

Les Parentillages



Maison des parents
13 Boulevard Saint-Pierre
56230 QUESTEMBERT



02 97 26 79 62



lesparentillages@qc.bzh



Les Parentillages



lesparentillages

Accueil Libre

Mercredi : 14h00 - 17h00

Vendredi : 9h30 - 12h00 / 15h00 - 17h30



Conception : Questembert Communauté - Crédits photos, illustrations : Questembert Communauté, Freepik, Adobe Stock

Les Parentillages

La boîte à outils des parents

ATELIERS

Novembre
Décembre
2023



Nos partenaires :



LES ATELIERS DU MERCREDI

Gratuit - sur inscription par mail à lesparentillages@qc.bzh

**PARENTS
ENFANTS**

«L'Atelier Phare» : La gestion des émotions en famille



Mercredi 22 novembre, de 9h45 à 11h45
Maison des Parents

**PARENTS
ENFANTS**

Atelier Qi Gong

Découvrez cette pratique qui permet de retrouver l'équilibre psychique et physique.
Mercredi 29 novembre, 10h30
Siège communautaire (8 av. de la gare, Questembert), de 7 à 9 ans

**PARENTS
ENFANTS**

Vie relationnelle, affective et sexuelle

Temps d'échanges ludiques abordant les notions de consentement et de plaisir pour déconstruire les idées reçues sur les questions relatives à la sexualité.
Mercredi 6 décembre, de 15h à 17h
Maison des Parents, 11-14 ans (collégiens)

**PARENTS
ENFANTS**

«L'Atelier Phare» : La place du papa dans la famille



Mercredi 13 décembre, de 9h45 à 11h45
Maison des Parents, pour tous les papas et les mamans

LES ATELIERS DU SAMEDI

Gratuit - sur inscription par mail à lesparentillages@qc.bzh

PARENTS

Prendre soin de la santé de mon enfant dans la salle de bain

Décryptons à la loupe ce qui se trouve dans votre salle de bain afin de limiter les produits toxiques et trouver des alternatives qui répondent aux besoins de toute la famille.
Samedi 25 novembre, de 9h45 à 11h45
Maison des Parents, petite enfance

PARENTS

Prendre soin de la santé de mon enfant lors du change

De l'aménagement de l'espace de change,

en passant par le choix du type de couche au soutien des compétences psychomotrices de l'enfant.

Samedi 2 décembre, de 9h45 à 11h45
Maison des Parents, petite enfance

PARENTS

Prendre soin de la santé de mon enfant lors de sa toilette

Du bain au brossage des dents, en passant par les soins du visage, ou encore l'habillage et le nettoyage des ongles
Samedi 9 décembre, de 9h45 à 11h45
Maison des Parents, petite enfance

EN SOIRÉE

Gratuit - sur inscription par mail à lesparentillages@qc.bzh

LES MARDIS

**PARENTS
ADOS**

Soirée Jeu «Paranos chez les Noobs»

Le jeu Pédago-geek et straté-geek de prévention des usages à risques des nouvelles technologies numériques.

Mardi 14 novembre, 19h
Maison des Parents, de 15 à 18 ans

PARENTS

Atelier sophrologie

Mardi 21 novembre, 18h30
La Maison Pop' (18 rue J. Grimaud, Questembert)

PARENTS

Atelier sophrologie

Mardi 28 novembre, 18h30
La Maison Pop' (18 rue J. Grimaud, Questembert)

LES JEUDIS

**PARENTS ET
PROFESSIONNELS**

Environnement & santé de votre enfant : comment agir au quotidien ?

Animé par Jessica Lebris, éco infirmière puéricultrice des Joyeux Pissenlits



Venez découvrir et comprendre comment limiter et agir au quotidien, dans son habitat, en crèche, en famille, votre contact avec les polluants toxiques pour la santé.

Jeudi 9 novembre, 20h15
Siège communautaire (8 av. de la gare, Questembert)

Entrée libre et gratuite

PARENTS

Expression corporelle sur le lâcher prise

Jeudi 23 novembre, 18h30
Siège communautaire (8 av. de la gare, Questembert)

PARENTS

Atelier shiatsu



Jeudi 30 novembre, 18h30
Salle communiquée lors de l'inscription

Nos intervenant(e)s :

- Mathilde Lanieste, psychopraticienne, spécialisée en systémique familiale et en art thérapie
- Lili Courbon, sophrologue
- Christelle Poulaud, animatrice de «Do In», praticienne shiatsu
- Bertrant Jouet, kinésithérapeute
- Mélissa Gofin, éducatrice sportive (danse, fitness et bien-être)
- Anna Bellec, conseillère numérique à l'espace France services
- Stéphane Raton, animateur Service Information Jeunesse
- Laure Boulay, animatrice, formée aux compétences psychosociales et facilitatrice parent qualifiée en discipline positive