

QUINZAINNE de la PARENTALITÉ

2ÈME EDITION
DU 12 AU 26
OCTOBRE
2024



Venez découvrir
différentes
animations :
Ateliers parents-
enfants, temps
d'échange,
conférences...

Inscription :
Flashez ce code



- * Gratuit sur inscription
- * Ouvert aux parents et
aux enfants de tout âge

CONTACT : parentalite@cias-ouest-rennes.fr



Samedi 19 octobre



« MASSAGE PARENTS-ENFANTS »

Atelier détente autour de massages guidée par une intervenante. Le parent va masser son enfant sur ses habits et être massé par son enfant à son tour. Venir avec un tapis de sol et une petite couverture.

Intervenant : Anna Le Blaye, masseuse de "la main sur le coeur"*

Horaire :

- 16h à 17h pour les enfants de 3 à 6 ans
- 17h à 18h pour les enfants de 6 à 9 ans

Lieu : Commune de Cintré - salle du Cormelet

Public : Tout parent accompagné de leur enfant âgé entre 3 et 9 ans.

*Mon entreprise s'appelle "LES mains sur le coeur"

3 - 6 - 9 - 12



Avant 3 ans
L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels

Jouez, parlez, arrêtez la télé



De 3 à 6 ans
L'enfant a besoin de découvrir ses dons sensoriels et manuels

Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille



De 6 à 9 ans
L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet



De 9 à 12 ans
L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges



Après 12 ans
L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

« J'ai imaginé les repères « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. » Serge Tisseron
3-6-9-12. Apprivoiser les écrans et grandir, Ed. érès

« À tout âge, choisissons ensemble les programmes, limitons le temps d'écran, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations. »

Du samedi 8 juin au samedi 15 juin 2024

LA SEMAINE DES ACTIVITÉS EN FAMILLE

Défis: limitons notre utilisation des écrans



Samedi 08	Dimanche 9	Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Samedi 15
GALA dédic		Olympiades	Nettoyons la ville	Escape Game	Représentation théâtre temps du midi	Fête de l'école Arc-En-Ciel	Portes Ouvertes atelier Hip Hop dédic.
Représentation théâtre la troupe des échappés	Représentation théâtre la troupe des échappés	Portes ouvertes cours de théâtre La troupe des échappés	Et Atelier création d'instruments de musique avec des objets de récupération	Jeux avec la ludothèque Massage Fresque numérique	Portes Ouvertes atelier zumba dédic.	Soirée ludothèque	Fête des excintriques: sports et musiques.
		Portes Ouvertes ateliers dédic (éveil danse et corporel, multisports)		Portes Ouvertes atelier couture dédic.			

Samedi 8 juin

GALA + CHORALE

Déclic

Samedi à 15h

A la salle polyvalente de Cintré

Représentation éveil corporel, danse, hip hop et chorale.

Représentation théâtre:

La troupe des échappés

Samedi à 20h, à la salle de théâtre, salle polyvalente du haut.

Dimanche 9 juin

Représentation théâtre:

La troupe des échappés

Dimanche 15h, à la salle de théâtre, salle polyvalente du haut.

Lundi 10 juin

Olympiades

A 17h30, à la coulée verte, pour les plus de 6 ans

Différentes épreuves sportives seront proposées.

Olympiades organisées par les CM1-CM2 ayant participé à l'atelier « projets jeunes » sur le temps du midi.

Lundi 10 juin

Théâtre

De 17h30-18h45 pour les 9 à 11 ans et 18h45 à 20h pour les 12 à 14 ans à la salle de théâtre.

Venez participer aux ateliers théâtraux proposés par la troupe des échappés lors du cours de théâtre.

Mardi 11 juin

Atelier récup'

De 17h à 17h30: balade nettoisons la ville à Cintré

De 17h30 à 19h30: Atelier bricolage réalisation d'instruments de musique avec des objets de récupération.

Avec les récup'song de David

Mercredi 12 juin

Massage parent-enfant

Technique de massage bien être.

De 17h à 18h salle de théâtre pour les 3-6 ans.

De 18h à 19h salle théâtre pour les 6-10 ans.

A prévoir: tapis de sol, couverture et serviette.

Escape Game

A 15h à la salle la grange pour les plus de 6 ans.

Escape Game organisé par les jeunes de l'Espace Jeune.

Fresque numérique

A la bibliothèque de Cintré

A partir de 10 ans de 15h à 17h

Mercredi 12 juin

Jeux avec la ludothèque

A l'accueil de loisirs de Cintré

De 17h à 18h30

Différents types de jeux proposés par la ludothèque du CIAS de Mordelles

Jeudi 13 juin

Représentation théâtre

A 17h30, à la salle de théâtre (salle polyvalente du haut) représentation des pièces de théâtre réalisés par les enfants sur le temps du midi.

Vendredi 09 juin

Fête de l'école Arc-En-Ciel

Spectacle des enfants à 17h

Fête de l'école avec différents ateliers, stands à 18h.

Soirée jeux ludothèque

De 19h30 à 23h30, public ados et adultes

A la salle la grange. A partir de 10 ans.

Samedi 10 juin

La fête des Excintriques

Ateliers sportifs l'après midi et concert le soir. Restauration sur place.

Lieu: Parc La Coulée Verte.
Proposé par les excintriques.

Les Ateliers Porte Ouverte

de déclic

Lundi 10 juin

EVEIL DANSE de 17h à 17h45 de 3 ans à 6 ans. A la salle du Cormelet.

EVEIL CORPOREL de 16h45 à 17h30 de 3 ans à 5 ans, à la salle de théâtre (salle polyvalente du haut).

MULTISPORTS de 17h45 à 18h45 de 6 ans à 9 ans à la Salle polyvalente du bas.

Mercredi 12 juin

Couture enfants de 14 à 16h

8 ans et plus à la salle communale

Jeudi 13 juin

Zumba Kids

De 17h30 à 18h15, de 6 ans à 10 ans à la salle du cormelet

Samedi 10 juin

Hip Hop

De 10h à 11h de 8 ans à 10 ans à la Salle du Cormelet

Pour les adultes

L'association Déclic réalise des portes ouvertes sur ces ateliers adultes

Les ateliers: yoga, couture, chorale, stretching, pilates, renforcement musculaire, cardio, training, zumba, gym.

Pour plus de renseignement:
declic.cintre@gmail.com

Renseignements et inscriptions :

Lucile GRUEL
0764868778

Les ateliers avec une ★ se font obligatoirement sur inscription par mail auprès de Mme Gruel: al.cintre@famillesrurales.org

Merci aux différentes associations et intervenants pour leur participation.

Du samedi 3 juin au samedi 10 juin 2023

LA SEMAINE DES ACTIVITÉS EN FAMILLE

Défis: limitons notre utilisation des écrans



Samedi 03 juin	Dimanche 4 juin	Lundi 05 juin	Mardi 06 juin	Mercredi 07 juin	Jeudi 08 juin	Vendredi 09 juin	Samedi 10 juin
Porte ouverte Centre équestre. Représentation pièce de Théâtre, la troupe des échappés.	Porte ouverte Centre équestre.	Atelier bien être: massage.	Jeux traditionnels.	Atelier bien être: massage. Ateliers sur l'écologie. Escape Game Porte ouverte atelier couture. Jeu de société usage numérique.	Hanball à 4	Représentation pièce de théâtre (temps du midi) Yoga danse Stretching zumba	Porte ouverte Hip Hop Fête des excintriques, sports et musiques.

3-6-9-12



Avant 3 ans
L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels

Jouez, parlez, arrêtez la télé



De 3 à 6 ans
L'enfant a besoin de découvrir ses sens sensoriels et manuels

Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille



De 6 à 9 ans
L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet



De 9 à 12 ans
L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges



Après 12 ans
L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

« J'ai imaginé les repères « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. » Serge Tisseron

3-6-9-12. *Apprivoiser les écrans et grandir*, Ed. érès

« À tout âge, choisissons ensemble les programmes, limitons le temps d'écran, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations. »

Samedi 03 juin et dimanche 04 juin

Porte ouverte du centre équestre

Samedi 03 Juin, de 10h à 17h

- Découverte du club en activité
- Stage de podologie équine.

Dimanche 04 Juin, de 10h à 17h

Démonstrations de carrousels (dressage) à poney et à cheval, de différents niveaux. Stage de podologie équine.

Avec le centre équestre de Cintré

Samedi 03 juin

Pièce de théâtre

Vendredi 02 juin et Samedi 3 juin à 20h :

Par la troupe des échappés.

Mon prof est un troll de Denis Kelly

Le cahier magique de Sylia Fardel.

Lieu: Salle de théâtre- étage de l'omnisport

Lundi 05 juin et mercredi 07 juin

Massage parent-enfant ★

Technique de massage bien être.

Lundi 05 juin, de 17h30 à 18h30 salle communale pour les 3-6 ans.

Mercredi 07 juin 17h30 à 18h30 salle théâtre pour les 6-10 ans.

A prévoir: tapis de sol, couverture et serviette.

Lundi 05 juin

Théâtre ★

Venez participer aux ateliers théâtraux proposés par la troupe des échappés lors du cours de théâtre.

Lieu: salle de théâtre

Lundi 05 juin de 18h à 19h15 de 8 à 10 ans.

Mardi 06 juin

Jeux traditionnels extérieurs

Planche de palets, patigo, tir à la corde...

Mardi 06 juin de 17h à 19h.

Lieux: cours de l'école Saint Joseph

Si possible s'inscrire en avance.

Jeudi 8 juin

Handball à 4 ★

Deux équipes de 4 s'affrontent lors d'un match de Handball.

Jeudi 8 juin de 17h à 18h.

Lieu: Le city stade

Avec Familles Rurales

Mercredi 7 juin

Atelier sur l'écologie au jardin d'enfants ★

Mercredi 7 juin de 15h à 16h30 et de 16h30 à 18h.

Transformer les objets du quotidien en jeux pour les tous petits. Pour les 0-3 ans, possibilité de venir accompagné des grands frères et grandes sœurs.

Lieu: La maison des P'tits bouts 4 rue de Rennes

Avec le jardins d'enfants et le RPE.

Porte ouverte atelier couture

Le mercredi 7 juin, 14h-16h, 8 ans et plus

Le mercredi 7 juin, 20h-22h ados adulte

Lieu: Salle communale
Avec l'association Déclic.

Escape Game ★

Le mercredi 7 juin de 15h à 16h

Escape Game, indices dans tout Cintré.
Lieu de départ: Salle la grange
Avec Familles Rurales

Jeu de société sur l'usage du numérique. ★

Le mercredi 7 juin de 17h à 18h30.

A partir de 7 ans

Jeu de société questionnant l'usage du numérique, atelier discussion parent- enfant(s).
Lieu: A l'accueil de loisirs.
Avec l'association liberté Couleurs.

Vendredi 09 juin

Pièce de théâtre

Vendredi 09 juin à 17h30

Pièce réalisée par les enfants de l'école Arc-En-Ciel sur le temps du midi.

Le Noël de Ducobu.

Un réveillon de Noël pas comme les autres.

Lieu: Salle de théâtre- étage de l'omnisport

Avec Familles Rurales.

Atelier parent enfant(s), danse ★

Stretching Zumba de 18h30 à 19h30 pour les 4-6 ans et de 19h30 à 20h30 pour les 7-11 ans.

Yoga danse de 20h30 à 21h30, pour les plus de 6 ans.

Lieu: salle du Cormelet
Avec l'association Déclic

Samedi 10 juin

Porte ouverte Hip Hop

De 10h30 à 11h30, lieu: Salle Cormelet

Venez participer aux cours de Hip Hop proposé par l'association Déclic.

La fête des excintriques

De 14h à 18h: ateliers sportifs et ludiques.

A partir de 18h: Groupes de musiques programmés sur 2 scènes.

Restauration sur place.
Lieu: Parc La Coulée Verte.
Proposé par les excintriques.

Renseignements ou inscriptions :

Lucile GRUEL
0764868778
al.cintre@famillesrurales.org

Les ateliers avec une ★ se font obligatoirement sur inscription par mail auprès de Mme Gruel:
al.cintre@famillesrurales.org

Merci aux différentes associations et intervenants pour leur participation.