



## Parent / bébé

De 0 ans à 3 ans

### Balade poussette

**Mardi 22 septembre**

**Jeudi 8 octobre**

Départ 9h30

parking de la Pépinière

Arrivée à 11h

centre d'animation  
des Couronneries



« A vos poussettes, prêts ? Partez ! »

Au programme : une marche d'une heure avec des exercices de souplesse, des étirements, du renforcement musculaire, le tout dans la joie et la bonne humeur !

Collation et boisson offertes à l'arrivée.

Tenue de sport adaptée conseillée et baskets obligatoires.

Contacts :

Victor 06 33 25 09 / 05 49 61 33 46

victorsironneau@acsep86.org

ou Capucine 06 42 20 65 12

capucine.agay@animation-couronneries.fr

→ Inscription à partir du 7 septembre  
20 personnes max

Gratuit



### Massage

**Jeudi 1<sup>er</sup> octobre**

**Jeudi 5 novembre**

**Jeudi 3 décembre**

9h45 - 11h à Bleu citron

Accompagné de votre bébé, venez profiter d'un temps de partage et de détente.

Apportez une serviette propre pour la séance.



→ Inscription à partir du 14 septembre  
6 personnes max

Gratuit



## Atelier

### Escalade

**Samedi 3 octobre**

Départ 9h30 au centre d'animation

Retour à 12h30 au centre d'animation

Trajet en minibus jusqu'au ROOF

Dès 8 ans

Venez découvrir en famille l'escalade au ROOF. À vos harnais, prêts, partez !

Tenue de sport adaptée conseillée et baskets obligatoires.

→ Inscription à partir du 14 septembre  
12 personnes max

Tarifs :  
2€ enfant (-16 ans) / 3€ adulte



### Yoga famille

**Samedi 7 novembre**

14h30 - 16h à Bleu citron

De 4 ans à 10 ans

Venez découvrir en famille une séance de Yoga adaptée aux petits comme aux grands !

Tenue de sport conseillée.

→ Inscription à partir du 14 septembre  
15 personnes max

Tarif :  
3€ par famille



### Création manuelle

**Samedi 12 décembre**

14h30 - 16h30

à Bleu citron

Dès 3 ans

Viens fabriquer en famille, de jolies cartes de vœux ainsi que des guirlandes décoratives pour ta chambre !

Matériel fourni et goûter offert.

→ Inscription à partir du 14 septembre  
15 personnes max



Gratuit

## Parent / enfant

### Évènement

### Chasse aux sorcières

**Mercredi 4 novembre**

15h - 16h30 au centre d'animation



Halloween c'est fini, mais il reste encore quelques sorcières à chasser et des trésors à trouver dans une Pinata !  
Goûter offert.

→ Inscription à partir du 14 septembre  
25 personnes max

Tarif :  
1€ enfant (-16 ans) / gratuit pour les parents

### Ciné méfis famille

**Dimanche 6 décembre**

16h à Carré bleu

Choix du film défini ultérieurement.

Renseignements :

cinema-education@animation-couronneries.fr

Tarif :  =   
Pour participer, apportez un gâteau à partager.



## Bien-être

**Jeudi 15 octobre**  
**Jeudi 19 novembre**  
**Jeudi 17 décembre**  
9h45 - 11h à Bleu citron

L'heure de la détente a sonné ! Venez découvrir des techniques de relaxation pour rester zen ! Apportez une serviette propre pour la séance.

→ Inscription à partir du 14 septembre  
6 personnes max

Tarifs :  
2€ par parent

## Et aussi ...

« A la bonne humeur ! »



Ouvert à tous  
Gratuit

**Rdv chaque vendredi en période scolaire à partir de 9h15 au centre d'animation**

Autour d'un café, nous vous proposons un temps de partage entre parents et habitants. Les enfants non scolarisés sont les bienvenus.

## Pause-parent

**Mercredi 23 septembre**  
**Mercredi 7 octobre**  
**Mercredi 25 novembre**  
**Mercredi 9 décembre**

**9h15 - 10h30 au Centre Familial**

Groupe d'échanges autour de la parentalité, de l'insertion sociale et pré-professionnelle.

Ouvert à tous les parents  
Gratuit

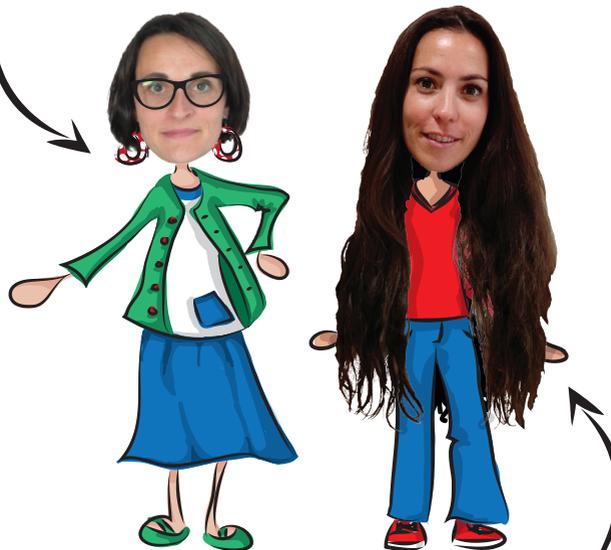


## Parent

**Ludivine**

06 42 21 97 56

ludivine.lavaur@animation-couronneries.fr



**Capucine**

06 42 20 65 12

capucine.agay@animation-couronneries.fr

setp > dec 2020

## En famille...



**Inscriptions et adhésions obligatoires à l'accueil du centre d'animation des Couronneries**

**Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte**

Centre d'animation des Couronneries | Carré bleu  
37 rue Pierre de Coubertin | 1<sup>bis</sup> rue de Nimègue  
**05 49 44 12 48**

**www.animation.couronneries.fr et sur**



GRAND POITIERS  
Communauté urbaine

