



Le Centre Social du Pays de Guer propose

*VisioConférence*



# Être Parent : Comment faire Sans s'épuiser ?

Le jeudi 19 Novembre à 20h30 sur Zoom

**Fatigue, épuisement,  
C'est quoi « Être Parent » aujourd'hui ?**

Enfants, activités, maison, travail, télétravail... L'épuisement parental est d'autant plus d'actualité en cette période atypique et anxiogène :

**Comment pouvez-vous le prévenir ?  
Comment pouvez-vous en sortir ?**



Pour toutes ces questions, Thalie Coupé, Pédagogue et Spécialiste de La Parentalité, vous apportera des réponses et des pistes de réflexion.

**Son cheminement et ses expériences notamment en tant que Doula ou Accompagnante à La Naissance, et Accueillante en LAEP, son intérêt pour Le Développement personnel et son vécu en tant que Mère de deux enfants,** composeront le cocktail de cette conférence optimiste qu'elle a préparé avec son amour pour tous les parents cheminant.

GRATUIT

Plus d'infos

Anne Berthier : 02.97.22.50.87

[referent.familles@centresocialpaysdeguer.fr](mailto:referent.familles@centresocialpaysdeguer.fr)

Thalie Coupé : 06.47.35.08.35

<https://www.facebook.com/lesoutiendesparents/> [contact@le-soutien-des-parents.fr](mailto:contact@le-soutien-des-parents.fr)

