

Parentalité apaisée



Un atelier conçu pour...

- » Permettre à chacun de trouver sa place au sein de la famille.
- » Prendre conscience des impacts des écrans sur notre mode de vie.
- » Instaurer une relation positive avec votre enfant afin qu'il entretienne un rapport apaisé à la nourriture.
- » Sensibiliser aux bienfaits d'un sommeil de qualité.
- » Favoriser la consommation quotidienne de légumes et de fruits grâce à des recettes simples et savoureuses.

Pour qui ?

6 adultes (jeunes ou futurs parents).



Atelier
2h

A domicile, réalisation d'un apéritif dinatoire dégusté ensemble.
Temps convivial consacré au partage d'expérience et de savoir-faire, aux échanges sur les questions que vous vous posez sur le développement de votre enfant.

Pour en savoir plus...

Céline Leprince Diététicienne-Nutritionniste
06 81 17 31 81 \ cleprince@sensetsavoirs.com

Nous intervenons sur Lyon et sa périphérie et adaptons le contenu de nos ateliers.

Pour que santé rime avec plaisir