AVRIL 2022

● **Samedi 02 avril 2022** **10h00 – 11h00**

« Atelier origami »

Ouvert à tous, à partir de 8 ans, gratuit

Venez partager un moment de complicité avec votre enfant ou petit-enfant autour d'un atelier origami sur le thème de pâques !

Action avec Malika Lelcerc

● **Mardi 12 avril 2022** **19h30 – 21h30**

« Estime et confiance en soi »

Ouvert aux parents, gratuit

L'un des points importants pour avancer dans la vie, reste la confiance en soi. Elle permet de se représenter à l'autre, d'agir avec sérénité, de tenter des explorations. Reliée fortement à l'estime de soi, elle vous permet d'oser.

Action avec Jean Philippe Desvigne

● **Mercredi 13 avril 2022** **10h30 – 11h30**

« La grotte à histoires »

A partir de 4 ans, gratuit

Les histoires de notre enfance nous construisent en nous permettant d'éprouver nos frayeurs, notre créativité, notre imaginaire et bien d'autres choses. A partir de 4 ans, cette activité enfant-parent, ravivera tout le monde.

Action avec les bénévoles de la GAH

● **Samedi 16 avril 2022** **10h00 – 12h00**

« Atelier DIY* : produits ménagers »

A partir de 6 ans, gratuit

Venez partager un moment de convivialité autour d'un atelier diy « création de produits ménagers ». Au programme 4 recettes : lessive, liquide vaisselle, produits multi usage et bee wrap (tissu enduit de cire d'abeille pour remplacer l'aluminium)!

Action avec Alice Halley

● **Samedi 23 avril 2022** **14h00 – 16h00**

« Atelier couture : objectif zéro déchet ! »

A partir de 8 ans, gratuit

Seul(e) ou en binôme ? Envie d'apprendre à faire vos propres lingettes bébé ou vos propres lingettes démaquillantes ? Venez confectionner vous même vos créations pour un objectif zero déchet. Lancez-vous, c'est l'occasion !

Action avec Marion Bernard

● **Mardi 26 avril 2022** **19h30 – 21h30**

« Salon Philo »

Ouvert à tous, gratuit

La discussion philo c'est pour tout le monde, car s'interroger sur notre existence et le monde qui s'offre à nous, cela commence simplement par échanger ensemble. Un moment, une parenthèse pour comprendre la société !!

Action avec le collectif Philo'On

MAI 2022

● **Mardi 03 mai 2022** **19h30 – 21h30**

« Amour & Sexualité comment en parler à nos enfants ? »

Ouvert aux parents, gratuit

La vie affective et la sexualité ne sont pas toujours facile à aborder dans la famille. Sujets délicats, parfois tabous, mais au combien nécessaires pour permettre à nos enfants de grandir en confiance et en sécurité.

Action avec Philippe Geissler

● **Samedi 07 mai 2022** **10h00 – 12h00**

« Atelier couture : objectif zéro déchet ! »

A partir de 8 ans, gratuit

Seul(e) ou en binôme ? Envie d'apprendre à faire vos propres lingettes bébé ou vos propres lingettes démaquillantes ? Venez confectionner vous même vos créations pour un objectif zero déchet. Lancez-vous, c'est l'occasion !

Action avec Marion Bernard

● **Jeudi 12 mai 2022** **19h30 – 21h30**

« La place de chacun »

Ouvert à tous, gratuit

Les tensions en famille apparaissent bien souvent pour des histoires de place. Suis-je à ma place ? Ai-je une place dans la fratrie ? Ne m'a t-on pas volé ma place ? Autant de questions qui, de manière inconsciente ou non, pose un débat réel.

Action avec Isabelle Moulin

● **Samedi 14 mai 2022** **10h00 – 11h00**

« Découverte du massage bien Naître pour Bébé »

Ouvert aux parents avec bébés (0 à 10 mois) , gratuit

Venez découvrir les astuces pour un massage bien Naître pour votre bébé et venez confectionner vos propres huiles de massages. Des techniques à réutiliser à la maison pour le plus grand bonheur de bébé !

Action avec Julie Pinçon

● **Mercredi 18 mai 2022** **14h30 – 15h30**

« Instant Relaxe »

Ouvert à tous, gratuit

Un moment privilégié « enfant-parent » autour de la pratique du yoga. Cette activité est ouverte à tout enfant avec un adulte référent affectif (parent, grand-parent..).

Action avec Anne-Claire Delange

● **Samedi 21 mai 2022** **10h00 – 11h00**

« Art Floral : Création fête des mères »

Ouvert aux enfants, à partir de 6 ans, gratuit

Violette et Pimprenelle vous invite dans leurs ateliers pour confectionner une création spécial fête des mères !

Action avec Violette & Pimprenelle

● **Mardi 24 mai 2022** **19h30 – 21h30**

« Salon Philo »

Ouvert à tous, gratuit

Si vous vous êtes intérrogés au moins une fois sur votre avenir, sur la justice ou l'injustice, sur « qu'est-ce que le bonheur », alors, sans le savoir, vous avez philosophé. La philosophie restera, quoi que l'on en dise, le partage de nos interrogations sur notre existence, avec nos pairs.

Action avec le collectif Philo'On

JUIN 2022

● **Samedi 4 juin 2022** **10h00 – 11h00**

« Découverte du massage bien Naître pour Bébé »

Ouvert aux parents et aux bébés, gratuit

Venez découvrir les astuces pour un massage bien Naître pour votre bébé et venez confectionner vos propres huiles de massages. Des techniques à réutilisés à la maison pour le plus grand bonheur de bébé !

Action avec Julie Pinçon

Maison des Familles de l'Orne

Inscription obligatoire

appelez nous au 06.73.82.45.39

ou au 06.30.92.43.13

* DIY : do it yourself

Retrouvez nous sur la page facebook :

82 rue St Blaise
à Alençon

Vous pouvez nous solliciter pour mener les ateliers d'entraide et de soutien que vous voulez !

L'équipe de la maison des familles se tient à votre écoute.

PROGRAMME

Maison des Familles de l'Orne