



Ateliers Alternatiba06 au Souffleurs d'avenir 2017



## QUARTIER EDUCATION

Pôle « Education & bien-être » - La Fontanette, Biot

### Samedi 20 mai

#### **10h – 11h : ATELIER « Découverte de l'haptonomie »**

Par Diane Pico, accompagnatrice en haptonomie et Osteopathe.

*L'haptonomie, science de l'affectivité, est un accompagnement à la parentalité qui se débute dès le 4ème mois de grossesse.*

*Cet accompagnement se base sur le toucher, on y approfondit son ressenti et il permet de renforcer le lien entre les parents et d'en créer un avec le bébé, cela tout au long de la grossesse et même après.*

*Que peut-on attendre de l'haptonomie ?*

*Comment se déroule une séance ?*

*Et à qui s'adresse cet accompagnement ?*

*Venez le découvrir et échanger ensemble.*

#### **11h – 12h : ATELIER « Hypnose prénatale pour une grossesse & une naissance en conscience. »**

Par Laetitia Depagne, psychothérapeute et accompagnante à la naissance.

*Issue de l'hypnose éricksonienne, l'hypnose prénatale propose un accompagnement psychique, émotionnelle et corporel au fil de la grossesse.*

*Associée à des visualisations, des suggestions positives et des métaphores issues de votre vécu, cette approche est spécifique à la période périnatale et l'accouchement. Soulageant les maux au fil de la grossesse et transformant la perception de la douleur, l'hypnose prénatale vise à vous accompagner vers votre être-mère et être-parent en devenir dans le respect de vos besoins.*

#### **11h-13h : ATELIER « Permaculture »**

Interventions de Jade Journeaux et Olivier (Shilakong)... et d'autres invités surprise



Ateliers Alternatiba06 au Souffleurs d'avenir 2017



## QUARTIER EDUCATION

Pôle « Education & bien-être » - La Fontanette, Biot

**12h – 13h : ATELIER « Semaine Mondiale de l'Accouchement Respecté 2017 : 40 semaines.... et alors ? A chaque naissance sa cadence... »**

Par Lauranne Raynaut, référente du relais local du CDAAD

*La Semaine Mondiale de l'Accouchement Respecté (SMAR) a pour vocation d'exprimer, à travers une mobilisation internationale, un engagement commun en faveur du respect de la naissance. Elle a lieu tous les ans au mois de mai, et met l'accent sur un thème spécifique qui change à chaque édition. Venez échanger autour du thème de cette année !*

**13h – 15h : ATELIER « La Communication non violente (CNV) »**

Par Marine Vigneau, Facilitatrice en Communication Bienveillante.

*La CNV nous invite à nous mettre en lien profond avec nos émotions. Celles ci nous donnent des indications précieuses pour comprendre comment satisfaire nos besoins.*

*L'atelier de pratique vous propose de vivre l'expérience de la CNV par un apprentissage actif de l'auto-empathie grâce aux "pistes de danse CNV ».*

**14h-15h : ATELIER « Découverte des Couches lavables »**

Par Loli Abi Habib, Maman de 3 enfants, Assistante maternelle, conseillère Apinapi, formé à l'utilisation des couches lavables dans le cadre privé mais aussi des collectivités.

*Forte de mon expérience, je vous propose un atelier pour découvrir les modèles , les matières et le fonctionnement/gestion/entretien au quotidien des couches lavables.*

*J'utilise les couches lavables au quotidien depuis 8 ans .*

*Jeunes parents, futurs parent!*

*Vous vous demandez ce contiennent vos couches jetables ?*

*Vous êtes soucieux de mettre le popotin de bébé dans des matières saines et certifiée?*

*Vous souhaitez une alternative au jetable par soucis économique? Vous êtes sensible à l'écologie?*

*Mais vous êtes perdu?*



Ateliers Alternatiba06 au Souffleurs d'avenir 2017



## QUARTIER EDUCATION

Pôle « Education & bien-être » - La Fontanette, Biot

### **14h-17h : ATELIER « Les Mathématiques, une manière ludique de résoudre les problèmes »**

Par Aurelia OCCHIPINTI

*Les Mathématiques ont pour objectif de développer la démarche essai-erreur chez les enfants afin qu'ils développent des compétences dans les résolutions de problème.*

*20 minutes par session*

### **15h-18h : ATELIER « Découverte de la motricité libre »**

Par Diane Pico, osthéoopathe et Lise Rebattu, Association Grandissons

*Nombre de participants : 12 bébés avant la marche pendant 30 mm*

*La liberté motrice consiste à laisser libre cours à tous les mouvements spontanés de l'enfant, sans lui enseigner quelque mouvement que ce soit"*  
*Emmi Pikler*

*Comment le mettre en place de la naissance aux premiers pas ?*

### **17h-18h : ATELIER « Massage bébé : Transmis de mères en filles "**

Par Laetitia Depagne, psychothérapeute et accompagnante à la naissance.

*Dans la région indienne du Kérala, le massage Shantala, est un véritable art du toucher pouvant être appliqué sur votre progéniture dès son premier mois de vie, et dont les bénéfices sont nombreux.*

*Il permet notamment de : Favoriser le lien d'attachement de l'enfant et proches ; Apaiser bébé ; Encourager la confiance envers ses proches puis envers le monde environnant ; Stimuler son acuité ; Favoriser la prise de poids pour les enfants les plus fragiles grâce à une meilleure absorption de la nourriture ; Développer le système immunitaire ; Aider à la digestion & aux troubles liés ; Améliorer le développement neurologique, masser bébé c'est développer un autre langage entre parents et enfant.*



Ateliers Alternatiba06 au Souffleurs d'avenir 2017



## QUARTIER EDUCATION

Pôle « Education & bien-être » - La Fontanette, Biot

### Dimanche 21 mai

**11h-12h ; 14h-16h : ATELIER « Œuvre collective mondiale : Drapeau de Gaïa »**

Par Valerie Lhôte, Artiste peintre

**10h, 11h, 12h, 13h, 14h, 15h : "Libérer votre potentiel et oser prendre votre place"**

Séances de découverte de coaching par Christophe Lhôte, Coach en développement

(Individuel : Adolescent ou Parent)

- Clarifier votre parcours professionnel et études
- Vous préparer à un entretien
- Lever les difficultés relationnelles (parent - adolescent)
- Tout autre problématique pouvant être un frein à votre projet
- Osez faire un petit pas sur le chemin de votre réussite

**11h-12h ; 14h-16h : ATELIER Peinture**

Avec Clovis Cosmic, artiste peintre

*Le jeu de peindre : 5 ou 7 personnes produisent pendant 15 minutes, à la suite desquelles on se regroupe à un autre endroit pour discuter des productions. Avec en toile de fond, la créativité, la possibilité de faire par soi-même sans directive, le goût naturel pour le faire, le plaisir d'être face à soi-même dans un exercice de production, ce qu'il dit de soi, ce qu'il dit de notre capacité à créer.*

**11h-13h : ATELIER « Permaculture »**

Interventions de Jade Journeaux et Olivier (Shilakong)... et d'autres invités surprise



Ateliers Alternatiba06 au Souffleurs d'avenir 2017



## QUARTIER EDUCATION

Pôle « Education & bien-être » - La Fontanette, Biot

### **14h-16h : ATELIER sur le portage**

Par Marine Axelle Stanojevic, Monitrice de portage

*Ce sera l'occasion de voir différents moyens de portage, de pouvoir toucher, essayer avant de se lancer à la recherche de ce qui nous intéresse, en neuf ou en occasion.*

### **11h-13h ; 14h-18h : ATELIER « Découverte de la motricité libre »**

Par Diane Pico, ostéopathe et Lise Rebattu, Association Grandissons

Nombre de participants : 12 bébés avant la marche pendant 30 mm

*« La liberté motrice consiste à laisser libre cours à tous les mouvements spontanés de l'enfant, sans lui enseigner quelque mouvement que ce soit" Emmi Pikler. Comment le mettre en place de la naissance aux premiers pas ?*

### **14h - 15h45 : ATELIER de parentalité « Forcer: pourquoi et comment? »**

Par Vicky Brougiannaki, coach parentale formée par Isabelle Filliozat

*La parentalité bienveillante, positive, empathique, qu'est-ce que c'est? C'est d'abord et avant tout changer de regard sur l'enfant et changer sa façon de concevoir son rôle de parent. C'est remplacer ses réflexes éducatifs par une réflexion sur l'éducation. Mais pourquoi faire? Pour des relations familiales apaisées, pour des enfants heureux et autonomes, pour des adultes épanouis dans leur parentalité. Pour une société plus pacifique aussi! Et enfin: comment? Cet atelier a pour ambition d'amorcer la réflexion sur ces questions ainsi que de vous apporter quelques outils concrets pour gérer et anticiper petites et grandes crises du quotidien.*

### **16h-17h30 : ATELIER « L'entraide affective, une pratique pour petit-e-s et grand-e-s »**

Par Jeremy Bemon

*L'atelier d'entraide affective est un outil autogéré destiné à toutes celles et ceux, petit-e-s et grand-e-s, qui désirent aborder leur réalité affective d'une manière créatrice. Actuellement utilisé dans différents groupes (classe d'école, association, équipe, regroupement de familles et d'individus,...), cet atelier d'une grande simplicité vise à permettre à un groupe d'individus de libérer la puissance potentielle qu'exprime chaque*



**Ateliers Alternatiba06 au Souffleurs d'avenir 2017**

## **QUARTIER EDUCATION**

**Pôle « Education & bien-être » - La Fontanette, Biot**



*situation d'impuissance (les "râlagés") ainsi que chaque réjouissance particulière (les "régalages"), en s'invitant à assumer la responsabilité et les implications concrètes de nos affects. En pratique régulière, elle favorise l'autonomie affective et développe des rapports favorisant un vivre-ensemble épanouissant pour chaque membre du groupe.*