



GRATUIT

CAP SUR LE BIEN-ÊTRE PARENTAL

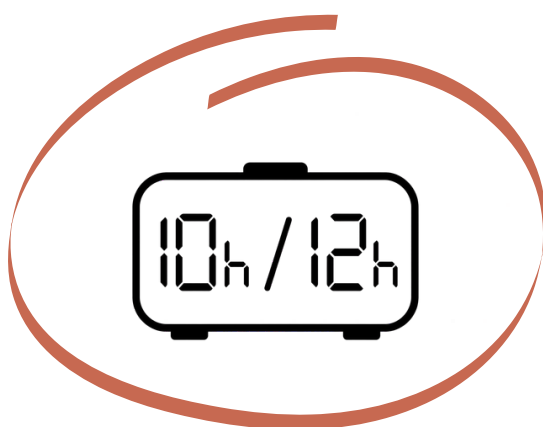
Comprendre les mécanismes du stress parental, découvrir des outils concrets et renforcer ses ressources pour prévenir l'épuisement.

ANIMÉ PAR AURÉLIE BOURGET

Formatrice qualifiée en discipline positive



3 SESSIONS



**COMPRENDRE L'ÉPUISEMENT
PARENTAL POUR MIEUX LE PRÉVENIR**

**6
OCT**

**DES OUTILS POUR GÉRER
SON STRESS AU QUOTIDIEN**

**20
OCT**

RETOUR D'EXPÉRIENCE

**3
NOV**

**Inscription
obligatoire**
(Nbe de places limité)



Place du Champ de Mars - Angoulême

05 86 55 00 29

@ familibulle@caf16.caf.fr