



parentalignés

# La Parent 'aventure

Une expérience de coaching  
qui va transformer  
ta vie de famille !



# LE CONCEPT

Tu es une mère ou un père et tu ressens un **profond décalage** entre le parent que tu as envie d'être et celui que tu es au quotidien pour tes enfants.

Tu aimerais **faire plus, faire mieux**, mais tu te sens souvent **complètement démuni.e** face aux comportements de ton enfant.

Tu en viens à faire **tout ce que tu ne voulais pas**, et tu ne sais même pas **par où commencer** pour enfin (re)trouver un quotidien serein, sans cris et sans culpabilité.

Tu connais l'adage :  
" Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin ? "

Et bien c'est précisément ce que je vais **te proposer d'expérimenter** à travers la Parent'aventure.





# LA FORCE DU COLLECTIF

Grâce à la Parent'aventure, tu vas pouvoir **expérimenter la puissance du groupe** quand il s'agit d'**atteindre un objectif**.

Tu veux **transformer ta relation avec tes enfants**, assumer ton rôle de mère/de père avec **conscience et conviction**, et ne plus avoir l'impression d'être **en mode "survie"** tous les jours ?

Rejoins l'aventure d'un coaching collectif au sein d'un groupe de parents qui veulent reprendre le contrôle sur leur quotidien !

Pendant **4 mois**, tu pourras **partager tes questionnements, expérimenter de nouvelles postures**, trouver enfin **les clés d'un quotidien serein et apaisé** où tu prends soudain **plaisir à être avec ton enfant**, même dans les mauvais jours (parce qu'ils seront toujours là eux, mais toi **tu sauras exactement quoi faire et comment gérer !**)



parentalignés

# 8 ATELIERS

*pour tout changer*



## COMMUNIQUER SANS VIOLENCE

Techniques d'écoute et d'expression de soi pour modifier sa posture



## LES BESOINS DE CHACUN

Quand les mettre au coeur du système donne un nouveau regard sur la famille



## APAISER LES TENSIONS

Comment tisser du lien avec mon enfant, même dans les situations difficiles ?



## ACCOMPAGNER LES ÉMOTIONS

Comment accueillir VRAIMENT les émotions de mon enfant ?



## DIRE STOP

Comment poser un cadre éducatif ?



## QUAND ÇA PART EN VRILLE

Comment identifier et gérer les situations "à risque" ?



## MON ENFANT GRANDIT : L'ADOLESCENCE

Et si l'adolescence se préparait dès l'enfance ?



## MES ENGAGEMENTS DE PARENT

On fait le bilan, calmement



# INFOS PRATIQUES

La Parent'aventure est disponible **en présentiel à Beauvais ou en visio**, sur des sessions distinctes.

Groupe limité à **6 personnes maximum**

**Groupe WhatsApp privé pour le groupe**

8 ateliers de 2h/2h30



## QUI SUIS-JE ?

Fondatrice de **Parentalignés**, **consultante en parentalité et formatrice** après une formation de 2 ans auprès de l'organisme **Parentalité Créative**, ancienne orthophoniste et surtout **maman de deux garçons** de 3 et 6 ans, ce qui m'anime dans la vie, **c'est d'accompagner les mères et les pères à sortir du mode "survie"** dans leur quotidien de parents, et à retrouver confiance et équilibre !

Ça a été un **réel plaisir et un privilège** d'avoir participé à cette aventure avec toi, Charles et Julie! Un vrai **moment de partage!** Tu es **dynamique, souriante, engagée et passionnée !** Des échanges de qualité !  
Merci à toi Cécile !

Fabien



*Ils ont participé à l'aventure....*

**Tu hésites ?  
Fonce!**

Tu trouveras de **l'écoute, du partage, de la confiance, de la compréhension** dans ce que tu vis pour mieux réagir ! Tu vas te sentir **entouré, moins seul** dans ce que tu vis. Tu vas en sortir **grandi avec plein de clefs et une équipe!**

Julie.

Depuis ma Parent'aventure je me sens **libéré et décomplexé** de ma parentalité. Je n'aurai pas pensé vivre cette aventure **aussi fortement**. Je me sens **plus à l'écoute des besoins et des émotions** de mes enfants.  
Merci Cécile, ne change rien.

Charles

J'ai participé à un cycle d'ateliers avec Parentalignés et j'en ai été **ravie**.

Questionnements, **prises de conscience**, j'ai pu voir **des changements au quotidien** avec mon fils, mais aussi avec mon compagnon, ... en bref, les ateliers m'ont **beaucoup apporté**. Ils sont très bien construits.

Cécile est très **professionnelle, très accessible**, et crée une **atmosphère douce, bienveillante et propice aux échanges**.

Les **échanges avec d'autres parents** (parents d'un seul ou de plusieurs enfants, de tous âges) étaient d'ailleurs d'une **grande richesse**. En résumé, je vous **recommande chaudement** le coaching collectif avec Cécile !

Florence

Tu te dis que tu aimerais peut-être  
tenter l'aventure ??

ALORS PRENDS UN RDV AVEC MOI POUR EN DISCUTER  
ET CANDIDATER POUR LA PROCHAINE SESSION :

[HTTPS://CALENDLY.COM/PARENTALIGNES/30MIN](https://calendly.com/parentalignes/30min)



CÉCILE POULTIER



[cecile.poultier@parentalignes.fr](mailto:cecile.poultier@parentalignes.fr)



07 69 86 41 21