



ESPACE
FAMILLES



Inscription auprès de
l'animateur des ateliers

LUNDI 10 SEPTEMBRE

- 9h30 à 11h30 « Café des mères » – *Atelier Mamans et futures Mamans* (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48)

Temps de partage et d'échanges entre mères ou futures mamans.

- 18h à 20h30 « Parler pour que les enfants écoutent » - *Série d'ateliers n°1 – Atelier Parents* (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48)

Thème : Aider les enfants aux prises avec leurs sentiments négatifs.

MARDI 11 SEPTEMBRE de 18h à 19h30 « Vivre un deuil » – *Atelier Parents* (Catherine Boisseau – 05 55 32 68 10)

Temps d'accueil, de paroles et d'écoute pour des parents confrontés à la perte d'un conjoint, d'un enfant, d'un membre de la famille.

MERCREDI 12 SEPTEMBRE

- 17h00 à 18h30 « Yoga en famille » – *Atelier Parents/enfants (6 - 11 ans)* (Amélia Vaz Dos Santos – 06 77 85 42 16)

Temps pour petits et grands où chacun est invité à pratiquer de façon ludique les postures du yoga tout en s'amusant et en se relaxant.

- 18h à 19h30 « Mettre des mots » – *Atelier Parents* (Véronique Matl – 06 84 72 73 06)

Temps d'accueil, de paroles et d'écoute pour des parents confrontés à la perte et au deuil périnatal.

VENREDI 14 SEPTEMBRE de 14h30 à 16h « Bien-être et chant en attendant bébé » – *Atelier Parents (4ème au 9ème mois de grossesse)*

(Michelle Lefrançois – 06 12 58 49 95) Vous pourrez tisser un vrai lien avec bébé, comme un «cordon musical» grâce à l'apprentissage de chansons et berceuses.

SAMEDI 15 SEPTEMBRE

- 9h30 à 12h « Portage bébé » – *Atelier Parents/enfants (0 - 1 an) et futur parents* (Cécile d'info-allaitement87 - 06 84 52 69 65)

Comment porter son bébé afin d'apporter bien être aux parents comme aux enfants.

- 10h30 à 12h « Apprendre à se relaxer en famille » – *Atelier Parents/enfants (6 - 11ans)* (Joelle Geandillou – 06 81 27 55 56)

Séance de partage pour découvrir la sophrologie, apprendre à se relaxer et mieux communiquer ensemble pour créer une harmonie familiale.

LUNDI 17 SEPTEMBRE

- 10h à 11h « Bébé signe » - *Série d'ateliers n°1 – Atelier Parents/enfants (de la naissance jusqu'à 3 ans)* (Stéphanie Maerle - 06 70 14 87 23) **NOUVEAU**

Faciliter les échanges parents-enfants et permettre l'expression des besoins, des envies, des émotions au travers d'un nouveau mode de communication. Thème : « Bienvenue dans mon monde »

- 10h à 11h30 « Café des ventres ronds » – *Atelier Futures mamans (4ème au 9ème mois de grossesse)* (Céline David – 06 10 74 23 83)

Groupe de parole et d'écoute pour les femmes enceintes pour une grossesse et un accouchement plus serein. Thème : « Petits et grands maux de la grossesse ».

- 17h30 à 19h30 « Etre parent après la séparation » – *Atelier Parents* (Espace Familles – 05 55 43 40 14)

Groupes d'échanges sur les problèmes liés à la séparation.

MARDI 18 SEPTEMBRE de 18h à 20h30 « Le monde (merveilleux) des devoirs » - *Série d'ateliers n°1 – Atelier Parents* (Sylvie Francillout – 06 71 95 94 38) **NOUVEAU**

Accompagner la relation parent enfant autour de la scolarité : comment appréhender « la rentrée, la réussite scolaire, les devoirs ». Thème : La rentrée scolaire.

MERCREDI 19 SEPTEMBRE

- 10h à 11h « Eveil créatif en famille » – *Atelier Parents/enfants (1 - 3 ans)* (Françoise Laurent - 06 83 09 32 16)

Explorations sensorielles et créatives pour les tout petits et leurs parents.

- 14h à 15h « Atelier créatif en famille » – *Atelier Parents/enfants (4 - 10 ans)* (Françoise Laurent - 06 83 09 32 16)

Moment ludique et créatif pour enrichir le lien familial et social, se découvrir.

- 16h à 18h « Jeu joue en famille » – *Atelier Parents/enfants* (Stéphane Tomicky – 06 72 96 75 77) **NOUVEAU**

Atelier pour jouer avec ses enfants, petits-enfants et partager un moment ensemble autour du jeu en lien avec un conte, une fable, une BD ou un manga.

VENREDI 21 SEPTEMBRE

- 9h30 à 11h « Massages bébé » – *Atelier Parents/enfants (1 - 3 ans)* (Céline David – 06 10 74 23 83)

Atelier de découverte du massage et de ses bienfaits sur bébé (sommeil, colique, stimulation des systèmes respiratoire...) Favoriser le lien parent-enfant.

- 14h30 à 15h30 « En forme avec bébé » – *Atelier Parents/enfants (de la naissance à 1 an)* (Marie-Laure Tronche – 06 11 59 05 56)

Tout en douceur, retrouvez la forme après l'accouchement. Danse avec bébé, gym douce et échanges avec d'autres parents.

MARDI 25 SEPTEMBRE de 18h à 20h30 « Le monde (merveilleux) des devoirs » - *Série d'ateliers n°2 – Atelier Parents*

NOUVEAU

(Sylvie Francillout – 06 71 95 94 38) Thème : Les devoirs à la maison.

MERCREDI 26 SEPTEMBRE

- 14h30 à 16h30 « Ludo'Goûter » – *Atelier Parents/enfants (3 - 8 ans)* (Espace Familles – 05 55 43 40 14)

L'équipe de la Ludothèque la Cité des Jeux vous propose de jouer et de découvrir de nouveaux jeux en famille.

- 17h à 19h « Parents et enfants dans la séparation (la marmite aux mots) » – *Atelier Parents/enfants (6 - 11 ans)* (UDAF – 05 55 10 53 58) **NOUVEAU**

Groupes d'échanges pour les enfants et leurs parents autour de la séparation du couple. Ce groupe de pairs leur permettra de partager leurs expériences et leurs vécus pour mieux communiquer avec leurs parents.

VENREDI 28 SEPTEMBRE de 14h30 à 16h « Bien-être et chant en attendant bébé » - *Atelier Parents (4ème au 9ème mois de grossesse)*

(Michelle Lefrançois – 06 12 58 49 95)

