

**FAMILLES** Semaines de la parentalité du lundi 29 mars au dimanche 9 avril

## Parent, un bonheur... ou presque



ANIMATIONS. Dix jours pour échanger autour de la parentalité. photo jérémie fulleringer

---

**Jean-Baptiste Botella**

---

**Durant une dizaine de jours, la Caf du Puy-de-Dôme organise la 6<sup>e</sup> édition des Semaines de la parentalité. L'occasion de profiter de nombreux événements pour faire le tour de la question.**

Être parent est un bonheur... Mais pas tout le temps. Burnout, fatigue, sensation de ne pas pouvoir gérer... Durant une dizaine de jours, du 29 mars au 9 avril, l'antenne locale de la Caf du Puy-de-Dôme participe aux semaines de la parentalité. L'occasion d'échanger avec des professionnels, mais aussi entre parents, sans tabou, sur les petites difficultés du quotidien ou les plus grosses... « C'est un événement ouvert aux parents d'enfants de tout âge. Notre but est de montrer qu'il y a des lieux ressources sur le secteur », détaille Sophie Domas-Lambert, de la Caf du Puy-de-Dôme.

### **Au programme**

**Du 29 mars au 9 avril** . Exposition d'ouvrages sur le thème de la charge mentale, le burn-out à la Médiathèque René-Char d'Issoire (aux horaires d'ouverture).

**Judi 31 mars** . Atelier parents sur la découverte de l'auto-massage, animé par Fleur

Kong A Siou (praticienne de Shiatsu et énergétique chinois) de 13 h 45 à 16 h 15 à la mairie de Jumeaux. Inscription à l'Espace de vie sociale (EVS) au 04.15.62.01.00. Places limitées. Garde d'enfants possible.

Conférence-débat *La charge mentale, ça vous parle ?* animée par Patricia Robert, consultante en parentalité, de 18 à 20 heures à la Médiathèque René-Char d'Issoire. Inscription au 04.73.89.24.94. Places limitées.

**Mardi 5 avril** . Café des parents, *Comment accompagner au mieux son ado durant cette période* , animé par Patricia Robert, de 20 à 22 heures à l'EVS (15, rue du Mas à Issoire). Inscription au 04.15.62.01.00 ou par mail à [social-issoire.cafclermont-fd@caf.cnafmail.fr](mailto:social-issoire.cafclermont-fd@caf.cnafmail.fr). Places limitées. Garde d'enfants possible.

**Jeudi 7 avril**. Atelier parents : découverte de l'auto-massage de 16 h 45 à 19 h 15 à l'EVS. Inscription au 04.15.62.01.00. Places limitées. Garde d'enfants possible.

**Vendredi 8 avril**. Petit dej' des parents pour échanger notamment sur la charge mentale de 9 h 30 à 11 h 30 à La Licorne (9, route de Brioude) à Saint-Germain-Lembron. Inscription au 04.63.80.92.64 ou par mail à [contact@lalicorneinfo.fr](mailto:contact@lalicorneinfo.fr). Places limitées. Garde d'enfants possible.

---

► **Pratique.** Infos sur la page facebook : [Semaineparentalite63](#).