

Le répit des parents



Conjuguer vie familiale et vie personnelle se révèle souvent difficile. On peut se sentir débordé et à la fois bien seul.

Comment réussir à prendre du temps pour soi lorsque l'on est parent ? Comment prévenir l'épuisement ?

Nous vous proposons un espace où vous serez les bienvenus SANS VOS ENFANTS, pour profiter d'une petite pause dans votre quotidien.

Nous vous accueillons
1 lundi sur 2
les semaines paires
de 13h30 à 16h

Entrée libre et gratuite,
ouvert à tous

Des intervenants extérieurs viendront ponctuellement nous rendre visite afin de partager des outils pour « prendre soin de soi ».



RDV à la Maison Intercommunale de la Petite Enfance
331 boulevard d'Holbeach
51120 SEZANNE

Pour plus d'informations : Service d'Accompagnement à la Parentalité de Sézanne Sud-Ouest Marnais, parentalite@cias-ccsom.fr ou 03.26.80.62.88

