

Un café, un déclic... des soirées sereines en famille !

# CAFÉ PÉDA & BIEN ÊTRE

-Parents D'ADOS

-Parenthèse magique



Librairie  
Au cœur de Lettres

20H À 22H

JEUDI 8 JANVIER 2026

**Le cerveau de mon ado,  
Le comprendre pour mieux l'accompagner ?**  
Inspirée du livre : "Le cerveau de mon ado"  
Dr D.J. Siegel, neuropsychiatre.

JEUDI 12 FÉVRIER 2026

**Les écrans, alliés ou ennemis ?  
Trouver un équilibre serein autour des écrans**

Inspirée du livre : "Écrans – La boîte à outils"  
Ariane Hébert, psychologue spécialisée en santé mentale.

Tarif plein 10€/pers.

Tarif solidaire 8.5€/pers

Tarif Abonnés  
"La Cabane à Conseils" 5€/pers.

**Brunch** Participatif

**Boisson & petits encas offerts**

JEUDI 12 MARS 2026

**Communiquer avec mon ado**

Inspirée du livre : "Parler pour que les ados écoutent,  
écouter pour que les ados parlent"  
Faber & Mazlish, communication parent-enfant.



**OFFRE LANCEMENT**

Venez avec un(e) ami(e)  
**30 min de coaching offertes**  
avec Sonia Molnar.



Suivez nos actualités et  
prochains ateliers\* @Enjoy talents kids



Librairie "Au cœur de Lettres", 3 rue d'Alsace Lorraine – Vesoul  
Inscriptions : ENJOY Talent kids  
enjoy.hsd@gmail.com | 03 84 68 13 97

SCANNER  
POUR  
RESERVER

Ne pas jeter sur la voie publique