



AVRIL 2026

Ouverts à tous - Gratuits - Sur inscription au 05.55.87.89.29
11 rue des Filles Notre Dame - 87000 Limoges



POUR LES PARENTS & GRANDS PARENTS

Jeudi 2 Avril

18h30 à 20h30 « **Café des mères** » Soutien, écoute, partage, convivialité... Un moment ressource pour toutes les mamans.

Mères. Intervenante : Floriane TACHARD
06.10.24.09.22



Mardi 14 Avril

18h30 à 20h « **Frères et soeurs : naviguer en équipe...même quand ça tangué !** »

Un espace de partage pour comprendre les clés de leurs relations et repartir avec des astuces concrètes pour apaiser le quotidien.
Parents.

Intervenante : Sigried BOEL bit.ly/PEP87000

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



Lundi 20 Avril

9h30 à 11h30 « **Café des mères** »

Une bulle d'oxygène pour parler maternage, parentalité, couple, éducation... dans un cadre d'écoute bienveillante.

Possibilité de venir avec son enfant. **Mères.**

Intervenante : Elodie ANDRE 07.78.86.14.36

14h à 16h « **Café grands parents** »

Un café rencontre chaleureux pour échanger sur le rôle de grands- parents aujourd'hui, partager vos expériences et découvrir des pistes pour une relation intergénérationnelle épanouie.

Grands parents.

Intervenante : Sigried BOEL bit.ly/PEP87000

Jeudi 23 Avril

18h15 à 19h45 « **Ecrire pour se libérer** »

Des ateliers d'écriture pour les parents.

Parents.

Intervenante : Annabelle Christophe
06.19.21.86.43



Mardi 28 Avril

18h à 20h « **Intimité et réseaux sociaux.**

Parents, enfants et réseaux : où placer le curseur ? »

Décryptez les enjeux de l'exposition en ligne et les limites de l'intimité numérique de vos ados face aux réseaux sociaux pour une navigation plus sereine. **Parents.**

Intervenante : Sigried BOEL bit.ly/PEP87000

L'Espace Familles sera fermé
du 6 au 12 avril (inclus)
Réouverture le lundi 13 avril

POUR LES FUTURS PARENTS

Jeudi 2 Avril

9h15 à 12h15 « **Portage** »

Atelier pour découvrir et essayer divers moyens de portage. **Parents et futurs parents.**

Intervenante : Agnès LAPEYRE 06.21.49.70.73

Samedi 18 Avril

9h à 12h « **Choisir son allaitement** »

Un atelier qui aborde l'allaitement sous toutes ses formes. **Parents/Futurs Parents.**

Intervenante : SOLIDARILAIT 06.12.58.49.95

POUR LES TOUT-PETITS

Mercredi 15 Avril

9h30 à 10h30 « **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

Jeudi 16 Avril

10h à 11h « **Signer avec bébé** »

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

Vendredi 17 Avril

10h à 11h « **Exploration sensorielle : caché trouvé** » Tenue de rechange conseillée.

Parents et enfants de 10 mois à 2 ans.

Intervenante : Laurence 05.55.87.89.29

Mercredi 22 Avril

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

Jeudi 23 Avril

9h30 à 10h30 « **Massage bébé découverte** »

Découvrir et partager les bienfaits du massage avec son bébé.

Parents et enfants jusqu'à 1 an.

Intervenante : Charline 05.55.87.89.29

Vendredi 24 Avril

10h à 11h30 « **La ferme à l'Espace Familles** »

Viens à la rencontre de Sandra et ses animaux. La chienne Rafale, la lapine Pep's et les cochons d'inde t'attendent pour des câlins à volonté !

Un atelier créatif avec de la vraie laine de mouton sera proposé.

Parents et enfants de moins de 3 ans.

Intervenante : Sandra LEBOUTET

06.41.94.17.93



POUR LES ENFANTS & LES ADOS

Lundi 13 Avril

14h30 à 16h « **Les abeilles, la nature et nous : réalisation de billes de graines mellifères à semer** » **Parents et enfants à partir de 6 ans.**

Intervenant : Brice RIGOD du Rucher Animé -
rucher.ane@gmail.com



Mercredi 15 Avril

14h30 à 16h « **Découverte du chien en famille** »

Un moment d'échanges et de jeux en famille autour du chien.

Parents et enfants de 6 ans à 10 ans.

Intervenante : Mélanie DELAGE 06.77.09.76.10

Jeudi 16 Avril

14h à 15h15 « **Yoga kids** » Une approche ludique du yoga.

Parents et enfants de 6 ans à 10 ans.

Intervenante : Marielle DERRICK 06.41.82.71.31

15h45 à 16h45 « **Yoga kids** » Une approche ludique du yoga.

Parents et enfants de 3 ans à 5 ans.

Intervenante : Marielle DERRICK 06.41.82.71.31

Samedi 18 Avril

10h à 12h « **La puberté, parlons-en ?** »

Atelier dédié aux ados qui souhaitent comprendre cette période et mettre en place des outils simples d'un point de vue global.

Parents et ados.

Intervenante : Aurélie ARNAUDON

07.64.71.29.26



Mercredi 29 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

