

"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

GRATUIT (sur inscription)

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

Pour en savoir plus et vous inscrire :

Réunion d'information en présentiel

Samedi 12 mars 2022 10h00

Maison des Familles de Tassin la Demi-Lune



8 ateliers

en groupe de 10 personnes

les SAMEDIS

de 10h à 12h

26 mars -2 et 9 avril -

7,14 et 21 mai 2022 -

11 et 18 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 ses ressources pour mieux vivre son rôle de parent.

Où ?

Maison des Familles de Tassin la Demi-Lune.



Pour s'inscrire : opsp-msh@univ-grenoble-alpes.fr