



Programme des ateliers de l'Espace Familles

DÉCEMBRE

Ouverts à tous - Gratuits - Sur inscription au 05.55.87.89.29

11 rue des Filles Notre Dame - 87000 Limoges



POUR LES PARENTS

Mardi 2 Décembre

18h30 à 20h « 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.

Intervenante : Catherine BOISSEAU
05.55.32.68.10

Mardi 9 Décembre

12h30 à 14h « Solo, mais pas seul(e)s : ateliers pour parents en quête de sérénité »
Atelier en visio.
Un espace bienveillant pour explorer ensemble les ressources et outils afin de trouver un équilibre et renforcer votre sérénité intérieure en tant que parent solo.

Parents. Intervenante : Sigried BOEL
bit.ly/PEP87000

Vendredi 12 Décembre

10h à 11h30 « Ateliers d'écriture »
Un temps pour soi, pour mettre des mots sur cette aventure qu'est la parentalité.
Possibilité de venir avec son bébé.

Parents et futurs parents. Intervenante :

Rafaëlle BLOCH 06.64.28.18.50

Samedi 13 Décembre

10h à 11h30 « Café des parents d'ados adoptés » Le temps d'échanges des parents adoptants qui partagent le quotidien d'un enfant devenu adolescent. **Parents.**
Intervenant : EFA
cafeparents.efa87@gmail.com

Lundi 15 Décembre

9h30 à 11h30 « Café des mères »
Une bulle d'oxygène pour parler maternage, parentalité, couple, éducation... dans un cadre d'écoute bienveillante.

Mères. Intervenante : Elodie ANDRE
07.78.86.14.36

POUR LES FUTURS PARENTS

Mardi 2 Décembre

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

Mercredi 3 Décembre

14h à 16h30 « Portage bébé » Atelier pour découvrir et essayer divers moyens de portage. **Parents et futurs parents.**
Intervenante : Charline 05.55.87.89.29

POUR LES FUTURS PARENTS

Vendredi 5 Décembre

10h à 11h30 « 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

Jeudi 11 Décembre

14h à 16h « Cercle futures mamans » 4/4
Un cycle de 4 ateliers pour partager votre expérience de grossesse, vous connecter à vous et votre bébé et prendre soin de vous.
Futures mères. Intervenante :
Elodie ANDRE : 07.78.86.14.36

POUR LES TOUT-PETITS

Lundi 1er Décembre

10h à 11h30 « Découverte de la réflexologie plantaire pédiatrique » Un temps pour se détendre et découvrir la réflexologie plantaire avec votre bébé.
Parents et enfants jusqu'à la marche.
Intervenante : Isabelle SINEUX
06.84.62.69.75

Mardi 2 Décembre

10h à 11h « Eveil et signes » Découvrez les signes associés à la parole pour accompagner votre enfant au quotidien.
Parents et enfants jusqu'à 18 mois.
Intervenante : Charline 05.55.87.89.29

Mardi 9 Décembre

15h30 à 16h30 « Communication gestuelle »
Initiation pour apprendre les signes du quotidien aux tout petits et les introduire de façon ludique au travers de comptines signées. **Parents et enfants jusqu'à l'apparition des premiers mots.**
Intervenante : Leilani TETUMU
06.65.19.20.28 (sms)

Mercredi 10 Décembre

10h à 11h « Danse avec bébé » Pour retrouver la forme en partageant un moment privilégié avec votre bébé.
Parents et enfants entre 1 mois et 1 an porté en écharpe ou porte bébé physiologique.
Intervenante : Marie-Laure TRONCHE
06.11.59.05.56



L'Espace Familles sera fermé du jeudi 25 Décembre au dimanche 4 Janvier

POUR LES TOUT-PETITS

Mercredi 17 Décembre

10h à 11h « Atelier sensori moteur » Un parcours à la découverte de sensations. Parents et enfants de 10 mois à 2 ans.
Intervenante : Carline 05.55.87.89.29
Cet atelier sera filmé dans le cadre de la promotion de l'Espace Familles.

Jeudi 18 Décembre

10h à 10h45 « Pop bébé »
Atelier d'exploration pour les tout-petits. **Parents et enfants avant la marche.**
Intervenante : Laurence 05.55.87.89.29

Vendredi 19 Décembre

10h à 11h « Jeu en famille : La maison des émotions » Venez partager un moment ludique avec votre enfant autour du jeu, de la manipulation, de l'éveil sensoriel, de l'observation, de la création.
Parents et enfants de moins de 3 ans.
Intervenante : Anne-Laure 06.95.14.69.17

POUR LES ENFANTS & LES ADOS

Mercredi 10 Décembre

16h30 à 18h30 « Jeux d'expression » Pour se rencontrer autrement, jouer et partager un moment en famille.
Parents et enfants à partir de 9 ans.
Intervenante : Sophie GAILLARD
06.15.55.85.84

Mercredi 16 Avril

14h à 16h « Cinéma d'animation » Un moment de découverte et de partage autour de la réalisation de séquences animées en papier découpé.
Parents et ados à partir de 10 ans.
Intervenante : Emmanuelle POUSSIN
06.74.71.59.56

MAISON DE LA PETITE ENFANCE

Lieu d'Accueil Enfants Parents

Lundi : 8h30-12h

Mardi : 14h-18h

Mercredi : 8h30-12h

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

Temps réservé aux enfants avant la marche :

Jeudi 14h-15h30

Pour les enfants de la naissance à la fin de l'école maternelle accompagnés d'un adulte

Les grands frères et sœurs sont accueillis seulement pendant les vacances scolaires



Sur les réseaux

