



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

LIPAM
PC2S

OPSP

Observatoire
de la Parentalité
et du Soutien à la Parentalité

msh
Alpes

Santé
Société
Grenoble-Alpes



Observatoire
de la vie familiale
de l'Isère

Udaf
Isère
UNIS POUR LES FAMILLES

ALLOCATIONS
FAMILIALES
Caf
de l'Isère

isère
LE DÉPARTEMENT



GRENOBLE ALPES
MÉTROPOLE

arhm
FONDATION

"Etre parent, ça fatigue !"

Vous vous sentez fatigué(e) ou débordé(e)
dans votre rôle de papa ou de maman ?

Ateliers de soutien à la parentalité

Pour en savoir plus et s'inscrire

Réunion d'information

Lundi 27 septembre 2021 à 13h45

à la Maison des Habitant.e.s du Bois d'Artas

1 Rue Augereau à Grenoble



8 ateliers

en groupe de 10 personnes

les LUNDIS

de 13h45 à 15h45

8,15, 22 et 29 novembre 2021

6 et 13 décembre 2021

3 et 10 janvier 2022

Pour qui ?

Tous les parents ayant de jeunes enfants (au moins un enfant âgé de moins de 12 ans).

Pourquoi ?

- mieux vivre ses émotions,
- expérimenter et acquérir des outils concrets pour réduire son stress,
- identifier et mobiliser ses ressources pour mieux vivre son rôle de parent.

Animés par Nadège Foucher, dans le cadre du **projet d'un projet** de recherche visant la **prévention de l'épuisement parental**.

Gratuit et sur inscription auprès de la Maison des Habitant.e.s Bois d'Artas

Contact : mdh.bois-dartas@grenoble.fr ou 04 76 17 00 37