















# "Etre parent, ça fatigue!"

## Ateliers Gratuits de soutien à la parentalité

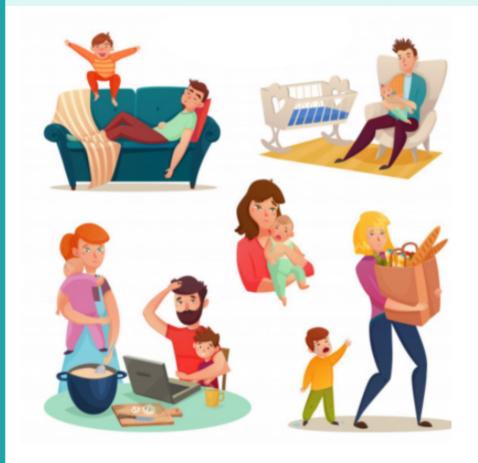
Vous vous sentez fatigué(e) ou débordé(e) dans votre rôle de papa ou de maman?

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

OFFERTS (SUR INSCRIPTION)

Pour en savoir plus et s'inscrire :

Réunion d'information Jeudi 31 mars 2022 à 14h au Centre Socioculturel Kennedy de Créteil



Cycle de 8 ateliers de 2h en groupe de 10 personnes les JEUDIS de 14h à 16h

> 7,14 et 21 avril 2022 12 et 19 mai 2022 2, 9 et 16 juin 2022

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

#### Pourquoi?

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

#### Où?

Groupement du centre Socioculturel Kennedy 36 boulevard J.F Kennedy 94000 Créteil

Tel.: 01 43 77 52 99

### **Tarif et conditions :**

Gratuit et sur inscription

Contacts : auprès de la référente Adultes / Familles Alimata BINATE











