, colère, discipline, règles de vie, etc.

**Chez Mères et Monde, 8e avenue  
Du mardi 24 mars au 5 mai  
De 19h00 à 21h30**

*\*Service de halte garderie disponible moyennant des frais supplémentaires*

### **L'inscription est obligatoire pour toutes nos activités au 418 684-0050**

\* Merci de présenter votre carte de membre lors des activités.

#### **Soutien téléphonique :**

Gratuit et confidentiel pour toute question et/ou situation reliée à votre rôle de parent.  
418 684-0050

## Parents d'enfants 0-12 ans

### Les cafés-rencontres

- ⇒ La gestion de la colère ; lundi 17 février de 10h00 à 11h30 à la bibliothèque Jean-Baptiste-Duburger
- ⇒ La rivalité ; jeudi 20 février de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents
- ⇒ La discipline ; mercredi 26 février de 13h30 à 15h00 à la bibliothèque Monique-Corriveau
- ⇒ Les styles d'autorité et le rôle parental ; vendredi 20 mars de 10h00 à 11h30 à la bibliothèque Aliette-Marchand
- ⇒ La communication ; mardi 24 mars de 10h00 à 11h30 à la bibliothèque Paul-Aimé Paiement
- ⇒ La discipline ; mercredi 1er avril de 19h00 à 20h30 à la bibliothèque Monique-Corriveau
- ⇒ La discipline ; jeudi 23 avril de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents
- ⇒ L'estime ; vendredi 24 avril de 10h00 à 11h30 à la bibliothèque Aliette-Marchand
- ⇒ Les styles d'autorité et le rôle parental ; mercredi 29 avril de 13h30 à 15h à la bibliothèque Monique-Corriveau
- ⇒ L'estime ; mercredi 6 mai de 19h00 à 20h30 à la bibliothèque Monique-Corriveau
- ⇒ La communication ; jeudi 7 mai de 13h30 à 15h00 à la bibliothèque Romain-Langlois
- ⇒ La rivalité ; mardi 12 mai de 10h00 à 11h30 à la bibliothèque Paul-Aimé-Paiement
- ⇒ La gestion de la colère ; jeudi 21 mai de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents
- ⇒ La discipline ; vendredi 29 mai de 10h00 à 11h30 à la bibliothèque Aliette-Marchand
- ⇒ La gestion de la colère ; mercredi 3 juin de 19h00 à 20h30 à la bibliothèque Monique-Corriveau

## Parents d'enfants de 12 à 18 ans

### Les cafés-rencontres

- ⇒ La discipline ; lundi 17 février de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents
- ⇒ Le développement ; mardi 25 février de 18h30 à 20h à la bibliothèque Paul-Aimé Paiement
- ⇒ La communication ; lundi 16 mars de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents
- ⇒ Les nouvelles technologies ; mardi 7 avril de 18h30 à 20h00 à la bibliothèque Paul-Aimé Paiement
- ⇒ Le développement ; lundi 20 avril de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents
- ⇒ La responsabilisation ; mardi 26 mai de 18h30 à 20h00 à la bibliothèque Paul-Aimé-Paiement
- ⇒ L'estime ; lundi 1er juin de 19h00 à 20h30 chez Entraide-Parents

### Nos ateliers «Parents d'ado... Une traversée» (Pour les parents d'enfants de 12 à 18 ans)

Série de rencontres dont le contenu est adapté en fonction de l'âge de vos enfants. Divers aspects sont abordés : discipline, règles de vie, colère, communication, responsabilisation, etc.

**Dans les locaux d'Entraide-Parents au 1450  
Boul. Père-Lelièvre local H  
Du mercredi 25 mars au 20 mai  
De 19h00 à 21h30**

\*Contactez nous pour vous inscrire aux ateliers ou pour plus d'informations