L'BURN

Ateliers sur le burn-out parental

Pour les mères qui se sentent épuisées et ont besoin d'un temps de répit
Rejoignez-nous lors d'ateliers et de groupes de parole autour de l'épuisement

Jeudi 5 novembre 16h30-18h30	---	**Groupe de parole sur la charge mentale**
Jeudi 12 novembre 14h-16h	---	**Atelier "Comment je me repose"**
Jeudi 19 novembre 17h-19h	---	**Atelier "Accueillir mes émotions"**
Jeudi 17 décembre 14h-16h	---	**Café des parents**

📍 **CCAS de Mimizan - 12 bis avenue Jean Rostand, Mimizan**

+ d'infos et inscriptions

Adhère à l'association L'BURN (adhésion gratuite sur demande) et inscris-toi aux ateliers sur notre plateforme !



Avec le soutien de :

Ville de Mimizan