



Programme des ateliers ouverts à tous

NOVEMBRE 2021



Mardi 02 novembre

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

10h30 à 11h30 : « Atelier massage enfant » n°1/3 Se détendre, se relaxer Découvrir le massage en s'amusant. Passer un moment privilégié ensemble. **Parents / Enfants de 1 à 5 ans** Intervenant : Marion Delage 06 14 58 59 75

18h à 20h30 : « Accompagner son enfant dans sa scolarité » N°1/4 Créer les conditions favorables aux apprentissages. **Parents** Intervenant : Sylvie Francillout Lavergne 06.71.95.94.38

Mercredi 03 novembre

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 3 ans.** Intervenant : Anne-Sophie Le Tullier 06.74.68.52.04

17h à 18h30 : « Ecouter et exprimer nos émotions en famille » N°1/3 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 6 à 11 ans** Intervenant : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

Jeudi 04 novembre :

10h30 à 11h30 : « Atelier massage enfant » n°2/3 Se détendre, se relaxer Découvrir le massage en s'amusant. Passer un moment privilégié ensemble. **Parents enfants de 1 à 5 ans** Intervenant : Marion Delage 06 14 58 59 75

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. Intervenant : Catherine BOISSEAU 05.55.32.68.10 et Véronique MATL 06.84.72.73.06

Vendredi 05 novembre :

10h30 à 11h30 : « Atelier massage enfant » N°3/3 Se détendre, se relaxer Découvrir le massage en s'amusant. Passer un moment privilégié ensemble. **Parents / Enfants de 1 à 5 ans** Intervenant : Marion Delage 06 14 58 59 75

14h30 à 16h30 : « Danse prénatale » Exploration du corps qui change, du corps qui porte, du corps qui ressent... **Futures Mamans** Intervenant : Noémie de Malézieu 06 77 75 93 31

Samedi 6 novembre :

10h à 12h : « Les petits secouristes » Atelier parents-enfants pour acquérir les bons gestes en cas d'incident et prévenir les accidents domestiques **Parents- enfants à partir de 7 ans.** Intervenant : Carole REQUENA 06.30.41.02.37

10h30 à 12h30 : « Des clés pour parents solos » Ateliers d'informations et d'échanges entre parents. Thème : Ma perception de la monoparentalité : la changer, est ce possible? **Parents** Intervenant : Sigrid Boel bit.ly/PEP87000

10h à 12h : « Expression corporelle » Venez partager des mouvements ludiques en musique tout en complicité, suivi d'un temps de relaxation et d'échanges. **Parents- enfants dès 11ans.** Intervenant : Noémie DE MALEZIEU 06.77.75.93.31

Lundi 08 novembre :

9h30 à 11h30 : « Question de parents » Rencontrer d'autres parents, s'informer et échanger sur vos questions du moment. Thème : « les écrans, source de conflits ?! ». **Parents et futurs parents** Intervenant : Sigrid BOËL bit.ly/PEP87000

Mardi 09 novembre :

10h à 11h : « La voix des mères » Un atelier de chant prénatal pour entrer en communication avec votre bébé grâce aux vibrations de votre voix. **Futures mamans** Intervenant : Véronique MARRONI CORDEBOEUF 06.07.19.28.81

18h à 20h : « 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** Intervenant : Marlène JANNOT 06.77.68.40.46

18h à 20h30 : « Accompagner son enfant dans sa scolarité » N°2/4 Savoir communiquer au moment des devoirs. **Parents.** Intervenant : Sylvie Francillout Lavergne 06.71.95.94.38

Mercredi 10 novembre :

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.** Intervenant : 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** Intervenant : Sophie GAILLARD 06.15.55.85.84 sophie@sophiegaillard.fr

17h à 18h30 : « Ecouter et exprimer nos émotions en famille » N°2/3 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 6 à 11 ans.** Intervenant : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

Lundi 15 novembre :

9h30 à 11h30 : « Café des mères » Une bulle d'oxygène pour parler mater-

nage, parentalité, couple, éducation... dans un cadre d'écoute bienveillante. **Mères accompagnées de leur(s) enfant(s) de moins de 3ans.** Intervenant : Sigrid BOËL bit.ly/PEP87000

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** Intervenant : Sylvie FRANCILLOUT-LAVERGNE 06.71.95.94.38

Mardi 16 novembre :

10h à 11h : « Chantent petites mains » Oser chanter, écouter sa voix, celle de l'autre, partager un moment de relation et de complicité. **Parents- enfants jusqu'à 3 ans** Intervenant : Véronique MARRONI CORDEBOEUF 06.07.19.28.81

18h à 20h30 : « Accompagner son enfant dans sa scolarité » N°3/4. Un mauvais bulletin de note : comment réagir? **Parents.** Intervenant : Sylvie Francillout Lavergne 06.71.95.94.38

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** Intervenant : Véronique MATL 06.84.72.73.06

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** Intervenant : Véronique MATL 06.84.72.73.06

Mercredi 17 novembre :

10h30 à 11h30 : « Yoga Relaxation » Venez passer un temps privilégié de jeu et de détente avec votre enfant. **Parents/Enfants 3-10 ans.** Intervenant : Marion DELAGE 06.14.58.59.75

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** Intervenant : Sophie GAILLARD 06.15.55.85.84 sophie@sophiegaillard.fr

17h à 18h30 : « Ecouter et exprimer nos émotions en famille » N°3/3 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 6 à 11 ans** Intervenant : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

Jeudi 18 novembre :

10h à 11h : « La voix des mères » Un atelier de chant prénatal pour entrer en communication avec votre bébé grâce aux vibrations de votre voix. **Futures mamans.** Intervenant : Véronique MARRONI CORDEBOEUF 06.07.19.28.81

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** Intervenant : Anne-Sophie LE TULLIER 06.74.68.52.04

Vendredi 19 novembre :

10h à 11h30 : « Massage bébé découverte » Un atelier pour partager un moment privilégié avec votre bébé autour du massage. **Parents- enfants de 1 mois à 1an.** Intervenant : 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 1an.** Intervenant : Marie-Laure TRONCHE - 06 11 59 05 56

Samedi 20 novembre :

9h à 12h « Secourir son enfant » Atelier pour acquérir les bons réflexes lors d'un accident domestique. **Parents.** Intervenant : Carole REQUENA - formaprev87@gmail.com

9h30 à 12h : « Portage bébé » Atelier de portage bébé et enfant. **Parents/enfants de 0 à 1an et futurs parents.** Intervenant : Agnès LAPEYRE 06.21.49.70.73

10h30 à 12h30 : ZOOM « Des clés pour parents solos » Ateliers d'informations et d'échanges entre parents. Thème : Colère.. comment la désamorcer chez nos enfants et diminuer notre propre agacement quand on est parents solo. **Parents** Intervenant : Sigrid Boel bit.ly/PEP87000

10h à 11h30 : « Café des parents d'ados adoptés » Un moment pour partager sur les difficultés liées à la période de l'adolescence, échanger sur les questions plus spécifiques aux parents adoptants et partager les expériences de chacun. **Parents** Intervenant : EFA : 06 37 08 63 47 / cafeparents.efa87@gmail.com

Mardi 23 novembre :

9h45 à 10h45 : « Atelier sensori moteur » Un parcours pour les enfants à la découverte de sensations **Parents- enfants de 9 à 20 mois** Intervenant : Carline de l'Espace Familles 05.55.43.40.14

11h à 12h : « Atelier sensori moteur » Un parcours pour les enfants à la découverte de sensations. **Parents- enfants de 20 à 36 mois.** Intervenant : Carline de l'Espace Familles 05.55.43.40.14

18h à 20h30 : « Accompagner son enfant dans sa scolarité » N°4/4. Favoriser les relations positives à l'école. **Parents.** Intervenant : Sylvie Francillout Lavergne 06.71.95.94.38

18h30 à 20h30 : « Le café des parents d'ados » Thème : problèmes relationnels et harcèlement. **Parents.** Intervenant : Sandra BAUDIN - sbaudin13@gmail.com

Mercredi 24 novembre :

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 6 à 8 ans.** Intervenant : Sophie GAILLARD 06.15.55.85.84 sophie@sophiegaillard.fr

Jeudi 25 novembre :

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.**

Intervenant : Michelle LEFRANÇOIS 06.12.58.49.95

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

Vendredi 26 novembre :

15h à 16h : « Atelier transvasement » Un temps autour de bac à riz et de sable magique en toute simplicité pour prendre plaisir à vider, à remplir, à transvaser. **Parents-enfants de 18 à 36 mois** Intervenant : Blandine 05.55.43.40.14

Lundi 29 novembre

17h30 à 19h30 : ZOOM « Parents après la séparation » Une séparation amène de nombreux changements dans la vie de famille : un atelier pour s'informer, trouver des aides sur le territoire. **Parents** Intervenant : 05 55 43 40 43 -parentalitecaf87.cafimoges@caf.cnafmail.fr

ATELIER PRÈS DE CHEZ VOUS

VERNEIL-SUR-VIENNE

Samedi 6 novembre

14h30 à 16h30 : « Démunis face à la frustration de votre enfant? » Un atelier parents d'informations et d'échanges. **Parents** Intervenant : Sigrid Boel Inscription auprès de l'Espace Familles 05.55.43.40.14

CHATEAU CHERVIX

Samedi 06 et 20 novembre :

14h à 17h30 : « Atelier parents ados » 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** Intervenant : Creechn'n do 06.62.95.34.93

RILHAC-RANCON

Mercredi 24 novembre

10h à 18h : « Le Coton festival: l'événement musical blues de l'Espace Familles » Une journée festive et musicale ponctuée de spectacles jeunes public et d'atelier à partager en famille toute la journée. Programme de la journée prochainement. **Parents et enfants**

COMPREIGNAC

Vendredi 26 novembre

11h : « Quiz !! » Spectacle jeune pubic. S'aventurer dans l'univers poétique d'un conte d'oiseau pour les petits. **Parents-Enfants de 1an 1/2 à 3 ans** Inscription auprès de l'Espace Familles 05.55.43.40.14

Tous les ateliers sont

GRATUITS

Ils se situent

à l'adresse suivante :

Espace Familles

25 rue Firmin Delage

87000 LIMOGES

☎ 05.55.43.40.14

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

