

Le temps d'une pause à La Passerelle

Publié le 23/03/2022 à 06:25 | Mis à jour le 23/03/2022 à 06:25

la Nouvelle
République.fr

○ Touraine-Est Vallées



Les familles se sont retrouvées à La Passerelle pour une matinée bien-être. © Photo NR

La Semaine de la parentalité a débuté samedi 19 mars dans les locaux du centre socioculturel La Passerelle. D'autres rendez-vous sont programmés, dans ce projet mené par la Communauté de communes Touraine Est Vallées (TEV) avec le soutien de la Caf.

Des risques de burn out « *La parentalité qualifie le lien entre un adulte et un enfant. Il ne s'agit pas d'avoir des projets à la place des parents, mais d'organiser des rencontres afin de permettre aux parents d'élaborer leurs points de repère éducatifs et de soutenir leurs initiatives* », indique Valérie Muller, référente famille et lien social à La Passerelle, qui confie que toutes les actions visent à favoriser les échanges entre les parents et leurs enfants. Toute la matinée, elle a accueilli, le temps d'une pause, une vingtaine de familles pour partager des moments de convivialité, échanger et assister à plusieurs actions, comme des ateliers, jeux, découverte de livres jeunesse, activités manuelles, temps d'échange, le tout autour du thème de l'épuisement parental. Informer est très important pour que les parents ne soient plus seuls face à ce sujet. Bon nombre de parents présenteraient des risques élevés de burn out parental ou se plaignent régulièrement de fatigue.

Pour y remédier, les participants ont pu découvrir diverses techniques et approches de relaxation proposé par Élise Jeanguiot ainsi que l'atelier de sophrologie de Sandrine Huault.

aller plus loin

Deux temps forts en fin de semaine

Ce week-end, la Semaine de la parentalité verra sa conclusion. Deux temps forts sont au programme de vendredi et samedi.

Vendredi 25 mars de 18 h à 19 h 30, au centre Camille-Claudiel de La Ville-aux-Dames, soirée « *Les maux dans les histoires* ». Ouvert à tous. L'objectif est de venir partager « *un moment en famille autour de petites et grandes émotions, quand celles-ci s'entremêlent, entraînent et emprisonnent* ». Au programme de la soirée : animation lecture, espace boîte à outils pour les parents et animation créative.

Samedi 26 mars de 9 h 30 à 12 h, à l'accueil de loisirs de Monnaie, au 7, rue Nationale, une matinée « *Le temps d'une pause* » ouverte à tous. Au programme : 9 h 30, espace d'accueil et de convivialité, le temps d'une pause seul ou en famille avec jeux, échanges avec d'autres parents, activités manuelles, découverte de livres jeunesse. De 10 h à 12 h, plusieurs ateliers sont proposés avec de la relaxation, du shiatsu et atelier de sophrologie pour parents et enfants.