

"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 6 mai 2022 de 14h à 15h30

NOUVEAUTE 2022: ATELIERS PAR ZOOM



8 ateliers de 2h

en groupe de 10 personnes

les MERCREDIS

de 14h à 16h

11, 18, 25 mai

1, 8, 15, 22 et 29 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 Patrick Bobichon, dans le cadre d'un **projet de recherche** visant la **prévention de l'épuisement parental**.

Gratuit et sur inscription auprès de l'Observatoire de la Parentalité et du Soutien à la Parentalité
Contact : opsp-msh@univ-grenoble-alpes.fr

Fin de l'étude scientifique en décembre 2022