



  
**Maison**  
des **Familles**

**Être parent, c'est se poser des questions. Pour vous rassurer, partager, trouver des idées et des solutions, venez nous voir !**

*" Un petit café dans une journée speed, où on peut parler entre adultes, ça fait tellement du bien ! »*

*" Lors d'une rencontre, j'ai pu échanger avec d'autres parents sur des astuces pour limiter le temps sur les écrans à la maison. »*

*" Je viens d'emménager, j'ai pu rencontrer d'autres personnes et trouver des associations. »*

Ce lieu convivial ouvert à toutes les familles permet aux parents (mères, pères, grands-parents...) d'être écoutés, soutenus, de trouver des informations et d'échanger avec d'autres parents.

**Venez rencontrer :**

- **D'autres parents** avec qui échanger
- **Des professionnels** à votre écoute pour vous accompagner et vous orienter dans vos démarches
- **Un réseau d'associations familiales** et de partenaires qui assurent des permanences pour vous accompagner.

## Vous y trouverez des services et ressources :

- Des permanences régulières assurées par les associations locales.
- Une programmation d'ateliers collectifs et de temps d'échanges pour les parents.
- Un planning disponible sur demande ou sur le site [www.udaf53.fr](http://www.udaf53.fr)

## En pratique

- Ce lieu est gratuit, ouvert à toutes les familles, en accès libre.

## L'Udaf propose d'autres services :



- Parentalité
- Médiation familiale
- Ateliers de paroles pour enfants de parents séparés
- Point Conseil Budget
- Information et soutien aux tuteurs familiaux
- Mesures de protection
- Défense du consommateur



Udaf de la Mayenne  
26 rue des Drs Calmette et Guérin  
53000 Laval  
02 43 49 52 52



## Renseignements et rendez-vous :

[maisondesfamilles@udaf53.fr](mailto:maisondesfamilles@udaf53.fr)  
[www.udaf53.fr](http://www.udaf53.fr)