

AVEC LE SOUTIEN DE :



BÉBÉS, PARENTS

BIEN DÉMARRER VOS NOUVELLES VIES

À la maison, lors des moments passés ensemble. Des actions, des informations clés pour le développement de bébé et l'accompagnement de votre vie de parent d'un petit enfant.

SEPTEMBRE / OCTOBRE / NOVEMBRE / DÉCEMBRE

2023

Une action de la Ville de Charleville-Mézières
Infos : 03 24 32 44 96

<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>

LIRE AUX BÉBÉS

LE CONSEIL DU TRIMESTRE



Un nouveau monde, Nathaniel H'Limi
© Editions de La Martinière Jeunesse, 2023

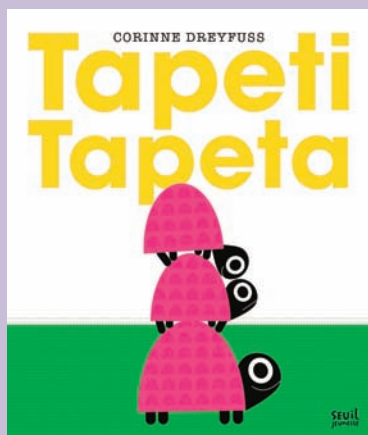
Dans ce bel album, Nathaniel H'Limi raconte à son enfant son arrivée dans leur vie et le grand chamboulement qu'implique la parentalité. Une aventure narrée avec beaucoup de poésie et d'humour, dans laquelle tous les jeunes papas se reconnaîtront.

Des conseils pour mieux vivre sa nouvelle vie de parent. Il y a plein de façons de prendre soin de soi, de son couple et de son enfant.

Découvrir des professionnels à disposition des parents. Ils jouent un rôle essentiel pour mieux vivre la grossesse, l'arrivée de bébé et le rôle de papa et de maman.



Trois petites tortues viennent de naître. Dans le jardin, les animaux n'ont jamais vu de telles créatures et s'étonnent. Ils aimeraient bien jouer, mais les petites tortues avancent à petits pas, très doucement.



Tapeti Tapeta, Corinne Dreyfuss
© Editions Seuil Jeunesse, 2023

LIENS INTERNET :

■ 1000 premiers jours :

<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>

■ CAF :

<https://monenfant.fr/>

■ Pages en partage :

<https://www.litterature-enfantine.fr/2019/11/15/pages-partage/>

■ Les écrans avant 3 ans :

<https://www.mpedia.fr/art-risques-des-e-crans-avant-ans/>

Toutes les actions 1000 premiers jours de cette programmation sont gratuites.
Renseignement et réservation au 03 24 32 44 96

LES ATELIERS

NOUVELLES
ACTIVITÉS



Parents/bébé gym

Parce l'enfant a besoin de bouger, les activités de la Baby Gym ont été pensées en fonction de son comportement : marcher, sauter, rouler, ramper, se balancer, jouer, imiter, imaginer, explorer... en compagnie d'un de ses parents.



Initiation au portage physiologique

Venez découvrir le portage au travers d'écharpes et différents porte bébés physiologiques. Après une présentation des bienfaits du portage physiologique et des erreurs à éviter, chacun pourra essayer le ou les écharpe/porte-bébé de son choix au travers de notre grand panel de démonstration.



Lire avec son bébé

Laissez-vous emporter dans un monde où tout est possible. Découvrez des animaux magiques, des paysages féériques, des loups qui ne font même pas peur ! Enfin, profitez de l'instant présent, un instant qui n'appartient qu'à vous et votre enfant.



Art Thérapie

Dans un cadre bienveillant et confidentiel, chacun pourra prendre sa place de parent, prendre confiance en soi, développer son empathie envers soi-même et les autres. Un espace d'expression de ses émotions et de ses besoins. Venez alléger vos difficultés, valoriser vos ressources et trouver votre rythme pour mieux vivre votre grossesse et votre parentalité.



Découverte des signes avec bébé

Le concept des ateliers est de mieux communiquer avec son bébé avant l'acquisition du langage. Cela permet au bébé de se faire comprendre, de limiter les pleurs, les incompréhensions... Ils sont un moment de plaisir, de partage et de communication avec son bébé. Vous y apprendrez du vocabulaire de la LSF grâce à des chansons, des histoires, et des jeux.



Respirer / se détendre

Passez un moment de détente en musique pour ressentir votre corps et développer votre souffle. Par des sons vocaux et musicaux, les mamans et les papas créent un lien privilégié avec leur bébé.

AGENDA

POINT LECTURE POUR TOUS MANCHESTER

24 rue Jules Raulin
08000 Charleville-Mézières



MAISON
1000
PREMIERS
JOURS

MÉDIATHÈQUE PORTE NEUVE

8, place de la Préfecture
08000 Charleville-Mézières



➔ LIRE AVEC SON BÉBÉ

avec Annie JANICOT

- Mardi 26 septembre
- Mardi 24 octobre
- Mardi 21 novembre
- Mardi 19 décembre

naissance
à 3 ans

de 9 h
à 10 h



➔ LIRE AVEC SON BÉBÉ

avec Martine LEPAGE

- Mercredi 13 septembre
- Mercredi 18 octobre
- Mercredi 15 novembre
- Mercredi 20 décembre

naissance
à 3 ans

de 9 h 30
à 10 h 30

➔ RESPIRER - SE DÉTENDRE

avec Anaïs DEMACON

Femmes enceintes / Jeunes mamans

2^{ème} mois de grossesse

jusqu'au 3^{ème} mois de naissance

- Mardi 12 septembre
- Mardi 17 octobre
- Mardi 14 novembre
- Mardi 12 décembre

de 9 h
à 10 h

➔ RESPIRER - SE DÉTENDRE

avec Anaïs DEMACON

Femmes enceintes / Jeunes mamans

2^{ème} mois de grossesse

jusqu'au 3^{ème} mois de naissance

- Mercredi 11 octobre - de 17 h à 18 h
- Mercredi 6 décembre - de 9 h à 10 h

➔ ART THÉRAPIE

avec Sabine PONSARD

Parents, femmes enceintes - de 9 h 30 à 10 h 30

- Mardi 12 septembre - Qu'est-ce qu'un bébé ?
- Mardi 3 octobre - Prendre du temps pour soi
- Mardi 7 novembre - Zen Art
- Mardi 12 décembre - Détente florale

➔ PARENTS / BÉBÉ GYM

avec Annick Toury

- Mardi 5 septembre - de 9 h 30 à 10 h 30
- Mardi 3 octobre - de 14 h à 15 h
- Mardi 7 novembre - de 9 h 30 à 10 h 30
- Mardi 5 décembre - de 14 h à 15 h

de 15 mois
à 3 ans

➔ SIGNES AVEC BÉBÉ

Parentage et C^{ie}

- Vendredi 13 octobre
- Vendredi 1er décembre

naissance
à 3 ans

de 9 h 30
à 11 h 30

➔ SIGNES AVEC BÉBÉ

Parentage et C^{ie}

- Vendredi 6 octobre

naissance
à 3 ans

de 9 h
à 11 h

➔ PORTAGE AVEC BÉBÉ

Parentage et C^{ie}

- Vendredi 29 septembre
- Vendredi 10 novembre

naissance
à 3 ans

de 9 h 30
à 11 h 30

Et nouveau !
à l'espace Parent'aise



En partenariat avec le CD08

LIRE AVEC BÉBÉ À LA PMI

Les bénévoles du dispositif Charlevil'lecture viennent à votre rencontre pour partager et vous faire découvrir le plaisir de la lecture avec votre bébé.

Où et quand ?

Une fois par mois
lors des consultations du médecin de PMI,
salle d'attente de l'accueil **PMI de Mézières**
(5 allée de la Citadelle)
et de l'**espace Parent'aise**
(43 avenue Charles de Gaulle).

VALIWEEK

Valiweek, c'est un sac d'albums qu'on emporte à la maison à son gré, le contenu changeant toutes les 6 semaines. Une action lecture pour les bébés, qui vise à assurer la présence du livre partout, à

permettre des moments d'émotion partagés en famille et qui répond à l'importance de la lecture pour les bébés dont l'appétit est réel. Action développée par Charlevil'lecture en partenariat avec la médiathèque Voyelles, disponible dès à présent à l'accueil **PMI de Mézières** et à l'**espace Parent'aise**.



LE COIN DES FAMILLES

Le coin des familles, c'est un groupe de parents ouvert, gratuit et bienveillant. Les futurs et les jeunes parents s'y retrouvent pour échanger et partager des activités avec d'autres parents dans un cadre convivial. Des professionnels de la petite enfance du CD08 (sage-femme, puériculteurs, ...) peuvent vous accompagner dans votre parentalité et répondre aux questions que tout jeune parent se pose.



Où et quand ?

Une fois par mois, le mardi de 14 h à 16 h,
à l'**espace Parent'aise** (43 avenue Charles De Gaulle)
Renseignement et inscription :
Jérémie HARMANT au **06 86 18 85 56**.



LE PORTAGE EN ÉCHARPE

Envie de vous initier à la technique de portage en écharpe ?
Le CD08 organise des ateliers gratuits une fois par mois

Où et quand ?

À l'**espace Parent'aise** (43 avenue Charles De Gaulle)
· Vendredi 20 octobre de 14 h à 16 h
· Mardi 12 décembre de 14 h à 16 h
À la **Maison des Solidarités Ferroul** (34 rue Ferroul)
· Mardi 26 septembre de 14 h à 16 h
· Vendredi 24 novembre de 14 h à 16 h
Renseignement et inscription :
Madame DE OLIVEIRA au **07 85 77 56 89**.



Festival des Marionnettes

➔ SPECTACLE
« Au fond des Mers »
par le collectif 23H50

Spectacle « Au Fond des Mers » (descriptif)

<http://collectif-23h50.com/au-fond-des-mers/>

Spectacle immersif sous coquillage. Au début, il y a eu l'eau, la mer, puis petit à petit : la vie.

Deux étranges plongeurs partent en exploration dans les eaux profondes. Elles font la rencontre d'une drôle de créature...



de 6 mois à 3 ans + parents

- samedi **16** septembre à 9 h 30
- dimanche **17** septembre à 10 h et 11 h 15
- mercredi **20** septembre à 9 h 30

Durée 30 min - prix libre

À l'espace TADAM ! du Mont Olympe

+ D'INFOS : <https://www.collectiferrances.com/t-a-d-a-m>



➔ ATELIERS DE SENSIBILISATION AU SPECTACLE

« Au Fond des Mers » par le collectif 23H50

■ mardi **19** septembre :

- Bibliothèque Porte Neuve de 9 h 30 à 10 h 30
- Point lecture pour tous de Manchester de 14 h 15 à 15 h 15

de 6 mois à 3 ans + parents



Inscription obligatoire, nombre de places limité.
Contact : 03 24 32 44 96

Une place sera offerte à chaque participant pour assister à la représentation du spectacle le mercredi 20 septembre.

Ateliers Artistiques Julie Faure-Brac, plasticienne

➔ EMPREINTES, initiation à la gravure
et à la fabrication de tampons

Grâce à des morceaux de polystyrène, de carton, d'objets de récupération et de fruits ou de légumes coupés, les enfants accompagnés de leur parent pourront réaliser avec plaisir des empreintes en utilisant la peinture ou l'encre sur une grande feuille de papier. La pratique de la gravure ou de l'impression est sensorielle et active et plaît beaucoup aux plus petits.



■ Samedi **25** novembre
de 9 h 30 / 11 h
Médiathèque Porte Neuve



■ Mardi **28** novembre
de 14 h 15 / 15 h 45
Point lecture pour tous
Manchester

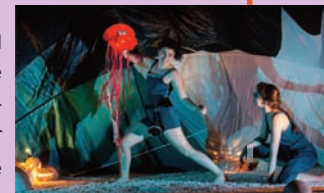


de 18 mois à 3 ans + parents

Inscription obligatoire, nombre de places limité.
Contact : 03 24 32 44 96

➔ DESCRIPTIF DE L'ATELIER DE SENSIBILISATION

Au Fond des Mers est né de la volonté de réaliser un spectacle immersif où enfants et accompagnateurs partagent ensemble une expérience sensorielle. Ainsi ce temps d'échange est pensé comme un premier éveil des sens où les tout-petits pourront avant la représentation voir, toucher et écouter différentes matières présentes dans le spectacle.



Photos : collectif 23H50