

# Ateliers-échanges petite enfance

Janvier à juin **2023**

Gratuit | Enfants bienvenus



## Thèmes | 1<sup>er</sup> semestre 2023

### Joie, frustration, peur & colère

Comment accompagner mon enfant au quotidien.  
En collaboration avec Education Familiale.

Pour parents et enfants de 1 à 4 ans

### 1-2-3... Ecole!

Puis-je aider mon enfant à préparer son entrée en 1H?  
Futurs petits élèves... Ensemble réfléchissons...

En collaboration avec EcolePlus

Pour parents et enfants de 3 à 4 ans

### Yoga parent-enfant

Postures vitalisantes, détente profonde et respirations calmantes...  
les outils pour le bien-être de toute la famille.

En collaboration avec YOGA So-Ham

Pour parents et enfants de 2 à 4 ans

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE!**

### Initiation au massage de bébé

Découvrons des mouvements qui mènent à la détente et qui renforcent  
le lien d'attachement. (Amener deux linges de bain)

En collaboration avec une instructrice en massage bébé.

Pour parents et bébés de 0 à 1 an

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE!**

### Miam-miam le goûter!

Echangeons des idées de recettes de collations,  
desserts et goûters pour qu'ils soient gourmands et sains.

En collaboration avec une diététicienne de manger-bouger-fr.ch

Pour parents et enfants de 0 à 4 ans

### C'est grave Docteur?

Que faire et comment réagir quand mon enfant est malade ou blessé?

En collaboration avec des pédiatres de PediaBulle

Pour parents et enfants de 0 à 4 ans

## Lieux et dates

Centre de puériculture  
de la Gruyère

Rue de la Sionge 67  
1630 Bulle

Centre de puériculture  
de la Sarine-Campagne

Avry-Bourg 2  
1754 Avry

Centre de puériculture  
de la Broye

Rue St-Laurent 5  
1470 Estavayer

### JANVIER

**Lundi 9**

De 9h30 à 11h

**Mardi 17**

De 9h30 à 11h

**Mercredi 18**

De 9h30 à 11h

### FÉVRIER

**Mercredi 1<sup>er</sup>**

De 9h30 à 11h

**Vendredi 10**

De 9h30 à 11h

**Jeudi 16**

De 9h30 à 11h

### MARS

**Mardi 28**

De 9h30 à 11h

**Jeudi 23**

De 9h30 à 11h

**Vendredi 17**

De 9h30 à 11h

### AVRIL

**Vendredi 28**

De 9h30 à 11h

**Mercredi 26**

De 9h30 à 11h

**Lundi 3**

De 9h30 à 11h

### MAI

**Jeudi 11**

De 9h30 à 11h

**Lundi 15**

De 9h30 à 11h

**Mardi 16**

De 9h30 à 11h

### JUIN

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

De 9h30 à 11h

**Vendredi 16**

De 9h30 à 11h

**Mardi 20**

De 9h30 à 11h

**+** Permanence petite-enfance à l'Espace Famille à Bulle (Rte de la Pâla 137a).  
Les 10.01.23 / 14.02.23 / 14.03.23 / 4.04.23 / 9.05.23 / 13.06.23.