



# LE CAFÉ DES PARENTS

à Saint-Valérien

Le rôle de parents est en transformation. L'effritement du tissu familial et social isole beaucoup de parents, nos rythmes de vie fragilisent notre équilibre, sans compter toutes les recommandations d'experts qui pleuvent pour presque tous les aspects de la vie des enfants. Face aux difficultés vécues par beaucoup d'entre nous, le *Familylab - Laboratoire des relations* vous propose un lieu d'échanges et de partage pour soutenir ceux et celles qui en sentent le besoin dans leur difficile rôle de parents ou de grands-parents.

Dates	Heures	Thèmes	Lieu
Dimanche 7 avril 2019		La vie de famille	
Dimanche 5 mai 2019	14h à 16h	Préserver notre équilibre mental en famille	Centre communautaire de St-Valérien (au sous-sol, porte d'entrée côté cimetière)
Dimanche 2 juin 2019		Merci l'adolescence!	

## ATELIERS GRATUITS

Collation, café, tisane/thé sur place (contribution volontaire).

Inscription obligatoire jusqu'à la veille de l'évènement par courriel ou téléphone:

[mylene.vezina@familylab.ca](mailto:mylene.vezina@familylab.ca) ou le 418-740-1739

Service d'animation et d'activités pour les enfants au coût de 5\$/enfant (salle adjacente).

Ateliers animés par Mylène Vézina, animatrice du *Familylab - Laboratoire des relations*

En collaboration avec la Corporation des Sports et Loisirs de St-Valérien.

Ces ateliers sont inspirés de l'expérience du *Familylab International* créé par le Danois Jesper Juul dont les ateliers parentaux et les formations aux professionnels de l'éducation sont dispensés dans 24 pays.

family/lab.ca