



## Article Alpha parents

Témoignage d'un ancien participant, Maxime Fournier, au parcours de Linselles en 2019

### 1) Pour vous, qu'est-ce qu'un parcours Alpha parents ?

M. F : « Le principe était de se retrouver une fois par semaine, le soir autour d'un dessert, pour échanger autour de notre rôle de parents, et partager nos expériences. Un thème était proposé pour chaque soirée, avec une introduction ou un témoignage d'un des couples-animateurs, puis les échanges étaient lancés par petits groupes de 4-5 couples, avec un support pour orienter la thématique. »

### 2) Que vous a apporté ce parcours ?

M.F : « Ce parcours nous a beaucoup apporté et nous a beaucoup rassuré. Nous étions jeunes parents (notre fille avait à peine 5 mois), et avions beaucoup de questions et d'inconnues sur ce que c'est d'être parents. Les échanges nous ont permis de nous rendre compte que, finalement, il n'y a pas de solution magique, et pas de parents parfaits. On rencontre tous des problématiques différentes, et l'échange a permis de partager les expériences. Le tout dans un esprit très convivial, avec beaucoup de rires et d'auto-dérision. Ça fait beaucoup de bien de s'entendre dire que la meilleure solution pour nos enfants, c'est de se faire confiance en tant que parent. »

### 3) Conseilleriez-vous ce parcours à d'autres parents ?

M. F : « Sans aucun doute, on conseille ce parcours à tous ! On a beaucoup apprécié la franchise des discussions et l'ouverture d'esprit de tous. Il n'y avait aucun jugement de valeur, mais plutôt la volonté de comprendre et partager quelques trucs et astuces. On pouvait parler librement, sans crainte d'être jugés comme « mauvais parents ». Le témoignage des animateurs avec plus de vécu (nos animateurs étaient plutôt de la génération de nos parents) était également très parlant pour nous : on se rend compte finalement qu'il y a peu de différences entre un parent d'aujourd'hui et un parent d'il y a 20 ou 30 ans... Les problématiques sont les mêmes ! »

Prochain parcours Alpha parents :

**Soirée 0 le 17 Janvier 2022 à 20h15** à Mouvaux St Germain Salle Paroissiale : cette soirée est informative et si vous le désirez, elle sera alors suivie de 8 soirées, de janvier à mars, sur les dates suivantes, les lundis 24 /01, 31/01, 21/02, 28/02, 07/03, 14/03, 21/03, 28/03 de 20h15 à 22h30.

**Contact** auprès d'Isabelle au 06.88.77.37.13 ou Jean-François au 06.88.02.46.48 ou par mail :

[parentbyalpha@gmail.com](mailto:parentbyalpha@gmail.com) + d'infos sur <https://www.facebook.com/parentbyalpha/>