



# Samedi 15 novembre

salle Gérard Philippe

## sur inscription

### Lecture d'histoires

→ À la médiathèque (10h, de 9 mois à 3 ans / 11h, de 3 à 6 ans). Venez la découvrir de 14h à 18h.

### Signer avec bébé (0-12 mois)

→ Par Vaness'Maternage, infirmière puéricultrice.

### Danse parents-bébés (0-18 mois)

→ Par Cécile Troisi, prof de danse et de yoga certifiée.

### Yoga parents-enfant (3-5 ans / 6-10 ans)

→ Par Virginie Groppi, professeure de yoga certifiée.

### Mon moment magique (dès 3 ans)

→ Atelier parents-enfants animé par Cécilia Négron.

### Animation musicale

→ Par Hélène Corcilus.

### Atelier manga (dès 9 ans)

→ S'exprimer par le biais de la BD et du manga, animé par l'artiste VanRah, mangaka professionnelle.

### Atelier de robotique (dès 8 ans)

→ Assemblage, connexion et programmation d'un robot, animé par l'École des robots.

### Danse parents-enfants (dès 18 mois)

→ Par Lebigsoleil, danse-thérapeute.

### Atelier de fabrication de tabourets en carton (dès 5 ans)

→ Par l'association LOWbjetheque.

## sans inscription

### Atelier d'art

→ Par Véronique Schwob, plasticienne.

### Jeux de piste

→ Par l'association les Yeux dans les jeux.

### Gaming pour tous (dès 3 ans) et salon de papotage sur le numérique

→ Par la Ligue de l'enseignement.

### Goûter équilibré

→ Avec l'association APAOP et l'association Allaitement 83, en présence d'une conseillère en lactation.

### Bougeons en famille

→ Par le service municipal des sports.

### Caf

→ Retrouvez les infos de votre Caf.

### Ville de La Garde

→ Comment se joue la parentalité sur la ville (avec Céline et Mélanie).



# Lundi 17 novembre

Maison des parents - sur inscription

9h30-11h30

Atelier portage

→ Animé par Vaness'Maternage,  
infirmière puéricultrice.

13h30-15h30 / 15h30-17h30

Massage bébé

→ Animé par Vanes'Maternage,  
infirmière puéricultrice.

# Mardi 18 novembre

Maison des parents - sur inscription

14h-15h

Café allaitement

→ Animé par l'association  
Allaitement 83.

18h-19h30

Danse libre

→ Animé par Lebigsoleil, danse-  
thérapeute



INSCRIPTIONS

06 28 84 63 41 / [parentalite@ville-lagarde.fr](mailto:parentalite@ville-lagarde.fr)

# Mercredi 19 novembre

Maison des parents  
sur inscription

9h30-11h30 0 à 6 ans

Atelier sur les émotions  
de l'enfant

→ Par Cécilia Négron,  
thérapeute familiale.

14h-15h 6 à 11 ans

Sophro ludique

→ Par sophro Maëna,  
sophrologue pour enfants.

15h-16h dès 18 mois

Sophro ludique

→ Par sophro Maëna,  
sophrologue pour enfants.

17h30-19h

Atelier de relaxation  
pour les parents

→ Par Sophie Matte, naturopathe.



# Jeudi 20 novembre

Maison des parents  
sur inscription

9h30-11h30

Atelier sur l'autonomie  
de l'enfant

→ Par Céline Boujon,  
psychomotricienne.

14h-16h

Café parents, les petits  
soins du quotidien

→ La gestion des soins au  
quotidien par les puéricultrices  
du Département.

# Vendredi 21 novembre

Maison des parents  
sur inscription

9h-10h30

Sophrologie parents

→ Par Isabelle Kirchner,  
sophrologue.

18h30-20h

Table ronde sur les  
frustrations

→ Par l'association AVRE.