

★ *Bien-être et harmonie familiale*

★ *Pour une bonne santé !*

★ *Plaisir et Culture !*

★ *Semaine de la parentalité du 17 au 24 octobre*
(voir détails au dos du livret)



Devenir parents est un parcours
merveilleux mais mystérieux aussi...
Nous vous proposons une aventure ponctuée d'ateliers,
de rencontres, de temps forts et conviviaux.

Tous les ateliers sont gratuits.
Sur inscription au 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr



Bien-être et harmonie familiale

RELAXATION (parents et bébés de 6 mois à 18 mois)

Respirer à l'unisson et s'autoriser le lâcher-prise avec Marcyia



AGENCE TERNOISCOM D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 36 rue Roger Salengro



de 9h30 à 10h30

MARDIS 18 et 25 SEPTEMBRE

MARDIS 2 et 9 OCTOBRE



**CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES PETITS PRINCES»
D'HEUCHIN / 9 rue d'Hesdin**



de 9h30 à 10h30

JEUDIS 15, 22 ET 29 NOVEMBRE



Prévoir oreillers et doudou / Si possible, pour que ce soit bénéfique, participer à l'ensemble des séances. Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67

MASSAGE BIEN-ÊTRE (parents et bébés de 3 mois à 18 mois)

Un moment complice pour le bien-être de bébé avec Julie



**CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES BOUT'CHOUTS»
SAINT-POL-SUR-TERNOISE / place Pompidou**



de 10h à 11h

MERCREDI 5 SEPTEMBRE

MERCREDI 3 OCTOBRE

MERCREDI 7 NOVEMBRE

MERCREDI 5 DÉCEMBRE



Prévoir des changes et une serviette / Vaccins obligatoires
Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

BÉBÉ FAIS-MOI SIGNE ! (parents et bébés de 6 mois à 5 ans)

**Mieux comprendre l'enfant et l'aider à l'acquisition du langage.
Activité ludique accompagnée de Delphine**



ÉCOLE MATERNELLE «LE FORESTEL» PERNES-EN-ARTOIS / 100 rue de l'église



à 16h15

JEUDIS 13, 20 ET 27 SEPTEMBRE



ÉCOLE MATERNELLE ST-EXUPÉRY FRÉVENT / 6 rue Foch



à 16h30

JEUDIS 8, 15 ET 22 NOVEMBRE



Pour que ces séances soient bénéfiques, participation à toutes les dates conseillée
Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

ÉDUCATION AU BIEN-ÊTRE (parents et enfants)

Avec Agnès Pécriaux



MÉDIATHÈQUE DE FRÉVENT / 12 rue Wilson



Embarquez au pays des fées (parents et enfants de 3 à 6 ans)

MERCREDI 12 SEPTEMBRE / à 14h

La méditation à travers les 5 sens (parents et enfants de 6 à 12 ans)

MERCREDI 12 SEPTEMBRE / à 15h

Venez rencontrer le dragon protecteur (parents et enfants de 3 à 6 ans)

SAMEDI 29 SEPTEMBRE / à 14h

Partez à la découverte des Chakras (parents et enfants de 6 à 12 ans)

SAMEDI 29 SEPTEMBRE / à 15h



MÉDIATHÈQUE D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 36 rue Roger Salengro



Venez rencontrer le dragon protecteur (parents et enfants de 3 à 6 ans)

SAMEDI 29 SEPTEMBRE / à 10h

Partez à la découverte des Chakras (parents et enfants de 6 à 12 ans)

SAMEDI 29 SEPTEMBRE / à 11h



MÉDIATHÈQUE DE BEAUVOIR-WAVANS / 4 rue de l'église



Embarquez au pays des fées (parents et enfants de 3 à 6 ans)

SAMEDI 17 NOVEMBRE / à 10h

La méditation à travers les 5 sens (parents et enfants de 6 à 12 ans)

SAMEDI 17 NOVEMBRE / à 11h



MAISON POUR TOUS SAINT-POL-SUR-TERNOISE / rue du 8 mai 1945



Embarquez au pays des fées (parents et enfants de 3 à 6 ans)

JEUDI 22 NOVEMBRE / à 17h

La méditation à travers les 5 sens (parents et enfants de 6 à 12 ans)

JEUDI 22 NOVEMBRE / à 18h



Prévoir : tenue détente pour tous les ateliers «Éducation au bien-être»

Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

DES STAGES ÉDUCATION BIEN-ÊTRE EN FAMILLE (enfants à partir de 6 ans)

Une journée ou un week-end (en concertation avec les familles qui s'inscrivent) dédié(e) au bien-être au travers la méditation, le Qi Gong, l'approche ludique de l'énergie



AGENCE TERNOISCOM DE FRÉVENT / 10 rue d'Hesdin



SAMEDI 22 ET DIMANCHE 23 SEPTEMBRE / de 10h à 16h30



MAISON POUR TOUS SAINT-POL-SUR-TERNOISE / rue du 8 mai 1945



SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7 OCTOBRE / de 10h à 16h30



Tenue détente / Ramener un tapis - Prévoir 2€ / personne / repas



STOP ! ON FAIT UNE PAUSE (parents et enfants de 6 à 12 ans)

Et si on essayait de trouver ensemble des solutions quand ça ne va plus ! (on ne se comprend plus, trop de stress...). Jeux basés sur la sophrologie, la communication...Laissez-vous guider par Françoise et Sabrina.



SAINT-POL-SUR-TERNOISE / le lieu sera précisé lors de l'inscription



de 17h30 à 18h30

MERCREDI 24 OCTOBRE

JEUDI 25 OCTOBRE

VENDREDI 26 OCTOBRE



Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

ET MOI, PARENT, SI JE PRENAIS SOIN DE MOI ! (pour les parents)

Retrouver la confiance en soi ! (harmonie naturelle, astuces diverses...) avec Cécile et Céline (MSA)



AGENCE TERNOISCOM D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 36 rue Roger Salengro



à 14h

MARDI 9 OCTOBRE

JEUDI 18 OCTOBRE

JEUDI 8 NOVEMBRE

MARDI 13 NOVEMBRE

JEUDI 22 NOVEMBRE

MARDI 27 NOVEMBRE



Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr





Pour une bonne santé !

DÉCOUVERTE «BÉBÉ NAGEUR» (parents et bébés de 4 mois à 5 ans)

Venez à la découverte des séances dédiées aux tout petits et partagez un moment de complicité dans l'eau



PISCINE INTERCOMMUNALE LUCE HOGUET DE FRÉVENT / rue du marais



de 9h30 à 11h

SAMEDI 29 SEPTEMBRE

SAMEDI 13 OCTOBRE

SAMEDI 24 NOVEMBRE



Bonnet de bain parent et bébé à partir de 1 an

Pièce de 2€ pour le casier

2.70 € / adulte supplémentaire

LES BÉBÉS EXPLORATEURS (parents et enfants de 6 mois à 2 ans)

Alice vous invitera à découvrir le développement psychomoteur de votre bébé.



MAISON POUR TOUS SAINT-POL-SUR-TERNOISE / rue du 8 mai 1945



VENDREDI 21 SEPTEMBRE / de 17h30 à 18h30



CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES PETITS PRINCES» HEUCHIN / 9 rue principale



VENDREDI 19 OCTOBRE / de 17h30 à 18h30



AGENCE TERNOISCOM DE FRÉVENT / 10 rue d'Hesdin



VENDREDI 26 OCTOBRE / de 17h30 à 18h30



AGENCE TERNOISCOM D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 36 rue Roger Salengro



VENDREDI 9 NOVEMBRE / de 17h30 à 18h30



Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

CIRQUE (parents et enfants de 18 mois à 5 ans)

Acrobatie, jonglerie, équilibre. Soyez surpris des capacités de votre enfant.



AGENCE TERNOISCOM DE FRÉVENT / 10 rue d'Hesdin



de 17h à 18h

JEUDI 20 SEPTEMBRE

JEUDI 4 OCTOBRE

JEUDI 8 NOVEMBRE

JEUDI 22 NOVEMBRE



Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr



CIRQUE (parents et enfants de 18 mois à 5 ans)



MAISON POUR TOUS SAINT-POL-SUR-TERNOISE / rue du 8 mai 1945



de 10h à 11h

MARDI 18 SEPTEMBRE

MARDI 2 OCTOBRE

MARDI 16 OCTOBRE

MARDI 6 NOVEMBRE



SALLE DES FÊTES D'AUXI-LE-CHÂTEAU / place de l'Hôtel de Ville



de 17h à 18h

JEUDI 15 NOVEMBRE

JEUDI 29 NOVEMBRE

ET SI ON PARLAIT CUISINE... (parents) possibilité de venir avec bébé



CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES BOUT'CHOUS»
SAINT-POL-SUR-TERNOISE / place Pompidou



de 10h à 11h30

VENDREDI 28 SEPTEMBRE

VENDREDI 12 OCTOBRE

VENDREDI 23 NOVEMBRE

À l'occasion de l'opération «Automne Gourmand» dans les médiathèques du Ternois



VENDREDI 26 OCTOBRE / de 10h à 11h30

Agence Ternoiscom de Frévent

VENDREDI 9 NOVEMBRE / de 10h à 11h30

Agence Ternoiscom d'Auxi-le-Château



Prévoir des petits récipients / gratuit / inscription 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

REMISE EN FORME (parents et enfants à partir de 10 mois)

Une séance agréable avec Marcy pour pratiquer une activité physique avec votre enfant



AGENCE TERNOISCOM DE FRÉVENT / 10 rue d'Hesdin



JEUDI 6 DÉCEMBRE / de 10h à 11h



MAISON POUR TOUS SAINT-POL-SUR-TERNOISE / rue du 8 mai 1945



JEUDI 13 DÉCEMBRE / de 9h30 à 10h30



CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES PETITS PRINCES»
HEUCHIN / 39 rue principale



JEUDI 20 DÉCEMBRE / de 9h30 à 10h30



Tenue sportive et porte bébé (avant) si possible

Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr



Plaisir et Culture !

VOYAGE AU PAYS DES CONTES (parents et bébés de 0 à 3 ans)

Poésie de la langue, contes ou imagiers... Partagez un moment dans l'imaginaire avec votre enfant



MÉDIATHÈQUE DE FRÉVENT / 12 rue Wilson



Vendredi de 10h à 11h

14 SEPTEMBRE / 5 OCTOBRE / 16 NOVEMBRE / 7 DÉCEMBRE



MÉDIATHÈQUE D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 36 rue Roger Salengro



Mercredi de 10h15 à 11h15

12 SEPTEMBRE / 10 OCTOBRE / 14 NOVEMBRE / 12 DÉCEMBRE



CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES PETITS PRINCES» HEUCHIN / 39 rue principale



Jeudi de 10h à 11h

13 SEPTEMBRE / 11 OCTOBRE / 8 NOVEMBRE / 6 DÉCEMBRE



MÉDIATHÈQUE DE PERNES - EN - ARTOIS / rue de Lillers



Vendredi de 10h à 11h

21 SEPTEMBRE / 19 OCTOBRE / 23 NOVEMBRE / 14 DÉCEMBRE



CENTRE INTERCOMMUNAL DE LA PETITE ENFANCE «LES BOUT'CHOUTS» SAINT-POL-SUR-TERNOISE / place Pompidou



Jeudi de 14h45 à 15h45

13 et 27 SEPTEMBRE / 4 et 18 OCTOBRE / 8 et 22 NOVEMBRE / 6 et 20 DÉCEMBRE



MÉDIATHÈQUE D'EPS HERBEVAL / 1 rue du bois



Mercredi de 10h15 à 11h15

26 SEPTEMBRE / 24 OCTOBRE / 21 NOVEMBRE / 19 DÉCEMBRE



MÉDIATHÈQUE D'EVERDOINGT / 1 la place



Mercredi de 10h à 11h

17 OCTOBRE / 19 DÉCEMBRE



Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

EN AVANT LA MUSIQUE (parents et enfants de 6 mois à 3 ans)

Une pause musicale à partager sans modération : approche de la mélodie et du rythme



AGENCE TERNOISCOM DE FRÉVENT / 10 rue d'Hesdin



Jeudi de 9h à 10h

20 SEPTEMBRE / 4 et 18 OCTOBRE / 8 et 22 NOVEMBRE / 6 DÉCEMBRE



AGENCE TERNOISCOM D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 36 rue Roger Salengro



Jeudi de 10h30 à 11h30

20 SEPTEMBRE / 4 et 18 OCTOBRE / 8 et 22 NOVEMBRE / 6 DÉCEMBRE



Gratuit / Inscription et renseignement 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

★ Les temps forts !



JOURNÉE PÊCHE FAMILIALE



PISCICULTURE DE MONCHEL-SUR-CANCHE



DIMANCHE 9 SEPTEMBRE / de 10h à 17h



Inscription et renseignement au 03.21.47.07.67 ou parentalite@ternoiscom.fr

VENEZ DÉCOUVRIR LA LUDOTHÈQUE DU TERNOIS

Lors des soirées du jeu (de 18h à 22h)

MAISON POUR TOUS SAINT-POL-SUR-TERNOISE / 7 sept., 5 oct., 2 nov. et 7 déc.

AGENCE TERNOISCOM DE FRÉVENT / 16 nov.

AGENCE TERNOISCOM DE PERNES-EN-ARTOIS / 21 sept. et 21 déc.

MÉDIATHÈQUE LUDOTHÈQUE D'AUXI-LE-CHÂTEAU / 19 oct.

Lors des fêtes du jeu

SALLE DES FÊTES «CASINO» FRÉVENT / 28 et 29 septembre

COSEC PERNES-EN-ARTOIS / les 23 et 24 novembre

À L'OCCASION DE LA SEMAINE DE LA PARENTALITÉ DU 17 AU 24 OCT.



THÉÂTRE FORUM «ADO MODE D'EMPLOI»

Avec la compagnie «Ouvrons le dialogue»



SALLE DES FÊTES «CASINO» DE FRÉVENT



MARDI 16 OCTOBRE / à 18h



CONFÉRENCE «RIVALITÉS ENTRE FRÈRES ET SOEURS»



SALLE DES FÊTES DE SAINT-POL-SUR-TERNOISE



JEUDI 18 OCTOBRE / à 18h

CONFÉRENCE «LES ÉMOTIONS DE NOS ENFANTS»



SALLE DES FÊTES D'HEUCHIN



LUNDI 22 OCTOBRE / à 18h

CONFÉRENCE «COMMUNIQUER AVEC L'ADOLESCENT»



SALLE DES FÊTES D'AUXI-LE-CHÂTEAU



MERCREDI 24 OCTOBRE / à 14h

Gratuit
03.21.47.07.67 ou
parentalite@ternoiscom.fr

Avec les interventions de Roseline Roy et/ou Sédrine Schöner