



# Le Café des Parents

**Etre parent, c'est pas toujours facile !  
Petits problèmes ou grands soucis, parlons en !**

**VENDREDI 8 NOVEMBRE**

9h30-11h30

avec le planning familial



Le consentement et les relations  
amoureuses : Apprendre à dire non et  
à accepter le refus.

**VENDREDI 22 NOVEMBRE**

10h00-12h00

avec le CIDFF63



Se réapproprier son corps et son esprit  
: La kinésiologie pour renforcer la  
confiance et stimuler l'estime de soi.

**VENDREDI 6 DÉCEMBRE**

10h00-12h00

avec le CIDFF63



Confiance et estime de soi chez les  
mères : S'affirmer en tant que femme.

**VENDREDI 20 DÉCEMBRE**

9h30-11h30

avec le planning familial



Le regard familial sur la parentalité :  
S'épanouir en tant que femme et mère  
malgré les attentes.



**Au CIDFF63**

5 Rue des Hauts de Chanturgue,  
63100 Clermont-Ferrand



Plus d'informations au 04.73.25.63.95