

# Pour les parents !

## Rencontre débat à Cassagnes

### Mon enfant me parle mal : Insolence et respect

Parfois il répond en hurlant, lève les yeux au ciel, veut toujours avoir le dernier mot et me fait perdre patience...

Ces situations vous parlent ?

Une soirée pour comprendre et trouver des solutions !

**Mardi 7 Février de 20h à 22h30**

Cassagnes-B., espace multiservice

Prochaine rencontre : Frustration et colère de l'enfant (4/04)

animé par Brigitte Cassette, psychopraticienne

Rencontre gratuite/Inscription obligatoire

## VIVRE ET GRANDIR ENSEMBLE

### Cycle d'ateliers pour les parents

créés par Catherine Dumontiel-Kremer

Un cycle de 8 ateliers pour tous les parents, pour échanger entre pairs, développer sa créativité, acquérir des outils de la parentalité positive et trouver ses propres solutions.

Les mardis 14/03, 28/03, 11/04, 25/04,  
9/05, 23/05, 6/06 et 20/06

de 19h30 à 22h30 au CSCPS de BARAQUEVILLE

animé par Marine Cluzel, consultante en parentalité

Ateliers gratuits/Adhésion obligatoire

## Form'Action Parents

### PRÉ-ADOS ET ADOS CONNECTÉS

Mercredi 15 Mars de 20h à 22h

NAUCELLE à la salle du Gintou, Complexe Sportif

Formation interactive en petit groupe pour s'informer sur l'utilisation du numérique. Trouver des outils concrets pour les accompagner. Prévenir, repérer et agir face au harcèlement.

animée par SYNAPSES, Association d'éducation aux médias et d'accompagnement aux écrans

Form'Action gratuite/Inscription obligatoire

## Le café des parents

### \*Premier lundi de chaque mois à partir de 9h

(sauf vacances scolaires)

Prochaines dates : 6/02, 6/03 et 3/04

NAUCELLE à la salle du Gintou, Complexe Sportif

Pour échanger entre parents ou futurs parents  
autour d'une tisane, d'un café, d'un thé...

Les enfants sont les bienvenus!

Rencontre gratuite/Sans inscription

## \*Spectacle Famille\*

Bateau, c'est un bout d'enfant  
qui est resté coincé dans un adulte  
et qui s'est accroché à une douce rage de vivre.  
L'adulte oublie souvent l'enfant qu'il était, l'enfant  
qui est en lui. Que reste-t-il de cet enfant ? Du jeu ?  
Du simple ? Des monstres sous le lit ?  
De la nostalgie et des rêves ? L'émerveillement...

Conseillé à partir de 5 ans

Durée : 50 min

Tarif : 8€ ou 5€ avec l'adhésion

à 16h

Mercredi 22/02  
Moyrazès (sdf)

Réservation  
conseillée

## \*Bateau

Avec la Cie  
Les Hommes  
Sensibles



Centre Social et Culturel Pays Ségali

Animations Familiales  
Se rencontrer  
Echanger  
Partager  
Se faire plaisir...



HIVER 2023

Centre Social et Culturel Pays Ségali

35 avenue de la gare 12 800 Naucelle  
156 avenue du centre 12 160 Baraqueville  
05 65 72 29 19 - famille@cscps.fr

www.centresocialetcultureldupayssegali.com

f Centre Social et Culturel du Pays Ségali

# Du temps en famille...

Ateliers (grands) parents enfants mis en place dans le cadre du Réseau d'Entraide, d'Appui et d'Accompagnement des Parents à fin de vous proposer des moments privilégiés avec votre enfant, rencontrer des nouvelles familles, voir votre enfant autrement, découvrir des activités à refaire à la maison... En présence de Claire et Laurence, les animatrices familles, à l'écoute de vos idées, envies, besoins...

## \* Mercredis Jeux en Famille

- 15/02 au Centre Social de **BARAQUEVILLE**
- 15/03 à la salle de la mairie de **CALMONT**
- 29/03 à l'Espace Jean Mazonq de **MOYRAZES**

Se retrouver en famille, développer sa mémoire, travailler sa rapidité et prendre plaisir à jouer ensemble ! Venez découvrir et faire découvrir vos jeux de société. Goûter offert par le Centre Social !



Gratuit

14h à 16h30 pour les plus de 3 ans  
Avec Claire ou Laurence

## \* Yoga avec Bébé

Vendredi 17/02 à **CALMONT**, RPE de Ceignac

Partager un moment privilégié avec bébé, apprendre à favoriser ses postures naturelles et son développement psychomoteur. Une bulle de détente hors du quotidien !



14h à 15h30 pour les 1 à 12 mois  
Avec Sophie Féliu

## \* Bulle de calme - Sophro

Mardi 21 et/ou jeudi 23/02 à la sdf de Salan/**QUINS**

Initiation à la sophrologie pour découvrir des exercices de respiration, de détente corporel et des clefs pour gérer le stress et les émotions. Ateliers ludiques sous forme de jeux.

10h à 11h pour les 3 à 5 ans  
14h à 16h pour les plus de 6 ans

Avec Laetitia Mana



## \* Cuisine en Famille



Vendredi 24/02, à la sdf de **QUINS**

Découvrons de nouvelles manières de cuisiner des légumes et de les faire aimer aux enfants! Suivi d'un repas collectif avec dégustation des plats préparés ensemble le matin.

10h30 à 14h pour les plus de 6 ans

Avec Jennifer Bouyssié

10€ par famille ou 6€ avec l'adhésion

## \* Initiation au Cirque

Samedi 25/02 et/ou Samedi 4/03  
à **NAUCELLE**, vallon des sports

Tester votre équilibre, partager des exercices de confiance avec votre enfant.

9h à 10h15 pour les 4 à 6 ans  
10h45 à 12h15 pour les 7 à 12 ans

Avec Guillaume Clerc



## \* Atelier Sonore et Sensoriel

Mardi 28/02, Espace Jean Mazonq à **MOYRAZES**

S'éveiller avec votre enfant à la musicalité et mobiliser vos sens autour des quatre éléments.



9h30 à 10h30 pour les 0 à 3 ans  
11h à 12h pour les 3 à 6 ans

Avec Hélène Drulhe

## \* Jeux Musicaux

Mercredi 1/03 à la sdf de **CASSAGNES-B.**

Apprendre à s'entendre et à s'écouter, à travers des jeux de rythmes et de mouvements,

10h à 11h15 pour les plus de 5 ans

Avec Bérangère Alcouffe et Fabien Medard



## \* Massage bébé



Cycle de 5 séances au RPE de **BARAQUEVILLE**

Les jeudis 9, 16, 23, 30/03 et 6/04

Apprendre à masser bébé en toute confiance et partager un moment entre parents.

14h à 15h30 pour les 0 à 6 mois

Action co-portée par le service Petite Enfance du Pays Ségali  
Inscriptions auprès de Cécile Mouysset 06 13 75 33 05  
Avec A.-M. Gavalda  
Instructrice certifiée IAIM



## \* Atelier Motricité - Cirque

Vendredi 3/03 à **NAUCELLE**, Vallon des sports

Permettre à votre tout-petit de développer sa coordination, son équilibre et sa confiance en lui. Un moment de complicité en famille !

9h30 à 10h30 pour les 18 à 36 mois

Avec Guillaume Clerc

## \* Bulle de rêve - Éveil corporel

Mercredi 22/03, à la sdf de **BOUSSAC**

" On joue, en corps! "

Un moment d'émerveillement pour développer l'imaginaire et s'amuser !

9h30 à 10h30 pour les 0 à 3 ans  
11h à 12h pour les 3 à 6 ans

Avec Sandrine Lucas



Tarif famille par séance :  
5 € ou 3 € avec l'adhésion CSCPS  
Adhésion annuelle et familiale 10 €  
Inscription obligatoire  
05 65 72 29 19 - famille@cscps.fr