

à l'Abord'âge!

PROGRAMME DES ACTIVITÉS DE SEPTEMBRE

Samedi 2 et dimanche 3 septembre	11h-18h Retrouvez le café mobile de l'Abord'Age aux Rv de l'Erdre, sur l'île Versailles, avec Francine et ses <i>Ateliers ambulants</i> samedi après-midi et le <i>Labo des Artistes</i> dimanche après-midi. Ateliers de 15h à 17h.
Mercredi 6 septembre	9h15 Ombeline vous accueille sur ce nouveau créneau d'ouverture, venez prendre un café matinal ! 10h30 Atelier yoga parent/bébé (de 3 mois jusqu'à la mobilité), avec Anouchka. <i>PAF : 5€/2, 5 duos max, sur inscription</i>
Vendredi 8 septembre	17h30 Chorale en famille , avec Fabrice. Un répertoire accessible à tous !
Samedi 9 septembre	9h30-18h30 Journée spéciale de réflexion autour de l'avenir du Café des Enfants, pour envisager ensemble (administrateurs, salariés, bénévoles, adhérents, partenaires...) ce que le café sera demain. 9h30 : Accueil gourmand 10h00 - 12h30 : Travail sur les valeurs (ouvert à tous) 12h30 - 13h30 : Repas partagé à partir des apports de chacun 14h00 - 17h00 : Ateliers thématiques (pour les personnes présentes le matin) 17h00 - 18h30 : Gros goûter familial avec restitution visuelle des réflexions <i>Votre présence et votre avis ont du sens pour nous, inscrivez-vous pour participer, merci !!</i>
Mercredi 13 septembre	9h15 Véronique M. vous accueille sur ce nouveau créneau d'ouverture, venez prendre un café matinal ! 15h00 Découverte de l' EFT parents-enfants , avec Françoise. (<i>Emotional Freedom Techniques / techniques de liberté émotionnelle</i>). <i>L'EFT est une forme d'acupression pour libérer les émotions négatives. C'est une méthode rapide, efficace, amusante, et facile à apprendre. Les enfants l'adorent car elle les aide à gérer de nombreux petits maux au quotidien : peurs ou phobies (du noir, des araignées, de l'école...), colères, moqueries, anxiété de séparation, pipi au lit... Son efficacité est sans pareil pour se débarrasser des craintes, peurs et phobies, et d'une rapidité époustouflante. Sur inscription</i>
Vendredi 15 septembre	16h-18h30 : Zébulon le coiffeur tout terrain sera là pour vous proposer de vous couper les cheveux ou bien ceux de vos enfants !! 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 SEPTEMBRE

Samedi 16 septembre	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). Sur inscription PAF : 5€/2 pers., 7€/3. 19h-21h Boum au café ! La Soupape , café des enfants de Grenoble vient nous rendre visite, c'est l'occasion de rencontrer des adhérents d'un autre café et de faire la fête avec eux ! Sur réservation, apportez votre repas à partager pour 19h, boum à 20h.
Mercredi 20 septembre	9h15 Ombeline vous accueille sur ce nouveau créneau d'ouverture, venez prendre un café matinal ! 10h30 Peps Café , avec Corinne : parlons parentalité positive autour d'un article du magazine PEPS : "Rendre leur dignité à nos enfants : classe verte, bleue et blanche !". Sur inscription, 8 personnes. 15h00 Chasse au trésor : Jeu de piste et énigmes imaginés par Maël (7 ans)
Jeudi 21 septembre	20h00 Petites graines pour grandir : L'atelier des parents . 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. Participation libre à partir de 5€.
Vendredi 22 septembre	10h30 La joie de grandir , avec Elena (méthode Music Together). À la découverte de la musique en famille avec vos enfants de la naissance à 5 ans. Sur inscription, 20 personnes maxi. PAF : 5€/duo, 7€/trio.
Samedi 23 septembre	15h00 Fabrication de jolis pompons en tulle, avec Emily.
Mercredi 27 septembre	9h15 Véronique M. vous accueille sur ce nouveau créneau d'ouverture, venez prendre un café matinal ! 12h30 Buffet , préparé par Abdel, pensez à réserver avant le 26/09, merci ! 20h00 « Dame nature », discussion avec Mater'Nantes. Cycles féminins, contraception, respect de soi et de l'environnement : parlons sans tabou, échangeons points de vue et astuces pratiques. Sur inscription, 10 personnes.
Vendredi 29 septembre	14h00 Besoin d'une manucure rapide et simple ? Vite venez au café, l'esthéticienne Laurence met ses compétences à votre service ! Sur inscription, PAF : prix libre à partir de 5€
Samedi 30 septembre	10h-12h et 15h-17h Gratifieria au café, avec Julie A. Un marché gratuit où vous pouvez donner des objets, proposer des services gratuits, mais aussi en prendre ou en recevoir d'autres. La gratifieria ne repose pas sur l'échange matériel, le don se fait sans contrepartie et chacun peut s'appropriier tout ce qu'il souhaite sans même donner, dans la seule limite du raisonnable. Venez déposer ce dont vous ne voulez plus et repartez avec ce que vous voulez !