



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

janvier 2020

**Toute l'équipe de parents bénévoles  
d'1,2,3...Parents vous présente ses  
meilleurs voeux pour 2020 !**

### **Atelier portage**

**« Initiation » : vendredi 17 janvier à  
14h30**

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

Animé par Sabine, conseillère portage en cours de certification à l'AFPB  
*Cet atelier vous propose d'aborder les bases du portage : du portage  
dans les bras au portage en écharpe ou porte-bébé « physiologique »,  
comment porter son bébé pour accompagner au mieux ses besoins  
(sécurité, affectifs...) et son développement (physiologique,  
moteur...) ? Après quelques apports théoriques, nous verrons les  
règles de sécurité et les règles pour un portage respectueux du  
développement physiologique du bébé. Puis vous pourrez vous exercer  
à porter avec des moyens simples : un foulard, un sling, une écharpe...  
Si bébé n'est pas encore là, un poupon sera à votre disposition. Il est  
utile d'apporter vos moyens de portage si vous en possédez déjà ;  
sinon, le matériel nécessaire sera à votre disposition (il peut être  
intéressant de venir à l'atelier avant de faire un choix). Les papas, ou  
toute personne de l'entourage susceptible de porter votre bébé, sont  
les bienvenus !*

A la fin de l'atelier, possibilité de louer un moyen de portage pour une  
durée de 3 semaines, afin d'essayer plus tranquillement à la maison :



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)

adhésion 5 € + location 10 € / moyen de portage + chèque de  
caution demandé (non débité).

Ouvert à tous, gratuit et sans inscription.

Adhésion à l'association possible sur place.

Renseignements si besoin au 06.64.98.47.68 (Sabine)

### **Réunion de soutien à l'allaitement maternel**

**Mercredi 22 janvier à partir de 15h**

chez Judith, 17 Teyrat 23000 Saint Laurent

*Besoin d'informations, d'aide, de conseils, pour votre projet  
d'allaitement, sa mise en place, la poursuite... Vous rencontrez des  
difficultés ? ne restez pas seules et venez échanger avec nous !  
Cette réunion mensuelle est l'occasion de partager autour de  
l'allaitement, mais aussi du maternage et de la parentalité en  
général ! Venez nous retrouver un après-midi par mois pour  
partager nos expériences.*

Papas bienvenus !

Rencontre animée par Judith.

Gratuit, sans inscription

Ouvert aux adhérents (possibilité d'adhérer sur place)

Renseignements si besoin au 06.21.45.73.32 - n'hésitez pas à nous  
contacter en cas de besoin hors temps de la réunion !

## Atelier massage bébé (0-1 an)

**Lundi 27 janvier 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.*

Ouvert à tous, gratuit et sans inscription.

Adhésion à l'association possible sur place.

Renseignements si besoin au 06.85.03.75.48 (Sophie)

## 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 bébé, 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 : [asso123parents@gmail.com](mailto:asso123parents@gmail.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](mailto:asso123parents@gmail.com)

### Contacts

[asso123parents@gmail.com](mailto:asso123parents@gmail.com) - Sabine : 06.64.98.47.68



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

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

