

"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 tous les parents ayant de jeunes enfants (moins de 12 ans)

Ateliers en groupe de 10 personnes (4 places restantes)



8 ateliers

en groupe de 10 personnes

les LUNDIS

de 18h à 20h

15, 22 et 29 novembre 2021

3 et 10 décembre 2021

3, 10 et 17 janvier 2022

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.

Dans le cadre d'un **projet de recherche** visant la **prévention de l'épuisement parental**.

Où ?

A la Maison HALPPY Care de Tassin la Demi-Lune.

Gratuit et sur inscription auprès de **la Maison HALPPY Care**

Contact : maison.tassin@halppycare.fr / 04 81 09 90 00