

Bien Naître



Chant prénatal (à partir de 2 mois de grossesse jusqu'au 3 mois du bébé)

Le chant prénatal est un complément à la préparation à la naissance. Il s'adresse à toute femme enceinte et son/sa partenaire, ainsi qu'aux frères et sœurs. Il crée et développe un lien privilégié avec votre bébé, une gestion naturelle de la douleur et une transition en douceur après la naissance.

Massage prénatal

Le massage femme enceinte selon l'Ayurveda est très enveloppant, à l'huile chaude. Pour soulager les maux de la grossesse, équilibrer l'énergie et tout simplement être cajolées, dans le respect du bon développement de bébé, les papas et les grands frères/sœurs sont les bienvenus pour aller à la rencontre de bébé par le massage, tout en offrant bien-être à la maman. Ils sont réalisés par le papa (et la fratrie).



Massage bébé



Les massages bébé sont ouverts de 0 à 9 mois et sont proposés par une éducatrice de jeunes enfants certifiée en massage bébé. Une session comprend 4 ateliers pour vous apprendre à masser votre bébé.

Lis avec moi

Venez partager un moment d'histoires le soir, avant le moment du coucher (et pourquoi pas en pyjama), pour vous émerveiller ensemble autour du plaisir de la littérature jeunesse mis en scène par Catherine Papeghin et ses petits trésors en découvrant d'autres effets et d'autres pouvoirs du livre. Une conteuse emmène les jeunes enfants aux pays des rêves littéraire, en mettant en scène des ouvrages de littérature jeunesse, dès la naissance.



Achacha la musique

Achacha se déplace dans votre ville pour l'animation d'ateliers d'éveil musical. Avec cette formule «des comptines pleins la tête» les enfants manipulent et découvrent de nombreux instruments.

Zikatane éveil musical



Ateliers parentalité 2023

Les ateliers Parents - Enfants



Motricité libre 0-3 ans

Des ateliers de motricité vous sont proposés avec votre-vo(e) enfant(s) de 3 mois à 3 ans, dans un espace psychomoteur vous permettant de développer sa motricité. Une guidance parentale vous est proposée pour permettre d'expérimenter la pédagogie de la "motricité libre" selon la méthode Löczi.

Bulle Zen (avec les enfants) 0-3 ans

Avec l'association Ch'ti Pan, venez vous détendre dans notre Bulle Zen à travers un voyage sonore réceptif parents-enfants, avec des handpans et autres instruments.



Bulletine

Mise en scène du livre par les parents.



Éveil musical, Laurent Lahaye 0-3 ans

Compositeur, interprète et psychomotricien, Laurent Lahaye vous propose des moments de plaisirs musicaux à partager avec votre enfant de moins de 3 ans.



Matinée d'éveil 0-3 ans



L'espace de la Maison de la Petite Enfance vous est ouvert pour partager un moment de jeux avec votre enfant de 0 à 3 ans.

Raconte-moi une histoire (0-3 ans) à la bibliothèque municipale

Venez partager avec votre enfant un moment de littérature enfantine, avec Yasmine DESPREZ, à la bibliothèque. bercés par la voix, subjugués par les images, vous allez voyager à travers les histoires. Votre enfant pourra ensuite manipuler les livres lus et en découvrir d'autres dans la bibliothèque, et pourquoi pas repartir avec un livre à découvrir à la maison, histoire de prolonger ce plaisir en famille.



Éveil musical africain avec Kaï Dina



Venez participer en famille aux ateliers d'éveil musical, percussions, découverte d'instruments, chants et lecture musicale, dans la joie et la bonne humeur pour démarrer tous vos 1^{er} week-end du mois : Biyenga.

Yoga

- ♦ parent-bébé : jusque-là marche
- ♦ parent-enfant : à partir de 18 mois



Venez partager un délicieux moment de yoga parents/enfants-bébés. Les bienfaits sont multiples : favoriser le sommeil, développement psychomoteur, soulager les maux de ventre et pleins d'autres bénéfiques pour les petits. Avec Aline Choveau de «bien-naître ensemble»

ATELIERS GRATUITS, SUR INSCRIPTION, SOUS RÉSERVE DES PLACES DISPONIBLES

Contact : Séverine LEFÈVRE, responsable de la MPE
1 ter Place du Général De Gaulle
Tél : 03.20.90.18.85
Mail : mpe@sainghin-en-weppes.fr



Atelier parentalité 2023

Les ateliers rien que pour les parents

Formation Ukubébé

Venez apprendre à jouer du Ukulélé sur un répertoire riche et varié de comptines et chansons pour les 0-6 ans. C'est aussi l'occasion de découvrir, d'enrichir et de partager l'univers musical de la Petite Enfance. Vous apprendrez ainsi à vous accompagner au ukulélé. Aucune notion musicale n'est pré-requise.



Une Bulle à soi

Temps de ressource, à travers la nature, la méditation et la relaxation. C'est une invitation à prendre un bain extra et ordinaire à la fois. Il permet de puiser des ressources internes, d'en prendre conscience pour pouvoir les utiliser ultérieurement. Avec Amaëlle Hurtrez, "en accord'âme"



Initiation Hand Pan

Les Ch'ti Pan (musiciens et musicothérapeute) vous proposent un petit temps pour adultes ou même enfants (dès 7 ans) pour découvrir le hand pan : instrument de percussion.



Bulle Zen (rien que pour vous)

Avec l'association Ch'ti Pan, venez vous détendre dans notre Bulle Zen entre parents à travers un voyage sonore réceptif avec des handpans et autres instruments.

Sophrologie

L'atelier ressource sophrologie-relaxation vous offre un espace de rencontre, de partage et d'apprentissage entre parents dans une ambiance conviviale afin de trouver des clés et des outils pour traverser les crises sans se laisser déborder. Gérer son stress et prendre soin de soi par l'expérimentation de la relaxation dynamique et statique pour libérer les tensions physiques et mentales... s'apporter du calme et de la détente.



Les groupes de parole



Moment entre parents pour réfléchir ensemble à vos expériences de parents, au développement de votre enfant, aux relations entre vous et vos enfants. Les groupes de paroles vous invitent à échanger, partager, analyser, comprendre et remplir sa boîte à outils parentale. Les groupes de paroles sont animés par Florence Bouvé.



Formation de musique africaine - Création d'un spectacle pour la fête de musique



Philippe et Dany de Kai Dina vous apprendrons en quelques soirées de manière ludique à jouer du Djembé, lire des livres à un groupe d'enfants et réaliser un spectacle pour la fête de la musique. Aucun prérequis musical exigé.

Relaxation psychomusicale

La détente psychomusicale est basée sur l'utilisation de la musique dans un but de détente physique et psychique. Allongé au sol, laissez-vous guider par la voie et le son pour vous détendre. Les ateliers consistent en la diffusion d'un montage musical élaboré permettant la descente en relaxation, ouvrant sur bain sonore vibratoire enveloppant.



Groupe de parole autour de l'Allaitement

Projet d'allaitement, Allaitement au quotidien, pic de croissance, diversification alimentaire, reprise du travail ... Partagez au sujet de l'allaitement avec une sage-femme consultante en lactation (dès la grossesse) 3 ateliers/an.



Groupe de réflexion autour de la communication Non Violente (CNV)



Les outils de la Communication Non Violente au service de votre couple coparental et de votre parentalité avec vos enfants. «Et si on pouvait transformer nos frustrations en opportunités de mieux prendre soin de soi et de sa famille ?» Découverte et mise en application des principes de la CNV pour plus d'harmonie dans vos relations familiales.