

Cycle parentalité



Respirer, Lâcher, Être: Ateliers pour parents en quête d'équilibre

Dans un cadre apaisant et bienveillant nous vous proposons
un temps de répit dans votre vie de parent.

Au travers d'ateliers d'expression, d'animations collectives et de temps au contact des chevaux, animés par des professionnelles, vous pourrez échanger sur votre quotidien, mieux connaître et reconnaître vos émotions mais aussi acquérir des astuces et outils.

Une parenthèse ressourçante qui vous aidera à mieux vivre votre rôle de parents, et vos relations avec vos enfants.



**5 samedis matins
réservés aux parents
De 9h15 à 12h15**

- 19 septembre
- 10 octobre
- 31 octobre
- 14 novembre
- 28 novembre



**1 Atelier
Parents/Enfants
le 12 décembre
de 9h15
à 13h30**



Service Baby-sitting



Navette possible
(sur réservation)

Places limitées !

L'inscription vous engage
sur l'ensemble des ateliers.
Participation de 15€

Inscription auprès de Sophie
02.43.52.11.50 -
accueil@afajes.org
1 allée Marie-Louise Souty
72240 Conlie



santé
famille
retraite
services

