



CATALOGUE CONFÉRENCES 2025 – 2026





APCOMM™

Apprendre à communiquer



Organiser une conférence avec



Réunir parents et professionnels autour de thèmes communs peut parfois être complexe. Certains sujets peuvent sembler peu accessibles et décourager la participation.

C'est là que les conférences APcomm prennent tout leur sens. Nous les avons conçues pour être accessibles à tout type de parents et de professionnels. Avec APcomm, les participants ne se sentiront jamais jugés ou culpabilisés, mais repartiront avec des solutions concrètes et applicables au quotidien.

En effet, nos conférences apportent aux parents et aux professionnels l'essentiel : un concentré de savoirs et de pistes concrètes. Notre objectif est simple : aider à améliorer les relations des parents et des professionnels avec les enfants / ados pour voir plus loin et agir autrement. Les témoignages que vous découvrirez tout au long de ce catalogue le confirment.

Bien sûr, nous le savons, chaque conférence est différente, et parfois, certaines idées ne résonnent pas immédiatement avec les besoins des participants.

Pour autant, en choisissant les conférences APcomm, vous offrez à vos participants bien plus qu'un temps de partages, mais bien une expérience enrichissante et bienveillante. Ils passeront un moment agréable et parfois drôle, et pourront recevoir des réponses pertinentes à leurs différentes interrogations.

Découvrez l'ensemble de nos webinaires et conférences, et n'hésitez pas à nous contacter pour des besoins spécifiques.



LA COMMUNICATION ADULTE/ENFANT

9 conférences vous sont proposées. Elles traitent des sujets qui préoccupent le quotidien des parents : les émotions, l'autorité, l'estime de soi, les disputes dans la fratrie, les écrans, etc.

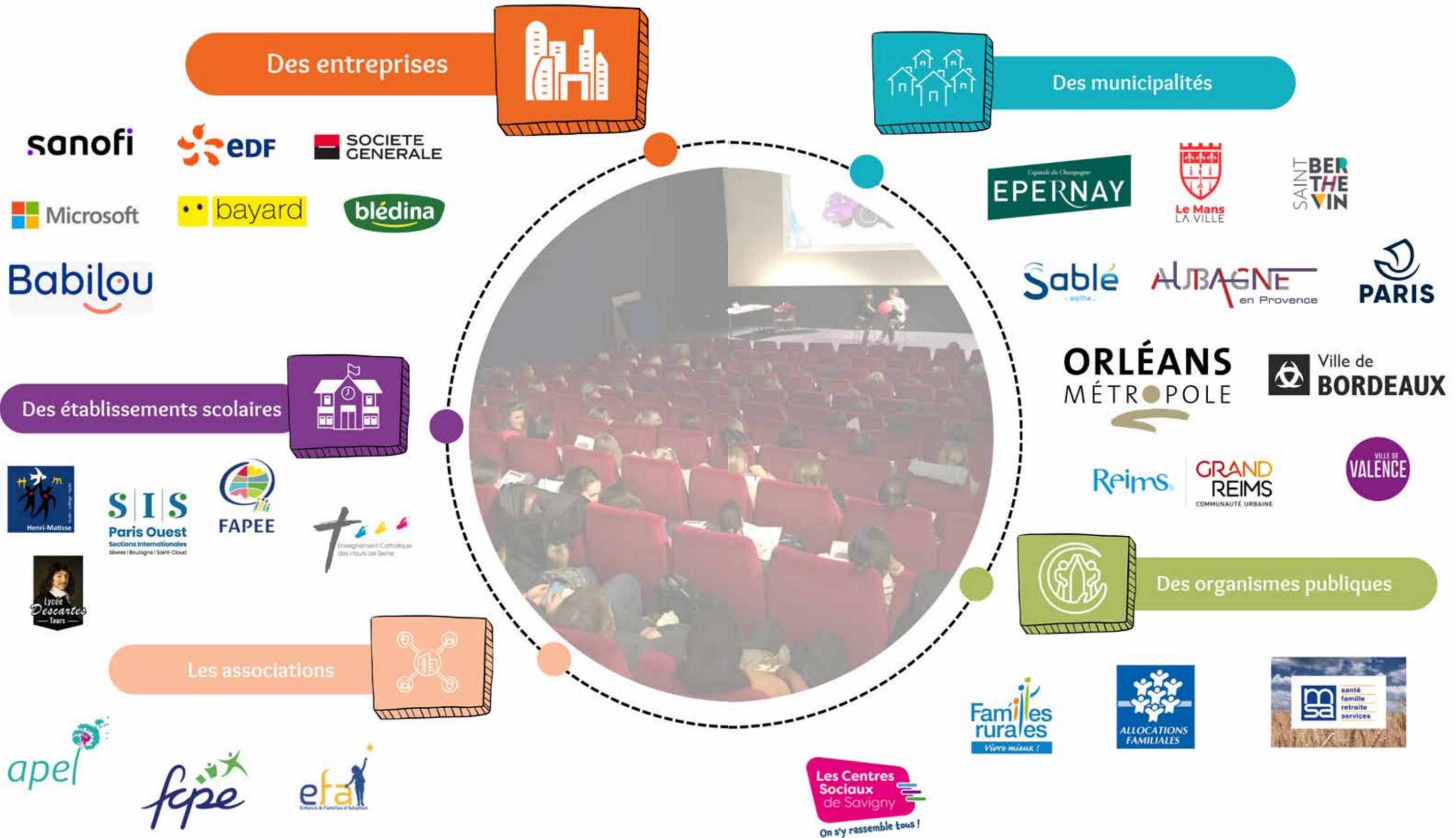
LA PARENTALITÉ

Harcèlement, lien intergénérationnel, orientation scolaire, handicap... Pas moins de 10 thématiques qui seront expliquées et pour lesquelles vous repartirez outillé.

LES APPRENTISSAGES

Comment favoriser l'autonomie et la motivation de nos ados ? Voilà l'une des conférences parmi les 7 que vous propose APcomm sur les apprentissages

Ils nous ont fait confiance !





Public

Toute personne qui vit ou travaille avec des enfants et des adolescents : parents, professionnels de l'enfance et de l'adolescence (enseignants, assistantes maternelles, éducateurs, puéricultrices, médecins, ...)



Contenu

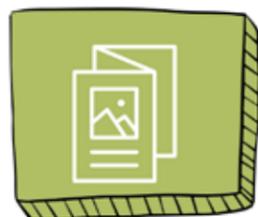
Des exemples concrets, de l'humour, des outils pratiques... Une présentation claire et pragmatique pour informer sans culpabiliser, avec un support visuel projeté.



Tarif

850 € TTC* pour environ 2 heures de conférence dont 30 à 45 minutes de questions-réponses.

*Hors transport, hébergement, location éventuelle d'une salle



Communication

APcomm met à votre disposition des affiches et flyers en PDF que vous pouvez personnaliser et utiliser pour communiquer sur l'évènement.



Les conférencières d'



Sophie Benkemoun
Médecin



Nadège Larcher
Psychologue



Sophie Benkemoun
Médecin

Médecin, mère de 3 garçons, Sophie a créé l'Atelier des Parents en 2006 afin de permettre aux parents d'avoir accès à de nouveaux outils de communication. Elle anime régulièrement des conférences, des formations et des ateliers pour les parents et les professionnels (crèches, écoles, collèges, lycées...). Elle est également éditrice.

Psychologue et psychothérapeute, spécialisée dans le développement de l'enfant et l'adolescent, Nadège est formatrice en communication bienveillante depuis 2009 et rejoint Sophie en 2013 comme associée. Elle anime des conférences et des formations pour les parents et les professionnels. Elle intervient également comme chargée de TD pour l'Université de Tours. Elle est auteure de livres pour enfants pour les éditions BAYARD. Elle est surtout mère de 3 adolescents.



Nadège Larcher
Psychologue



Bénédicte Valette d'Osia
Politologue



Bénédicte Valette d'Osia
Politologue

Titulaire d'un DEA de sociologie politique, Bénédicte s'est réorientée vers la parentalité et la formation il y a maintenant plus de 15 ans quand elle a fondé Grandir un pas de + et croisé la route d'APcomm. Mère de 4 jeunes adultes, Bénédicte s'est intéressée aux troubles d'apprentissage et aux problèmes de comportement dès l'entrée à l'école de ses enfants. Elle a co-publié le livre « DYS-Positifs » aux éditions Pirouette pour communiquer autrement avec ses ados Dys. Elle devient associée en 2024 et entame le DU "développer la santé mentale et relationnelle" à Grenoble.



Séverine Cavallès
Coach scolaire et orientation

Coach scolaire et en orientation, mère de 4 enfants et journaliste de formation, Séverine collabore en tant que formatrice et conférencière avec APcomm depuis de nombreuses années et a rejoint les associées en 2024. Fondatrice d'Educali, elle accompagne également les jeunes dans leur parcours scolaire et leur choix d'orientation. Elle est l'auteure de cahiers défis pour les 12-18 ans.



Séverine Cavallès
Coach scolaire et orientation

Sommaire

Les différentes thématiques



APCOMMTM
Apprendre à Communiquer



● LA COMMUNICATION ADULTE/ENFANT

Les mots qui font grandir les enfants, les parents et la relation

Découvrez des outils concrets pour une meilleure communication au quotidien

L'autorité : savoir dire OUI, oser dire NON et ne pas le regretter

Poser un cadre efficace - Apprendre à mettre en place des règles pour éviter les conflits au quotidien.

L'estime de soi, un super pouvoir pour bien grandir

Comment développer la confiance en soi, la connaissance de soi et l'amour de soi de l'enfant

Jalousie et rivalités entre enfants, un mal nécessaire ?

Quelle posture adopter pour ne pas envenimer une situation ? Comment réagir face aux disputes des enfants ?

Comment parler aux enfants des sujets traumatisants

Savoir aborder les thèmes sensibles comme la séparation, les attentats, les décès, la sexualité...

Apprivoiser les émotions : les nôtres et celles de nos enfants

Comprendre le rôle des émotions et comment diminuer la pression émotionnelle

Mon ado et moi, mode d'emploi

Mieux comprendre les enjeux de l'adolescence et découvrir des outils de communication adaptés.

Accompagner son ado sur les réseaux sociaux

Comprendre l'impact des réseaux et développer des outils pour qu'il s'auto-régule

Grandir à l'ère du numérique

Comment gérer les écrans en famille

P.19

P.20

P.21

P.22

P.23

P.26

P.27

P.28

P.30

● LA PARENTALITÉ

Ennéagramme et parentalité

Mieux se connaître pour mieux communiquer en famille

Prévenir l'épuisement parental

Comprendre le mécanisme du burnout parental et explorer des pistes concrètes pour mieux vivre notre rôle de parents.

Et les papas dans tout ça ?

Comprendre son rôle de père et trouver sa place

Accompagner vos ados face à l'orientation scolaire

De quelle manière ? À quelle distance ?

Hypersensibilité chez les enfants et les adolescents

Mieux la définir pour mieux l'accompagner

Cultiver le lien intergénérationnel

Découvrez les bénéfices et les clés de communiquer autrement

Parentalité et handicap : "être parent avant tout"

Comment allier équilibre familial et handicap ?

Et la fratrie dans tout ça ?

Comment communiquer en famille quand un enfant est porteur de handicap

Le répit familial : une clé de l'équilibre parental ?

Comprendre les bénéfices du répit et avoir conscience de ses limites (conférence réservée aux professionnels)

Les parents face à la question des écrans

Comment les accompagner et les soutenir ? Conférence réservée aux professionnels

P.33

P.34

P.35

P.36

P.38

P.39

P.40

P.43

P.44

P.45

● LES APPRENTISSAGES

Comment la communication peut bloquer les apprentissages

Favoriser la coopération et la motivation des enfants / adolescents lors des apprentissages à l'école et à la maison

P.47

Le harcèlement et le cyberharcèlement

Le reconnaître, le comprendre pour mieux le prendre en charge

P.48

Favoriser l'autonomie et la motivation

Identifier les freins, découvrir des clés pour les surmonter

P.49

Mieux comprendre et accompagner les enfants porteurs de "Dys" ou TDAH

Appréhender les difficultés que rencontrent ces enfants. Découvrir des outils de communication et astuces pour la vie quotidienne.

P.50

Aborder les oraux sereinement

Anticiper et gérer le stress. Mieux maîtriser sa communication verbale et non verbale

P.52

Parcoursup : comment faire les bons choix et valoriser son dossier

Mieux comprendre la plateforme. Découvrir des astuces pour en faire l'allié de votre adolescent.

P.53

Les compétences psychosociales : un atout pour l'avenir

Elles sont fondamentales car elles permettent de faire face aux défis quotidiens en améliorant la relation à soi et aux autres. Comment aider nos enfants à les développer.

P.54



COMMUNICATION ADULTE/ ENFANT-ADO



Conférence - Communication Adulte / Enfant - Ado

Des mots qui font grandir
les enfants, les parents et la relation



* **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes
de questions-réponses

* **Public**
Pour les parents ou
professionnels en relation
avec des enfants et/ou des
adolescents

* **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Apprendre à bien communiquer

Aucun enfant ne se réveille en souhaitant gâcher la journée de ses parents ou de ses accueillants ; aucun parent ou accueillant ne se lève le matin en espérant se fâcher, crier ou punir. Néanmoins, au cours de la journée, incompréhensions, malentendus, frustrations et déceptions vont s'accumuler et risquent d'engendrer de multiples crises et conflits. Un grand nombre pourrait être évité avec une meilleure communication.

VOUS ALLEZ ...

-  Découvrir par des exemples concrets les raisons de dérapages dans la communication entre adulte et enfant
-  Comprendre les fondamentaux d'une communication efficace
-  Trouver des clés pour apprendre comment faire passer des messages de manière constructive, sans blesser



Andréa Sanchez



Une conférence qui me donne des pistes concrètes pour mieux communiquer avec mes enfants. Je me sens rassurée.

Savoir dire OUI, oser dire NON et ne pas le regretter



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Estime de soi, un super pouvoir pour bien grandir



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

extrait de la conférence



OBJECTIFS

Etre à l'aise dans son autorité

De nos jours, il est souvent reproché aux parents de manquer d'autorité. De nombreux parents se sentent surtout perdus face aux différents modèles d'autorité proposés. Poser un cadre solide qui apporte sécurité et liberté est pourtant à la portée de tout éducateur.

VOUS ALLEZ ...

-  Découvrir les différents types d'autorité et combien il est fréquent de se retrouver dans un cercle vicieux
-  Comprendre ce qu'est véritablement une autorité stable et juste pour mettre en place des règles claires
-  Acquérir des clés de communication pour faire en sorte que l'enfant ait envie de coopérer plutôt que de résister, tout en lui permettant de développer son sens des responsabilités.

OBJECTIFS

Booster les forces de nos enfants et nos adolescents

En tant que parents et éducateurs, nous cherchons à donner le meilleur de nous-même pour aider les enfants à devenir des adultes épanouis, indépendants et responsables. L'estime de soi est un « super pouvoir » pour apprendre, s'affirmer, oser et progresser tout au long de sa vie. Mais comment relever un tel défi ?

extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

” Sylvie, responsable de RAM
★★★★★
“ Une conférence passionnante pour un sujet essentiel - des pistes concrètes à mettre en place ”

-  Définir l'estime de soi et ses différents paradoxes
-  Comprendre les 3 piliers de l'estime de soi
-  Découvrir des clés de communication pour favoriser l'autonomie, une vision de soi juste et positive et inviter à une acceptation inconditionnelle.

Conférence – Communication Adulte / Enfant – Ado
**Jalousie et rivalités entre enfants,
 un mal nécessaire ?**



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



Conférence – Communication Adulte / Enfant – Ado
**Parler des sujets traumatisants
 avec les enfants et les ados**



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Prendre du recul

« Sois gentil avec ton petit frère », « il faut apprendre à partager », « arrêtez de vous disputer ! » ...
 Les adultes sont parfois perdus et démunis face aux rivalités et jalousies des enfants, sources de nombreux conflits et tensions. Il est pourtant possible d'en éviter les pièges les plus fréquents.

VOUS ALLEZ ...

À travers des exemples, découvrir l'importance de ces relations et les enjeux qu'elles représentent, notamment en ce qui concerne la jalousie, les disputes et la place de chacun au sein de la famille

Trouver des clés de communication efficaces ainsi que des supports concrets pour accompagner vos enfants et ados dans ces moments délicats.

Mathieu, papa de 2 enfants



“J’ai adoré cette conférence qui m’a donné plein de pistes à explorer avec mes enfants”

OBJECTIFS

Aborder et préparer nos enfants et nos ados aux difficultés de la vie

Comment parler à des enfants de la mort, de la maladie, des attentats ou d'un déménagement ? Trouver les mots est souvent difficile, tant ces sujets sont complexes. Quelles informations communiquer, comment éviter la contagion émotionnelle ? Toutes ces questions viennent troubler les adultes et rendent la communication plus sensible.

extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

Découvrir comment parler de la mort, de la maladie ou d'un divorce avec les enfants/ ados

Savoir comment aborder des thèmes en apparence plus légers comme l'arrivée d'un bébé ou les très relations sexuelles

Trouver des clés de communication pour aborder sans trop de stress et de maladresse les différents sujets

Christine, responsable RAM



Une conférence accessible et qui rassure les parents et les professionnels.

Les Plus d' APcomm

20

années d'expérience

8

Le nombre de conférencières actives chez APcomm

100

conférences en moyenne réalisées par nos conférencières en un an

98%

Taux de satisfaction suite à nos conférences

Apprivoiser les émotions : les nôtres et celles de nos enfants



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



MON ADO ET MOI, MODE D'EMPLOI



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Faire de nos émotions nos alliées

« Pourquoi tu pleures ? », « c'est quoi cette grosse colère ? », « arrête tes caprices » ...
Les adultes sont parfois perdus et démunis face aux états émotionnels très intenses de leurs enfants. Les peurs, les colères, les moments d'excitation semblent souvent incontrôlables. Il est pourtant possible de les accompagner.

VOUS ALLEZ ...

-  Comprendre le rôle des émotions, comment elles se manifestent et leurs particularités
-  Découvrir des clés de communication et des supports concrets pour accompagner le développement de compétences émotionnelles des enfants et ados.

Loïc, professeur des écoles
★★★★★

Grâce à cette conférence, j'ai mieux compris le rôle des émotions et leurs richesses

OBJECTIFS

Mieux comprendre les enjeux de l'adolescence et découvrir des outils de communication adaptés

L'adolescence est une période souvent bouleversante. Pour se préparer à l'âge adulte, l'ado va vivre des transformations à tous les niveaux et devoir faire face à de nouveaux défis. Et si nous, les adultes, nous apprenions à mieux les connaître et à les accompagner dans ce processus ?

extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

Pierre, père de 3 ados
★★★★★

Cette conférence m'a permis de mieux comprendre ce que vit mon ado. Et pouvoir en parler avec humour fait du bien"

-  Mieux comprendre toutes les transformations physiques, cérébrales, identitaires... liées à l'adolescence
-  Découvrir des clés de communication pour garder le lien malgré ce besoin de distance
-  Trouver des pistes concrètes pour mieux vivre cette période

Accompagner son ado sur les réseaux sociaux



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



OBJECTIFS

“Mais lâche ton téléphone !”

Les écrans ont envahi nos vies, et notamment celles de nos adolescents. S'ils apportent certains progrès et facilités, ils peuvent être également une source de grandes difficultés et de risques majeurs, particulièrement quand il s'agit des réseaux sociaux.

 extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

 Mieux comprendre l'impact des réseaux sociaux sur nos ados et leurs difficultés à s'auto-réguler.

 Découvrir des clés de communication et des pistes concrètes pour aider nos ados à encadrer l'usage de leurs réseaux sociaux (choix du contenu, limitation du temps d'écran, sensibilisation aux dérives, préservation de leur e-réputation...)

Christine, maman de 3 ados



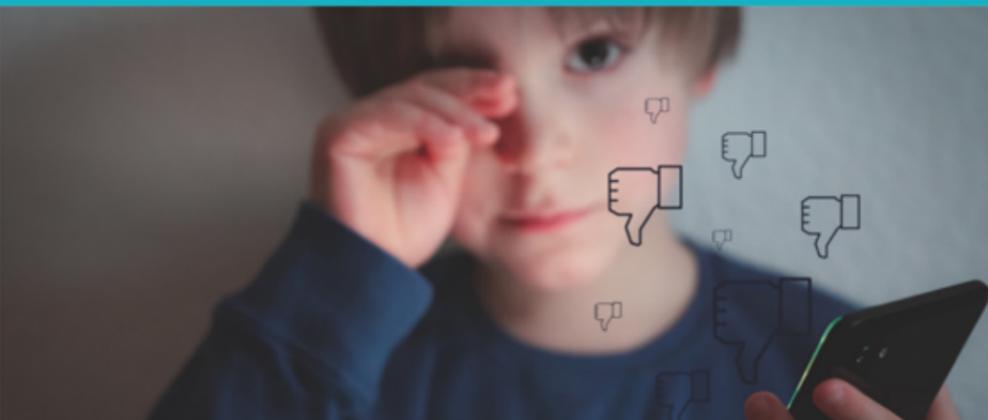
Merci pour cette conférence qui me donne des pistes faciles et tellement de ressources”

AUTORITE
ESTIME DE SOI
JALOUSIE
ECRANS
EMOTIONS
ADOLESCENCE

Grandir à l'ère du numérique Comment gérer les écrans en famille



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



OBJECTIFS

Maitriser les écrans

Les écrans font désormais partie intégrante de nos vies, et plus particulièrement de celles de nos enfants et adolescents. Bien qu'ils apportent des progrès significatifs et facilitent de nombreuses tâches, ils peuvent également engendrer des difficultés et des risques non négligeables, tels que la surexposition, la cyberpornographie, et une consommation excessive de jeux vidéo.

🎬 extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

” **Tania, maman de 2 enfants**



Sans être culpabilisée, j'ai compris ce que je pouvais faire simplement pour garder le contrôle des écrans

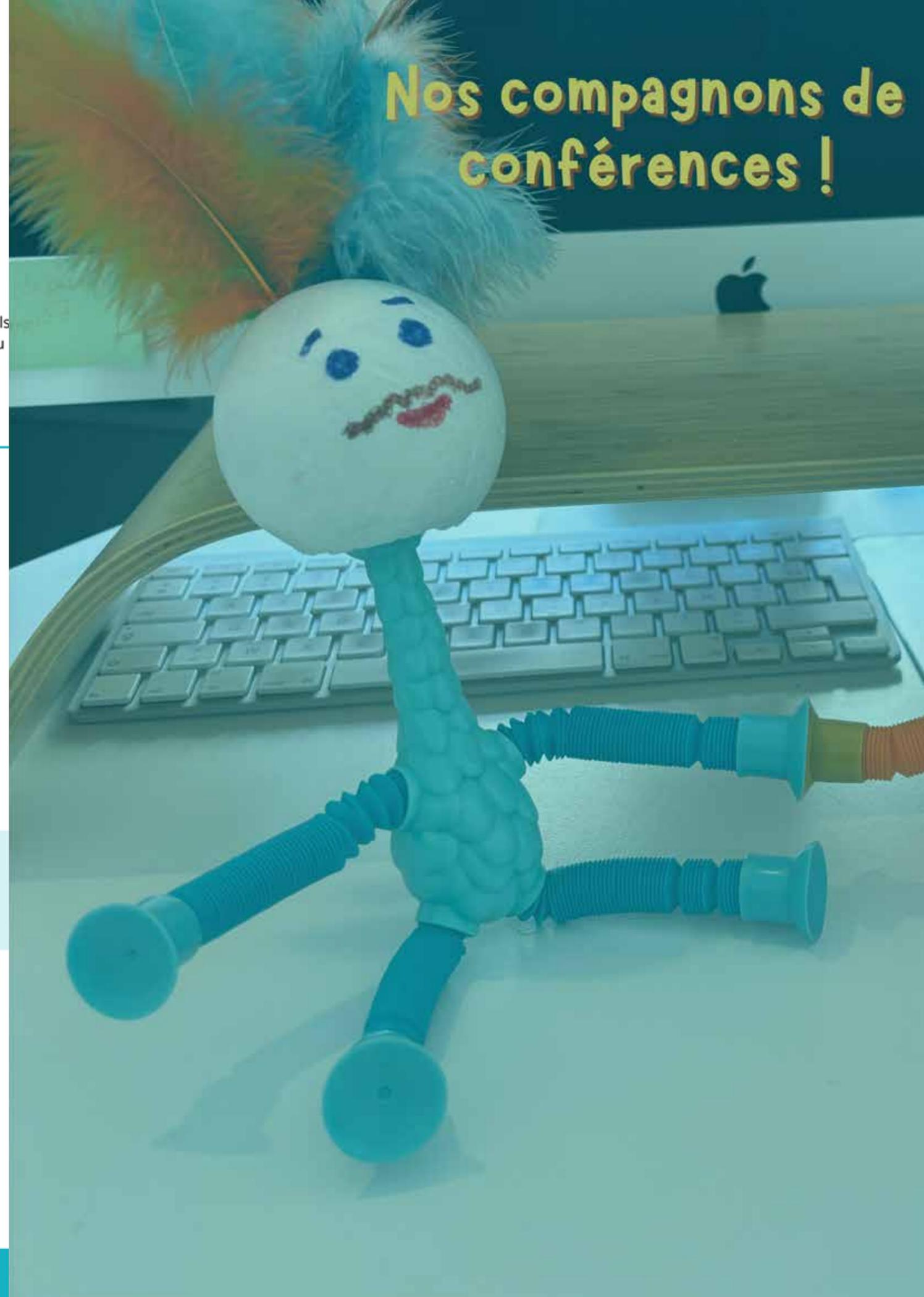


Vous offrir une meilleure compréhension de l'impact des écrans sur nos enfants et nos adolescents, notamment en ce qui concerne leurs difficultés à s'autoréguler



Des clés concrètes pour encadrer de manière bienveillante l'usage des écrans par vos enfants et adolescents. (choix des contenus, la limitation du temps d'écran, la sensibilisation aux dérives potentielles)

Nos compagnons de conférences !



PARENTALITE

Blablabla
TV...
BlaBla bla
ENCORE

Conférence – Parentalité Ennéagramme et parentalité : mieux se connaître pour mieux communiquer en famille



* **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes
de questions-réponses

* **Public**
Pour les parents ou
professionnels en relation
avec des enfants et/ou des
adolescents

* **Matériel**
Un support sera projeté

OBJECTIFS

Découvrir pourquoi nous ne pouvons nous empêcher certaines réactions face à nos enfants, tel est le but de l'ennéagramme.

Nous identifierons nos points forts en tant que parents ou éducateurs et les ressources à développer. Ce modèle vous aidera aussi à mieux comprendre certaines réactions de vos enfants.

 **extrait de la conférence**



VOUS ALLEZ ...

-  Découvrir tous les trésors que recèle le modèle de personnalité de l'ennéagramme.
-  Discerner pour chacune des 9 bases, les compétences parentales qui y sont associées.
-  Identifier pourquoi certains comportements génèrent de grandes tensions.

Julie, maman de 3 enfants

Très rassurée, quand j'ai découvert que je pouvais compter sur mes propres compétences pour établir un cadre clair.

Prévenir l'épuisement parental



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants et/ou des adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Et les papas dans tout ça ?



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants ou adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

OBJECTIFS

Mieux comprendre les mécanismes du burn-out parental pour s'en sortir ou l'éviter.

Les parents d'aujourd'hui doivent affronter un surprenant paradoxe : ils disposent certes de très nombreuses ressources et aides, mais subissent en parallèle la pression d'être de « super-parents ». L'épuisement parental peut dès lors concerner chacun d'entre nous. Pour l'éviter, il est essentiel d'en connaître les mécanismes.

extrait de la conférence



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Se sentir à la fois papa et père, et trouver le bon équilibre avec son conjoint

Les modèles familiaux ont évolué très rapidement lors des dernières décennies. Les parents disposent maintenant d'une autorité conjointe et se partagent davantage les tâches familiales. Face à tous ces bouleversements, qui sont ceux que l'on appelle aujourd'hui « les nouveaux pères » ? Et quelle nouvelle synergie trouver avec le rôle des mères et les nouveaux équilibres familiaux ?

VOUS ALLEZ ...

- ☛ Mieux comprendre les multiples pressions que subissent les parents aujourd'hui
- ☛ Découvrir les 4 dimensions du burn-out parental
- ☛ Identifier des pistes concrètes et pragmatiques pour offrir aux parents un répit adapté et

Hamid, papa de 2 enfants

J'ai enfin pu mettre des mots sur ce qui nous est arrivé avec mon épouse et revenir à la maison avec des pistes claires.

VOUS ALLEZ ...

- ☛ Découvrir comment le rôle du père a évolué dans notre société, notamment avec les familles monoparentales et homoparentales
- ☛ Comprendre pourquoi les couples ont besoin aujourd'hui d'inventer de nouveaux modèles
- ☛ Bénéficier de pistes pragmatiques pour trouver un équilibre entre nos différentes fonctions parentales et être un couple parental équilibré.

Pierre, jeune papa de 2 enfants

"Je sais maintenant que je peux faire autrement que mon propre père, tout en respectant ses valeurs"

Accompagner vos ados face à l'orientation scolaire



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des adolescents (à partir de la 4e)
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Nos atouts



Nos conférences permettent d'aborder de façon dynamique et accessible les principaux enjeux de la communication Adulte-Enfant.



Des exemples concrets sont tirés du quotidien des parents ou des pros.



Les outils présentés lors des conférences donnent immédiatement envie au public de les utiliser.



La présentation est faite avec humour et pragmatisme... pour une prise de conscience sans culpabilisation afin de permettre la découverte d'autres façons de communiquer.

OBJECTIFS

L'orientation est un moment difficile dans la vie d'un jeune. Il a évidemment besoin de ses parents à ses côtés.

Mais à quelle distance ? De quelle manière ? Cette conférence vous donnera des clés pour comprendre et guider votre jeune dans la construction de son projet professionnel.



extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

- 💡 Trouver notre juste place en tant que parent ou adulte accompagnant.
- 💡 Savoir aider notre enfant à se connaître, à explorer les métiers et à se projeter dans ses études.
- 🔑 Découvrir des propositions d'activités qui concourent à l'élaboration de son projet professionnel.



Arnaud, papa de 2 enfants

J'ai beaucoup aimé les propositions d'activité pour aider mon enfant à mieux se connaître. Je retiens particulièrement le jeu des cartes postales.

Conférence – Parentalité L'hypersensibilité chez les enfants et les adolescents



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants ou adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Conférence – Parentalité Communiquer autrement pour cultiver le lien intergénérationnel



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents, les grands-parents et les professionnels en relation avec des enfants ou adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Pourquoi je ressens tout si fort ?

L'hypersensibilité est un trait de tempérament qui, bien compris et accompagné, peut enrichir la vie émotionnelle de l'enfant. En tant qu'éducateur, il est crucial de comprendre comment s'exprime cette hypersensibilité et d'accompagner l'enfant dans son voyage émotionnel unique.

VOUS ALLEZ ...

- Découvrir les différentes facettes de l'hypersensibilité
- Mieux comprendre les atouts, mais aussi les difficultés créées par cette hypersensibilité
- Bénéficier des pistes concrètes pour expliquer et accompagner l'enfant quand la sensibilité est trop forte



OBJECTIFS

Découvrez les bénéfices et les clés pour favoriser ce lien

Les relations entre génération sont parfois (souvent) compliquées. Le stress de la vie moderne, les emplois du temps chargés, la nucléarisation ou la recombinaison des familles, l'allongement de la durée de la vie ont modifié profondément nos relations et parfois augmenté la défiance entre génération. Et pourtant pour bien grandir et bien vieillir les liens entre génération sont indispensables. On sait aujourd'hui que les liens sociaux sont indissociables d'une bonne santé mentale.

VOUS ALLEZ ...

- Comprendre pourquoi le lien intergénérationnel est indispensable à chacun
- Explorer comment entretenir ou recréer ce lien
- Identifier les pensées pièges qui nous empêchent d'entretenir ce lien et les outils de communication qui peuvent le favoriser



extrait de la conférence



” Rachida, grand-mère de 4 petits-enfants

“ Une conférence très positive qui me confirme que mon rôle de grand-mère est très important et que je sers à quelque chose !”

Parentalité et handicap "être parent avant tout"



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants ou adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

S'épanouir dans sa parentalité malgré les difficultés et l'adversité

En France, près de 12 millions de personnes sont considérées en situation de handicap. 600 000 enfants et adolescents sont concernés, dont près de 400 000 sont scolarisés dans des établissements du 1er et du 2nd degré.

La présence d'un handicap est un facteur majeur de perturbation de l'équilibre familial et a de nombreux impacts sur le vécu de la parentalité.

VOUS ALLEZ ...



Comprendre les principaux défis de la parentalité auxquels doivent faire face les parents d'enfants en situation de handicap ou s'ils sont porteurs eux-mêmes d'un handicap



Différencier le trouble / handicap, trauma / traumatisme, et comprendre le poids considérable du handicap sur la vie familiale



Découvrir des pistes pour une réorganisation familiale et pour une meilleure prise en compte du handicap, particulièrement les handicaps dits invisibles (troubles des apprentissages, les Dys et TDA)

Nos compagnons de conférences !



EPUISEMENT PARENTAL

HANDICAP

REPIT FAMILIAL

ENNEAGRAMME

HANDICAP

PATERNITE

INTERGENERATION

Conférence – Les apprentissages
Et la fratrie dans tout ça ?
Comment communiquer en famille
quand un enfant est porteur
d'un handicap



* **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes
de questions-réponses

* **Public**
Pour les parents ou professionnels
en relation avec des enfants ou
adolescents

* **Matériel**
Un support sera projeté

OBJECTIFS

Communiquer en famille pour mieux vivre le handicap

Une maladie, un handicap chez l'un de nos enfants met souvent la famille à rude épreuve. Communiquer en famille et trouver sa juste place devient alors parfois compliqué. Le sentiment d'impuissance que ressentent certains enfants face au désarroi parental, du désir de réparation, au sentiment d'abandon ou de la jalousie envers cet enfant viennent souvent s'entremêler. Savoir en parler sereinement peut apaiser les familles.

VOUS ALLEZ ...

-  Mieux comprendre les sentiments ou les émotions que peuvent vivre les autres enfants de la fratrie
-  Prendre le temps de réfléchir à l'organisation de la famille.
-  Découvrir des outils de communication permettant d'installer des relations plus sereines.

**Rodrigue, papa
d'un enfant porteur de TND**

"J'ai compris que mes autres enfants
avaient le droit d'être en colère
quand on passe trop de temps avec
leur frère."



Le répit familial : une clé de l'équilibre parental ?



**Réservée
aux professionnel(le)s**

- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Comment accompagner et soutenir les parents sur la question des écrans



**Réservée
aux professionnel(le)s**

- * **Matériel**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Matériel**
Un support sera projeté

OBJECTIFS

Mieux comprendre les enjeux du répit familial et prévenir le burn-out parental .

Dans un monde où les responsabilités parentales peuvent parfois être accablantes, l'importance de prendre du temps pour soi est présenté comme un impératif. Or cette nécessité peut être aussi vécue comme une injonction supplémentaire et intenable pour certains parents. Le répit familial, pourtant présenté comme un avantage, peut alors se transformer en fardeau, semblant alors inaccessible ou insuffisant.



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Accompagner sans culpabiliser

Les écrans font désormais partie intégrante de nos vies, et plus particulièrement de celles de nos enfants et adolescents. Bien qu'ils apportent des progrès significatifs et facilitent de nombreuses tâches, ils peuvent également engendrer des difficultés et des risques non négligeables, tels que la surexposition, la cyberpornographie ou une consommation excessive de jeux vidéo.

**Chantale,
directrice de crèche**

★ ★ ★

“ La conférence nous a permis d'y voir plus clair et de savoir quoi répondre face aux questionns des parents ”

VOUS ALLEZ ...

- 💡 Mieux comprendre les multiples pressions que subissent les parents aujourd'hui
- 💡 Découvrir les 4 dimensions du burn-out parental et comment le prévenir
- 🔑 Identifier des pistes concrètes et pragmatiques pour offrir un répit parental et familial profitable

**Emma,
chargée de devl local social**

une conférence passionnante qui offre de nouvelles perspectives d'interventions.

VOUS ALLEZ ...

- 💡 Obtenir une meilleure compréhension de l'impact des écrans sur les enfants et les adolescents, notamment en ce qui concerne leurs difficultés à s'autoréguler
- 💡 Y voir plus clair dans l'environnement numérique des enfants et des adolescents
- 🔑 Découvrir des clés concrètes pour soutenir les parents dans l'usage des écrans par leurs enfants et adolescents (choix des contenus, la limitation du temps d'écran, la sensibilisation aux dérives potentielles)

LES APPRENTISSAGES



Conférence – Les apprentissages

Comment la communication peut bloquer les apprentissages et la motivation à l'école et à la maison



* **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses

* **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants ou adolescents

* **Matériel**
Un support sera projeté

OBJECTIFS

Mieux apprendre à la maison (et à l'école)

Face aux difficultés d'apprentissage, la façon de communiquer avec les enfants devient primordiale et peut favoriser ou freiner leur capacité d'apprendre.

Communiquer de façon bienveillante et efficace permet de placer l'enfant dans une meilleure disposition face à l'apprentissage, de le rassurer, et de lui faire prendre conscience de ses acquis.

 extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

-  Découvrir les freins affectifs ou psychologiques des apprentissages (notamment le stress)
-  Mieux comprendre les mécanismes d'apprentissage
-  Identifier quels outils de communication peuvent être utilisés pour renforcer l'écoute, la coopération et l'estime de soi de l'enfant

” **Nathalie, maman de 3 enfants**
J'ai adoré la conférence ! Elle m'a (presque) donné l'envie de réveiller mes enfants pour faire leurs devoirs !



Comprendre et agir contre le harcèlement et le cyberharcèlement



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants ou adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Favoriser l'autonomie et la motivation, à la maison et à l'école



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des enfants ou adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Comprendre pour agir avec plus d'efficacité

Un élève sur 10 serait victime de harcèlement à l'école ou au collège. 20% d'entre eux auraient subi des intimidations en ligne. Pourtant le harcèlement et le cyberharcèlement ne sont pas des fatalités et peuvent être évités ou stoppés.

VOUS ALLEZ ...

- 💡 Mieux définir ce qu'est le harcèlement entre enfants et adolescents.
- 💡 Comprendre ses fondements, ses mécanismes, ses différentes formes ainsi que les particularités du harcèlement numérique.
- 🔑 Savoir quels sont les bons réflexes et les démarches à mettre en place

” **Quentin, papa de 2 ados**

” J'ai aimé cette conférence très précise et claire, sans simplifier les problèmes ”

★★★★★

OBJECTIFS

Favoriser ou développer l'autonomie de nos enfants/ados face aux apprentissages

Quel parent n'a pas rêvé de voir son enfant motivé et actif face à ses « devoirs », qu'ils soient scolaires ou domestiques ? Face à la difficulté de l'action, communiquer efficacement permet de placer l'enfant dans une meilleure disposition face à l'apprentissage, de le rassurer, et de lui faire prendre conscience de ses acquis.



extrait de la conférence



VOUS ALLEZ ...

- 💡 Découvrir les fondements du processus de l'autonomie
- 💡 Mieux comprendre les mécanismes des différentes motivations
- 🔑 Identifier quels outils de communication peuvent être utilisés pour renforcer l'autonomie et la détermination de l'enfant/ado

” **Samuel, enseignant**

” J'ai particulièrement apprécié de découvrir les différentes motivations et leurs spécificités ”

★★★★★

Conférence – Les apprentissages

Mieux comprendre et accompagner
les enfants porteurs de "TND"
Troubles NeuroDéveloppementaux



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes
de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou
professionnels en relation
avec des enfants ou
adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

**Mieux comprendre les troubles des
apprentissages**

En France, de nombreux enfants souffrent de troubles des apprentissages, tels que la dyslexie, la dyscalculie ou encore le TDAH. Ces difficultés, souvent invisibles, peuvent considérablement entraver leur parcours scolaire et leur épanouissement personnel. Malgré leur potentiel, ces enfants se heurtent à des défis quotidiens, nécessitant un accompagnement adapté pour leur permettre de développer pleinement leurs capacités et de réussir, tant sur le plan scolaire que social.

VOUS ALLEZ ...



Comprendre ce que sont les différents troubles DYS et TDA/H



Mieux appréhender les difficultés que les enfants rencontrent



Découvrir des outils de communication et des astuces pour faciliter leur vie quotidienne



**Marie,
maman de 3 enfants**

" J'ai mieux compris les handicaps invisibles et comment les accompagner. Merci "



APPRENTISSAGES

MOTIVATION

ORIENTATION SCOLAIRE

HARCELEMENT

PARCOURSUP

ENFANTS ATYPIQUES

Aborder les oraux sereinement : maîtriser sa communication et son stress



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec ados- Pour les élèves également.
- * **Matériel**
Un support sera projeté

Parcoursup : comment faire les bons choix et valoriser son dossier



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou professionnels en relation avec des lycéens - Pour les élèves également.
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



OBJECTIFS

L'oral est une épreuve que tous les collégiens, lycéens et étudiants sont amenés à rencontrer.

S'y préparer rend l'expérience plus attrayante et surtout moins terrifiante. Pendant cette conférence, nous verrons les ingrédients indispensables pour réussir son oral et surtout comment gérer le stress.



extrait de la conférence



OBJECTIFS

Si vous avez un enfant au lycée, le mot Parcoursup commence à éveiller votre curiosité ou peut-être votre inquiétude.

Cette conférence vous explique le fonctionnement de la plateforme et les astuces pour en faire l'allié de votre adolescent.

VOUS ALLEZ ...

- Maîtriser sa communication : un contenu percutant, l'anticipation des questions.
- Travailler sur le placement de sa voix, sur sa posture, ses mains, etc.
- Différencier le bon du mauvais stress et apprendre à gérer le mauvais
- Identifier ses peurs et ses croyances pour les remettre à leur juste place

” Zoé, élève de Terminale
Je repars avec des outils pour gérer mon stress et bien me préparer pour mon grand oral.
Merci.
★★★★★

VOUS ALLEZ ...

- Bénéficier de la présentation de la plateforme et le processus de candidature
- Accéder à la compréhension des résultats et des phases d'admission.
- Mieux comprendre la place du parent dans le processus
- Savoir comment optimiser son dossier et construire son schéma d'études.

” Louana, élève de Terminale
Merci pour toutes ces informations pratiques. Je me sens rassurée.
★★★★★



- * **Durée de la conférence**
2 heures dont 30 à 45 minutes
de questions-réponses
- * **Public**
Pour les parents ou
professionnels en relation
avec des enfants ou
adolescents
- * **Matériel**
Un support sera projeté



extrait de la conférence



BJECTIFS

Les compétences psychosociales favorisent une bonne santé mentale

Définies par l'OMS comme la capacité d'une personne à faire face aux exigences et aux défis de la vie quotidienne, les Compétences PsychoSociales (CPS) sont indispensables à notre équilibre mental. En France, une personne sur quatre souffre de troubles psychiques. Cette situation a empiré avec la pandémie suite à la pandémie de la COVID 19. Ce sujet, jusque-là tabou, connaît aujourd'hui une mise en lumière qui nous permet de mieux comprendre l'intérêt des programmes de développement de ces compétences.

VOUS ALLEZ ...



Repérer les différentes compétences :
émotionnelles, cognitives et relationnelles



Comprendre comment les développer et les
utiliser au quotidien

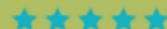


Découvrir quelques outils à pratiquer pour
soi-même ou en famille pour commencer à
les développer.



**Nessim
entrepreneur et papa**

J'avais déjà entendu parler des
softskills au boulot. Mais je ne savais
pas que ça avait un lien avec l'état
de notre santé mentale



 **APcomm.fr**

@ info@apcomm.fr

 **01.41.81.64.42**

