

Avril 2024

Agenda

famille

Les évènements à faire en famille, entre parents



Une programmation coordonnée par :



La maison des familles et des 1000 premiers jours propose :

Mardi 2

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES, JEUNE MAMAN ET PAPA

[De 10h à 11h](#)

Avec Clément, coach sportif.

YOGA, UNE PAUSE POUR SOI, POUR TOUS LES PARENTS

[De 12h45 à 13h45](#)

Avec Rachel, praticienne en yoga.

YOGA PRÉNATAL

[De 15h30 à 16h30](#)

Avec Rachel, praticienne en yoga.

Mercredi 3

ÉCHANGE SUR LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

[De 15h30 à 16h30](#)

Avec Mélanie, étudiante en diététique.

Vendredi 5

INITIATION MASSAGE BÉBÉ

[De 10h à 11h30](#)

Avec Émilie, instructrice certifiée massage bébé.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE, POUR TOUS LES PARENTS

[De 12h45 à 13h45](#)

Avec Clément, coach sportif.

Lundi 8

ÉCHANGES SUR LE LIVRE "LE POSTPARTUM DURE 3 ANS"

[De 10h à 11h](#)

Avec Melissa de l'association Maman blues.

RÉFLEXOLOGIE, AUTO-MASSAGE

[De 15h30 à 17h](#)

Avec Jessica, praticienne en réflexologie plantaire, palmaire et faciale.

Mardi 26

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES, JEUNE MAMAN ET PAPA

[De 10h à 11h](#)

Avec Clément, coach sportif.

YOGA, UNE PAUSE POUR SOI, POUR TOUS LES PARENTS

[De 12h45 à 13h45](#)

Avec Rachel, praticienne en yoga.

YOGA POST-NATAL

[De 15h30 à 16h30](#)

Avec Rachel, praticienne en yoga.

Mercredi 10

ATELIER MOSAÏQUE

[De 15h30 à 17h](#)

Venez apprendre à faire de la mosaïque et partagez un moment entre parents et/ou grands-parents.

Vendredi 12

INITIATION MASSAGE BÉBÉ

[De 10h à 11h30](#)

Avec Émilie, instructrice certifiée massage bébé.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE, POUR TOUS LES PARENTS

[De 12h45 à 13h45](#)

Avec Clément, coach sportif.

PAROLE ET PHOTO THÉRAPIE "FEMME ET PUISSANCE"

[De 19h à 21h](#)

Au centre de loisirs d'Aire sur l'Adour. Avec Sandrine Bowen, photographe et psychopraticienne.

Mercredi 24

GOÛTER CONVIVAL

[À 10h et/ou à 16h](#)

Lieu d'échange pour les parents d'enfants à besoin particulier

Lundi 29

ÉCHANGES SUR L'ALLAITEMENT

[De 10h à 11h](#)

Avec Martine de l'association Solidarilait.

INITIATION À LA SOPHROLOGIE

[De 15h30 à 16h30](#)

Avec Candice, sophrologue.

Mardi 30

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES, JEUNE MAMAN ET PAPA

De 10h à 11h

Avec Clément, coach sportif.

YOGA, UNE PAUSE POUR SOI, POUR TOUS LES PARENTS

De 12h45 à 13h45

Avec Rachel, praticienne en yoga.

YOGA PARENTS-ENFANTS

De 16h15 à 17h15

Avec Rachel, praticienne en yoga.

La maison des familles
et des 1000 premiers
jours coordonne :

Vendredi 5

DES LIVRES À SOI

À 9h - Médiathèque d'Aire sur l'Adour

Découvrez le plaisir de partager des livres avec vos enfants.

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org

Samedi 6

CONFÉRENCE PARENTS-ENFANTS

10h - Médiathèque d'Aire sur l'Adour

Conférence parents enfants "Qu'est ce que je peux faire? Je sais pas quoi faire... Exploration sérieuse et joueuse du mot ennui, une tentative de ralentir le temps" Avec la Cie Les Araignées Philosophes. Dès 6 ans

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org

JOURNÉE BIEN ÊTRE

De 10h à 18h - Accueil de loisirs ALALE

Journée bien-être, un temps de pause dans votre quotidien (différents ateliers: renforcement musculaire, zumba, yoga, photo "s'approprier son corps", massages, barbier, maquillage, coiffure...)

Gratuit, sur inscription au 06 80 83 46 68 ou
audrey.plante@cdcaire.org

CONTES SUR LES DOIGTS

10h30 - Médiathèque de Barcelonne du Gers

Rendez-vous enfants-parents, 0 à 5 ans.

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org

Samedi 13

CIRQU'EN FAMILLE AVEC L'AFCA

9h30 - Châpiteau AFCA

Parents, grands-parents et bébé de 6 à 24 mois

10h45 - Châpiteau AFCA

Parents, grands-parents et enfant de 2 à 6 ans

Gratuit, sur inscription au 05 58 71 66 94 ou
direction@afca-cirqueadapte.net

Mercredi 17

SPECTACLE "LE SILENCE DES OISEAUX"

16h - Médiathèque d'Aire sur l'Adour

Dès 3 ans

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org

Jeudi 18

APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

14h - Médiathèque d'Aire sur l'Adour

En collaboration avec l'association Le Nain Geaune, venez découvrir une grande variété de jeux pour vous amuser en toute convivialité!

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org

Mardi 23

MON P'TIT CINÉ

15h - Médiathèque d'Aire sur l'Adour

Projection surprise d'un film pour les 3-6 ans

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org

Mercredi 24

SPECTACLE CHANTE PLUME




16h30 - Médiathèque d'Aire sur l'Adour

De 6 mois à 3 ans

Gratuit, sur inscription au 05 58 51 34 04 ou
mediatheque@cdcaire.org




LAEP "La bulle d'Aire" Lieu accueil enfants parents

Lieu d'éveil, de découverte et de jeux pour les enfants de 0 à 6 ans. Lieu d'appui aux parents par des rencontres et des échanges avec d'autres parents. Les futurs parents et grand-parents sont aussi les bienvenus. La bulle d'Aire est ouverte à tous, gratuitement et sans inscription. Vous venez quand vous le souhaitez et restez le temps que vous désirez !

-  Mercredi : 9h30 - 12h (hors vacances scolaires)
1 fois par mois à Bahus-Soubiran
-  France services, 4 rue René Méricam, 40800 Aire sur l'Adour
-  06 31 17 85 70 ou petite.enfance@cdcaire.org




PIF (Point Info Familles) Aire et Tursan

Lieu pour répondre à vos questions du quotidien, vous accompagner dans vos démarches administratives (CAF, MSA, prime d'activité, APL, CPAM, France Travail...) et vous orienter vers le bon partenaire si besoin. Permanences juridiques gratuites (avocat, huissier, notaire), sur rendez-vous. Relais baby-sitting, mise en relation parents et jeunes pour un mode de garde occasionnel.

-  Mardi : 9h - 12h et 14h - 17h
Jeudi : 9h - 12h
-  France services, 4 rue René Méricam, 40800 Aire sur l'Adour
-  06 80 83 46 68 ou audrey.plante@cdcaire.org

Maison des familles et des 1000 premiers jours

Ce lieu est un lieu de ressources pour les futurs parents, parents, grand-parents, pour favoriser l'accès aux droits, aux soins, à la culture, aux loisirs, à tout un ensemble de services et de partenaires correspondant à votre besoin, avec également une proposition d'ateliers thématiques collectifs afin de favoriser les échanges entre pairs.

-  Lundi et mardi : 9h - 12h et 15h - 17h
Mercredi : 9h - 12h30 et 13h30 - 17h30
Jeudi : 13h30 - 17h30 en itinérance
Vendredi : 9h - 12h
-  France services, 4 rue René Méricam, 40800 Aire sur l'Adour
-  06 80 83 46 68 ou audrey.plante@cdcaire.org

