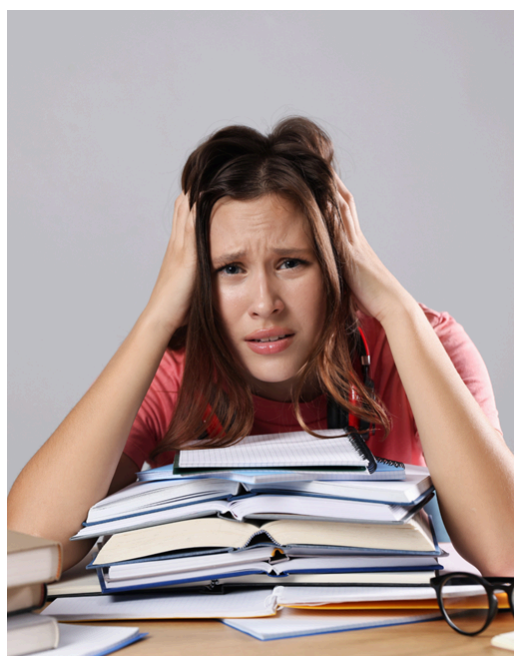


les ateliers de Mars et Avril 2026



Atelier Collégiens :

Aider nos ados à mieux gérer le stress...

L'objectif de cet atelier est de permettre un échange interactif sur la thématique du stress : pour mieux le comprendre, mieux le dépister et mieux le gérer.

Pour les collégiens.

- Samedi 14 Mars de 14h à 17h : Le stress c'est quoi?
- Samedi 28 Mars de 14h à 17h : Initiation aux techniques pour mieux gérer son stress

Inscription obligatoire.



Journée mère-fille sur la puberté - Cycloshow

En participant à cet atelier, les mamans partageront un moment de complicité unique avec leur fille.

Objectif : Apprendre à s'accepter en tant que femme et à vivre sereinement les changements de la puberté.

Prochain atelier le **dimanche 29 Mars 2026** de 9h45 à 16h45

Inscription obligatoire.



ATELIER "Communiquer en couple"

Objectif: Transformer vos frictions quotidiennes en dialogues constructifs
Atelier proposé par le CLER.

- Atelier sur un week-end sans logement
 - sur 2 jours : **samedi 11 Avril** de 14h à 20h et **dimanche 12 Avril** de 9h à 17h
- Inscription obligatoire.

+ d'infos et inscriptions

Accueil du mardi au vendredi de 14h à 18h

oasis-famille-ecoute.fr

7, rue du Lieutenant-Colonel Pélissier, Toulouse

