

ATELIERS DE SOUTIEN ADRESSÉS AUX 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 aurez la possibilité de découvrir des outils pour vous permettre de gérer votre état émotionnel
- Trouver ensemble des moyens pour retrouver une sérénité dans votre rôle parental
- Prévenir les déséquilibres et les états d'épuisement
- Des temps d'échanges entre participants seront consacrés à votre vécu de parent

8 sessions les lundis de 18h00 à 20h00

5- 12- 19- 26 septembre / 17- 24 - 31 octobre / 7 novembre 2022

Sessions co-animées par deux professionnelles certifiées au Training Institute for Parental Burnout, une psychologue et une sage-femme

Lieu : Cabinet d'Accueil Périnatal, 11 rte de Chêne, 1207 Genève, au 1er étage

Prix : une partie remboursée par l'assurance maladie + participation de 350.- Frs
les 8 séances

Renseignements et inscription auprès de :

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