



Ma Vie de Parent en ZigZag

Groupe d'échange pour les parents vivant
avec une fragilité psychique



« Parce qu'être parent peut toutes
et tous nous questionner. »

À qui s'adresse cette prestation ?

- À tout parent – ou figure parentale – qui vit avec une fragilité psychique

Qu'est-ce que nous proposons ?

- Un lieu pour échanger et se soutenir entre parents
- Un espace pour aborder différentes questions autour de la parentalité (parler de ma fragilité à mon enfant ?, quelles sont mes ressources ?, quels aménagements imaginer ?, etc.)
- Un accompagnement par deux intervenant-es de la fondation As'trame

Comment s'inscrire ?

- Prendre contact par e-mail à info@astrame.ch ou par téléphone, sms, WhatsApp au 079 486 97 88
- Une première rencontre pour faire connaissance vous sera proposée
- Vous pouvez intégrer le groupe en tout temps

Informations pratiques

- **Lieu :** locaux d'As'trame Vaud
Place de la Riponne 1, 1005 Lausanne
- **Fréquence :** le groupe a lieu 2x par mois
- **Prix :** gratuit
- **Infos et dates des groupes sur :** www.astrame.ch/mpz
ou scannez le QR code

