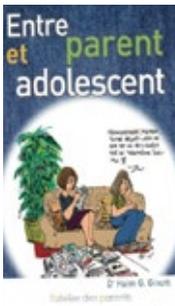




Atelier  
Com'@dos  
Communiquer  
positivement  
avec nos ados

# L'ATELIER COM'@DOS

PROPOSE DES TECHNIQUES PRATIQUES,  
ACCESSIBLES ET CONCRÈTES  
DE COMMUNICATION POUR UN DIALOGUE  
HARMONIEUX AVEC NOS ADOS.



Créés par l'Atelier des Parents, et construits à partir des travaux du pédopsychiatre Haim Ginott et des neurosciences, ces ateliers vous offrent un espace d'échange et de partage d'expériences.

Au cours de ces ateliers, les transformations de l'adolescence vous seront expliquées de façon simple et innovante, et vous comprendrez davantage les réactions de vos ados.

Par le biais d'exercices et de jeux, vous découvrirez de nouvelles techniques de communication et apprendrez comment mettre en place un cadre bienveillant auprès de vos ados.

## NOS 7 RENCONTRES

- 1 JEUDI 7 NOVEMBRE 2019**  
Je découvre mon rôle de parent, l'adolescence et mon ado.
- 2 JEUDI 21 NOVEMBRE 2019**  
J'apprends à écouter, à accueillir ses émotions.
- 3 JEUDI 28 NOVEMBRE 2019**  
Je pose le cadre.
- 4 JEUDI 5 DÉCEMBRE 2019**  
Je remplace les punitions par des conséquences éducatives.
- 5 MARDI 10 DÉCEMBRE 2019**  
Je décris pour mieux communiquer.
- 6 JEUDI 12 DÉCEMBRE 2019**  
Je favorise l'estime de soi.
- 7 JEUDI 19 DÉCEMBRE 2019**  
Je donne du lien.

**POUR DÉVELOPPER  
UNE RELATION RÉUSSIE  
AVEC VOTRE ADO !**



Rencontres gratuites  
les jeudis matins  
de 9h15 à 11h30  
à partir du 7 novembre 2019  
7 rencontres



A la Maison Départementale  
des Solidarités  
11 rue Jean de la Bruyère  
27000 EVREUX - La Madeleine



Yamina VERMEULIN,  
responsable du service  
de prévention spécialisée,  
animera les séances