





# Des Actions à destination des Familles et des Parents

2ème trimestre 2022



# Des actions en soutien à la parentalité

GROUPE DE PAROLE

2 rendez-vous de 9h45 à 11h30



# **CAFÉ PARENTS**

Un café parents, c'est avant tout un espace de rencontre et de partage permettant à des parents de confronter leurs expériences, leurs pratiques éducatives et de bénéficier des apports, des connaissances, et des bonnes idées de chacun. Les cafés parents se dérouleront à Astro'Mômes.

#### Les dates à retenir :

- 30/04 Une rencontre pour échanger sur la thématique de la charge mentale. Intervenante Rocio PARDO, psychologue et consultante en parentalité.
- 04/06 Thématique à définir avec les parents

Gratuit / Sur inscription

Renseignements auprès de Caroline GUILLOUET caroline.guillouet@accueiletloisirs.fr - 06.95.62.26.19

TEMPS D'ÉCHANGE

Mardi 21 juin - 18h30 à 20h30



#### **COMMENT FAVORISER L'ESTIME DE SOI EN FAMILLE!**

Animé par Rocio PARDO, psychologue et consultante en parentalité, à Astro'Mômes

Je ne suis ni meilleur, ni moins bon que les autres ! Comment aider mon enfant à s'aimer ? Comment l'aider à oser ?

Développer le sentiment de confiance chez votre enfant, il s'agit d'un pas important vers l'estime de soi !

Gratuit / Sur inscription (12 places)

#### **ATELIERS**



#### **MAR'MOTS**

Animés par un collectif d'orthophonistes de l'association "A Propos", à Astro'Mômes.

Une série de 3 ateliers à thèmes, ouverte aux parents et aux professionnels. Des rencontres pour échanger et accompagner les participants dans le développement et les apprentissages de l'enfant.

- 28/04 : développement du langage pour les 0-3 ans
- 19/05 : atelier jeux et livres pour les 0-6 ans
- 16/06 : atelier autour des écrans pour les 0-8 ans

Gratuit / Sur inscription (10 binômes)

# Des actions à partager

**ATELIER** 

Mardi 12 avril de 10h à 11h



# **ATELIER LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE**

Animé par la compagnie Flaskashow, à l'espace Coccinelle, à La Mézière.

Un atelier pour s'initier à la LSF (langue des signes française), expressions visuelles et corporelles. Découvrir la culture sourde et signer en s'amusant!

Inscription obligatoire - 10 binômes parent/enfant

Participation de 4 €\* ou 5,50 € (Adhérents) / 6 €\* ou 7,5 € (non Adhérents) par personne



# SPECTACLE "CABANE" À LANGOUËT

Départ du parking d'Astro'Mômes à 15h30 et retour vers 17h15 - Transport en minibus (prévoir siège-auto)! Pour des enfants de 1 à 6 ans.

Découvrir qu'avec son corps, on peut toucher, se déplacer, entrer en contact avec des objets ou d'autres personnes, voilà une exploration qui mérite qu'on s'y attarde!

C'est ce que Corinne Duval et Albane Aubry vous proposent de traverser avec votre enfant, dans ce spectacle de danse!

Inscription obligatoire - 8 personnes

Participation de 6 €\* ou 7 € (adhérents) / 8 €\* ou 9 € (non

Adhérents) par personne

**PISCINE** 

Jeudi 14 avril



# SORTIE À LA PISCINE DE GAYEULLES À RENNES

Départ du parking d'Astro'Mômes à 9h45 et retour dans l'aprèsmidi - Transport en minibus (prévoir siège-auto)!

Quoi de mieux qu'une sortie à la piscine pour lâcher prise et partager un moment agréable avec son enfant! Bassin de 25 m, espace détente, lagune pour les tout-petits, piscine à vague... un beau programme en perspective!

Pique-nique dans le parc des Gayeulles si la météo le permet.

Prévoir le nécessaire de piscine + pique-nique

Inscription obligatoire - 8 personnes

Participation de 4 €\* ou 6 € (adhérents) / 7 €\* ou 9 € (non Adhérents) par personne

#### SORTIE EN FAMILLE



## LE TRAIN MARIN À CHERRUEIX

Départ du parking d'Astro'Mômes à 11h et retour vers 18h - Transport en minibus (prévoir siège-auto)!

Au départ de Cherrueix, le train marin vous permet de découvrir de façon unique les richesses de l'exceptionnelle baie du Mont-Saint-Michel! Les chauffeurs-guides vous emmènent jusqu'à 5 km du rivage pour une visite commentée de 2 heures. Vous y découvrirez les pêches traditionnelles et le métier de mytiliculteur (éleveur de moules)!

Prévoir un pique-nique, des bottes ou des chaussures pour aller dans le sable et une tenue adaptée.

Inscription obligatoire - 8 personnes Participation de 13 €\* ou 15 € (Adhérents) / 17 €\* ou 19 € (non Adhérents) par personne

COUTURE

Samedi 14 mai, à Astro'Mômes



#### ATELIER COUTURE

Animé par Klervie de Moutig, créatrice de vêtements et accessoires bios, éthiques et responsables! A partir de 7 ans

Un atelier créatif et un chouette moment partagé avec son enfant ! Pendant 1h30, chaque binôme s'initiera à l'usage d'une machine à coudre et au matériel nécessaire pour concevoir un accessoire. Plusieurs projets vous seront proposés pour que chaque participant reparte avec sa petite création ! Le matériel est fourni !

2 groupes : de 9h à 10h30 ou de 10h45 à 12h15

Inscription obligatoire - 4 binômes parent/enfant par groupe

Participation de 10 €\* ou 12 € (Adhérents) / 14 €\* ou 16 € (non Adhérents) par personne

\* QF - de 750



#### **CONTE MUSICAL**

A Astro'Mômes - à partir de 3 ans

Achab s'endort tous les soirs au son de terrifiantes histoires. Un beau jour, il part défier ses rêves de gloire!

Musique composée par Laurent GRELLIER - Avec la participation des élèves de l'école de musique !

Un partenariat entre Accueil & Loisirs, la médiathèque "Les mots passants" et l'école de musique Allegro

Inscription obligatoire - Gratuit

#### LUDOTHÈQUE

## Toutes les 2 semaines



# PERMANENCES DE LA LUDOTHÈQUE

Au préfabriqué à l'entrée de la cour du centre de loisirs Astro'Mômes!

Depuis janvier 2021, Accueil & Loisirs vous propose des permanences pour venir emprunter des jeux de société, des jouets. Une belle occasion de partager un moment de loisirs en famille!

## Les prochaines permanences:

- o 08 & 22 avril
- o 06 & 20 mai
- o 03 & 17 juin
- ler juillet

Pour participer : Être adhérent à Accueil & Loisirs (15€/famille)

Location des jeux à 1€ maximum !



# SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Animée par la ludothèque "Au Bois des Ludes", à Astro'Mômes

Le temps d'une soirée, venez partager en famille ou entre amis un temps convivial autour de jeux de société pour tous les âges !

- Vendredi 8 avril 2022
- Vendredi 8 juillet 2022

Entrée libre et gratuite!

Informations et Inscriptions

« **Tandem** », c'est la commission parentalité de l'association Accueil & Loisirs. Constituée d'élus bénévoles et de salariés, cette commission a pour but d'organiser des temps à destination des familles et de soutenir la parentalité.

ATTENTION : certaines actions sont proposées en binôme et d'autres à vivre en famille plus largement, cependant la présence d'un adulte est **TOUJOURS** obligatoire.

Comment participer?

Les actions sont ouvertes à tous. Pour participer, rien de + simple:

Inscription par téléphone auprès de Sébastien COMMANS au 06.99.16.11.37 ou par mail: tandem@accueiletloisirs.fr.

Règlement lors de l'inscription, par chèque de préférence à l'ordre d'*Accueil & Loisirs*. L'association se réserve le droit d'annuler une action.

\* Tarif pour les familles avec QF inférieur à 750€

Plus d'informations sur le site: www.accueiletloisirs.fr









