

# Au mois de Décembre à la Maison des Parents...

Lundi

#### Partage de savoir-faire : Couture débutants

9h30-11h30

0115

Venez vous initier à la couture. Animé par Nadège, maman



Lundi

01

29

Marche dynamique

10h-11h30

Un atelier pour se reconnecter à soi et aux autres : bouger, souffler, partager, discuter entre parents.

Voie Verte, Tourcoing

Canal du Halot, Tourcoing



Les enfants en poussette sont les bienvenus. Les lieux choisis sont adaptés aux PMR.

Mardi

### Tous ensemble pour la réussite éducative des enfants

18h30 - 20h

02

Découvrez les missions des Cités éducatives de Tourcoing et de la Maison des Parents... Un buffet dinatoire vous sera proposé lors de cette rencontre conviviale.



Vendredi

"J'ai rendez-vous avec moi" 9h30 - 11h

05

À travers des outils simples (respiration, visualisation), je découvre comment prendre soin de moi. **Animé par Stéphanie Levasseur, thérapeute** 



Vendredi

#### La parentalité, c'est quoi pour moi?

Nouveauté

05

Un atelier pour mettre des mots sur son expérience de parent. Co-animé par Justine Kieslich "Grandir à Tourcoing" et Valérie, intervenante



Vendredi

#### Massage individuel

17h-20h (30 minutes/personne)

14h00 - 16h00

05

Un temps pour soi, de connexion à soi, de lâcher prise afin d'évacuer les tensions. Animé par Mélody Dufour, praticienne en massages



Lundi

## Mots en liberté : l'art de s'exprimer 9h30-11h30

08

À travers un temps de partage et de relaxation, explorez vos émotions, vos besoins et apprenez à les exprimer pour être en phase avec vous-même et votre famille.

Animé par Karine, psycho-praticienne





#### Gratuit sur inscription auprès de la Maison des Parents MRT

- maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr
- 03.74.49.08.27
  - 49 rue de Lille 59200 Tourcoing





# "Un homme, une femme qui va bien, peut être un parent qui va bien..."

Lundi

#### Conception d'outils sensori-moteurs 14h-16h

80

Participez à la création d'outils sensoriels (parcours, maison, tableau de manipulation). Plusieurs participations à l'atelier sont souhaitées. À reproduire chez soi.

Animé par Nadège et David (parents) et Aline, intervenante



Jeudi

Café des parents 9h-11h

11 : troc et don de jouets

1118

Venez échanger entre parents, vous ressourcer, prendre un temps pour vous. Le jeudi 04 c'est le forum Parentalité et Handicap, il n'y aura pas de café des parents.



Jeudi

#### Marche dynamique 13h30-16h

Un atelier pour se reconnecter à soi et aux autres : bouger, souffler, partager, discuter

entre parents.

Tourcoing avec Valérie, maman



Les enfants en poussette sont les bienvenus. Les lieux choisis sont adaptés aux PMR.

Vendredi

#### Partage de savoir-faire : Couture 14h-16h

12

19

Venez vous perfectionner à la couture et réaliser un projet qui vous tient à coeur. Animé par Nadège, maman



Vendredi

#### Théâtre d'impro 17h30-19h

12

Parents, venez développer la créativité qui est en vous, dans une ambiance détendue et conviviale et rentrez chez vous libérés des tensions du quotidien. **Animé par Sandra, intervenante** 



Jeudi

## Les mains à la terre 14h - 15h30

18

Profitez d'un moment de bien-être en manipulant la terre et en réalisant un objet personnel. **Co-animé par Alexia, maman, et Karine, intervenante** 



Et toujours la possibilité de rencontres individuelles avec ou sans rendez-vous au plus proche de chez vous !



<u>Gratuit sur inscription</u> auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :

maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

03.74.49.08.27





# Au mois de Décembre à la Maison des Parents...

Jeudi

Partage de savoir-faire : Crochet 14h-16h

18

Venez vous initier ou vous perfectionner au crochet et discuter entre parents. **Animé par Nadège, maman** 



Vendredi

"Entre femmes"

9h30 - 11h30

19

Un espace de liberté où chacune peut prendre de soin de soi dans le partage et le soutien d'un groupe de femmes. **Animé par Stéphanie Levasseur, thérapeute** 



## <u>Au plus près des parents!</u>

- Rencontre des futurs et jeunes parents à Am-Stram-Miam à Croix : Samedi 06 de 9h30 à 11h30
- Présentation de la MDP à la maternité du CH Dron : jeudi 18 de 13h à 13h30

<u>Café papa/co-parent</u> à la maternité du Centre hospitalier de Tourcoing

Vendredi 26 de 14h à 15h

Salle des papas de la maternité

### Au mois de décembre, la Maison des Parents, c'est aussi :

- Des permanences d'écoute pour les enfants victimes de violences conjugales tous les lundis matins et un mardi matin sur deux (prise de rdv au 06.15.86.97.01)
- Des séances d'ostéopathie par l'association Ostéo-Partage : 1er et 3ème jeudi du mois (prise de rdv au 06.31.36.02.79)
- Des ateliers MIAM : mardis 02, 23 et 30 ; lundi 08
- Atelier "Fil à fil" avec la MELT : vendredi 05 de 14h à 16h



<u>Gratuit sur inscription</u> auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :

maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

03.74.49.08.27





# Au mois de Décembre à la Maison des Parents...

Mercredi

#### Allons au Potago!

10h30-11h30

3 - 12ans

03

Parents et enfants, profitez d'un moment en famille pour décorer le potager aux couleurs de l'hiver et fabriquer un sapin en bambou.

Animé par les bénévoles du Potago et une intervenante de la MDP



Lundi

#### Lecture au kamishibaï

10h-11h

0 - 4 ans

08

Le Kamishibaï est une lecture de contes d'origine japonaise avec un petit théâtre. Partagez ce moment privilégié avec votre tout-petit.

Animé par Véronique Myter, lectrice



Mercredi

#### Éveil des sens : atelier créatif 10h-11h

3 - 12 ans

10

#### Atelier à destination des enfants porteurs de TSA et de leurs parents

Partagez avec votre enfant un moment privilégié autour d'une activité stimulante et adaptée à ses capacités.

Animé par Céline Ostyn, accompagnante éducative et Valérie, intervenante



Mercredi

## Spectacle de danse : Coquilles 11h-11h30

1 an - 6 ans

10

Le Gymnase de Roubaix propose un spectacle de danse pour les petits et leurs parents. Rendez-vous à 10h 40 à la médiathèque ou à 10h à la MDP pour s'y rendre en métro.



Médiathèque la Grand-Plage, 2 rue Pierre Motte à Roubaix

Mercredi

#### "Jouons en français"

16h-17h30

Dès 6 ans

10 22

#### Atelier destiné aux familles primo-arrivantes ou qui parlent peu le français.

A travers des jeux et des mouvements, les parents pourront partager un moment privilégié avec leurs enfants tout en découvrant la langue française.

Animé par Caroline Lamarque, médiatrice culturelle



Mercredi

## Après-midi jeux de société et goûter 14h-16h

À partir de 4 ans

10

Venez partager un moment complice entre parents et enfants à travers le jeu, pour favoriser les échanges et renforcer les liens familiaux... le tout sans écran.

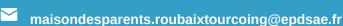
Animé par Sandra, intervenante







<u>Gratuit sur inscription</u> auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :



03.74.49.08.27





# Au mois de Décembre arents-enfants à la Maison des Parents...

Mercredi

"Le moulin à paroles" par Cécile Pérus 15h30-17h30

17

Spectacle de contes : l'occasion de rire ensemble, de rêver, et de renouer le dialogue en famille dans une ambiance chaleureuse et bienveillante. Le spectacle sera suivi d'un goûter.

Samedi

**Bulles Sonores** 

9h30-10h15

10h30-11h15

0 - 6 ans

20

Les Bulles Sonores sont une invitation à profiter d'un instant suspendu avec votre enfant autour de la musique.



Animé par Laëtitia Gallego, intervenante au conservatoire de Tourcoing

Mardi

Atelier pâtisserie

10h-12h

À partir de 4 ans

23

Avec votre enfant, venez partager un moment privilégié en préparant des biscuits de fête (sablés, roses des sables, truffes...).

Co-animé par Cindy maman et Karine, intervenante



Mercredi

Au fil de l'eau, au fil du coeur 10h-12h

À partir de 7 ans

24

Découvrez avec votre enfant, l'aquarelle et laisser une trace, un empreinte à quelqu'un qui vous est cher (création d'une carte...).

Animé par Véronique, art-thérapeute et Saïda, intervenante

Samedi

Marche Futurs et jeunes parents 10h-11h

27

Pour s'aérer l'esprit tout en discutant entre futurs et jeunes parents, venez marcher avec vos petits, le long du Canal du Halot . Rdv devant le lycée Gambetta, côté Canal. Animé par Aline, intervenante



Après-midi jeux de société et goûter 14h-16h

À partir de 4 ans

29

Venez partager un moment complice entre parents et enfants à travers le jeu, pour favoriser les échanges et renforcer les liens familiaux... le tout sans écran. Animé par Sandra, intervenante



Mardi

**Conception d'outils sensori-moteurs** 14h-16h

30

Participez à la création d'outils sensoriels (parcours, maison, tableau de manipulation Animé par Nadège et David (parents) et Aline, intervenante



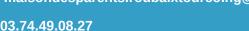


Gratuit sur inscription auprès de la Maison des **Parents Métropole Roubaix-Tourcoing:** 



maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr







# Au mois de Décembre, à la Maison des Parents... Pour les professionnels

# Formation sur les violences conjugales!



L'association Place des Femmes propose une formation sur les violences conjugales :

• <u>lundi 1er décembre de 14h à 17h</u> : Violences conjugales, être informé pour mieux accompagner (2ème module pour les pros)



## **SAVE THE DATE!**

4ème édition du Forum

#### Parentalité et Handicap

"Face à la réalité, éclairez mon chemin !"

Gratuit en accès libre

Pour les parents et les professionnels

maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

#### Jeudi 04 décembre

de 9h00 à 17h00

Salle des Fêtes - Mairie de Tourcoing 10 place Victor Hassebroucq

Inscription possible en scannant le QR code ou par mail!









des partenaires



**Tourcoing** 

000

#### Mardi 23 de 12h à 14h

Ramenez votre repas pour échanger entre professionnels en toute convivialité.

<u>Gratuit sur inscription</u> auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :



maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr



03.74.49.08.27







