



Les rendez-vous de d'1,2,3...Parents

avril 2019

Pour participer à tous nos ateliers
adhérez à l'association, seulement 5 € / an / famille

Réunion de soutien à l'allaitement

Samedi 13 avril à partir de 14h30

au local de l'UDPS23, 6 rue de Maingigour, Guéret
*Besoin d'informations ou simplement envie de partager autour de l'allaitement, du maternage et de la parentalité en général ? Retrouvez Priscilla et Nicolas un après-midi par mois. Papas bienvenus !
Gratuit et ouvert à tous, sans inscription*

Ateliers portage

« Initiation » : vendredi 5 avril à 14h

à la maternité de Guéret, salle de préparation
l'accouchement

Gratuit et ouvert à tous, sans inscription

« Autonomie » : mardi 23 avril à 10h

*Inscription obligatoire auprès de Sabine par sms au
06.64.98.47.68 ou par mail à
asso123parents@gmail.com*

*Avec Sabine (en cours de certification AFBP), découvrez les différents types de portage physiologique qui existent et tester les écharpes et porte-bébé de l'association avec votre enfant ou avec un poupon !
Après l'atelier « initiation » pour une première découverte, vous pourrez faire place à la pratique avec l'atelier « autonomie » et la possibilité de louer des moyens de portage pour tester à la maison celui qui vous conviendra le mieux, seulement 10€ pour 3 semaines (chèque de caution demandé pour toute location).*

Groupe d'échange et de soutien : parents confrontés à l'épuisement (burn-out) parental

Lundi 15 avril à 18h30

à l'Udaf, 50 av d'Auvergne, Guéret

Vous souhaitez profondément être un parent bienveillant, mais vous rencontrez de grandes difficultés dans cette démarche et vous vous sentez dépassés dans votre relation avec vos (ou l'un de vos) enfants ? Nous vous proposons de venir échanger entre nous, déposer



nos ressentis, dans un groupe d'échange sans jugement pour vous ouvrir un espace de répit, pour nous soutenir et retrouver de la ressource, tout simplement.

Renseignements si besoin auprès de Sabine au 06.64.98.47.68

Ouvert à tous les adhérents (possibilité d'adhérer sur place), sans inscription.

Ciné débat

Mardi 16 avril à 20h30 (report de la date de mars)

au cinéma Le Sénéchal à Guéret

Projection du film « L'odyssée de l'empathie », suivie d'une discussion : à travers de nombreux témoignages (Pierre Rahbi, Catherine Guegen, Isabelle Filliozat...) et les découvertes de neurosciences, ce documentaire montre qu'une enfance heureuse et sans violence est à l'origine naturelle de l'empathie.

Prix : 4 euros la séance

Après-midi rencontre

Jeudi 25 avril à partir de 15h

chez Judit, 17 Teyrat à Saint Laurent

1,2,3...Parents, c'est un groupe de parents qui aime échanger sur les thèmes de la parentalité! Toutes les occasions sont bonnes pour ne pas rester seul.e.s et venir rencontrer d'autres parents pour un moment de partage avec nos bébés et bambins !

Ce mois-ci Judith nous accueille dans sa yourte, arrivez quand vous voulez à partir de 15h !

Ouvert à tous, sans inscription préalable (ou bien un petit sms au 06.64.98.47.68 pour savoir combien on attend de personnes !)

Atelier massage bébé (0-1 an)

**Lundi 29 avril à 10h (attention changement d'horaire :
désormais le matin!)**

à la maternité de Guéret, salle de préparation à l'accouchement

Un lundi après-midi par mois, initiez-vous au massage du nourrisson avec Sophie.

Gratuit et sans inscription

La bibliothèque

L'association vous propose une **sélection de livres et magazines** autour de la naissance, la parentalité, l'éducation ainsi que d'autres thèmes à consulter lors d'ateliers ou à emprunter ; il suffit d'être membre (chèque de caution demandé pour tout emprunt) !

Atelier à la demande : la couchothèque

Découvrez avec *Eloïse* deux alternatives aux couches jetables, saines et écologiques et économiques : les **couches lavables** et l'**hygiène naturelle infantile**.

Possibilité de louer un jeu de couches pour 10€ les 3 semaines !

Contactez *Eloïse* au 06-62-82-85-21 ou

eloise.cellasrichard@hotmail.com

Contacts

asso123parents@gmail.com - Priscilla : 06.62.65.24.62



<https://www.facebook.com/association.123.parents/>

<http://www.123parents.org>

