



MAISON *de la.* Famille

PROGRAMME DES ATELIERS
ET DES VISIO-CONFÉRENCES

Saison 2023



SAINT-MANDÉ
CRESCO ET FLORESCO

La Maison de la Famille est un établissement municipal qui favorise l'accueil et les échanges entre les familles.

Chacun peut y trouver du soutien, de l'information et des espaces de rencontres. Elle est ouverte à tous les Saint-Mandéens quel que soit leur âge et offre plusieurs espaces :

- **L'espace d'accueil** apporte aux parents des informations et propose des ateliers et des conférences à thème.
- **La ludothèque** est un espace de découverte, de rencontre et d'expression autour du jeu. Elle offre un éventail de jeux et de jouets très diversifiés. Ouverte à tous, elle est en accès libre sur des créneaux horaires en fonction de l'âge des enfants. Les enfants de moins de 8 ans doivent être obligatoirement accompagnés et sous la responsabilité d'une personne majeure.
- **La crèche familiale** propose des espaces d'éveil pour les enfants gardés chez les assistants(es) maternels(les) salariés(ées) de la Ville et des activités d'éveil collectives.
- **Le pôle associatif** propose des animations, des activités ludiques et de détente et des ateliers culturels.



Visio-conférences



Ateliers des parents à la Maison de la Famille



Ateliers parent-enfant à la Maison de la Famille



Conférence à la Maison de la Famille

Février

 Jeudi 9 février • 20h - 22h

Décoder les pleurs des bébés avec le Dunstan Baby Language

• Animée par Christelle YOMBA Infirmière Puéricultrice

Pour que chaque bébé soit entendu, pour que chaque parent se sentent entendu.

Ca y est, votre bébé est né ! Ou vous serez bientôt parent.

Vous allez apprendre à faire connaissance avec votre enfant et l'un de ses moyens pour communiquer avec vous, ce sont ses pleurs.

Mais, qu'essaie t-il de vous dire ? A-t-il besoin de manger, de dormir, d'évacuer un rôt coincé ? A-t-il mal au ventre, aux dents ?

Ses pleurs peuvent vous stresser, vous fatiguer, vous inquiéter. Vous ne savez pas et/ou plus quoi faire, et vous doutez de vous.

Grâce au DBL (Dunstan Baby Language) ou le langage des pleurs, vous saurez reconnaître les 5 sons émis lorsque votre bébé pleure.

Vous serez ainsi en mesure de pouvoir répondre plus rapidement et facilement aux besoins de votre bébé.

 Samedi 11 février • 10h - 12h

Eveil Musical « Le Cirque »

• Animé par Maud VIVIEN

Association Au creux de l'oreille

Public : 1 à 5 ans



Parce que les couleurs en hiver, c'est joyeux !

Et parce que la musique de cirque, très particulière, donne envie de cabrioler, de jouer et de faire des numéros rigolos.

L'association « Au Creux de l'Oreille » vous propose un atelier à thème « Le Cirque en folie » autour de la musique classique et populaire pour un public familial.

L'atelier propose un instrumentarium riche, du chant, des écoutes actives autour du thème, des jeux musicaux, une participation toujours encouragée des enfants et des parents.

De quoi passer des moments complices avec vos enfants!

Mars



Samedi 16 mars • 20h-22h

Halte au dictat de la bienveillance à tout prix.

Et, si être parent, c'était accepter de ne pas toujours faire plaisir à nos enfants ?

• Animée par Guillemette REDIER-GAIGNEUX

Psychopédagogue

La responsabilité d'un parent est-elle de ne jamais dire non à un enfant ?

Vouloir éviter à l'enfant inconfort, déplaisir et frustration lui rend-il vraiment service ?

Le parent doit-il protéger son enfant de toutes peines ou contrariétés ?

« Nous ne pouvons pas protéger nos enfants contre la vie. Il est donc essentiel de les préparer à vivre ! » Rudolph Dreikurs (Le défi de l'enfant).

Cette conférence interactive abordera toutes ces thématiques à partir d'exemples concrets et d'activités ludiques, en s'appuyant sur les connaissances en neurosciences et en psychologie psychodynamique et clinique.



Samedi 18 mars • 10h30 - 12h

Initiation à la salsa, la bachata et les danses latines (rumba, chachacha, reggaeton,...)

• Animé par l'association SALSA CON TI

Public : 6 à 12 ans

Cet atelier permet aux enfants de bouger, danser, s'amuser, voyager et découvrir de nouveaux rythmes et de nouvelles cultures en s'initiant à la salsa, la bachata et les danses latines (chachacha, merengue, reggaeton, son, rumba et afro-cubain).

En s'ouvrant sur le monde et aux cultures caribéennes et latino-américaines, les enfants peuvent également développer une image positive du corps, la confiance en soi, le respect et l'écoute de l'autre, le dialogue et la communication indispensables à toute pratique de danses à deux.



Avril



Jeudi 13 avril • 20h-22h

Les familles d'aujourd'hui

• Animée par Angélique LEFORT

Consultante parentale et formatrice pour les professionnels de la Petite Enfance

Une famille, des familles... Ma famille !

Aujourd'hui, les familles se forment, de séparent, se recomposent. La place et le rôle de chacun évolue avec la famille. Comment se positionner en tant que beau-parent ? Comment accompagner les enfants à se positionner au sein de la famille ? Nombreuses sont les questions des parents, quelle que soit leur format familial : traditionnel, monoparental, séparé, recomposé...

Former une famille n'est pas si facile et peut demander du temps, mais pas seulement...



Samedi 15 avril • 10h-11h30

Les livres, c'est bon pour les bébés

• Animé par Anette METAIS du Relais d'Assistants Maternelles et Sarah LAHAYE de la Médiathèque Jeunesse de la Ville

Cet atelier en duo parent-bébé a pour objectif de faire découvrir le livre aux tout-petits, les familiariser avec l'objet « livre », leur apprendre à s'en emparer, à l'exploiter et à l'utiliser.

Tout le long de l'atelier, vous pourrez échanger avec des professionnelles et grâce à une sélection représentative d'albums pour les tout-petits, découvrir la richesse des livres, des petites histoires et des comptines qui seront racontées à une ou deux voix.



Mai



Mercredi 24 mai • 20h-22h

L'importance du jeu pour nos enfants

• animée par Flore GUATTARI MICHAUX
Psychologue

Les neurosciences cognitives ont fait de grandes avancées ces dernières années. Certaines hormones permettent de réguler le bien-être de l'enfant et favorisent les apprentissages à travers le jeu essentiellement.

Ce dernier, après les besoins vitaux est l'activité principale de l'enfant. Il évolue dans le jeu comme un poisson dans l'eau : c'est son élément naturel.

Il s'y adonne instinctivement dès son plus jeune âge sans besoin de l'y contraindre.

Mais quel est réellement le rôle du « jeu » dans le développement de l'enfant.

Est-il important de continuer de jouer une fois adulte ?

Avec la nouvelle génération des millenials et les jeux vidéo ou maintenant le métavers, les jeux sportifs ou encore le foisonnement de nouveaux de jeux de société, où donner de la tête ?

Nouveaux parents ou grands-parents, professionnels de l'enfance, cette conférence vous permettra de comprendre l'évolution de la place du jeu à travers ces dernières décennies et d'en comprendre les enjeux pour le bien être de chacun.



juin



Samedi 10 juin • 10h-12h

Atelier d'initiation au massage bébé

• animé par Christelle YOMBA
Infirmière, puéricultrice

L'atelier massage est un instant bienveillant pour prendre soin de vous et de votre bébé, en dehors de votre domicile et de votre routine. Il s'agit d'un moment convivial et chaleureux.

Masser votre bébé favorise le lien d'attachement avec lui.

Pour les parents, le fait de toucher, c'est apprendre à le connaître dans sa spécificité.

Pour votre bébé, être massé c'est apprendre à se ressentir lui même et à vous ressentir comme «autre».

A travers cet atelier, les parents découvriront des gestes simples et doux que vous allez apprendre à lui prodiguer, afin de partager des moments de complicité, de détente et d'éveil. Mais également soulager les petits maux quotidiens.



Mardi 20 juin • 20h-22h

La charge mentale chez les femmes

• animée par Flore GUATTARI MICHAUX
Psychologue



Ces dernières années, nous parlons beaucoup de la charge mentale, en particulier celle des femmes. Comment sortir des stéréotypes et du patriarcat ? Des études démontrent que les femmes pensent à beaucoup (trop) de chose : leur travail, leur famille, leurs enfants, leurs ami(e)s, leur maison...

Aussi cela peut engendrer des épuisements voire des burn out.

Entre le besoin d'égalité homme/femme et le besoin d'avoir tout sous contrôle, d'anticiper en permanence, cela peut quelques fois nous empêcher de vivre pleinement les choses, dans l'instant présent.

Cette conférence abordera le rôle des hommes et des femmes et également la notion de priorité, de gestion du temps et du lâcher prise ; afin de remettre chacun à sa juste place et de gagner en épanouissement personnel.

Septembre



 Jeudi 21 septembre • 20h-22h

De l'enfant roi à l'enfant tyran...

• animée par Guillemette REDIER-GAIGNEUX
Psychopédagogue

Il s'agit d'un sujet tabou et encore mal connu qui se traduit par l'inversion de la hiérarchie familiale avec un enfant qui prend littéralement le pouvoir ! Avec comme modus operandi des crises de colère, des chantages émotionnels, des violences verbales ou des dégradations matérielles, voir des agressions physiques.

On rencontre depuis le confinement de plus en plus de cas et le nombre de familles impactées augmente de façon inquiétante, touchant des enfants de plus en plus jeunes.

Comment prévenir ces comportements inappropriés chez nos enfants ?
Comment apprendre ou réapprendre à poser les limites éducatives nécessaires pour offrir à nos enfants un cadre éducatif ferme et contenant tout en répondant aux besoins des enfants de façon constructive et encourageante ?

 Samedi 23 septembre • 10h30-12h

La co-création : Viens découvrir tes talents d'illustratrice ou d'illustrateur !

• animé par Christelle FOUCAULT, Coach certifié
Public : 7-12 ans

Venez découvrir vos talents d'illustrateurs et de poètes à travers des fables initiatiques pour petits et grands.

Cet atelier co-créatif vous propose d'expérimenter un moment de partage et de complicité entre parents et enfants grâce à la poésie, la musique et le dessin.

Venez-vous amuser avec vos feutres et vos crayons de couleurs au pays de l'imaginaire.

Octobre



Samedi 14 octobre • 10h30-12h

Comment utiliser les huiles essentielles en toute sécurité ?

- animé par Myriam BAILLY
Olfactothérapeute

Cet atelier est destiné aux parents souhaitant s'informer et se familiariser autour des bases générales d'utilisation des huiles essentielles et hydrolats dans la sphère familiale, de façon sécurisée et optimum.



Mardi 17 octobre • 20h-22h

Comment accompagner nos enfants dans les changements de vie ?

- animée par Guillemette REDIER-GAIGNEUX
Psychopédagogue

- naissance d'un frère ou d'une soeur,
- déménagement,
- changement d'école
- réorientation scolaire
- séparation des parents,
- recomposition familiale,
- changement hormonal et transformations physiques...



Comment faire, en tant que parent, pour que chaque changement dans la vie de nos enfants, petits ou grands, ne soit pas à la racine d'un mal être ?

Comment accueillir les émotions de l'enfant ?

Quels sont les processus de résistance et de réticence au changement ?

Comment favoriser chez un enfant l'état d'esprit de développement ?

Comment développer la capacité d'adaptation et la résilience ?

La conférence vous proposera sous forme interactive et ludique des outils qui vous guideront sur le chemin du changement.

Novembre

 **Mardi 14 novembre de 20h à 22h**

Apprendre, ça s'apprend

• Animée par Céline MARTINUZZI
Professeur au collège et lycée

Venez découvrir le fonctionnement du cerveau de votre enfant à la lumière des sciences cognitives afin de vous approprier les mécanismes liés à l'attention et à la mémorisation pour des apprentissages plus sereins et efficaces :

- Que se passe-t-il dans le cerveau de votre enfant et de votre adolescent ?
- Tout se joue-t-il vraiment avant 6 ans ?
- Qu'est-ce qu'être attentif ? Quelles bonnes pratiques transmettre à son enfant ?

Cette visio-conférence interactive permettra notamment de répondre à ces questions et de faire évoluer les connaissances autour du cerveau de l'enfant et de l'adolescent à la lumière des recherches en neurosciences.

 **Samedi 18 novembre de 10h à 12h**

Atelier de l'Art

« Tableau de Famille »

• Animé par Caroline ESCAICH
Plasticienne, Art thérapeute



L'atelier « Tableau de famille » est un temps de pause où la famille se retrouve pour co-créer avec les arts plastiques.

Chacun de nous a un potentiel créatif qui ne demande qu'à s'exprimer. Les matières plastiques et leurs manipulations vous reconnectent au plaisir ludique de l'enfant qui sommeille toujours en vous.

Pendant 2h, cet atelier « Tableau de famille » est une invitation à l'exploration des liens tissés en famille.

Faire « Ensemble » en laissant à chacun sa place, en inventant un espace de jeu, voici un beau cadeau que vous pouvez offrir à votre famille.

A vos marques, 1,2,3 collez !

Décembre



Samedi 9 décembre de 10h30 à 12h

Eveil Danse Latino

• Animé Association SALSA CON TI

Ecole de Salsa

Public : 16 mois à 4 ans



Cet atelier est un moment de partage et complicité avec votre enfant vous proposant un éveil à la danse et à la musique sur de rythmes latinos.

Après un échauffement au sol et debout, différentes activités d'éveil et de partage (massages, découverte de différents instruments de musique, parcours et jeux autour de la danse et la musique), danses libres et guidées avec l'apprentissage de pas et chorégraphies simples sur différents rythmes ainsi que du chant et des contes vous serons proposés.



Mardi 12 décembre de 20h à 22h

Apaisez vos relations avec vos enfants/ados grâce à l'approche systémique

• Animée par Christelle FOUCAULT

Coach professionnel certifié

Marre des interactions conflictuelles avec vos enfants/ados ?
Envie de tester une approche différente, créative et ludique ?
Et si ce n'était ni votre enfant/ado, ni vous la cause du problème mais le « système » dans lequel vous interagissez ?

Venez découvrir une approche étonnante et ludique : l'approche systémique.

Il s'agit d'un outil responsabilisant de communication qui consiste à changer non pas les personnes mais l'interaction, et ce, en faisant appel à votre créativité et votre esprit stratège.

Cette conférence interactive vous permettra de fluidifier votre communication, de dédramatiser certaines interactions familiales conflictuelles et de trouver votre plan d'action à tester face à votre enfant/ado.

