

## Le programme d'Histoire de Bien Naître pour 2020 – 2021

- samedi 24 octobre à 14h30

« Parents, futurs parents : des outils pour communiquer et se comprendre au sein de la famille » *Jeanne QUENTIN*, accompagnatrice en verbalisation à la **Médiathèque Sud**.

- samedi 21 novembre

un atelier de portage physiologique avec *Ophélie ALRAN*, instructrice en portage, le matin au **Grenier**.

- samedi 23 janvier 2021 à 14h30

« Naissance et violences sexuelles : discussion autour du vécu et de la prévention » par *Coralie TRABELSI* sage-femme, **Médiathèque Sud**.

- samedi 20 mars à 14h30

« L'allaitement tout simplement » par une sage-femme à la **Médiathèque Sud**.

- samedi 10 avril

« La diversification alimentaire DME » avec *Ophélie ALRAN* le matin au **Grenier**.

- samedi 29 mai à 14h30

« La sophrologie pour la famille : de la maternité à la parentalité » par *Céline BAHL*, sophrologue, à la **Médiathèque Sud**.

### ATELIER MASSAGE BÉBÉ ET ATELIER PARENTS-ENFANTS 2-4 ANS

Les ateliers de massages bébé de la naissance à 10 mois env et MINI MISP pour les 2- 4 ans

1<sup>er</sup> cycle : samedi de 9h30 à 11h env les 10 et 24 octobre, 21 et 28 novembre et 5 décembre.

2<sup>ème</sup> cycle pour les enfants de 2 à 4ans : samedi de 14h30 à 16h, les 21 et 28 novembre et 5 décembre.

3<sup>ème</sup> cycle : samedi de 9h30 à 11h env les 6, 13 et 27 février 2021, 20 et 27 mars

4<sup>ème</sup> cycle : samedi de 9h30 à 11h env les 10 et 17 avril, 22 et 29 mai et 5 juin

Un cycle pour les 2-4 ans pourra être proposé en fonction des demandes courant 2021.

## INFORMATIONS PRATIQUES

Les rencontres à la **Médiathèque Sud** sont ouvertes à tous, gratuites, sans inscription (sauf si contraintes sanitaires en vigueur). Les enfants sont les bienvenus, avec la possibilité pour les plus grands d'aller dans l'espace lecture, seul ou accompagné en fonction de leur âge. La rencontre débute à 14h30 et se termine à 16h30 au plus tard.

*10 Allée F. Mitterrand à Illkirch, tram A Illiade.*

Les ateliers au **Grenier** sont sur réservation au 06.10.95.85.19 auprès d' **Ophélie ALRAN** et sont payants ( voir sur le site).

*20A rue des Roseaux à Illkirch, Tram Malraux et bus 13 arrêt Roseaux.*

Les ateliers de **massages bébé de la naissance à 10 mois** env,  
c'est un cycle de 5 séances à 75€ dont 15€ d'adhésion à Histoire de Bien Naître.

**MINI MISP** atelier parent- enfant pour les **2- 4 ans**,

c'est un cycle de 3 séances à 51€ dont 15€ d'adhésion à Histoire de Bien Naître.

Inscription obligatoire au préalable sur [histoiredemain67@gmail.com](mailto:histoiredemain67@gmail.com) et 06.14.36.09.62 auprès de **Carolle HUBER** instructrice certifiée en massage bébé AFMB et Misa École.

*190 route de Lyon à Illkirch.*

***En raison de la crise sanitaire et des éventuels changements pouvant intervenir, nous vous invitons à consulter notre site avant de vous déplacer .***

*Soyez les bienvenues lors des rencontres thématiques, aux différents ateliers que l'association propose ainsi que lors des temps de réflexion au bureau.*

*Histoire de Bien Naître*