

Concilier (télé)travail – école à distance et vie familiale



**La MSA vous accompagne
pour traverser au mieux cette période**

Bonjour,

Parents confinés ? Des ateliers en visioconférence vous sont destinés :

« **Le jeudi, JE DIS...** » : Des soirées à thèmes chaque Jeudi de 20h à 21h30 en visioconférence (inscription gratuite, ouverte à tous mais obligatoire car nombre de places limité) :

- **Jeudi 29 Avril** : « Je dis...Bien manger même confinés ! Comment allier simplicité, plaisir et équilibre? » animée par Florence HYGONNENQ, diététicienne nutritionniste

- **Jeudi 06 Mai** : « Je dis...Apprivoiser les écrans en famille et grandir » animée Marie Noëlle CLEMENT, pédopsychiatre et membre fondateur 3-6-9-12

« **Le samedi, CA ME DIT..** » des ateliers parents-enfants : les samedis de 10h à 11h30 (inscription gratuite, ouverte à tous mais obligatoire car nombre de places limité) :

- **Samedi 01 Mai** : Atelier “cuisinons ensemble” animé par Laetitia BICHEYRE, Cheffe du restaurant Miam’Zelle Food

- **Samedi 08 Mai** : atelier d’expression en famille pour parents et enfants de 9 à 17 ans animé par Sandrine SANCHEZ, art-thérapeute

Nous vous invitons à consulter le site internet de la MSA afin d'avoir plus de détails sur le déroulé de ces soirées et ateliers et vous permettre de vous inscrire.

<https://mps.msa.fr/lfy/web/msa-midi-pyrenees-sud/parents-confines>

A bientôt.

Service Action Sanitaire et Sociale de la MSA Midi Pyrénées Sud