

FORUM **DE LA** PARENTALITÉ

Bien dans sa tête, bien dans son corps

VENDREDI 27 et
SAMEDI 28 JANVIER

2023

Atelier Léonard-de-Vinci (7 avenue Maurice-Thorez)

GRATUIT

émotions

sommeil



santé

activité physique

bien-être



alimentation

écrans



FORUM DE LA PARENTALITÉ

MAIN DANS LA MAIN POUR NOTRE SANTÉ

VENDREDI 27 JANVIER

- **14h : ateliers** (gestion des émotions, confection de brochettes de fruits, etc.)
- **17h : Croc's histoires**

17h30 : conférence sur la gestion du sommeil

Garde d'enfants (3-10 ans) possible sur le temps de la conférence
(dans la limite des places disponibles)

SAMEDI 28 JANVIER

De 10h à 17h

- **Stands** : santé, alimentation, activité physique, brossage des dents, etc.
- **Ateliers*** : initiation zumba, sophrologie, communication bienveillante parents/ados
- **Cafés des parents*** : alimentation, gestion des écrans
- **Expositions**
- **Vélo-smoothie**
- **Jeux et accès à la ludothèque**

*** Inscription sur place obligatoire**

(dans la limite des places disponibles)



Atelier Léonard-de-Vinci, Médiathèque – Maison de quartier
7 avenue Maurice-Thorez à Vaulx-en-Velin

Accès transports en commun : Bus C3 et 52 – arrêt Mas du Taureau