

# PREMIER SMARTPHONE :

## GUIDE DE SURVIE POUR LES PARENTS

des conseils simples pour accompagner son ado



Lundi  
23 mars 2026  
12h30 – 13h30

Votre ado a enfin son premier smartphone... et vous vous demandez comment gérer cette nouvelle étape sans stress ? Ce **WEBINAIRE** vous donne des **conseils pratiques** et faciles à mettre en place pour accompagner votre enfant sereinement. Nous parlerons de **règles simples, dialogue, usages responsables** et astuces pour garder un équilibre entre liberté et sécurité. Un moment convivial pour dédramatiser le premier portable et repartir avec des solutions concrètes pour toute la famille.

Vous souhaitez participer ?

Je m'inscris



Contact : Gaëlle COINTRE  
[gaelle.coindre@normandie.mutualite.fr](mailto:gaelle.coindre@normandie.mutualite.fr) / 06 42 86 39 30