

"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

Réunion d'information

Vendredi 26 mars 2021 à 14h

au Centre Lyonnais des Emotions et des Apprentissages
9 rue Abraham Bloch - 7^e arrond. Lyon



8 ateliers

en groupe de 10 personnes
les VENDREDIS
de 14h à 16h

30 avril,
7, 21 et 28 mai
4, 11, 18 et 25 juin

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.

Animé par Patrick Bobichon, dans le cadre du projet de recherche *Parent BO* visant la prévention de l'épuisement parental.

Gratuit, sur inscription auprès de l'Hôpital de Jour CLEA de Lyon

Contact :

