



# RÉPIT PARENTAL



**Besoin d'un moment que pour vous ?  
Le groupe Parental'idées, composé de représentants  
du CMPP, du RPE, de la Circonscription Action Sociale  
et du Pôle Enfance & Jeunesse vous propose  
un temps de répit parental  
ayant pour objectif d'offrir aux parents, tout au long de l'année,  
des temps pour souffler et se ressourcer.**

**Nous vous proposons :**

- **Un lieu spécifique pour vous accueillir autour d'activités proposées par divers intervenants**
- **Un lieu adapté pour vos enfants encadrés des professionnels du Pôle Enfance & Jeunesse et du RPE**

**Rendez-vous au Bâtiment 21  
27 place d'Armes du Commandant Chauchard  
52200 LANGRES**

**Activités gratuites sur inscription par mail  
(au plus tard 1 semaine avant l'atelier) :  
[cindy.mace@grand-langres.fr](mailto:cindy.mace@grand-langres.fr)**

**Possibilité de garde pendant la séance  
pour vos enfants de 3 mois à 12 ans .  
Merci de le signaler lors de l'inscription en précisant leur âge.**



ACCOMPAGNEMENT À LA  
PARENTALITÉ



# A VOS AGENDAS

## Atelier répit parental 2024-2025



**Samedi 7 décembre :**  
**RELAXATION (2 créneaux)**

**Accueil-café dès 9h45, atelier de 10h à 11h**  
**Accueil-café dès 11h15, atelier de 11h30 à 12h30**

**Samedi 8 mars :**  
**"GÉRER MES ET TES ÉMOTIONS "**

**Accueil-café dès 9h30,**  
**atelier de 10h à 12h**

**Samedi 14 juin :**  
**TABLES RONDES SUR LE SOMMEIL, LES ÉCRANS,**  
**L'ALIMENTATION**

**ATELIER YOGA PARENTS-ENFANTS**  
**Activités en accès continu de 10h à 12h**  
**suivies d'un pique-nique convivial et partagé**

**Rendez-vous au Bâtiment 21**  
**27 place d'Armes du Commandant Chauchard**  
**52200 LANGRES**

**Activités gratuites sur inscription par mail**  
**(au plus tard 1 semaine avant l'atelier) :**  
**[cindy.mace@grand-langres.fr](mailto:cindy.mace@grand-langres.fr)**



ACCOMPAGNEMENT À LA  
PARENTALITÉ