

"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

lundi 22 mars 2021 de 18 H à 20 H

à la Maison HALPPY CARE à Tassin-la-Demi-Lune



8 ateliers

en groupe de 10 personnes

les LUNDIS

de 18h à 20h

3, 10, 17 et 31 mai

7, 14, 21 et 28 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.

Animés par Séverine Desjardins, dans le cadre d'un projet de recherche visant la prévention de l'épuisement parental.

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

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