



LUNDI 1 AVRIL

- de 9h30 à 11h30 « Café des mères » – Mamans (Sophie Plançon : 06 85 03 75 48)

Temps de partage et d'échanges entre mères ou futures mamans. Thème : Du lait à la diversification alimentaire.

- de 10h à 11h « Bébé Signe » – Parents / enfants (jusqu'à 3 ans) (Stéphanie Maerle : 06 70 14 87 23) Série d'ateliers N°5 **COMPLET**

- de 18h à 20h30 "Atelier des parents" – Parents (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48) Série d'ateliers n°1 - Thème : Il n'y a pas de parents parfaits

MARDI 2 AVRIL

- de 9h30 à 12h « Allaiter son bébé au biberon ou au sein » – Mamans et futures mamans (Michelle Lefrançois : 06 12 58 49 95)

Il n'y a pas de bon ou de mauvais choix ; cet atelier vous apportera conseils sans jugement.

- de 17h à 19h30 « Programme de soutien aux familles et à la parentalité » – Parents / enfants (6/11ans) (IREPS – 05 55 37 19 57 / Espace Familles – 05 55 43 40 14)

Série d'ateliers N° 3 - Améliorer la communication au sein de la famille, valoriser les capacités des enfants et renforcer la confiance des parents.

MERCREDI 3 AVRIL

- 10h à 11h « Eveil créatif en famille » – 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 » – 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

JEUDI 4 AVRIL

- de 9h30 à 10h15 et de 10h30 à 11h15 « Ateliers d'éveil musical » – Parents / enfants (6 mois - 3 ans) (Sylvain Lacouchie – musique.caf87@gmail.com)

Partage musical, exploration, découverte, jeu qui nous guident et nous invitent à nous rencontrer autrement.

SAMEDI 6 AVRIL

- de 10h30 à 11h30 « La Bougeothèque » – Parents / enfants (0-1 an) (Nathalie Tremea – 06 16 79 16 19) Accompagner les parents dans les découvertes

motrices de leur enfant. Accompagner les bébés dans la libre découverte de leur corps et de ce qui les entoure.

- de 9h30 à 12h « Portage bébé » – Parents / enfants (0-1 an) et futur parents (Cécile Gauchou : 06 84 52 69 65)

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

- de 10h à 11h « Atelier futurs parents » – Futurs Parents – (Marion Pineau – 06 14 58 59 75) Préparer l'arrivée de bébé en couple.

LUNDI 8 AVRIL

- de 9h30 à 12h « Question de parents » – Parents (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48) Atelier qui offre l'occasion de prendre un temps pour s'informer, partager des interrogations et échanger des expériences entre parents. Thème : Le miroir des émotions

- de 10h à 11h « Bébé Signe » – Parents / enfants (jusqu'à 3 ans) (Stéphanie Maerle : 06 70 14 87 23) Série d'ateliers N°6 **COMPLET**

- 17h30 à 19h30 « Etre parent après la séparation » – Parents (Service d'Accompagnement aux Familles – 05 55 43 40 17)

Informations et échanges en lien avec à la séparation.

- de 18h à 20h30 « Frères et soeurs sans rivalité » – Parents (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48) Série d'ateliers N°1

Thème : exprimer ses sentiments sans faire de tort

MARDI 9 AVRIL de 17h00 à 19h30 « Programme de soutien aux familles et à la parentalité » – Parents / enfants (6/11ans) (IREPS – 05 55 37 19 57 / Espace

Familles – 05 55 43 40 14) Série d'ateliers N° 4

MERCREDI 10 AVRIL de 17h15 à 18h30 « Yoga en famille » – 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.

VENREDI 12 AVRIL

- de 9h30 à 11h « Massage bébé » – Parents / enfants (0 à 6 mois) et futur parents (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.

- de 14h30 à 16h « En forme avec bébé » – Parents / enfants (0-1 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

SAMEDI 13 AVRIL de 9h à 13h «Initiation gestes de premiers secours à l'enfant» – Parents (Espace Familles - 05 55 43 40 17) **COMPLET**

LUNDI 15 AVRIL de 16h à 17h «Aide moi à te parler» – Parents / enfants (2-4 an) (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48)

Renforcer la communication dans la famille par le biais d'un conte en kamichibai, un temps de jeux partagés et d'un atelier créatif.

MARDI 16 AVRIL

- de 9h30 à 11h30 « Danse bien-être » – Parents / enfants (2 à 5ans) (Noémie de Malézieu : 06 95 33 87 13) Séance de relaxation (mouvements dansés pour se

détendre, se familiariser avec son corps qui change, renforcer le lien prénatal avec bébé), suivi d'un temps d'expression créative et d'échanges. **NOUVEAU**

- de 15h à 17h « A la découverte du goût » – Parents / enfants (2-6ans) (Pascale Hogrel : 05 55 38 17 30 – pascale@hogrel.fr) Apprendre à favoriser la diversification

alimentaire et permettre aux enfants en compagnie de leurs parents de goûter à des aliments, d'explorer de nouvelles sensations gustatives.

MERCREDI 17 AVRIL

- 10h à 11h « Eveil créatif en famille » – 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 » – 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

- de 18h à 19h30 « Mettre des mots » – 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.

JEUDI 18 AVRIL de 14h à 16h30 « Atelier spectacle, Antoine, le gentil pirate » – Parents / enfants (4-9ans) (Chouette v'la la Juliette : 06 76 02 49 87)

Animation avec le support du théâtre qui permet de se rencontrer autrement, de favoriser l'échange et développer l'imaginaire. **NOUVEAU**

VENREDI 19 AVRIL de 15h à 17h « Jeu joue en famille » – Parents / enfants (La Marelle Limousine – 06 72 96 75 77)

Atelier pour jouer et partager un temps avec ses enfants, petits-enfants. Jeux en lien avec un conte, une fable, une BD ou un manga.

MERCREDI 24 AVRIL

- de 9h30 à 10h30 « Lectures partagées » – Parent / enfants / grands-parents / petits enfants (3-6 ans) (UDAF 87 : 05 55 10 93 33)

Atelier lecture/jeux par un animateur lecteur, moment privilégié autour du livre, suivi d'un goûter.

- de 10h à 11h30 « Vie de famille en toute sérénité » – Parents / enfants (6- 11ans) (Alison : 06 26 75 73 76)

Jeux de communication, histoires apaisantes écrites pour vous... Se détendre, gagner en confiance... Thème : Se détendre en famille

- de 14h à 17h «Aide moi à te parler» – Parents / enfants (5-8 an) (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48)

Renforcer la communication dans la famille par le biais d'un conte en kamichibai, un temps de jeux partagés et d'un atelier créatif.

- de 15h à 17h30 «Lire conter raconter à mon tout petit» – Parent (contact : 07 78 82 48 12) Echange autout de la place du livre dans la relation avec son enfant.

JEUDI 25 AVRIL de 15h à 17h « Ludo-goûter » - – Parents / enfants (3 – 8 ans) (Ludothèque : 05 55 79 81 06)

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

VENREDI 26 AVRIL de 14h à 17h «Aide moi à te parler» – Parents / enfants (6-10 an) (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48)

Renforcer la communication dans la famille par le biais d'un conte en kamichibai, un temps de jeux partagés et d'un atelier créatif.

LUNDI 29 AVRIL de 18h à 20h30 «Atelier des parents» – Parents (Sophie Plançon – 06 85 03 75 48) Série d'ateliers n°2

Thème : Au coeur des émotions de l'enfant

MARDI 30 AVRIL de 17h à 19h30 « Programme de soutien aux familles et à la parentalité » – Parents / enfants (6/11ans) (IREPS – 05 55 37 19 57 / Espace

Familles – 05 55 43 40 14) Série d'ateliers N° 5