

# Konféty

## MISSION

Pour favoriser des relations harmonieuses, Konféty offre des animations, des outils et du contenu vulgarisé dans une approche dynamique, positive et valorisante.

## ASPIRATIONS

En inspirant positivement un parent, un intervenant à la fois, cette entreprise à vocation sociale veille à rendre la société un peu plus accueillante chaque jour.

En soutenant sans jugement un être humain à la fois, on lui permet de reconnaître ses besoins, d'accueillir ses émotions et ainsi d'interagir de façon respectueuse avec les autres.

## VALEURS

- Transparence
- Ouverture d'esprit
- Accessibilité
- Positivisme
- Durabilité



## SERVICES

- Conférences animées
- Animations parents-enfants
- Mandats contractuels communautaires

## AVANTAGES

- **Polyvalence** : Plusieurs sujets, plusieurs services, une seule ressource
- **Flexibilité** : Personnalisable selon votre budget, vos contraintes, vos besoins
- **Complémentarité** : Par nos valeurs, on se rejoint, par nos compétences, on se complète

# Sommaire

## **ANIMATIONS PARENTS-ENFANTS**

Les émotions expliquées aux enfants	p.3
Apprentissage et création de berceuses	p.3
Spectacle de berceuses bienveillantes signées Konféty	p.3
Animations captivantes et valorisantes	p.3

## **CONFÉRENCES ANIMÉES POUR PARENTS**

### **Thèmes disponibles en lien avec l'intervention positive auprès des enfants:**

Comprendre l'intervention positive, valorisante et bienveillante (méthode CRRAB)	p.4
Alternatives positives aux interdictions	p.4
Alternatives positives aux ordres et aux rapports de force	p.4
Comment favoriser une estime de soi saine chez les enfants?	p.5
Comment favoriser la motivation et aider à surmonter la procrastination?	p.5
Comment repérer le besoin caché derrière un comportement/une demande?	p.5
La santé mentale du jeune enfant	p.5
Comment favoriser l'expression saine des émotions?	p.6
Un enfant qui mange peu/beaucoup, quoi faire?	p.6
Comment renforcer la cohésion familiale?	p.6

### **Thèmes disponibles pour apaiser émotionnellement les parents:**

Le burnout parental et l'épuisement mental	p.7
Traverser la matrescence en douceur	p.7
Questions existentielles et charge mentale	p.7
Rééquilibrage des sphères de vie et des besoins personnels	p.8
Performance, perfectionnisme et exigences élevées	p.8
Les blessures émotionnelles que nos enfants réactivent	p.8
Voyager en famille	p.9
Comment réagir aux jugements envers la maman?	p.9
Être plus écolo sans s'épuiser	p.9

## **MANDATS CONTRACTUELS**

Gestion d'un projet	p.10
Organisation d'un événement ou d'une activité sur mesure	p.10
Mise sur pied d'un nouveau service	p.10
Recherche de financement	p.10
Tâches administratives	p.10
Animation hebdomadaire (ex. atelier éveil maman-bébé)	p.10
Honoraires	p.11



514-432-2668



lapproche@konfety.ca

2

# Animations parents- enfants

## Les émotions expliquées aux enfants

Images, mouvements, exemples et bien plus pour vulgariser le système nerveux, l'échelle de la colère, la batterie d'amour, la différence entre honte et culpabilité, etc. Petits et grands pourront réutiliser ces outils et signes de rappel pour identifier, exprimer et calmer leurs émotions.



## Apprentissage et création de berceuses

En plus d'apprendre à connaître quelques-unes de mes berceuses bienveillantes et de les chanter à leurs tout-petits, les parents seront amenés à modifier des paroles de chansons connues dans le but de faciliter une routine, exprimer leurs émotions ou sécuriser leurs enfants avec leur voix, peu importe leur niveau de talent en chant!

## Spectacle de berceuses bienveillantes signées Konféty

Et oui, rien de moins qu'un spectacle pour stimuler, captiver les enfants/bébés, avant de leur permettre de s'apaiser graduellement. Mes berceuses ont des paroles profondes et touchantes pour tous les âges. Oui, oui, des concepts de bienveillance seront amenés avec douceur et indulgence afin que la répétition fasse son chemin. Des liens seront faits entre les chansons sous forme d'histoires.



## Animations captivantes et valorisantes

Vous pouvez demander une animation sur mesure où costumes, jeux et/ou histoires seront au rendez-vous, afin de stimuler l'imaginaire des enfants et de leur permettre de s'amuser. Après 10 ans dans les camps, je constate que la meilleure technique d'intervention est l'animation et je vous en fais la démonstration!



514-432-2668

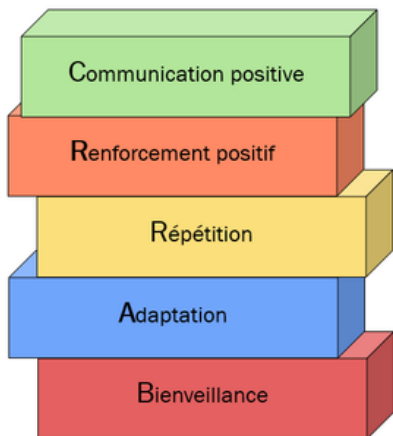


[lapproche@konfety.ca](mailto:lapproche@konfety.ca)

3

# THÈMES DISPONIBLES EN LIEN AVEC L'INTERVENTION POSITIVE AUPRÈS DES ENFANTS:

## Conférences animées



### Comprendre l'intervention positive, valorisante et bienveillante à travers la méthode CRRAB

Les 5 termes de cette pile de blocs englobent l'approche de Konfety en intervention auprès des enfants. Lorsqu'une intervention ne donne pas l'effet escompté, on peut s'ajuster en révisant ces 5 sphères. Cette conférence vulgarisée permet de faire des liens entre elles grâce à des schémas évocateurs, en plus de vous partager 50 techniques d'intervention positives et tout plein d'exemples!

### Alternatives positives aux interdictions

Instinctivement, on a le réflexe de dire NON, NE FAIS PAS ça! Bien que les interventions positives soient beaucoup plus efficaces, celles-ci demandent plus d'effort et de réflexion, car on doit nous-mêmes penser à une alternative acceptable. Cet atelier vous permettra de vous exercer à formuler des consignes positives qui amèneront les enfants à remplacer les comportements non souhaitables sans conflit ni larmes.



### Alternatives positives aux ordres et aux rapports de force

Chercher le juste milieu entre autoritaire et laxiste est un piège. L'idée est d'éviter de rentrer dans les rapports de force et viser la collaboration par la relation et non par la soumission. Voici une conférence vulgarisée qui vous permettra de développer plein d'alternatives positives afin de renforcer vos relations interpersonnelles.



514-432-2668



lapproche@konfety.ca

4

## Comment favoriser une estime de soi saine chez les enfants?

Quel beau cadeau que d'aider vos enfants à bâtir une estime de soi qui ne dépend pas seulement de la reconnaissance d'autrui et de l'accomplissement final... et d'éviter de glisser vers le narcissisme! Plusieurs approches et outils seront présentés afin de vous aider à mieux accompagner vos enfants dans cette démarche.



## Comment favoriser la motivation et aider à surmonter la procrastination?

Qu'est-ce qui se cache derrière un manque de motivation ou de la procrastination? Le tout vous sera expliqué avec des schémas vulgarisés. Que ce soit pour motiver aux devoirs, encourager les enfants à s'habiller ou à traverser une épreuve, il est possible de le faire de façon bienveillante.

## Comment repérer le besoin caché derrière un comportement/une demande?

Nous sommes d'accord sur l'importance de répondre aux besoins des enfants, mais lorsqu'un enfant fait un «caprice», on a tendance à refuser rapidement. En cherchant le besoin qui se cache derrière cette demande, on peut arriver à y répondre d'une autre façon, acceptable pour tous, et de faire cesser le comportement non souhaitable. Je vous partage mes meilleurs trucs et outils pratiques sur le sujet!

Si une intervention ne fonctionne pas, ce n'est pas qu'elle n'est pas bonne, c'est qu'elle n'est **pas adaptée au besoin de l'enfant en ce moment**

**Comment repérer ce besoin?**

*Konfety*



## La santé mentale du jeune enfant

Jusqu'à 5 ans, il y a un potentiel de développement cérébral incomparable, une période critique de plasticité, une opportunité extraordinaire sur laquelle nous avons le pouvoir d'agir! En effet, lorsque le stress précoce est apaisé par un adulte réconfortant, celui-ci est ainsi protégé contre les traumatismes que le stress toxique peut engendrer.



514-432-2668



lapproche@konfety.ca

5



## Comment favoriser l'expression saine des émotions?

Les neurosciences et la psychologie nous permettent maintenant de mieux comprendre le développement du cerveau, le fonctionnement du système nerveux, les bénéfices de la co-régulation émotionnelle, de l'empathie et de la gestion du stress. Ces notions seront vulgarisées et résumées en images afin de les rendre accessibles aux parents qui souhaitent optimiser le développement de l'intelligence cognitive et émotionnelle de leurs enfants.

## Un enfant qui mange peu/beaucoup, quoi faire?

On a tendance à s'inquiéter dès que notre enfant ne mange pas sainement, diversifié et suffisamment. Cette conférence vulgarisée révisé les recommandations des nutritionnistes en termes d'alimentation de la famille tout en faisant des liens avec les émotions des enfants. Cela devrait vous donner confiance et vous outiller pour que l'atmosphère à table et la relation avec la nourriture soit positive.



## Comment renforcer la cohésion familiale?

Entre manque de temps, tâches qui s'accumulent et pression sociale pour faire plein d'activités, pas facile de profiter du moment présent en famille. Voyons comment on peut rendre les moments quotidiens ludiques et rassembleurs. Des tonnes d'idées seront partagées afin que vous puissiez sélectionner celles qui conviennent mieux à votre nid familial.



514-432-2668



[lapproche@konfety.ca](mailto:lapproche@konfety.ca)

6

## THÈMES DISPONIBLES POUR APAISER ÉMOTIONNELLEMENT LES PARENTS:



### Prévenir le burnout parental et l'épuisement mental

Le phénomène de burnout peut être observé dans d'autres sphères de vie que celle du travail. De plus en plus de parents se retrouvent dans cet état par rapport à la sphère familiale, ce qui est confrontant, culpabilisant et épuisant. Voyons ensemble comment on peut repérer et prévenir ce phénomène dans la bienveillance.

### Traverser la matrescence en douceur

La matrescence, c'est la contraction des mots maternité et adolescence, pour expliquer la naissance d'une mère. Ce n'est pas une maladie, c'est normal, bien que souvent souffrant de traverser tant de changements. Comprendre ce phénomène permet de vivre sa matrescence avec plus de sérénité et d'indulgence et de normaliser les défis du postnatal auprès des jeunes mères.



### Questions existentielles et charge mentale

Entre liste infinie de tâches, agenda bien rempli et alternance entre les différents chapeaux qu'on porte, pas facile de trouver du temps pour soi et pour souffler. Pourtant, lorsqu'on a tendance à prendre très peu de pauses mentales, l'épuisement et les remises en question nous guettent. Voyons comment on peut alléger cette charge mentale sans se faire marteler de lâcher prise!



514-432-2668



lapproche@konfety.ca

7

## Performance, perfectionnisme et exigences élevées

Même si adopter une attitude compétitive et perfectionniste nous a bien servi durant notre enfance et nos études, ce rythme frénétique n'est peut-être pas adapté à la maternité, à la vie adulte qu'on souhaite bâtir et surtout à celle qu'on souhaite offrir à nos enfants! N'est-ce pas un excellent moment pour apprendre l'imperfection, en même temps que nos enfants?



## Rééquilibrage des sphères de vie et des besoins personnels

On entre dans la réflexion collective et les exercices pratiques pour aborder les multiples rôles à concilier quand on devient parent... et oui ce sera un ajustement constant des sphères de vie! Nous verrons ensemble comment arriver à le faire en respectant nos besoins, au quotidien.



## Les blessures émotionnelles que nos enfants réactivent

La maternité est souvent un moment où on revisite notre histoire, surtout quand on se voit, à contrecœur, avoir les mêmes réactions que nos parents! Vous bénéficiez de l'écoute bienveillante de ce cercle pour partager votre vécu et découvrir de nouvelles techniques de régulation émotionnelles.



514-432-2668



[lapproche@konfety.ca](mailto:lapproche@konfety.ca)





## Voyager en famille

Que ce soit une petite escapade au Québec ou un long voyage à l'étranger, que ce soit dans le confort d'un hôtel ou en camping, ce sont les expériences vécues qui renforcent la cohésion familiale. Partage d'épopées de voyage et de ressources utiles sont au rendez-vous pour vous aider à planifier votre prochain voyage en famille de façon plus confiante et détendue.

## Comment réagir aux jugements envers la maman?

Est-ce qu'il fait ses nuits? Tu allaites encore?! Pourquoi tu ne donnes pas la suce? T'es ben possessive! Il te manipule! Tant de jugements et de conseils non sollicités sont communiqués aux parents, alors qu'ils ont souvent besoin d'écoute, d'empathie et de valorisation! Voyons comment on peut répondre sans honte à ces commentaires qui reflètent souvent l'ignorance.



## Être plus écolo sans s'épuiser

Voyons comment on peut devenir de plus en plus écolo sans que cela devienne une charge mentale supplémentaire. Parmi les tonnes d'idées de gestes éco-responsables qui vous seront proposées, vous pourrez trier de façon concrète celles qui vous motivent le plus et qui deviendront des habitudes automatiques. L'approche se veut déculpabilisante, plaisante et adaptée aux contraintes et réalité de chaque famille.



514-432-2668



lapproche@konfety.ca

# Mandats contractuels

- Gestion de projet
- Organisation d'un événement
- Organisation d'une activité sur mesure
- Mise sur pied d'un nouveau service
- Recherche de financement
- Tâches administratives
- Remplacement temporaire en cas de manque de ressources humaines
- Ateliers hebdomadaires à contrat (ex. éveil bébé)



...peu importe votre projet, si je me sens compétente pour le faire, je m'en charge!



514-432-2668



[lapproche@konfety.ca](mailto:lapproche@konfety.ca)

10

# Tarifs 2023

Konféty est une entreprise à vocation sociale qui travaille majoritairement en collaboration avec des organismes communautaires dans un objectif de complémentarité. Connaissant les enjeux de budget, je m'assure de garder mes tarifs accessibles pour les OBNL et je suis ouverte à m'adapter à votre réalité. Pour un forfait sur mesure, SVP communiquer avec moi par téléphone.

Description	Tarif
Honoraire régulier pour OBNL	50\$/h
Banque de 50 heures, max 15h par semaine	45\$/h
Frais de déplacement	0,68\$ du km
Forfait OBNL pour conférence déjà montée par Konféty	environ 250\$
Forfait OBNL pour ateliers hebdomadaires montés par Konféty	environ 150\$

Note 1: Pour l'instant, aucune taxe n'est chargée sur les factures. Sujet à changement.

Note 2: Le prix peut varier en fonction du nombre de mandats, du temps de déplacement, de préparation, de présence, etc. Selon votre budget, nous trouverons une solution!

Note 3: En faisant affaires avec une consultante, vous épargnez entre autres les contraintes et frais suivants: Charges sociales, taxes, obligations gouvernementales, vacances, pauses, jours de maladie/urgences familiales, avantages sociaux, heures non productives, intégration, formation continue, logiciels, poste de travail, impressions, matériel, assurer un nombre d'heures minimum, et un poste au retour d'un congé de maternité/maladie/blessure.



514-432-2668



lapproche@konfety.ca

11