

Depuis 1929, l'École des Parents et des Éducateurs d'Ile de France propose aux parents et aux jeunes des consultations, des groupes de paroles, des conférences et des bilans (EPE Accueil), des services téléphoniques (EPE téléphonie sociale) et aux professionnels de la famille des formations (EPE formation)...

### Le service EPE Accueil comprend :

- Le Café de l'École des Parents
- Les conférences et les interventions extérieures
- La Maison Ouverte
- Le Centre Médico-Psychologique
- Les bilans psychopédagogiques et d'orientation

Parents et professionnels, retrouvez l'ensemble des activités de l'association EPE-IDF sur le site : [www.epe-idf.com](http://www.epe-idf.com)

Responsable de secteur Café de l'École des Parents  
Virginie Roturier



Président de l'EPE :  
Pr. Philippe Jeammet  
Directrice générale de l'EPE :  
Mirentxu Bacquerie

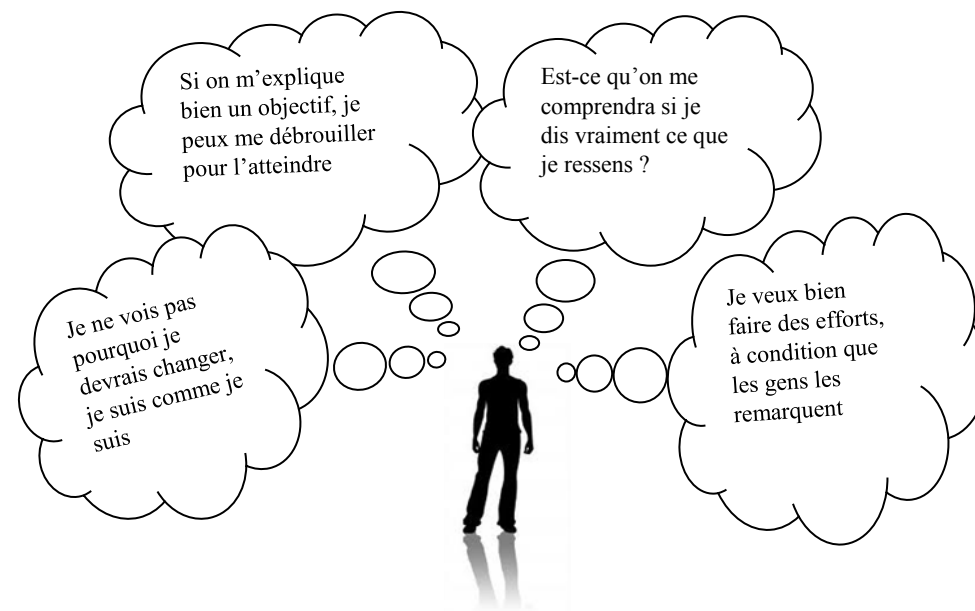


Le Café de l'École des Parents  
5 impasse Bon Secours  
ACCUEIL DU PUBLIC : 11 cité du Couvent  
(au niveau du 101 rue de Charonne), 75011 Paris  
Métro Charonne  
01 44 93 44 84  
[cafedesparents@epe-idf.com](mailto:cafedesparents@epe-idf.com)

## L'École des Parents et des Éducateurs

**Propose un stage aux jeunes entre 15 et 18 ans :  
pendant les vacances scolaires de printemps (avril 2018)**

## Mieux se connaître et gagner en efficacité



Ce stage est constitué de 5 ateliers complémentaires pendant les vacances scolaires de printemps (avril 2018). Il est articulé autour d'une logique de progression, au fil des modules qui se complètent mutuellement. Chaque atelier a lieu de 14h à 16h ou de 16h30 à 18h30.

### **L'inscription aux 5 séances est nécessaire**

#### **Stage limité à 8 participants**

Ce stage a pour objectif d'amener les participants à :

- Se remotiver
- Améliorer leur fonctionnement intellectuel et émotionnel
- Développer la confiance en soi

#### **MODULE 1 : DÉFINIR ET ATTEINDRE DES OBJECTIFS PERSONNELS**

Cette séance permet aux participants de mieux connaître leurs domaines de performance, de se fixer des objectifs et savoir comment les atteindre. Les principaux facteurs de la réussite sont détaillés : le rôle des contacts sociaux / la visualisation / l'image de soi.

[Le mardi 17 avril 2018](#)

#### **MODULE 2 : DÉCOUVRIR L'INTELLIGENCE QUI VOUS CORRESPOND**

Cette séance présente les facteurs de succès de l'apprentissage, afin d'améliorer durablement les résultats scolaires. Parmi les diverses formes d'intelligence, les participants découvrent celle qui leur fournit le maximum d'efficacité.

[Le mercredi 18 avril 2018](#)

#### **MODULE 3 : PRENDRE LE CONTRÔLE DE VOS ÉMOTIONS**

Cette séance donne des clés aux participants pour maîtriser leurs réactions émotionnelles (stress, colère, joie, culpabilité). S'appuyer sur le positif, retenir les messages encourageants et ne pas se laisser submerger par l'émotion, sont quelques-unes des applications pratiques de ce module.

[Le jeudi 19 avril 2018](#)

#### **MODULE 4 : ÊTRE À L'AISE EN TOUTES SITUATIONS**

Pour s'exprimer efficacement et mieux comprendre les autres, il est important de connaître les différentes composantes de la communication (message verbal, gestuelle). Cette séance fournit les clés pour se présenter, influencer et convaincre dans les situations à enjeu.

[Le vendredi 20 avril 2018](#)

#### **MODULE 5 : S'APPUYER SUR SES POINTS FORTS POUR RÉUSSIR**

Cette séance doit amorcer un changement en profondeur, pour aligner ambitions et objectifs. En complément du module 1, les participants apprennent à faire évoluer l'image de soi. A l'issue de cette séance, chacun a pleinement conscience des atouts sur lesquels il peut compter, et peut se donner toutes les chances de réussir.

[Le samedi 21 avril 2018](#)

**Animé par Lucas RENAUD, formateur en développement personnel**

**Tarif : 216 euros**

**Inscription par téléphone au 01 44 93 44 84**

**Renseignements par téléphone ou par mail : [cafedesparents@epe-idf.com](mailto:cafedesparents@epe-idf.com)**