

De l'épuisement à l'épanouissement: repenser la parentalité

Retrouver
du plaisir
avec mon
enfant

Reprendre le
contrôle de
mon énergie et
de mon temps

Gérer
mon
stress



Prendre
soin de moi

Infos et inscription

Sabrina Dal Zuffo, Psychologue:
0499/48.62.86

Delphine Incoul, Coach de vie:
0496/06.77.07

www.coachinbydelphine.be

**5 séances de groupe,
un mercredi par mois
de 16h à 18h**



QUOI?

5 séances en groupe, de maximum 8 participants, animées par deux professionnels de la santé mentale.



POUR QUI?

Tout parent, en couple ou séparé, d'un enfant ou de multiples enfants, du nourrisson à l'ado, se questionnant sur soi ou sur sa dynamique familiale, de l'agacement au pétage de plomb, de l'impuissance à l'épuisement.



COMMENT?

Séances ciblées sur les difficultés du quotidien pour ouvrir une réflexion plus large sur la parentalité, les attentes conscientes ou inconscientes, l'influence de l'école, de la société.

Un instant pour se poser, réfléchir et pouvoir se recentrer sur l'essentiel.



QUI?

Une psychologue pour enfant, spécialisée dans les prises en charge de famille et de groupe et une assistante sociale, coach de vie et thérapeute de couple.



OU? QUAND?

Rue Lucien Burnotte, 24 à 6800 NEUFCHATEAU.

Un mercredi par mois, de 16h à 18h