

# à l'Abord'âge!

## PROGRAMME DES ACTIVITÉS DE NOVEMBRE

Mercredi 1er novembre	<i>Jour férié le café est fermé...</i>
Jeudi 2 novembre	15h00 <b>Bricolage</b> avec Muriel et Patricia : viens customiser ta boîte à secrets... (apporter une boîte en carton)
Vendredi 3 novembre	10h30 Fabrication de <b>mobiles</b> , avec Muriel. 15h00 Leïla (7 ans) vous invite à venir faire des <b>chauve-souris</b> en carton avec elle.
Samedi 4 novembre	15h00 Fabrication de jolis <b>pompons en tulle</b> avec Emily.
Mercredi 8 novembre	9h15 C'est Ombeline qui vous accueille sur ce nouveau créneau matinal ! 10h30 <b>Atelier yoga parent/bébé</b> (de 3 mois jusqu'à la mobilité), avec Anouchka. <i>PAF : 5€/2, 5 duos max, sur inscription</i> 14h30 Jeux de société, <b>dès 6 ans</b> , avec Ombeline. Vous pouvez apporter vos jeux à faire découvrir !
Vendredi 10 novembre	10h30 : <b>Pâte à sel colorée</b> , avec Edith, <i>dès 12 mois</i> .
Samedi 11 novembre	<i>Jour férié le café est fermé...</i>
Mercredi 15 novembre	9h15 C'est Véronique M. qui vous accueille sur ce nouveau créneau matinal ! 10h30 Initiation à la <b>relaxation</b> , avec Muriel (adultes et enfants), <i>sur inscription</i> . 15h00 Peinture à l'encaustique, avec Florence. <i>Parents-enfants</i> .
Jeudi 16 novembre	20h00 Conférence de Agnès Dutheil : <b>L'apprentissage du bonheur, ou comment accompagner nos enfants à être heureux ?</b> Agnès Dutheil abordera les thèmes suivants : Mais en fait, c'est quoi le Bonheur ? : pourquoi chercher à être heureux ? Les différentes attitudes possibles face à la vie et la réussite, Les apports de la Psychologie Positive : les "talents", le "flux", Quelques notions sur le "Sens", le "Travail", le "Plaisir", "l'Effort"... <b>A la Maison des Haubans (Malakoff), entrée libre dans la limite des places disponibles. <u>MERCI DE VOUS PRÉSENTER À 19h30.</u></b>
Vendredi 17 novembre	16h-18h : <b>Laurence Huet, esthéticienne</b> vous propose une séance de manucure ou d'épilation simple des sourcils. Sans rendez-vous. <i>PAF : prix libre à partir de 5€</i>

*Les âges proposés sont indicatifs et non restrictifs.*

*De 0 à 99 ans, avec ou sans enfant, il est possible de participer à toute sorte d'activité, n'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus.*

# à l'Abord'âge!

## PROGRAMME DES ACTIVITÉS DE NOVEMBRE

---

Samedi 18 novembre	10h00 Initiation à la <b>couture</b> , avec Fanny et Justine. 10h30 Commission <b>Vie du Café</b> , avec Amélie. <i>Vous êtes invités à participer pour donner vos avis ou propositions d'animations, gestion de l'affichage, de l'aménagement, qualité de l'accueil, idées de menu, promotion des adhésions, participation des adhérents aux décisions qui les concernent.. bref tout ce qui se passe dans le café au quotidien ! <b>Sur inscription.</b></i> 15h00 Maquillages de fête avec Javiera, venez apprendre à maquiller votre enfant et repartez tous avec le sourire !
Mercredi 22 novembre	9h15 C'est Ombeline qui vous accueille sur ce nouveau créneau matinal ! 15h00 Fabrication de <b>guirlandes de Noël</b> avec Edith, des créations pour les petits et les grands ! 20h-22h Petites graines pour grandir : <b>L'atelier des parents</b> . <i>Rencontre, écoute et partage pour trouver du soutien, (re)découvrir des « trucs et astuces » pour le quotidien, enrichir ses connaissances et compétences en lien avec une parentalité respectueuse des besoins, des émotions et des demandes de l'enfant ! Avec Véro. <b>Participation libre à partir de 5€.</b></i>
Vendredi 24 novembre	14h-15h30 Réunion pour les <b>porteurs de projet</b> , avec Marie-Laure. <i>Vous voulez connaître les bases de la création d'un café associatif, vous informer sur les démarches, le budget, etc... Ce rendez-vous est pour vous ! <b>Merci de vous inscrire si vous souhaitez y participer (8 places max.)</b>.</i>
Samedi 25 novembre	10h30 BB signe, avec Emmanuelle. Venez partager les signes, les jeux, les comptines et les chansons de l'association RESPECT (Réseau d'Ecoute et de Soutien à la Parentalité Entraide Communication Temps). <i>Sur inscription PAF : 5€/2 pers., 7€/3.</i>
Dimanche 26 novembre	15h-18h00 Le café est exceptionnellement <b>ouvert</b> au public ! Apportez votre goûter à partager, les boissons sont à prendre au café... <i>Si vous voulez participer à cette ouverture, n'hésitez pas à le dire, le café est uniquement tenu et animé par les usagers...</i>
Mercredi 29 novembre	9h15 C'est Véronique M. qui vous accueille sur ce nouveau créneau matinal ! 10h30 <b>Peps Café</b> , avec Corinne : parlons parentalité positive autour d'un article du magazine PEPS : <i>"Petites choses, grosse fatigue et "caprices"</i> . <i>Sur inscription, 8 personnes.</i> 15h00 Peinture sur céramique, avec Patricia.
Jeudi 30 novembre	20h-22h Soirée <b>jeux de société</b> , avec Véro M. <i>(adultes et enfants de +8 ans).</i>

---

Ouvert le mercredi, vendredi et samedi de 10h à 18h30 (le jeudi aussi pendant les vacances) 02 40 48 71 46 [www.alabordage-le-cafe-des-enfants.fr](http://www.alabordage-le-cafe-des-enfants.fr)

A L'Abord'Age - 94 rue de la Ville en Pierre - 44000 Nantes