

PROGRAMME FEVRIER 2023

Inscriptions:

✉ poleparentalite95@gmail.com

📷 @poleparentlite

📘 @poleparentalite

**TOUS LES MERCREDIS
9H30 à 11H30**

Accueil libre parent.s/enfant.s

Salle L, LCR des Linandes
Parc des Linandes 95000 Cergy

**VENDREDIS 03/02, 17/02,
10H à 11H30**

Atelier massage bébé

Vous êtes futur parent ou déjà parent et vous avez envie d'apprendre les gestes pour masser votre bébé dès son arrivée ? Venez découvrir tous les bienfaits du massage.

Salle L, LCR des Linandes
Parc des Linandes 95000 Cergy
Gratuit pour les adhérents

**Animé par Rose,
notre instructrice massage bébé**

LUNDI 6 FEVRIER

PLACE DES FAMILLES

"Le sommeil des petits et des grands"
Temps d'échange autour d'une boisson et quelques douceurs

10H à 11H30

Salle L, LCR des Linandes
Parc des Linandes 95000 Cergy
Gratuit pour les adhérents

18H à 20H

Maison des associations
95323 Jouy-Le-Moutier
Gratuit

**Renseignements et inscription
au Centre Social de Jouy-Le-Moutier**

MERCREDI 8 FEVRIER

14H à 16H

**ATELIER "BeauThé Plurielle"
"Scandinavie"**

Autour d'une boisson et quelques douceurs, échanges sur nos représentations de la beauté, découverte du rituel beauté d'une région ou d'un pays, et soin complet (visage, pieds ou mains) fait ensemble.

Salle L LCR des Linandes
Parc des Linandes 95000 Cergy
Gratuit pour les adhérents (Atelier Adolescent.e.s)

**Animé par Victoria,
notre psycho-socio-esthéticienne**

**Animé par Aurélia, notre psychologue
et Marie-Christine, notre sophrologue**

**Adhésion possible tout au long
de l'année flashez ce QR code :
10€/ famille**





SAMEDI 11 FEVRIER

10H à 12H

ATELIER "MOMENTS & MERVEILLES"

Soin du visage ou des mains en duo
pour vous aider à maintenir et/ou renouer
le contact entre vous et votre enfant/ado.

Salle L. LCR des Linandes
Parc des Linandes 95000 Cergy
Gratuit pour les adhérents

Animé par Victoria,
notre psycho-socio-esthéticienne

LUNDI 20 FEVRIER 14H à 17H

BIEN-ÊTRE ET IMAGE DE SOI A L'ADOLESCENCE :

Portrait photo, atelier cosmétique et apprentissage d'un soin du
visage. Atelier adolescent.e.s

Maison des associations
95323 Jouy-Le-Moutier
Gratuit

renseignement au centre social de Jouy le Moutier

Animé par :
Marie-Christine, préparatrice en pharmacie
Victoria, psycho-socio-esthéticienne
Rose, photographe.

MARDI 21 FEVRIER

10H à 12H30

ECHANGE ET CONSEILS D'UNE ORTHOPHONISTE : "Bébé : alimentation et communication"

Salle L. LCR des Linandes
Parc des Linandes 95000 Cergy
Gratuit pour les adhérents

Animé par Ophélie, notre orthophoniste

Adhésion possible tout au long de
l'année
flashez ce QR code : 10€/ famille

