



InterNido

Interkultureller Verein in Nidau
Association interculturelle à Nidau



**Stadt Biel
Ville de Bienne**

QuartierInfo Bözingen
InfoQuartier Boujean

Association
**VIVRE
ENSEMBLE**

Biel - Bienne

**Santé bernoise
Bernese Gesundheit**



Photo : iStock.com

Prendre soin de sa santé psychique et de celle des enfants

Une balade thématique pour les parents et les proches

Etre parent est un véritable défi. Prendre soin de soi est important pour pouvoir à son tour accompagner les enfants sur le chemin de la vie avec ses bonheurs et ses difficultés. Au cours de cette promenade nous échangerons sur des thèmes comme bouger, se détendre, dialoguer, demander de l'aide et faire face aux difficultés.

Date et heure : samedi 5 novembre 2022, de 14h à 17h

Lieu : InfoQuartier Boujean, Route de Soleure 21, 2504 Bienne

Coût : Gratuit y compris une petite collation

Une « garderie » pour les enfants sera à disposition. Aura lieu par tous les temps (s'équiper selon la météo).

Renseignements

Inscription souhaitée jusqu'au 31 octobre 2022 auprès de :

Santé bernoise, André Huegi, tél. 032 329 33 73 ou par mail andre.huegi@beges.ch

Animation en 6 langues

Deutsch

Français

عربي

Espagnol

Україна

Farsi