

# ÊTRE PARENTS, C'EST...



## ... APPRIVOISER LES ÉMOTIONS

... OSER  
DEMANDER DE L'AIDE

... TENIR  
DES LIMITES

... DÉPASSER DOUTES ET  
DÉCOURAGEMENTS

... AIMER

... SE LAISSER  
INTERROGER  
SUR LA VIE

... PROTÉGER  
L'ENFANT DANS LES  
VIRAGES DE BORD

... ASSEMBLER  
SANS MÉLANGER

... ÊTRE GARDIEN  
DU TEMPS

... RASSURER

... AIMER,  
DIFFÉREMMENT

...

### QUELLE AVENTURE D'ÊTRE PARENTS,

d'être engagés dans un tourbillon d'émotions. Parfois on se sent seul, un peu mal dans son rôle. Notre enfant nous en fait voir de toutes les couleurs, on ne le comprend pas ou plus. On est parfois inquiet, souvent dépassé, un peu démuni, plein de doutes...

Vous n'êtes pas les seuls : être parents n'est pas simple. Un enfant, c'est un perpétuel remue-ménage. Et pour son enfant, on veut le meilleur.

Pourtant, il n'y a pas de recette; tout juste quelques points de repère, quelques idées pour reprendre un grand souffle et continuer à inventer et à réinventer... parce que, heureusement : yapaka!



Illustration : Serge Bloch

Ce livre est disponible  
gratuitement  
au 0800/20 000  
ou [infos@cfwb.be](mailto:infos@cfwb.be)

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES [yapaka.be](http://yapaka.be)