

SEMAINE DE LA PARENTALITÉ

La **santé mentale** des **jeunes parents**
et de **leurs enfants**

Du **25** au **30 mai**

Gratuit – sur inscription

ATELIERS
ÉCHANGES
ACTIVITÉS



maison pour tous

Joséphine-Baker au Bois l'Abbé

6, place Rodin / 01 89 12 46 25



PROGRAMMATION :

Lundi 25 mai de 14h à 17h

Balade botanique contée et création d'un herbier et/ou de cadres végétaux

Mardi 26 de 10h à 12h

Atelier des petits « le sommeil, impact sur la santé mentale »

Mercredi 27 de 14h à 17h

Atelier enfant-parent (respiration intuitive, fabrication de boules anti-stress et de roue des émotions, atelier de manipulation, mandala)

Jeudi 28 de 10h à 11h30

Atelier plastique enfant-parent (enfant de moins de 4 ans)

Jeudi 28 de 14h à 16h

Atelier « manger bien pour bouger mieux »
(pour les parents 12 places)

Vendredi 29 de 9h à 11h30

L'Accueil Enfant-Parent ouvre ses portes

Vendredi de 14h à 16h

Atelier de sophrologie

Samedi 30 de 10h à 12h

Atelier parentalité sur la charge mentale

Samedi de 14h30 à 15h30

Atelier yoga enfant-parent