

# Espace Enfance

Programme de septembre à décembre 2023



## Permanences

Informations, rencontres autour de l'enfant et de sa famille.

*Les mercredis pendant les ateliers d'éveil :*

*(sauf pendant les vacances scolaires) 10h à 11h sur RDV*

*(possibilité de prendre RDV en dehors de ces horaires en appelant l'Espace Santé)*

## Activités 'détente relaxation'

 Séances animées par des intervenants formés :

➤ **Relaxation pour adultes** : à différents horaires tous les 15 jours

*Plusieurs créneaux le jeudi (se renseigner pour les différents groupes)*

➤ **Massage bébé, maternage du nourrisson (de 1 à 12 mois, et +)** 9h30 à 10h  
29/09, 27/10, 24/11, 15/12 avec temps d'échanges, moment convivial

➤ **Portage bébé** : 29/09, 27/10, 24/11, 15/12 10h à 11h30

## Ateliers du mercredi : éveil par le jeu

 10h à 11h 18 mois à 4 ans

Favoriser la socialisation de l'enfant avec la participation active des parents.

Lui permettre de s'exprimer et de s'éveiller au langage autour d'activités ludiques.

L'accompagner progressivement vers l'autonomie.

**Motricité** : 13/09, 15/11

**Éveil musical** : 27/09, 18/10, 29/11, 20/12 animés par Caroline AUBINEAU

**Activités manuelles** : 08/11, 06/12

**Moments magiques** : 20/09, 11/10, 22/11, 13/12 10h à 11h15

animés par Caroline DURAND VIEL <https://www.monmomentmagique.com>

## Echanges parents / ateliers

 9h30 à 12h

➤ **Communication bienveillante entre adultes et enfants**

Samedi 14/10 : 'quand les enfants se disputent'

Samedi 25/11 : 'Résolution de problème'

*Ateliers animés par Aurélie DUGRÈS*

## Gym Poussette (dates à venir)

Alternance d'Activité Physique et thématiques en lien avec 'l'après accouchement'

Inscriptions et renseignements au 06 62 42 63 47

Les ateliers sont gratuits, inscription préalable  
Cotisation annuelle de 15 € à l'ordre de l'Espace Santé

L'Espace Santé Dole Nord Jura - 23 avenue Pompidou 39100 DOLE

Tél : 03 84 72 46 55 / courriel : [contact@espacesante-dnj.fr](mailto:contact@espacesante-dnj.fr)

Web : [www.espacesante-dnj.fr](http://www.espacesante-dnj.fr)

