

"Etre parent, ça fatigue !"

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

Ateliers gratuits de soutien à la parentalité

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

REUNIONS D'INFORMATIONS EN DISTANCIEL :

Lundi 13 décembre 2021 de 14h et 15h30

OU

Jeudi 16 décembre de 19h à 20h30



Cycle de 8 ateliers de 2h

en groupe de 10 à 12 parents

les LUNDIS
de 14h à 16h

ou

les JEUDIS
de 19h à 21h

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.

Quand ?

Du lundi 24 janvier au 4 avril 2022.

Du jeudi 27 janvier au 7 avril 2022.

Où ?

42170 SAINT-JUST-SAINT-RAMBERT

Informations et inscriptions:

CONTACT pour recevoir le lien Zoom : latelier-des-emotions@orange.fr

ou 06.65.25.30.61