

"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

OFFERTS (sur inscription)

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

Pour en savoir plus et vous inscrire :

Réunion d'information

Mercredi 2 Mars 2022 de 20h à 22h

à la **Maison de Santé Pluriprofessionnelle de Coublevie**



8 ateliers

en groupe de 10 personnes

les MERCREDIS

de 20h à 22h

6 et 13 avril

4, 11 et 18 mai

1, 8 et 15 juin 2022

Animés par Anne-Laure Drouard-Chanel,

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](#),
- améliorer la [relation avec ses enfants](#),
- identifier et mobiliser ses [ressources](#) pour mieux vivre son [rôle de parent](#).

Où?

Maison de Santé Pluriprofessionnelle, 36 rue des Edelweiss à Coublevie.

✉ **Pour s'inscrire aux ateliers : opsp-msh@univ-grenoble-alpes.fr**