

ATELIERS DE SOUTIEN POUR PARENTS TOUCHÉS PAR LE BURN-OUT PARENTAL



*Être parent peut amener à vivre certaines difficultés et engendrer des stress chroniques qui peuvent aboutir à **des états d'épuisement** et provoquer un **burn-out parental**. Cela se manifeste par plusieurs signes : épuisement émotionnel et psychique, distanciation affective avec le-les enfants, perte de plaisir et enfin ne plus se reconnaître dans son idéal de parent.*

Lors de ces ateliers, vous pourrez :

- découvrir des outils pour vous permettre de gérer votre état émotionnel
- trouver des moyens pour retrouver une sérénité dans votre rôle parental et la relation parent-enfant
- prévenir les déséquilibres et les états d'épuisement
- profiter d'échanger entre participants sur votre vécu de parent

Ateliers co-animés par deux professionnelles du CAP, une psychologue et une sage-femme certifiées au Training Institute for Parental Burnout.

Quand :

Le jeudi de 18h00 à 20h00

6 sessions

**5-12-19 octobre et 2-9-16
novembre**

Lieu : Cabinet d'Accueil Périnatal
11 rte de Chêne, 1207 Genève, au 5ème étage

Prix : une partie remboursée par l'assurance maladie + participation de 300.- Frs les 6 séances

Renseignements et inscription :

- Loredana Scippa, psychothérapeute FSP
078 711 26 71
loredana.scippa@psychologie.ch
- Sabine Cerutti-Chabert, sage-femme
FSSF : 079 310 41 30
sabine@cerutti.net