



# 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 ?

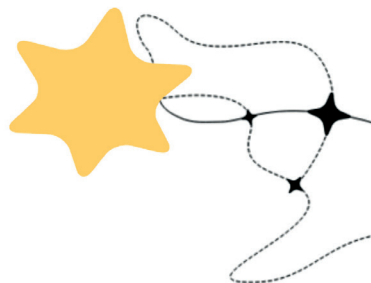
- Un lieu pour échanger et se soutenir entre parents
- Un espace pour aborder différentes questions autour de la parentalité (parler de ma fragilité à mon enfant ?, quelles sont mes ressources ?, quels aménagements imaginer ?, etc.)
- Un accompagnement par deux intervenant-es de la fondation As'trame

## Comment s'inscrire ?

- Prendre contact par téléphone, sms, WhatsApp au 076 511 46 56 ou par e-mail à [info@astrame.ch](mailto:info@astrame.ch)
- 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 :** CHF 25.- pour 5 séances
- **Infos et dates des groupes sur :** [www.astrame.ch/mpz](http://www.astrame.ch/mpz)  
ou scannez le QR code



Avec le soutien de

