

Maison des Familles

Programme Novembre - décembre



2022



CONTACT MAISON DES FAMILLES :
Maisondesfamilles@prevessin-moens.fr
04 50 40 51 69 / 06 07 55 60 45

ESPACE RESSOURCES D'ÉCOUTES SPÉCIALISÉES

POINT ÉCOUTE PARENTS

Pour les parents qui rencontrent des difficultés de communication avec leurs enfants et adolescents, et ont besoin de comprendre, d'être soutenus et de trouver des solutions éducatives.

RDV individuels animés par une équipe pluridisciplinaire formée à l'entretien familial (professionnels spécialisés en médiation familiale, psychologie de l'enfant et de l'adolescent).

5 RDV gratuits - sur RDV.

Mercredis : 23/11, 7/12

Samedis : 12/11, 17/12

POINT ÉCOUTE COUPLES

Pour les couples, ou personnes seules, qui ont besoin d'être écoutés et soutenus, de dépasser un moment difficile, de mieux comprendre leur conjoint, de renouer le dialogue et de trouver des solutions pour améliorer la relation.

RDV individuels avec une conseillère conjugale et familiale agréée.

Les lundis : De 10h à 12h

Les jeudis : De 14h à 16h

Autres jours possibles sur demande

3 RDV gratuits – Sur RDV

ACCOMPAGNEMENT PARENTS D'ENFANTS TDA/H, HP, DYS...

Un espace dédié aux parents d'enfants TDA/H (Trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité), pour comprendre la situation, l'accepter dans sa complexité et trouver des solutions adaptées pour la gérer.

RDV individuels avec une spécialiste de l'accompagnement de parents d'enfants atypiques.

4 RDV gratuits – Sur RDV

Permanences : les mardis et jeudis de 09h à 12h.

ESPACE AIDANTS GROUPE DE PAROLES « PROCHES AIDANTS »

Un « proche aidant » est celui qui accompagne de manière non professionnelle mais régulière et répétée, une personne de son entourage (conjoint, enfant, parent, frère/sœur, ami) qui se trouve en situation de maladie, de handicap, de perte d'autonomie ou de difficulté.

Animé par une psychologue (Association Française des Aidants)

Proposé et financé par l'ADAPA et la Conférence des Financeurs.

1er mardi du mois : de 14h à 15h30 – Gratuit – sur inscription

Prochaines dates : 29/11 et 10/01/2023

Les RDV de novembre



MERCREDI 9 : PAUSE CARTABLE



Aider un enfant à apprendre sa poésie, à faire sa lecture ou à retenir ses tables de multiplications !

Des bénévoles et parents accompagnent les enfants dans le cadre de ce temps d'aide aux devoirs.

De 9h30 à 11h30 / tous les mercredis (sauf vacances scolaires)

Gratuit – sur inscription (places limitées)

MERCREDI 9 : MÔM'EN FAMILLES



Activité Ludiz - ludothèque

Pour les parents et enfants (à partir de 3 ans)

De 14h30 à 17h00 – Gratuit – sur inscription

Goûter offert - Animation proposée par Alfa3a.

MERCREDI 9 : ATELIER ZERO WASTE "COUTURE DE CHARLOTTES"



Atelier de sensibilisation à la consommation responsable.

Envie de réduire l'utilisation du plastique dans votre cuisine ? Venez apprendre à faire vos charlottes pour recouvrir vos plats, tartes, ou autres préparations que vous souhaitez transporter ou conserver.

Matériel et tissus en coton enduit fournis. Les participants peuvent aussi apporter les leurs.

Inscription : <https://www.helloasso.com/associations/zero-waste-pays-de-gex/evenements/atelier-fabrication-produit-menager>

De 18h30 à 20h30 - Tarif : 5€ l'atelier

JEUDI 10 : CYCLE D'ATELIERS BÉBÉS SIGNES



Votre bébé a beaucoup de choses à vous dire ! Apprenez à utiliser la langue des signes dans le quotidien avec votre bébé pour vous aider à communiquer de manière ludique.

Animé par Mélanie Veluire, NASAMA.

Parent et enfant (0-3ans) / Participation aux 4 ateliers requise (10/11 et 24/11)

De 9h30 à 11h / Gratuit – Sur inscription

MERCREDI 16: PAUSE CARTABLE



Aider un enfant à apprendre sa poésie, à faire sa lecture ou à retenir ses tables de multiplications !

Des bénévoles et parents accompagnent les enfants dans le cadre de ce temps d'aide aux devoirs.

De 9h30 à 11h30 / tous les mercredis (sauf vacances scolaires)

Gratuit – sur inscription (places limitées)

NOËL SOLIDAIRE : COLLECTE DE JOUETS DE 0-12 ANS - 3ème ÉDITION



Venez donner les jouets que vos enfants n'utilisent plus ; ils seront redistribués à des associations de soutien aux familles.

Quoi ? Des jouets propres et en excellent état (hors-jeux électroniques et peluches et petits objets) - Limité à 3 jouets par foyer.

Où ? A la Maison des familles ,74 impasse du Goûter, 01280 Prévessin-Moëns

Mercredi 16 de 14h à 18h, Vendredi 18 de 9h30 à 12h, Samedi 19 de 9h30 à 12h et Mardi 22 novembre de 9h30 à 16h

JEUDI 17 : ATELIER DÉTENTE ARTISTIQUE



Public : parents / professionnels auprès d'enfants en situation de handicap

L'atelier d'art-thérapie permet de s'exprimer, de se découvrir, de mobiliser sa créativité à travers une palette d'outils : écriture, art-plastique (collage, peinture, modelage...).

Un moment d'écoute et de répit pour les parents et les professionnels.

Il n'est pas nécessaire de savoir créer pour prendre part à ces séances.

De 18h30 à 20h30 / Gratuit

Réservation SIRIUS : 09 80 44 05 79 - 06 20 81 84 68

Atelier animé par Cécilia Da Silva, Art Thérapeute à SIRIUS (Service Innovant pour des Réponses Incluses aux Usagers) apporte conseil et soutien à l'entourage de l'enfant en situation de handicap.

VENDREDI 18 : ATELIER ADULTES « RECONNAI©'TOI » - SEANCE 1



« Votre corps est le réceptacle de tout ce que vous vivez et le meilleur compagnon de votre bien-être ».

Pourtant, avec le rythme effréné et accéléré de nos vies, notre corps est peu considéré alors qu'il a tant à offrir.

Vous (re)connecter à lui, apprendre à l'écouter, décoder ses besoins et messages est un moment de pure détente et vous soutient sur le chemin d'une vie équilibrée et sereine, sur tous les plans.

Animé par Stéphanie BARIOZ

De 9h30 à 11h00 : Gratuit - Sur inscription (2ème séance le 25/11)

SAMEDI 19 : MASSAGE SHIATSU PARENTS-ENFANTS



Apprenez des gestes de massage simples pour créer des moments de connexion en famille. Et repartez avec des outils pour pratiquer à la maison. Un moment de détente de la tête aux pieds... !

Atelier animé par Anne-Sophie KREIS, praticienne en shiatsu.

De 10h à 11h. Gratuit. Sur inscription.

A partir de 5 ans

LUNDI 21 : CAFE-ATELIER PARENTS : « LES ENFANTS ET LES ECRANS, PARENTS A VOUS DE JOUER ! »



L'usage des écrans chez nos enfants fait l'objet de multiples interrogations. Ce RDV est l'occasion de favoriser l'échange entre parents et de donner des repères quant à l'usage du numérique, à l'aide d'un jeu divertissant et valorisant.

De 9h15 à 11h15 [Tous les 3èmes lundis du mois] – Entrée Libre.

VENDREDI 25 : ATELIER ADULTES « RECONNAI©'TOI » - SEANCE 2



« Votre corps est le réceptacle de tout ce que vous vivez et le meilleur compagnon de votre bien-être ».

Pourtant, avec le rythme effréné et accéléré de nos vies, notre corps est peu considéré alors qu'il a tant à offrir.

Vous (re)connecter à lui, apprendre à l'écouter, décoder ses besoins et messages est un moment de pure détente et vous soutient sur le chemin d'une vie équilibrée et sereine, sur tous les plans.

Animé par Stéphanie BARIOZ

De 9h30 à 11h00 : Gratuit - Sur inscription

SAMEDI 26 : PETIT-DEJEUNER DE NOËL



Décoration du sapin de Noël par les enfants et leurs parents.

De 9h30 à 11h30 – Petit-déjeuner offert – Animation proposée dans le cadre du Marché de Noël de Préveessin-Moëns

MARDI 29 : GROUPE DE PAROLE PROCHE AIDANTS



Un « proche aidant » est celui qui accompagne de manière non professionnelle mais régulière et répétée, une personne de son entourage (conjoint, enfant, parent, frère/sœur, ami) qui se trouve en situation de maladie, de handicap, de perte d'autonomie ou de difficulté.

De 14h à 15h30. Gratuit. Sur inscription / Action proposée et financée par l'ADAPA et la Conférence des Financeurs

MERCREDI 30 : PAUSE CARTABLE



Aider un enfant à apprendre sa poésie, à faire sa lecture ou à retenir ses tables de multiplications !

Des bénévoles et parents accompagnent les enfants dans le cadre de ce temps d'aide aux devoirs.

De 9h30 à 11h30 / tous les mercredis (sauf vacances scolaires)

Gratuit – sur inscription (places limitées)

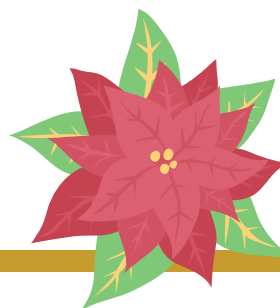
MERCREDI 30 : LES ATELIERS CREATIFS DE CHRISTELLE



Un atelier parent et enfant pour réaliser ensemble et découvrir un loisir créatif. Sur le thème de Noël : décoration autour du sapin avec création de boules de Noël et de guirlandes

De 14h30 à 16h / Gratuit – Sur inscription - Goûter offert.

Les RDV de décembre



VENDREDI 2 : CAFE-ATELIER PARENTS « COMMENT PRENDRE SOIN DE SON COUPLE ? »



Astuces, pistes de réflexion afin de consolider son couple et supprimer les tensions inutiles.

Apprenez à vous reconnecter à votre conjoint. Venez seul ou en duo !

De 9h15 à 11h15 - Gratuit. Sur inscription (nombre de places limitées)

Animé par Estelle BONNET, Conseillère conjugale et familiale de la Maison des Familles, agréée ISF Lyon, membre de l'ANCEF

MERCREDI 7 : PAUSE CARTABLE



Aider un enfant à apprendre sa poésie, à faire sa lecture ou à retenir ses tables de multiplications !

Des bénévoles et parents accompagnent les enfants dans le cadre de ce temps d'aide aux devoirs.

De 9h30 à 11h30 / tous les mercredis (sauf vacances scolaires)

Gratuit – sur inscription (places limitées)

MERCREDI 7 : ATELIER ZERO DECHET : « FABRICATION DE PRODUITS MENAGERS »



Venez fabriquer vos propres produits ménagers naturels, écologiques et zéro déchet lors d'un atelier organisé par l'association Zéro Déchets Pays de Gex.

Partage de connaissances sur les ingrédients nécessaires à la fabrication des produits : un produit universel à base de vinaigre, un produit nettoyant à base de savon noir et une lessive à base de savon de Marseille ou de savon noir.

Vous repartirez avec les 3 produits réalisés, des conseils, des recettes et probablement l'envie de faire un pas de plus en faveur de la réduction des déchets ! Le tout dans une ambiance conviviale garantie !

Lien inscription : <https://www.helloasso.com/associations/zero-waste-pays-de-gex/evenements/atelier-cuisine-zero-dechet>

De 18h30 à 20h30 - Tarif : 5€ l'atelier

JEUDI 8 : ATELIER DÉTENTE ARTISTIQUE



Public : parents / professionnels auprès d'enfants en situation de handicap

L'atelier d'art-thérapie permet de s'exprimer, de se découvrir, de mobiliser sa créativité à travers une palette d'outils : écriture, art-plastique (collage, peinture, modelage...).

Un moment d'écoute et de répit pour les parents et les professionnels. Il n'est pas nécessaire de savoir créer pour prendre part ces séances.

De 18h30 à 20h30 / Gratuit

Réservation SIRIUS : 09 80 44 05 79 - 06 20 81 84 68

Atelier animé par Cécilia Da Silva, Art Thérapeute à SIRIUS (Service Innovant pour des Réponses Incluses aux Usagers) apporte conseil et soutien à l'entourage de l'enfant en situation de handicap.

SAMEDI 10 : ATELIER MEDITATION PLEINE CONSCIENCE



Animé par le Dr. Simet

De 9h30 à 11h00 - Inscription : guillaume_simet@hotmail.fr - Gratuit

MERCREDI 14 : PAUSE CARTABLE



Aider un enfant à apprendre sa poésie, à faire sa lecture ou à retenir ses tables de multiplications !

Des bénévoles et parents accompagnent les enfants dans le cadre de ce temps d'aide aux devoirs.

De 9h30 à 11h30 / tous les mercredis (sauf vacances scolaires)

Gratuit – sur inscription (places limitées)

MERCREDI 14 : MÔM'EN FAMILLES : LOISIRS CREATIFS NOËL (+ GOÛTER)



Venez avec vos enfants partager un temps ludique pour préparer la magie de Noël et repartez avec les créations décoratives réalisées.

De 14h30 à 17h00 - Gratuit – Sur inscription – Goûter offert.



FERMETURE DU 17/12 AU 2/01

RÉOUVERTURE LE MARDI 3/01



IMAGINEZ, PARTICIPEZ, RÉALISEZ !

REPRISE DU CLUB COUTURE A PARTIR DU MERCREDI 4/01

Apprendre à coudre ensemble dans la bonne humeur
3 mercredi par mois de 9h30 à 11h - Gratuit - Inscription
obligatoire - Places limitées



D'autres idées ?
Elles sont les bienvenues à la
Maison des Familles !