



AGFV Flash N° 26

Chères adhérentes, Chers adhérents,

Voici quelques propositions qui pourraient vous intéresser...

1. Une **visioconférence** proposée par l' **UDAF 78** sur le thème :

« **Charge mentale et burn out parental** »

Le jeudi 6 avril 2023 de 20h30 à 22h30

UDAF
Yvelines
UNIS POUR LES FAMILLES

CHARGE MENTALE & BURN OUT PARENTAL

"PRENDRE SOIN DE SOI POUR MIEUX PRENDRE SOIN DE SES ENFANTS"

WEBINAIRE

JEUDI 6 AVRIL 2023 DE 20H30 À 22H30

ANIMÉ PAR NICOLAS LAVROFF
SPECIALISTE DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

OUVERT A TOUS, GRATUIT, SUR INSCRIPTION EN CLIQUANT ICI OU EN SCANNANT LE QR CODE

Prendre soin de soi pour mieux prendre soin de ses enfants. Comment gérer la charge mentale ? Comment repérer les signes d'épuisement parental ? Comment s'en protéger ? Quels conseils pour y faire face ?

C'est à toutes ces questions et à beaucoup d'autres que **Nicolas Lavroff, sophrologue, formé à la communication bienveillante et coach formateur** répondra lors du webinaire.

Participation gratuite sur inscription en cliquant sur lien ci-dessous :

<https://framaforms.org/visioconference-charge-mentale-et-burnout-parental-jeudi-6-avril-2023-de-20h30-a-22h30-1676630957>

Un lien pour accéder au webinaire vous sera envoyé quelques jours avant.

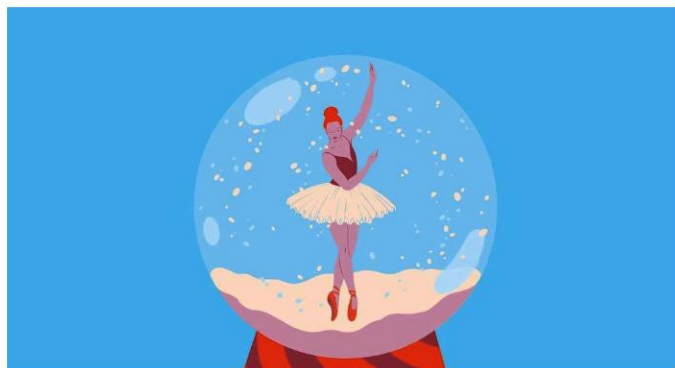
2. Au CHATELET,

Ballet **Il était une fois Casse-Noisette**

Les 19,22 et 29 avril à 20h

Les 21 e 28 avril à 19h

Les 22, 23, 25, 26, 27, 29 et 30 avril à 15h



Grande Salle

Durée 1h40 avec entracte

Dès l'âge de 6 ans

Inscrivez-vous directement à la séance de votre choix en cliquant sur ce lien :

[Réservation](#)

L'AGFV vous remboursera 10€ par participant adhérent.

Depuis 130 ans, la musique de **Casse-Noisette** fait vibrer les amateurs de ballet. Cette œuvre phare de **Tchaïkovski** est aujourd'hui spécialement mise en scène et chorégraphiée pour les enfants. Portée par le danseur étoile **Karl Paquette**, cette nouvelle production nous plonge dans la nuit rêvée de Clara, une petite fille à qui l'on offre un casse-noisette le soir de Noël.

La narration, confiée à **Clément Hervieux-Léger** de la Comédie Française, reprenant les épisodes merveilleux du conte d'Hoffmann revu par Alexandre Dumas, nous fait retomber en enfance.

3. Enfin, le magasin **COLOCATERRE** vient d'ouvrir, presque en face le la Forge, au 112 avenue du Général Leclerc. Consultez leur site :

www.colocaterreendirect.com

Ses gérants nous proposent 5 % de remise à valoir dans tous le magasin COLOCATERRE pour chaque famille détentrice de la carte d'adhérent de l'association.

Bien cordialement

Le bureau