

PARENTS / FUTURS PARENTS

**L'allaitement, pas à pas : informations et échanges en douceur**

**Lun. 16 novembre**

**Allaitement et diversification**

Animé par Emilie Dahar, animatrice à la Leche League



De 14h à 16h, La Canopée

**Jeu. 17 décembre**

**Temps d'échanges et d'informations en soutien à l'allaitement**

Animé par Céline Esnaud Puéricultrice à la PMI

De 10h à 11h30, La Canopée

Sur inscription auprès de la PMI au 02 97 61 44 23



**L'Effet Mère PARENTS**

Un temps entre mamans et futures mamans pour partager ses expériences de parentalité, ça vous parle ?

Des séances agrémentées de quelques séances dans l'année avec l'accompagnement d'un professionnel pour aborder et approfondir certains thèmes qui vous questionnent.

Prochaines dates les mardis 3 novembre et 1<sup>er</sup> décembre 2026.

De 9h à 11h, La Canopée



**Parents Repères PARENTS**

Les rendez-vous des parents d'enfants avec un Trouble Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH). Un temps pour partager, s'écouter et s'entraider.

Prochaines dates : les mardis 24 novembre et 15 décembre 2026.

De 9h30 à 11h30, La Canopée

Conception : Questembert Communauté - Photos, illustrations : Freepik, Adobe Stock - Ne pas jeter sur la voie publique

Les Parentillages

lesparentillages@qc.bzh

02 97 26 79 62

Les Parentillages

# Les Parentillages

La boîte à outils des parents

— GRATUIT —

Inscription par mail à  
lesparentillages@qc.bzh



LA CANOPÉE

8 avenue Roland Garros - Questembert

Nos partenaires :



## ATELIERS DU MARDI

### Nouveau cycle d'ateliers :

**PARENTS** «Comment associer fermeté et bienveillance au quotidien dans l'éducation ?»

Animé par Laure

Cycle de 7 ateliers pour comprendre le développement cérébral de l'enfant : quels sont ses besoins ? Comment lui parler ? Comment réagir face à son comportement ?

17 novembre, 1<sup>er</sup> et 15 décembre, 5 et 19 janvier, 2 et 16 février - De 19h30 à 22h

La Canopée



### Mar. 10 novembre PARENTS

**Atelier : «Pour ou contre ? Petites questions, grands débats autour de la petite enfance»**

Animé par Céline et Adeline, en lien avec la Maison Pop' et le Relais Petite Enfance

Et si on prenait le temps d'en parler ? Cette soirée propose un espace d'échanges autour des grandes questions de la petite enfance, pour mieux comprendre, partager ses doutes et découvrir ce que disent les connaissances scientifiques.

De 19h30 à 21h30, La Canopée.

## ATELIERS DU MERCREDI

### Mer. 4 novembre PARENTS - ENFANTS

**Atelier Phare : Gestion des émotions en famille (dès 7 ans)**

Animé par Mathilde et Laure

De 9h45 à 11h45, La Canopée.



### Mer. 18 novembre PARENTS - ENFANTS

**Atelier Motricité : Parents et enfants en mouvement (de 4 à 6 ans)**

Animé par Laure et Céline, en lien avec la Maison Pop'

De 10h à 11h30, La Canopée.



### Mer. 25 novembre PARENTS - ENFANTS

**Atelier médiation par l'animal : Création d'une fresque (dès 5 ans)**

Animé par Eva

En présence de Noisette le lapin.

De 9h45 à 11h45, La Canopée

### Mer. 2 décembre PARENTS - ENFANTS

**Slow pédagogie : La P'tite buanderie (de 2 à 6 ans)**

Animé par Laure et Céline, en lien avec la Maison Pop'

Accompagner son enfant en slow pédagogie, c'est observer, faire confiance et lui laisser le

temps d'apprendre à son rythme. Un atelier pour ralentir ensemble, sans pression ni comparaison.

De 10h à 11h30, La Canopée

### Mer. 9 décembre PARENTS - ENFANTS

**Atelier en lien avec le spectacle Nicodème a un problème (dès 3-4 ans)**



© CosmaLTC

Un atelier pour chanter les chansons du spectacle, faire ensemble des jeux musicaux, avec les mains, la voix, les pieds et découvrir la harpe !

De 9h45 à 11h45, L'Asphodèle

### Mer. 16 décembre PARENTS

**Atelier Phare : «Du moi enfant au moi parent»**

Animé par Mathilde et Laure

Comment l'enfant que nous étions résonne encore en nous à l'âge adulte et comment cet enfant que nous étions peut nous aider à devenir une meilleure version de nous même dans notre parentalité ?

De 9h45 à 11h45, La Canopée



## ATELIERS DU JEUDI



### Jeu. 5 novembre et 10 décembre

**Atelier Danse Portage PARENTS - ENFANTS**

(de 2 mois <sup>1/2</sup> jusqu'à 1 an)

Animé par Mélissa Gofin



Bercez, bougez et partagez un moment sensoriel avec votre bébé.  
(la rééducation du périnée doit être terminée)

De 15h15 à 16h15, Studio Bien-Être

(rue des acacias, Questembert)

### Jeu. 19 novembre PARENTS - ENFANTS

**Développement du langage chez l'enfant de 0 à 3 ans : «La découverte»**

Animé par Caroline et Laure

De 9h45 à 11h45, La Canopée

### Jeu. 26 novembre PARENTS - ENFANTS

**Massage bébé : apaiser, soulager, aimer (0-9 mois)**

Animé par Laure

Découvrez quelques techniques pour apaiser les petits maux de bébé.

De 10h à 11h15, La Canopée

## ATELIERS DU SAMEDI

### Sam. 7 novembre PARENTS

**Mieux comprendre le sommeil des enfants de 6 mois à 5 ans**

Animé par Sophie Jobbé-Duval

De 9h45 à 11h45, La Canopée

### Sam. 14 novembre PARENTS - ADOS

**À la découverte de votre incroyable mémoire**

Animé par Laurent Pavageau de «Bille en tête»



Apprendre c'est plus facile (et plus joyeux) à deux ! Une journée en famille pour découvrir les cartes mentales et des outils de mémoire, adaptée aux besoins de votre enfant.

De 9h à 18h, La Canopée

(prévoir un pique-nique)

#### Nos intervenants :

- Héloïse Allaire, éducatrice spécialisée (Relais Jeunes 56 et Les Parentillages)
- Adeline Bonno, animatrice du Relais Petite Enfance
- Laure Boulay, animatrice, formée aux compétences psycho-sociales et formatrice parent qualifiée en discipline positive, monitrice de portage bébé certifiée
- Caroline Courtel, éducatrice de jeunes enfants

### Sam. 28 novembre PARENTS - ADOS

**Crée ton film en stop motion avec ton ado (12-16 ans)**

Animé par Laure et Héloïse

Partagez un moment créatif avec votre adolescent en réalisant ensemble un court film en stop motion. Imagination, rires et complicité garantis !

De 10h à 12h, La Canopée



### Sam. 12 décembre PARENTS

**Développement de l'adolescent : un cerveau en chantier**

Animé par Laure et Héloïse

Venez découvrir ce qui se passe dans le cerveau de votre ado, étape par étape, pour mieux le comprendre, l'accompagner avec bienveillance et l'aider à grandir vers l'autonomie et l'épanouissement.

De 9h45 à 11h45, La Canopée

- Eva Dréano, éducatrice de jeunes enfants et spécialisée à la médiation par l'animal (Relais Jeunes 56)
- Mélissa Gofin, «Studio Bien-Être»
- Sophie Jobbé Duval, infirmière puéricultrice
- Mathilde Lanièsse, psychothérapeute, spécialisée en systémie familiale
- Laurent Pavageau, formateur de «Bille en tête»
- Céline Poulain, référente familles au centre social La Maison Pop'