



# Programme des ateliers ouverts à tous

## OCTOBRE 2021



### Vendredi 01 octobre :

**10h à 11h30 : « Massage bébé »** N°4 Un cycle de 5 ateliers pour partager un moment privilégié avec votre bébé autour du massage. **Parents/enfants de 1 mois à 1 an**  
Intervenante : Marion DELAGE 06.14.58.59.75

### Lundi 04 octobre :

**9h30 à 11h30 : « Question de parents »** Rencontrer d'autres parents, s'informer et échanger sur vos questions du moment. Thème : « décodons les émotions ». **Parents et futurs parents**  
Intervenante: Sigrid BOËL bit.ly/QDPPEP87

### Mardi 05 octobre :

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

**18h à 20h30 : « Parentalité positive »** N°4. Une série de 5 ateliers pour découvrir ou approfondir sa connaissance de la parentalité positive. Thème : « éduquer sans violence éducative ». **Parents**  
Intervenante : Sylvie FRANCILLOUT LAVERGNE 06.71.95.94.38

**18h30 à 20h30 : « Le café des parents d'ados »** Thème : conflit autour du travail scolaire. **Parents**  
Intervenante : Sandra BAUDIN - sbaudin13@gmail.com

### Mercredi 06 octobre

**10h à 12h : « Ecouter et exprimer nos émotions en famille »** N°2 Un cycle de 3 ateliers pour favoriser les apprentissages émotionnels par le biais de la découverte du corps, de moyens ludiques et créatifs. **Parents/enfants de 7 à 11 ans**  
Intervenante : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

**16h à 18h : « Atelier théâtre »** Jeux collectifs, improvisation théâtrale et exercice d'écoute pour se rencontrer autrement, rire et partager un moment de complicité. **Parents/enfants de 9 à 11 ans**  
Intervenante: Sophie GAILLARD 06.15.55.85.84

### Jeudi 07 octobre :

**18h à 19h30 : « Vivre un deuil »** 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. Intervenantes : Catherine BOISSEAU 05.55.32.68.10 et Véronique MATL 06.84.72.73.06

### Vendredi 08 octobre :

**10h à 11h30 : « Massage bébé »** N°5 Un cycle de 5 ateliers pour partager un moment privilégié avec votre bébé autour du massage. **Parents/enfants de 1 mois à 1 an**  
Intervenante : Marion DELAGE 06.14.58.59.75

**14h30 à 16h : « En forme avec bébé »** Tout en douceur, retrouver la forme après l'accouchement. Danse avec bébé, gym douce et échanges avec d'autres parents. **Parents/enfants jusqu'à 1 an**  
Intervenante : Marie-Laure TRONCHE 06 11 59 05 56

### Samedi 09 octobre :

**10h30 à 12h : « Grossesse sereine »** n°4 « Une série de 4 ateliers pour préparer son accouchement et l'accueil de son bébé grâce à la sophrologie » **Futurs parents**  
Intervenante : Marlène JANNOT 06.77.68.40.46

**9h30 à 12h : « 1,2,3 Portez »** Atelier de portage bébé et enfant. **Parents/enfants de 0 à 1 an et futurs parents.**  
Intervenante : Agnès LAPEYRE 06.21.49.70.73

**10h30 à 12h : « Le bazar des émotions »** Cet atelier vous propose de mieux reconnaître et exprimer sereinement ses émotions en famille par le biais de jeux et mise en situations. **Parents/enfants de 5 à 10 ans**  
Intervenante: Oriane WASER-HOUST et Claire GAUDIN 06.30.72.14.83

### Lundi 11 octobre :

**9h30 à 11h30 : « Café des mères »** Une bulle d'oxygène pour parler maternage, parentalité, couple, éducation... dans un cadre d'écoute bienveillante. **Mères accompagnées de leur(s) enfant(s) de moins de 3 ans.**  
Intervenante : Sigrid BOËL contact@nelumbia.com inscription : bit.ly/cafePEP87

### Mardi 12 octobre :

**18h à 19h30 : « Mettre 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 : Véronique MATL 06.84.72.73.06

**18h à 20h30 : « Parentalité positive »** n°5 Une série de 5 ateliers pour découvrir ou approfondir sa connaissance de la parentalité positive. Thème : Multiplier les émotions positives en famille ». **Parents**  
Intervenante : Sylvie FRANCILLOUT LAVERGNE 06.71.95.94.38

### Mercredi 13 octobre :

**10h à 12h : « Ecouter et exprimer nos émotions en famille »** N°3 Un cycle de 3 ateliers pour favoriser les apprentissages émotionnels par le biais de la découverte du corps, de moyens ludiques et créatifs. **Parents/enfants de 7 à 11 ans**  
Intervenante : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

**16h à 18h : « Atelier théâtre »** : Jeux collectifs, improvisation théâtrale et exercice d'écoute pour se rencontrer autrement, rire et partager un moment de complicité. **Parents/enfants de 9 à 11 ans**  
Intervenante: Sophie GAILLARD 06.15.55.85.84

### Jeudi 14 octobre :

**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

### Lundi 18 octobre :

**16h30 à 18h30 : « Café des grands-parents ».** Un temps de parole dédié aux grands-parents, à leur place dans la famille et aux liens avec les petits-enfants. **Grands-parents**  
Intervenante : Sylvie FRANCILLOUT-LAVERGNE 06.71.95.94.38

### Mercredi 20 octobre :

**10h à 11h : « Eveil créatif »** Une invitation à explorer les couleurs, textures formes et matières sous la forme d'une exploration libre accompagnée des parents. **Parents et enfants de 1 à 3ans**  
Intervenante: Anne-Sophie Le Tullier: 06.74.68.52.04

**16h à 17h30 : « S'apaiser en famille »** Découvrez des outils ludiques pour mettre en place un rituel bien-être à la maison. **Parents/enfants de 7 à 11 ans**  
Intervenante : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

### Jeudi 21 octobre :

**17h45 à 18h45 : « Bouger en famille »** Bouger en jouant à deux, pour un moment complice avec votre enfant, tout en travaillant la mobilité primordiale sur un thème différent à chaque séance. **Parents/enfants à partir de 4 ans.**  
Intervenante : Ludvine GILARDEAU 07.50.83.43.93

**18h à 20h30 : « Rencontres pour les papas »** Un temps d'échange dédié aux pères. **Pères**  
Intervenante : Sylvie FRANCILLOUT LAVERGNE 06.71.95.94.38

### Vendredi 22 octobre :

**10h à 11h30 : « Massage bébé »** Un atelier de découverte du massage bébé. **Parents/enfants de 1 mois à 1 an**  
Intervenante : Marion DELAGE 06.14.58.59.75

### Samedi 23 octobre :

**10h à 12h : « C'est moi le chef ! »** Un atelier de cuisine à partager entre parents et enfants. **Parents/enfants de 7 à 12 ans.**  
Intervenante : Fayza RASHID 06.68.42.61.04

**10h à 11h : « Expression corporelle »** Venez partager en famille un atelier ludique autour du corps en mouvement. **Parents/enfants de 3 à 5 ans**  
Intervenante : Noémie DE MALEZIEU 06.77.75.93.31

**10h30 à 12h00 : « Café des parents extra ordinaires ».** Un temps de rencontre et d'échange pour les parents d'enfants différents. **Parents**  
Intervenante : Hélène Brière de l'Isle sesameautisme87@free.fr

### Lundi 25 octobre :

**10h30 à 12h : « La Sophrologie Ludique, mon enfant et moi »** Une découverte de la sophrologie en famille. **Parents/ Enfants de 5 à 12 ans.**  
Intervenante: Marlène JANNOT 06.77.68.40.46

**14h30 à 16h30 : « Fabrication d'instrument ».** Fabriquer un instrument à percussion à l'aide de matériaux de récupération. **Parents/enfants de 4 à 8 ans**  
Intervenante : Centre Polysson - centrepolysson@gmail.com

### Mardi 26 octobre :

**9h30 à 11h30 : « Le sommeil de mon enfant »** Marlène JANNOT vous accueille autour d'un café de parent pour échanger à propos du sommeil de vos enfants. **Parents**  
Intervenante: Marlène JANNOT 06.77.68.40.46

**14h30 à 17h : « Le plaisir d'apprendre ensemble »** Découvrir et accompagner son enfant dans le développement des apprentissages à travers le jeu. **Parents/enfants de 4 à 12 ans**  
Intervenante : Liliana MEDINA 07 81 53 96 25

### Mercredi 27 octobre :

**9h30 à 10h et 10h15 à 10h45 : « Musique en jeu »** Atelier d'éveil

et d'exploration musicale. **Parents/enfants de 9 mois à 3 ans.**  
Intervenante : Julie RAZET 06.82.24.50.49

**10h à 12h : « Tisser des liens par le jeu »** Découvrir de nouvelles façon de jouer ensemble. **Parents/enfants de 3 à 10 ans**  
Intervenante : Eve Déborah FEINBLATT 06.28.30.83.32

**14h à 16h : « Philo Art »** » Après une petite relaxation au moyen de quelques exercices de respiration, Stéphanie Leycuras vous propose d'échanger, de discuter, de débattre autour du thème : **Vrai ou faux?** **Parents/enfants de 6 à 12 ans**  
Intervenante : Stéphanie Leycuras 06.19.92.46.51

### Jeudi 28 octobre :

**10h à 12h : « Atelier Spectacle »** Des jouets racontent l'histoire d' « Antoine, le gentils pirate ». **Parents/enfants de 4 à 9 ans.**  
Intervenante : Stéphanie ROBIN 06.76.02.49.87

**10h à 12h : « Atelier Massage, comptines et berceuses »** Un moment à partager avec votre bébé ou en attendant bébé. **Futures mamans et parents- enfants de la naissance à 6 mois.**  
Intervenante : Michelle LEFRANÇOIS 06.12.58.49.95

**14h30 à 16h30 « Atelier Spectacle »** Des jouets racontent l'histoire d' « Antoine, le gentils pirate ». **Parents/enfants de 4 à 9 ans.**  
Intervenante : Stéphanie ROBIN 06.76.02.49.87

### Vendredi 29 octobre :

**9h30 à 11h30 : « Dégustation à l'aveugle »** Au cours d'une dégustation ludique, venez avec vos enfants mettre vos sens en éveil et reconnaître des aliments sans les voir. **Parents/enfants de 2 à 6 ans**  
Intervenante : Pascale HOGREL 05.55.38.17.30

**15h à 17h : « Dégustation à l'aveugle »** Au cours d'une dégustation ludique, venez avec vos enfants mettre vos sens en éveil et reconnaître des aliments sans les voir. **Parents/enfants de 6 à 10 ans.**  
Intervenante : Pascale HOGREL 05.55.38.17.30

## ATELIER PRÈS DE CHEZ VOUS CHÂTEAU-CHERVIX

### Samedi 16 octobre :

**14h à 17h30 : « Atelier parents ados »** N°1/6. Un espace de parole et un temps d'accompagnement « avec et par le cheval » entre parents et entre adolescents. **Parents/enfants à partir de 14ans**  
Intervenante : Creechn'n do 06.62.95.34.93

Tous les ateliers sont

**GRATUITS**

Ils se situent  
à l'adresse suivante :  
Espace Familles  
25 rue Firmin Delage  
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

**CHARTRE D'ACCUEIL COVID-19**



Port du masque  
obligatoire  
(+ de 11 ans)



Lavage  
des mains régulier



Groupe  
de 8 personnes  
maximum

**SUR LES RÉSEAUX**

