



être parent
AUJOURD'HUI

RENDEZ-VOUS *de parents*

du vendredi après-midi



TEMPS DE PAROLES, DE RENCONTRES, D'INFORMATIONS ENTRE PARENTS

PROGRAMME SEPTEMBRE/DÉCEMBRE 2022

Tergnier
à l'Espace "Au fil de l'eau"
133 avenue Jean Jaurès

mieux
communiquer



RELATION
parent/enfant





ETRE PARENT, UN JEU D'ENFANT ?

Echangeons ensemble sur nos préoccupations
de parent en jouant !

vendredi 09 septembre à 14h00



UN BÉBÉ, MILLE QUESTIONS

L'arrivée d'un bébé : un chamboulement pour de futurs et jeunes parents.

vendredi 16 et 30 septembre à 14h00
vendredi 14 octobre et vendredi 18 novembre à 14h00



SOPHROLOGIE : UN MOMENT POUR SOI

Des outils et exercices pratiques à utiliser au quotidien pour une vie
de famille plus sereine.

vendredi 23 septembre à 14h00
vendredi 25 novembre à 14h00



LA PAUSE DES PARENTS

Temps convivial entre parents pour échanger, partager
et dénouer les petits tracas du quotidien.

vendredi 07 octobre à 14h00
vendredi 02 décembre à 14h00

ÊTRE PARENT D'UN ADO

Comment mieux communiquer avec son ado ?
Essayons de comprendre et de dédramatiser cette période.

vendredi 16 décembre à 14h00



Nombre de participants limité, inscription auprès de
l'Espace "Au fil de l'eau" de Tergnier
0323572711



Familles de l'Aisne