



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

novembre 2019

Atelier portage

« Initiation » : samedi 9 novembre à 10h30

à l'occasion de la braderie « grandir ensemble »
au hall polyvalent de Bourgneuf

Comment manipuler bébé, le porter dans les bras ou dans un moyen de portage, de façon à accompagner son développement tout en respectant au mieux ses besoins ?

- les règles de portage et de sécurité
- les différents moyens de portage disponibles, leurs caractéristiques, leur utilisation
- s'exercer avec des moyens de portage simples et abordables (poupon à disposition pour les futurs parents)

Toute personne susceptible de porter bébé sont les bienvenues !

Animé par Sabine, conseillère portage en cours de certification à l'AFPB

Gratuit et ouvert à tous, sans inscription

Renseignements auprès de Sabine au besoin au 06.64.98.47.68

Conférence-partage « Je sais tant de choses (sur l'éducation, l'alimentation, la communication...) et pourtant je craque quand même »

Samedi 9 novembre à 15h

au Présidial (AnimA), accès par le 8 bis place du marché Guéret
Animée par Jennifer SCHOENACH, accompagnatrice en parentalité. Venez découvrir comment fonctionne notre cerveau, ce qui est réellement aux commandes de nos vies d'adultes et pourquoi "savoir" ne suffit pas pour être vraiment ce que l'on souhaiterait. Jennifer viendra vous parler de notions complexes mais essentielles de neurosciences, et nous verrons ensemble ce qu'il est possible de faire pour se libérer de ce qui ne nous convient pas/plus.

Ouvert à tous. Participation libre (facultative).

Possibilité d'adhérer à l'association sur place

Pour participer gratuitement à nos ateliers, nous demandons l'**adhésion** à l'association

5 € minimum par an et par famille

(sauf ateliers au CHU de Guéret)

Atelier portage vendredi 15 novembre

« Initiation » à 14h30 + autonomie» à 15h30

à la maternité de Guéret, salle de préparation l'accouchement
(Centre hospitalier, 3ème étage)

- initiation : les **bases du portage**, ce qui se joue pour bébé en termes de développement physiologique, et comment l'accompagner au mieux tout en respectant ses besoins ;
- autonomie : la **pratique** ! Les parents ayant déjà suivi un atelier "initiation" peuvent venir seulement sur ce deuxième temps, pour pratiquer de nouveaux nouages ou revoir ceux qu'ils utilisent déjà. Pour les parents qui le souhaitent, nous pourrions également aborder le portage dos.

Gratuit et ouvert à tous, sans inscription

Renseignements auprès de Sabine au besoin au 06.64.98.47.68

Atelier couches lavables

Mardi 19 novembre à 17h15

Partenariat avec EVOLIS 23 "Territoire Zéro déchet Zéro gaspillage"
ors de la bourse aux jouets de l'association familiale sostranienne
Salle des fêtes, rue de Coq, La Souterraine
Envie d'une alternative écologique et économique pour les couches de votre bébé ? Passer aux couches lavables, oui, mais pas toujours facile de s'y retrouver dans les différents systèmes et matières qui existent... Eloïse vous éclaire sur la question en vous expliquant le fonctionnement de chaque type de couche lavable pour que vous trouviez le système qui correspond à vos besoins, et vous donnera un tas de conseils utiles sur l'entretien.

Gratuit et ouvert à tous, sans inscription

Possibilité de louer deux nouveaux lots de couches lavables (nouveau-né ou bambin) : 10€ / 15 jours

Atelier portage

« Initiation » : vendredi 22 novembre entre 9h30 et 11h30

Salle des sports et des loisirs à Ahun

Dans le cadres des animations proposées par le RAM des Petits Ciatons ; animé par Sabine, conseillère portage en cours de certification à l'AFPB.

Voir descriptif de l'atelier plus haut.

Des espaces jeux / motricité sont prévus pour les bébés et les enfants !

Gratuit et ouvert à tous, sans inscription

Renseignements auprès de Sabine au besoin au 06.64.98.47.68

Réunion de soutien à l'allaitement maternel

Vendredi 22 novembre à partir de 14h30

Local de l'UDPS 23, 6 rue de Maindigour, Guéret

Besoin d'informations ou simplement envie de partager autour de l'allaitement, du maternage et de la parentalité en général ? Venez nous retrouver un après-midi par mois pour échanger nos expériences ! Papas bienvenus !

Sur inscription par mail : priscilla.bocchino@gmail.com ou au 06.62.65.24.62

Les inscriptions permettent aux bénévoles qui animent les ateliers, qui se déplacent depuis chez eux, d'être sûrs d'avoir du monde à l'atelier - n'hésitez pas à vous inscrire jusqu'au jour même à 12h !

Gratuit, ouvert aux adhérents (possibilité d'adhérer sur place).

Atelier massage bébé (0-1 an)

Lundi 25 novembre à 10h

à la maternité de Guéret, salle de préparation à l'accouchement (Centre hospitalier, 3ème étage)

Chaque mois, l'association vous propose un temps d'initiation au massage bébé : pendant ce petit moment de ressourcement parent/bébé, Sophie Plançon vous expliquera les gestes du "toucher nourrissant" pour entrer en contact avec votre bébé dans le respect de son rythme, en lui permettant de prendre conscience de son corps en toute sécurité.

Gratuit et sans inscription ; possibilité d'adhérer à l'association sur place ; Renseignements si besoin au 06.85.03.75.48 (Sophie)

Saperlipetons – échange d'expériences « Signe avec bébé »

Vendredi 29 novembre

-10h à 11h : atelier « signe avec bébé animé par Sophie Plançon (La petite Pousse)

- 11h à 12h : échange d'expériences animé par Charlotte (123 parents)

à la Bibliothèque Multimédia du Grand Guéret, 8 avenue Fayolle
A l'occasion de Saperlipetons, quinzaine de la petite enfance, organisée par la Bibliothèque Multimédia du Grand Guéret, avec pour invitée d'honneur cette année l'auteure jeunesse Jeanne ASHBÉ.

Après un atelier "Signe avec bébé" animé par Sophie PLANÇON, retrouvez Charlotte et d'autres parents de l'association pour partager les expériences de cette pratique avec nos bébés !

Gratuit et ouvert à tous

Conférence de la famille organisée par l'UDAF

Vendredi 29 novembre de 16h à 18h

Grande salle de la mairie de Guéret (face à la Poste)

L'Union Départementale des Associations Familiales de la Creuse, à laquelle est affiliée 1,2,3...Parents, tiendra sa Conférence de la Famille autour du thème de "L'engagement bénévole". Venez partager votre expérience et votre vision du bénévolat au sein de la société !

Gratuit et ouvert à tous, sans inscription

Atelier créatif spécial Noël

Samedi 30 novembre à partir de 15h

au local de l'UDPS23 6 rue de Maindigour, Guéret

Au programme : création de lutins et autres petits personnages, maquillages pour petits et grands, partage d'idées créatives autour de Noël, et goûter vegan.

Pensez vous inscrire, jusqu'au matin même, ça n'est pas obligatoire pour venir mais cela permet de prévoir le matériel à sortir et le goûter pour tout le monde. Venez nombreux !

Sur inscription par mail : priscilla.bocchino@gmail.com ou par sms au 06.62.65.24.62

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 adhérent (chèque de caution demandé pour tout emprunt) !

La couchothèque

L'association vous propose à la location un grand lot de couches lavables : les différents systèmes (classique, TE1, TE2, hybride) sont représentés, plusieurs marques différentes, différentes matières d'inserts... ainsi que le nécessaire pour l'entretien. Cela vous permet de tester tranquillement à la maison pour trouver le modèle qui correspond à vos besoins, avant de vous lancer dans un investissement.

Dans le cadre d'un partenariat avec Evolis 23 - "territoire Zéro déchet Zéro gaspillage", deux nouveaux lots de couches lavables, l'un en taille nouveau-né et l'autre en taille bambin, sont mis en location, prioritairement sur le secteur Ouest Creuse (La Souterraine - Guéret).

Tarif : 10 € pour une durée de 2 semaines

Caution demandée (chèque)

Contact : Eloïse 06.62.82.85.21 ou eloise.cellasrichard@hotmail.com

La porte-bébé-thèque

Vous êtes perdus parmi tous les modèles de porte-bébé et d'écharpes existants et vous hésitez à investir ? Nous vous permettons de découvrir différents modèles physiologiques en atelier et d'apprendre à les utiliser, mais nous vous proposons aussi de louer vos préférés afin de pouvoir les tester plusieurs jours chez vous au calme et avec votre enfant.

Tarif : 10€ / par moyen de portage pour 3 semaines (chèque de caution demandé pour toute location).

Contact : Sabine 06.64.98.47.68 ou asso123parents@gmail.com

Contacts

asso123parents@gmail.com - Sabine : 06.64.98.47.68



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

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

