



Dans le cadre du projet national des "1000 Premiers Jours", la CPTS Châteauroux and Co propose "1000 Premiers jours and Co"

PROGRAMME 2023 DES ATELIERS & RENCONTRES

Vous attendez un bébé? Votre enfant a moins de deux ans?

Ces moments sont faits pour vous !

Des professionnels de santé à votre écoute pour apprendre à :



Préparer l'arrivée de bébé



Prendre soin de soi et de bébé

Accompagner son enfant
chacun à son rythme



Développer la relation parent-enfant



Près de chez vous !

Dans les quartiers Saint-Jean/Saint-Jacques & Vaugirard/Saint-Christophe



Nos partenaires



Programme 2023 des ateliers & rencontres "1 000 Premiers Jours and Co"



1er semestre

Janvier

24

#1 RENCONTRE
"La sensori-motricité"
Le développement sensori-moteur tout un art ! Voir, entendre, sentir, toucher, bouger... comment ça marche ?
18h • Vaugirard

Février

03

#2 ATELIER
"La détente corporelle : femmes enceintes"
Prendre un moment pour se détendre en attendant bébé
14h • St-Jean/Saint-Jacques

09

#3 ATELIER
"Jouer avec mon bébé marcheur"
Accompagner bébé marcheur par le jeu adapté à son âge
10h30 • Vaugirard

Mars

01

#4 ATELIER
"Le soin du nouveau-né"
Quels gestes adopter pour accompagner bébé dans les soins de façon sécurisante
18h • St-Jean/Saint-Jacques

09

#5 RENCONTRE
"Le sommeil de bébé"
Questions autour du sommeil de bébé : rythme, endormissement, cauchemars...
18h • Vaugirard

10

#6 RENCONTRE
"Le sommeil de bébé"
Questions autour du sommeil de bébé : rythme, endormissement, cauchemars...
18h • St-Jean/Saint-Jacques

14

#7 ATELIER
"Le soin par le toucher : femmes enceintes"
Présentation du toucher-massage chez le nouveau-né
18h • Vaugirard

23

#8 ATELIER
"La motricité libre du bébé marcheur"
Accompagner l'enfant dans l'exploration de sa motricité en toute sécurité
10h • St-Jean/Saint-Jacques

30

#7 ATELIER
"Le portage"
Découvrir les techniques et le matériel pour porter bébé de façon physiologique et sécurisée
07h • Vaugirard

Avril

04

#10 RENCONTRE
"Le langage"
Appréhender les étapes du développement du langage chez bébé afin de l'accompagner au mieux
18h30 • Vaugirard

11

#11 ATELIER
"Le soin par le toucher : bébé non marcheur"
Procurer un mieux-être à bébé non marcheur par un toucher doux et bienveillant
14h30 • St-Jean/Saint-Jacques

Mai

04

#12 RENCONTRE
"Quand consulter pour mon bébé ?"
Permettre aux parents de reconnaître les signes inquiétants de l'état de santé de bébé nécessitant ou pas le diagnostic d'un professionnel de santé
18h • Vaugirard

09

#13 RENCONTRE
"Le matériel de puériculture"
Questions autour des différents équipements proposés dans le commerce
18h • St-Jean/Saint-Jacques

26

#15 ATELIER
"La motricité libre du bébé non marcheur"
Accompagner bébé dans l'exploration de sa motricité en toute sécurité
14h • Vaugirard

Juin

01

#16 RENCONTRE
"Le langage"
Appréhender les étapes du développement du langage chez bébé afin de l'accompagner au mieux
18h30 • St-Jean/Saint-Jacques

09

#17 ATELIER
"Jouer avec mon bébé non marcheur"
Accompagner bébé non marcheur par le jeu adapté à son âge
14h • Vaugirard

16

#18 ATELIER
"La détente corporelle : jeunes parents"
Prendre un moment pour se détendre sans bébé
14h • Vaugirard

19

#17 RENCONTRE
"Le post-partum"
Sentiment d'être dépassé, d'être une mauvaise mère, angoisses... Questions autour du mal-être après la naissance de bébé
18h • St-Jean/Saint-Jacques

27

#20 ATELIER
"La gestion des émotions (pleurs, colères...)"
Pleurs, colères, cris... comment accompagner les états émotionnels du jeune enfant ?
18h • St-Jean/Saint-Jacques



i Durée des séances : 1h30



personne Ateliers = femmes enceintes + jeunes parents accompagnés de leurs enfants de moins de 2 ans
Rencontres = futurs et jeunes parents





Programme 2023 des ateliers & rencontres "1 000 Premiers Jours and Co"



2ème semestre



Août

29

#21 ATELIER
"La motricité libre du bébé non marcheur"
Accompagner bébé dans l'exploration de sa motricité en toute sécurité
15h-30 • St-Jean/St-Jacques

Septembre

05

#22 RENCONTRE
"La sensori-motricité"
Le développement sensori-moteur tout un art ! Voir, entendre, sentir, toucher, bouger... comment ça marche ?
18h • St-Jean/St-Jacques

11

#23 ATELIER
"Le soin du nouveau-né"
Quels gestes adopter pour accompagner bébé dans les soins de façon sécurisante
18h • Vaugirard

22

#24 ATELIER
"Jouer avec mon bébé non marcheur"
Accompagner bébé non marcheur par le jeu adapté à son âge
14h • St-Jean/St-Jacques

26

#25 RENCONTRE
"La gestion des émotions (pleurs, colères...)"
Pleurs, colères, cris... comment accompagner les états émotionnels du jeune enfant ?
18h • Vaugirard

29

#26 ATELIER
"La détente corporelle : jeunes parents"
Prendre un moment pour se détendre sans bébé
14h • St-Jean/St-Jacques

04

#28 RENCONTRE
"Le post-partum"
Sentiment d'être dépassée, d'être une mauvaise mère, angoisses... Questions autour du mal-être après la naissance de bébé
18h • Vaugirard

10

#29 RENCONTRE
"L'alimentation"
De l'allaitement à la diversification alimentaire, comment accompagner l'alimentation du jeune enfant
18h • St-Jean/St-Jacques

Novembre

07

#31 RENCONTRE
"Le matériel de puériculture"
Questions autour des différents équipements proposés dans le commerce
18h • Vaugirard

16

#32 RENCONTRE
"Quand consulter pour mon bébé ?"
Permettre aux parents de reconnaître les signes inquiétants de l'état de santé de bébé nécessitant ou pas le diagnostic d'un professionnel de santé
18h • St-Jean/St-Jacques

21

#33 ATELIER
"Le soin par le toucher : bébé non marcheur"
Procurer un mieux-être à bébé non marcheur par un toucher doux et bienveillant
14h-30 • Vaugirard

24

#34 ATELIER
"La motricité libre du bébé marcheur"
Accompagner l'enfant dans l'exploration de sa motricité en toute sécurité
10h • Vaugirard

30

#35 ATELIER
"Le portage"
Découvrir les techniques et le matériel pour porter bébé de façon physiologique et sécurisée
09h • St-Jean/St-Jacques

Décembre

04

#36 ATELIER
"La détente corporelle : femmes enceintes"
Prendre un moment pour se détendre en attendant bébé
14h • Vaugirard

14

#37 ATELIER
"Jouer avec mon bébé marcheur"
Accompagner bébé marcheur par le jeu adapté à son âge
10h-30 • St-Jean/St-Jacques



i Durée des séances : 1h30

i Ateliers = femmes enceintes + jeunes parents accompagnés de leurs enfants de moins de 2 ans

i Rencontres = futurs et jeunes parents



"1 000 Premiers Jours and Co" 2023

Les professions qui animeront vos ateliers & rencontres

Chargé de mission environnement Diététicienne Ergothérapeute Infirmière puéricultrice
Kinésithérapeute Médecin généraliste Orthophoniste Orthoptiste Professeur de Pilates
Professionnel du massage Psychologue Psychomotricienne Sage-femme

Les lieux de rendez-vous

Les rencontres sur le quartier St-Jean/St-Jacques auront lieu au Centre socio-culturel St-Jean/St-Jacques : **2 Rue Edith Piaf, 36000 Châteauroux**

Les rencontres sur le quartier de Vaugirard auront lieu au Centre socio-culturel Vaugirard/St-Christophe : **95 Rue de Vaugirard, 36000 Châteauroux**



Un système de garde d'enfants pourra être proposé sur certains ateliers/rencontres, renseignez-vous auprès du lieu d'accueil concerné



Pour s'inscrire

Les inscriptions se font par téléphone, ou directement auprès des accueils des centres sociaux concernés :

Centre socio-culturel St-Jean/St-Jacques : 02 54 08 35 48

Centre socio-culturel Vaugirard/St-Christophe : 02 54 34 44 72



Nos partenaires

