

# Ensemble ou séparé, comment accompagner au mieux mon ado ?

Cohérence, complémentarité, oppositions et désaccords dans les relations entre les parents.



3 soirées sur le thème de l'adolescence et du rôle de parent avec l'approche systémique et relationnelle

**Jeudis 10 septembre, 24 septembre et 1 octobre 2026**

**De 19h00 à 21h00**

L'Atelier – Chemin du Stand 7 – La Roche

Infos et inscriptions

078 401 95 81 ou mail [sandrineking@gmail.com](mailto:sandrineking@gmail.com)

sur le site de [l'Ecole des parents du canton de Fribourg](#)

**Ces Ateliers s'adressent à des parents, en couple ou en solo, qui cherchent des pistes et souhaitent échanger avec d'autres parents, avec l'accompagnement d'une professionnelle.**

**Sandrine King est Travailleuse sociale et Thérapeute systémique (modèle de Palo Alto).**

**« J'accompagne des parents et des adolescents depuis plus de 10 ans avec cette approche de résolution de problèmes non normative et efficace. En posant un autre regard sur les difficultés, j'aide les parents à retrouver de la souplesse, à communiquer autrement et à trouver leurs propres voies vers l'apaisement. »**

**Plus d'infos sur la formatrice et la méthode sur son site**  
**[sandrine-king.ch](http://sandrine-king.ch)**

**Inscription obligatoire / places limitées à 5-6 parents**

**Tarif individuel : 180.- pour le cycle de 3 ateliers**

**Tarif couple : 240.- pour le cycle de 3 ateliers**

**Tarif individuel Membre de l'EDPFR : 145.-**

**Tarif couple Membre de l'EDPFR : 195.-**