



Programme des ateliers de l'Espace Familles

OCTOBRE

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



POUR LES PARENTS

Mercredi 1er Octobre
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

Jeudi 2 Octobre
18h à 19h30 « **Ecrire pour se libérer** »
3/5 Cycle d'ateliers d'écriture. **Parents**.
Intervenante : Annabelle Christophe
06.19.21.86.43

Samedi 4 Octobre
10h à 12h « **Bien-être au naturel dans l'enfance** » Approche globale en naturopathie pour comprendre les besoins et adapter à son quotidien : alimentation, émotions, immunité, sommeil, selon l'âge de l'enfant et dès la naissance. **Parents**.
Intervenante : Aurélie ARNAUDON
07.64.71.29.26

Mardi 7 Octobre
18h à 20h « **Café discut : parentalité et neurodiversité** » Café de parents, entre parents, animé par l'association TSA'Iter et Cie. **Parents**.
Intervenant : TSA'Iter et Cie 06.20.26.87.82

Mardi 7 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**.
Intervenant : Marina SORIANO
06.12.44.78.61

Jeudi 9 Octobre
18h à 19h30 « **Ecrire pour se libérer** »
4/5 Cycle d'ateliers d'écriture. **Parents**.
Intervenante : Annabelle Christophe
06.19.21.86.43

Lundi 13 Octobre
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

Mercredi 15 Octobre
15h30 à 17h « **Café des parents d'enfants différents** » Un lieu et un moment d'échanges en toute simplicité entre parents. Possibilité de venir accompagné(e)s des enfants. **Parents**.
Intervenante : Alexandra GUISSSET
05.55.87.89.29

Jeudi 16 Octobre
18h à 19h30 « **Ecrire pour se libérer** »
5/5 Cycle d'ateliers d'écriture. **Parents**.
Intervenante : Annabelle Christophe
06.19.21.86.43

POUR LES PARENTS

Jeudi 16 Octobre
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

Samedi 18 Octobre
9h à 12h « **Secourir son enfant** »
Atelier pour acquérir les bons réflexes lors d'un accident domestique.
Parents, futurs parents, grands-parents.
Intervenante : Carole REQUENA
formaprev87@gmail.com

10h à 12h « **Nutrition et alimentation des bébés** » Un atelier pour s'informer sur les besoins nutritionnels du jeune enfants et des réponses à vos questions.
Parents. Intervenante : Pascale HORGREL
05.55.38.17.30 - pascale@hogrel.fr

POUR LES FUTURS PARENTS

Vendredi 3 Octobre
10h à 12h30 « **Vivre sereinement l'arrivée de bébé et le post partum** » 2/8
Un cycle d'ateliers pour cheminer vers l'accueil de son enfant, partager, se sentir soutenu(e) et confiant(e). **Futurs parents**.
Intervenante : Floriane TACHARD
06.10.24.09.22

Lundi 6 Octobre
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

Mardi 7 Octobre
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

Vendredi 10 Octobre
10h à 12h30 « **Vivre sereinement l'arrivée de bébé et le post partum** » 3/8
Un cycle d'ateliers pour cheminer vers l'accueil de son enfant, partager, se sentir soutenu(e) et confiant(e). **Futurs parents**.
Intervenante : Floriane TACHARD
06.10.24.09.22

Vendredi 17 Octobre
10h à 12h30 « **Vivre sereinement l'arrivée de bébé et le post partum** » 4/8
Un cycle d'ateliers pour cheminer vers l'accueil de son enfant, partager, se sentir soutenu(e) et confiant(e). **Futurs parents**.
Intervenante : Floriane TACHARD
06.10.24.09.22

POUR LES FUTURS PARENTS

Mardi 21 Octobre
9h30 à 12h « **Portage bébé** » Atelier pour découvrir et essayer divers moyens de portage. **Parents et futurs parents**.
Intervenante : Charline 05.55.87.89.29

Vendredi 24 Octobre
10h à 12h30 « **Vivre sereinement l'arrivée de bébé et le post partum** » 5/8
Un cycle d'ateliers pour cheminer vers l'accueil de son enfant, partager, se sentir soutenu(e) et confiant(e). **Futurs parents**.
Intervenante : Floriane TACHARD
06.10.24.09.22

Vendredi 31 Octobre
10h à 12h30 « **Vivre sereinement l'arrivée de bébé et le post partum** » 6/8
Un cycle d'ateliers pour cheminer vers l'accueil de son enfant, partager, se sentir soutenu(e) et confiant(e). **Futurs parents**.
Intervenante : Floriane TACHARD
06.10.24.09.22

POUR LES TOUT-PETITS

Mercredi 1er Octobre
10h à 11h « **Massage bébé découverte** »
Découvrir et partager les bienfaits du massage avec son bébé.
Parents et enfants jusqu'à 6 mois.
Intervenante : Aurore 05.55.87.89.29

Jeudi 2 Octobre
10h30 à 11h30 « **Yoga post natal** » 2/4 Cycle pour les parents qui peuvent venir avec leur bébé. **Parents et bébés**.
Intervenante : Pauline TRASSARD pose-limoges.fr/reserver

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





POUR LES TOUT-PETITS

Samedi 4 Octobre

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 7 Octobre

9h30 à 10h30 « Massage bébé » 4/4

Cycle d'ateliers pour découvrir et partager les bienfaits du massage avec son bébé.

Parents et enfants jusqu'à 6 mois.

Intervenante : Charline 05.55.87.89.29

Jeudi 9 Octobre

10h30 à 11h30 « Yoga post natal »

3/4 Cycle pour les parents qui peuvent venir avec leur bébé.

Parents et bébés.

Intervenante : Pauline TRASSARD pose-limoges.fr/reserver

Mardi 14 Octobre

10h à 10h45 « Pop bébé »

Atelier d'exploration pour les tout-petits.

Parents et enfants de 5 mois à avant la marche.

Intervenante : Laurence 05.55.87.89.29

Mercredi 15 Octobre

9h à 10h « 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 Octobre

10h30 à 11h30 « Yoga post natal »

4/4 Cycle pour les parents qui peuvent venir avec leur bébé.

Parents et bébés.

Intervenante : Pauline TRASSARD pose-limoges.fr/reserver

Mardi 21 Octobre

10h à 11h « Atelier motricité libre »

Un espace d'exploration sécurisée pour les tout petits sous le regard bienveillant des parents.

Parents et enfants jusqu'à la marche.

Intervenante : Leilani TETUMU 06.65.19.20.28

Mercredi 22 Octobre

10h à 11h « Exploration sensorielle : Argile »

Tenue de rechange conseillée.

Parents et enfants de 16 mois à 2 ans.

Intervenante : Laurence : 05.55.87.89.29

POUR LES TOUT-PETITS

Lundi 27 Octobre

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

Mercredi 29 Octobre

9h à 10h « Autour d'un tapis de conte »

Temps d'histoires et de comptines autour du tapis de conte.

Parents et enfants de 2 ans à 5 ans.

Intervenante : Carline 05.55.87.89.29

Jeudi 30 Octobre

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

POUR LES ENFANTS

Mercredi 8 Octobre

10h à 11h « Danse joyeuse en famille »

Eveil au mouvement dansé, spontané et guidé à partager en famille.

Parents et enfants de 2 à 4 ans.

Intervenante : Marie-Laure TRONCHE 06.11.59.05.56

Mercredi 15 Octobre

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 22 Octobre

14h à 16h « Les petits secouristes »

Un atelier ludique pour apprendre les bons gestes en cas d'accidents.

Parents, grands-parents et enfants à partir de 7 ans.

Intervenante : Carole REQUENA 06.30.41.02.37

Jeudi 23 Octobre

9h30 à 11h « Dégustation à l'aveugle »

Atelier de dégustation ludique à partager en famille.

Parents et enfants de 2 ans à 6 ans.

Intervenante : Pascale HOGREL 05.55.38.17.30 - pascale@hogrel.fr

POUR LES ENFANTS

Jeudi 23 Octobre

15h à 16h30 « Dégustation à l'aveugle » Atelier de dégustation ludique à partager en famille.

Parents et enfants de 6 ans à 10 ans.

Intervenante : Pascale HOGREL 05.55.38.17.30 - pascale@hogrel.fr

Mardi 28 Octobre

10h à 11h30 « Les abeilles, la nature et nous : Fabrication de bougies »

Venez découvrir le travail des abeilles et leurs rôles pour la diversité.

Parents et enfants dès 6 ans.

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

Mercredi 29 Octobre

14h à 15h30 « Atelier créatif » Petits bricolages autour de l'arbre.

Ouvert aux fratries.

Parents et enfants à partir de 3 ans.

Intervenante : Laurence 05.55.87.89.29

Mercredi 29 Octobre

Dès 14h30 Après-midi à la Ferme

"Les P'tites Mains pour Demain"

Chez Moutaud, 87310 Saint Auvent

Sur inscription 05.55.87.89.29

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

