

# MIEUX VIVRE SA PARENTALITÉ

Le LAP'S et la sophrologue Sarah Prudor vous proposent une pause mensuelle pour vous décharger et vous sentir plus léger. Profitez d'un moment conviviale et agréable pour vous sentir plus serein et repartez avec des outils concrets pour vous soutenir dans votre vie de parents.

## BOOSTER SA CONFIANCE EN SOI

Commencer le printemps avec un nouvel élan : se sentir capable, fort.e, confiant.e, se respecter, s'affirmer.

**26**  
Mars

VOTRE RENDEZ-VOUS SOPHRO MENSUEL POUR VOUS SOUTENIR DANS  
VOTRE RÔLE DE PARENTS

**LE  
LAP'S**

SERVICE ITINÉRANT D'INFORMATIONS  
ET D'ACCOMPAGNEMENT DES PARENTS



INSCRIPTION auprès du LAP'S au 06 31 66 24 42  
ou à [laps@lochessudtouraine.com](mailto:laps@lochessudtouraine.com)



ÉVÈNEMENT GRATUIT - 18h30 / 20h

pour les parents résidents dans la communauté de  
commune Loches Sud Touraine / 5 places par séance



RELAIS PETITE ENFANCE

13 bis rue de la Gaité 37600 LOCHES