

Lourdes (65)

## **Théâtre-débat sur la charge mentale au Centre Socio-Culturel Lorda**

**Le vendredi 11 octobre, à 18 h, le Centre Socio-Culturel Lorda organise un théâtre-débat sur un sujet d'actualité qui touche particulièrement les parents : la charge mentale. Cet événement, intitulé "Parents : Charge mentale ? On en parle !" sera animé par la compagnie Canal'Art en partenariat avec une psychologue de l'École des Parents et des Éducateurs 65.**

Le vendredi 11 octobre 2024, à 18h, le Centre Socio-Culturel Lorda organisera un théâtre-débat sur un sujet d'actualité qui touche particulièrement les parents : la charge mentale. Cet événement, intitulé « *Parents : Charge mentale ? On en parle !* », sera animé par la compagnie Canal'Art en partenariat avec une psychologue de l'École des Parents et des Éducateurs 65.

Ce théâtre-débat a pour objectif d'offrir un moment de réflexion et d'échange autour du poids invisible mais bien réel qui pèse sur les épaules des parents, et en particulier des mères. À travers des scènes humoristiques inspirées du quotidien familial, les comédiens de Canal'Art inviteront les participants à relativiser les pressions auxquelles ils sont confrontés au jour le jour, tout en rappelant que le parent parfait n'existe pas.

Ce format interactif et bienveillant vise à déculpabiliser les parents et à ouvrir le dialogue sur une thématique encore trop peu abordée. Les participants pourront échanger leurs expériences et repartir avec des pistes pour mieux gérer ce fardeau émotionnel et mental souvent difficile à verbaliser.

Pour conclure la soirée, une collation-buffet sera proposée. Un service de garde pour les enfants de 3 à 12 ans sera également mis à disposition sur inscription préalable.

**Inscriptions et renseignements :** 06 73 21 63 72.

## CENTRE SOCIO-CULTUREL LORDA

Dans le cadre du Mois des familles

# THÉÂTRE DÉBAT

*Parents : Charge mentale ? On en parle !*

Vendredi 11 octobre 2024 De 18 h à 19 h 30

Animé par la Cie CANAL ART  
et par l'Ecole des parents et des éducateurs 65



À l'espace jeunes du Centre socio-culturel Lorda

- Garde d'enfants proposée dans la limite des places disponibles
- Suivi d'une collation

Gratuit sur inscription au 06 73 21 63 72