

Un programme
conçu en partenariat avec :



- De Bouche à Oreilles
- Centre social de Manosque et Service animation de la vie locale.
- MJC
- Maison des Adolescents
- Centre social municipal de Sainte Tulle
- Ville de Manosque (service parentalité, direction enfance jeunesse et Éducation)
- Ludothèque Centre de l'enfance
- Réseau des médiathèques de DLVAgglo
- Médiathèque intercommunale d'Herbès
- Relais Petite Enfance de Manosque
- Crèche familiale l'Explorateur
- Association Empreintes 04
- Cinéma de Manosque
- Malakoff Humanis

- Réseaux des Médiathèques de PAA
- Médiathèque François Mitterrand
- PAA et le Relais Petite Enfance
- Ville de Digne les Bains (Service Éducation, service jeunesse et sport)
- MJE
- Ludirunner
- Maison des Adolescents
- Association MARACA
- Musée Gassendi
- Centre culturel René Char
- Association familiale des Augiers
- ADSEA 04
- Accueil de loisirs La Sympathie

Des rencontres financées par



Une démarche coordonnée par



dans le cadre du REAAP 04

Graphisme et Illustration
www.anniekergoat.com



Ne pas jeter sur la voie publique

parents à hauteur d'enfants

2^{ÈME} ÉDITION 2024

8 dates
À DIGNE-LES-BAINS

7 dates
À MANOSQUE

Gratuit



INSCRIPTIONS

Par mail :
reaap04@udaf04.fr
Par Tél :
04 92 30 58 54

UN CALENDRIER À DIGNE-LES-BAINS ET À MANOSQUE

Pour encore plus d'ateliers, de rencontres, d'activités à partager entre parents ou en familles !!
Ateliers créatifs, yoga, éveil sensoriel, exposition, film, contes, gravure, et temps d'échanges thématiques pour les parents... pour cette 2^{ème} édition de la démarche « Parents à hauteur d'enfants », il y en aura pour tous les goûts !

RETROUVEZ TOUTES LES INFOS SUR :
www.reaap04.fr • Facebook : @reaap04

Les rendez-vous

DE MARS À NOVEMBRE 2024
À MANOSQUE ET
À DIGNE-LES-BAINS

Instant zen

Ateliers Parents-enfants
(à partir de 3 ans)

Animés par Anaïs Nägele, éducatrice et
Martine Vincentelli, enseignante en Yoga

MERCREDI 27/03 DE 10^h À 12^h
Médiathèque d'Herbès à Manosque

SAMEDI 1^{er}/06 DE 10^h À 12^h
Médiathèque F. Mitterrand à Digne

Un moment pour soi avec la sophrologie

Ateliers Parents

Animé par Sylvie Cavallaro, infirmière et
sophrologue à la Maison des Adolescents 04 (MDA)

SAMEDI 14/09 DE 11^h À 12^h
Maison des Jeunes et
des Etudiants à Digne

SAMEDI 23/11 DE 11^h À 12^h
MDA de Manosque

Prendre soin de soi, pour pouvoir prendre soin de ses enfants

Ateliers Parents

Animés par Mériem Duqué, intervenante Déclic CNV

SAMEDI 15/06 DE 10^h À 12^h
À la Sympathie à Digne
(possibilité de mode de garde)

VENDREDI 08/11 DE 9^h À 11^h
Annexe Maison d'animation
et de Proximité
Rue des Aliziers à Manosque

Contes & cuisine

Ateliers Parents-enfants

Animé par Virginie Besançon, art-thérapeute,
avec les conteurs de Maraca et De Bouche à Oreilles (de 4 à 8 ans)

SAMEDI 12/10 DE 15^h À 17^h30
HLM Les Augiers - Local de l'Association Familiale à Digne

SAMEDI 19/10 DE 15^h À 17^h30
Résidence les Bernardines (6 rue de la brasserie) à Manosque

Quel cirque ! Raconte

Ateliers Parents-enfants
Cirque, spectacle, contes, musique...
(des 1an)

DIMANCHE 31/03 DE 10^h À 20^h
Salle Perchot, Le Pigeonnier
Digne-les-Bains

Lucioles, lire et Jouer avec les trois Durses

EXPOSITION DU 06/07/24 À FIN FÉVRIER 2025

Ateliers Parents-Enfants (à partir de 3 ans)

DIMANCHE 07/07 À 10^h30
Musée Gassendi à Digne-les-Bains

Pourquoi ces rencontres ?

Être parent, c'est l'aventure d'une vie !
Et... ce n'est pas toujours de tout repos !

Il est parfois difficile de penser à soi en tant que parents, et pourtant,
il est important de pouvoir s'octroyer un temps de pause et de répit,
un temps pour penser à soi et se ressourcer...

C'est pourquoi de nombreuses structures dignoises et manosquines
impliquées dans cette démarche, ont à cœur de proposer diverses
rencontres qui permettront aux parents et à leurs enfants de créer
des occasions inédites de rire, de jouer, de rêver, d'échanger...

En bref, de s'accorder du temps pour grandir ensemble.

Ma (non) violence ordinaire

Spectacle enquête, par Erika Leclerc Marceau

MERCREDI 18/09 À 17^h30
Centre culturel René Char à Digne-les-Bains

Même qu'on nait imbattable

Diffusion du film
dans le cadre de la
Journée internationale
des Droits de l'Enfant.

MERCREDI 20/11 À 18^h
Cinéma de Manosque
(suivi d'un débat)
Entrée : 6€

Contes & gravure

Ateliers Parents-enfants
avec de Bouche à Oreilles et l'Association
Empreintes 04 - (5 à 8 ans)

SAMEDI 08/06 À 14^h30
Résidence les Bernardines
(6 rue de la brasserie) à Manosque