



Répit Providence

# CAI - Ces années incroyables

Programme de soutien à la parentalité



**CAI, c'est :**

- ⇒ **15 ateliers** approfondis, pratiques et concrets
- ⇒ Pour les pères, mères et figures parentales d'enfants de **2 ans et demi à 7 ans**
- ⇒ **10 mars 2026 au 16 juin 2026**, les mardis de 13h à 15h (15 semaines)
- ⇒ Où : **Répit Providence** au 1855, rue Dézéry, Montréal H1W 2S1 ( métro Préfontaine )
- ⇒ Service de garde sur demande

## Pourquoi participer ?

- ✓ S'outiller concrètement avec des **stratégies positives** ;
- ✓ Aider à développer de l'**empathie** ;
- ✓ Réduire les **comportements inadéquats / crises** ;
- ✓ Promouvoir les **compétences** d'ordre social et langagier ;
- ✓ Améliorer la **relation** avec votre enfant ;
- ✓ S'outiller au niveau des **émotions** ;
- ✓ Développer l'**autonomie** et la **persévérance** ;
- ✓ Renforcer votre **confiance** et celle de votre enfant ;
- ✓ **Partager** entre parents / figures parentales.

## Être parent est un défi permanent.

Vous avez un enfant entre 2 ans ½ et 7 ans ? Vous vous questionnez sur votre rôle de parent ? Vous vous sentez parfois démunis face aux réactions de votre enfant ? Vous avez besoin de stratégies efficaces ?

Le programme **Ces années incroyables** permet de reprendre du **plaisir** dans son quotidien de parent, de s'approprier des **outils éducatifs** qui s'adaptent à chaque famille et chaque enfant ainsi que de **partager son expérience** avec d'autres parents.

CAI place le parent au cœur du développement de son enfant et lui permet de maintenir ou instaurer des **relations familiales saines et positives**.

Les ateliers s'adressent aux parents qui souhaitent s'outiller pour maintenant ou plus tard, et qui se questionnent ou se sentent parfois impuissants face aux comportements, émotions et aux gestes de leurs enfants.

## L'approche se base sur différents points :

- Des discussions en lien avec des vidéos et des expériences ;
- Des mises en situation, des pratiques ;
- Des témoignages et des échanges bienveillants sans jugement ;
- Des stratégies autour de différentes thématiques (le jeu, les émotions, les félicitations efficaces, les limites, les comportements difficiles, la persévérance...) ;
- Une approche dynamique et positive même dans l'animation.

Développé par Carolyn Webster-Stratton, de l'Université de Washington, ce programme de soutien à la parentalité basé sur l'éducation positive est complet, dynamique et concret.



Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
du Centre-Sud-  
de-l'Île-de-Montréal

Québec

Pour toute question, contactez Christelle au 514 254-3170