



Programme des ateliers ouverts à tous

MAI 2024



POUR LES PARENTS ET LES GRANDS PARENTS

Jeudi 2 Mai

18h à 20h30 « **Com@do: l'adolescence choisissez vos batailles.** » Atelier 5/8 **Parents d'ados (12-18 ans)** Intervenante : Julie Dupas 02.54.62.01.74

Samedi 4 Mai

9h30 à 12h « **L'alimentation des bébés** » Un atelier pour échanger et répondre à vos questions autour de l'alimentation de votre bébé jusqu'à 2ans. **Parents** Intervenante : Aurélie ARNAUDON 07.64.71.29.26

Lundi 13 Mai

9h30 à 11h30 « **Café des mères** » Une bulle d'oxygène pour parler maternage, parentalité, couple, éducation... dans un cadre d'écoute bienveillante. **Mères** Intervenante : Sophie Plançon 06.85.03.75.48

Mardi 14 Mai

18h à 20h30 « **Atelier Clown** » Découvrir l'énergie du clown et la cultiver dans la relation avec son enfant. **Parents** Intervenante : Sophie Gaillard 06.15.55.85.84

18h30 à 20h « **Le dire avec des mots** » Temps d'accueil, de parole et d'écoute pour des parents confrontés à la perte d'un bébé et au deuil périnatal. **Parents** Intervenante : Christiane SOZEAU 06.45.48.21.72

Mercredi 15 Mai

18h à 20h « **Café des parents d'enfants différents** » Rencontre thématique: les liens avec la famille et l'entourage. **Parents d'enfants différents de moins de 6 ans.** Intervenante: Alexandra GUISSSET 05.55.87.89.29

Jeudi 16 Mai

18h à 20h30 « **Com@do: l'adolescence choisissez vos batailles.** » Atelier 6/8 **Parents d'ados (12-18 ans)** Intervenante : Julie Dupas 02.54.62.01.74

18h30 à 20h30 « **Café des pères** » Un temps d'échange et de rencontre dédié aux pères. **Pères** Intervenante Lionel COSTES 06.88.12.39.21

Jeudi 23 Mai

18h30 à 20h « **Parenthèse zen et créative** » Un moment à prendre pour soi, pour rencontrer d'autres parents et lâcher prise le temps d'une création. **Parents** Intervenante : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

Mercredi 29 Mai

18h à 20h30 « **Atelier Clown** » **Parents** Intervenante : Sophie Gaillard 06.15.55.85.84

Jeudi 30 Mai

18h à 20h30 « **Com@do: l'adolescence choisissez vos batailles.** » Atelier 7/8 **Parents d'ados (12-18 ans)** Intervenante : Julie Dupas 02.54.62.01.74

POUR LES FUTURS PARENTS

Mardi 7 Mai

9h à 12h « **Choisir son allaitement** » Un atelier qui aborde l'allaitement sous toutes ses formes. **Parents/Futurs Parents** Intervenante : Michelle LEFRANÇOIS 06.12.58.49.95

Mardi 14 Mai

14h à 15h30 « **Réflexologie et grossesse** » Echanges autour de la grossesse, de l'accouchement et découverte de techniques d'automassage. **Futurs parents** Intervenante : Emilie LASBRAUNIAS 06.18.36.22.44

POUR LES BÉBÉS

Lundi 06 Mai

9h30 à 10h « **Musique en jeu** » Assis autour des instruments, venez jouer avec les sons. Atelier d'éveil musical. **Parents- enfants de 9 mois à 3 ans.** Intervenante : Julie RAZET 06.82.24.50.49

10h15 à 10h45 « **Musique en jeu** » **Parents- enfants de 9 mois à 3 ans.** Intervenante : Julie RAZET 06.82.24.50.49

Mardi 7 Mai

10h à 11h « **Exploration sensorielle autour de l'argile** » Tenues de renchange conseillées **Parents et enfants de 16mois à 2 ans** Intervenante : Laurence 05.55.87.89.29

Mardi 14 Mai

9h30 à 11h « **Massage bébé découverte** » Découvrir et partager les bienfaits du massage avec son bébé. **Parents et enfants jusqu'à 1an** Intervenante : Charline BOUCHER 05.55.87.89.29

Jeudi 16 Mai

10h30 à 11h30 « **Yoga Post natal** » 1/4 Retrouvez une activité physique tout en douceur avec votre bébé. **Parents et enfants jusqu'au quatre pattes.** Intervenante : Pauline TRASSARD www.yogalimoges.fr/reserver

Jeudi 23 Mai

10h30 à 11h30 « **Yoga Post natal** » 2/4 **Parents et enfants jusqu'au quatre pattes.** Intervenante : Pauline TRASSARD www.yogalimoges.fr/reserver

Lundi 27 Mai

9h30 à 10h « **Musique en jeu** » **Parents- enfants de 9 mois à 3 ans.** Intervenante : Julie RAZET 06.82.24.50.49

10h15 à 10h45 « **Musique en jeu** » **Parents- enfants de 9 mois à 3 ans.** Intervenante : Julie RAZET 06.82.24.50.49

Jeudi 30 Mai

10h30 à 11h30 « **Yoga Post natal** » 3/4 **Parents et enfants jusqu'au quatre pattes.** Intervenante : Pauline TRASSARD www.yogalimoges.fr/reserver

POUR LES ENFANTS

Samedi 4 Mai

10h à 11h « **Danse joyeuse en famille** » Eveil au mouvement dansé, spontané et guidé à partager en famille. **Parents- enfants de 2 à 4ans** Intervenante : Marie-Laure TRONCHE 06 11 59 05 56

Mercredi 29 Mai

10h à 11h « **Dégustation à l'aveugle** » Jouer à goûter avec tous ses sens ou presque. **Parents et enfants de 2 à 6ans.** Intervenante : Pascale HOGREL 05.55.38.17.30

POUR LES ADOS

Mercredi 15 Mai

16h30 à 18h30 « **Atelier théâtre** » Jeux collectifs, improvisation théâtrale et exercice d'écoute pour se rencontrer autrement, rire et partager un moment de complicité. **Parents- enfants à partir de 9 ans** Intervenante : Sophie GAILLARD 06.15.55.85.84

Mercredi 22 Mai

15h à 16h30 « **Atelier cuisine** » Parents et enfants seront les chefs pour réaliser la recette des cookies à la sardine. **Parents et enfants à partir de 10 ans.** Intervenante : Blandine 05.55.87.89.29

Tous les ateliers sont

GRATUITS

SUR INSCRIPTION

11 RUE DES FILLES NOTRE DAME
87000 LIMOGES

OUVERTURE

MAISON DE LA PETITE ENFANCE

Lundi : 8h30-12h

Mardi : 14h-18h

Mercredi : 8h30-12h

Jeudi : 8h30-12h // 15h30-18h

Temps réservé aux enfants
avant la marche : Jeudi 14h-15h30

FERMETURE
1ER ET 20 MAI
DU 8 AU 11 MAI

JOINDRE L'ESPACE FAMILLES

05.55.87.89.29

SUR LES RÉSEAUX

