



Venez à nos Ateliers Parents / Enfants

Samedi 5 avril 2025 à 9h00



Atelier Parents-Enfants "Des petits rituels pour faciliter l'endormissement"

Samedi 5 avril 2025 | # 9h - 11h30 | # Trois lieux au choix

Les soirées peuvent être courtes, mais l'heure du coucher peut parfois se transformer en véritable défi ! Entre les multiples demandes d'eau, les allers-retours aux toilettes ou l'endormissement qui ne se fait que dans les bras... chaque parent a déjà vécu ces situations.

Ces ateliers vous proposent de mieux comprendre **le rythme chronobiologique de l'enfant** et d'explorer **des rituels apaisants** pour faciliter l'endormissement. Un moment d'échange convivial pour partager vos expériences, découvrir des conseils pratiques et repartir avec des outils concrets pour des couchers plus sereins.

#Choisissez votre lieu :

#Nord : Centre de loisirs du Bourg St Bernard (1 allée de la mairie, 31570)

#Centre : Centre de loisirs de Villefranche de Lauragais (3 av Pierre Mendès France, 31290)

#Sud : Centre de loisirs, école maternelle de Nailloux (16 av Robert Estrade, 31560)

#Inscription auprès de Sandrine au 06.69.69.55.26

Un atelier ludique et enrichissant pour aider petits et grands à apprivoiser le moment du coucher