

Forum Bien-être en famille



Pour sa deuxième édition, le forum Bien-être en famille a posé ses valises à la Maison des Associations d'Aubergenville.

Au programme :

UN ESPACE CONFÉRENCE

Toute la journée, la police nationale anime des stands sur 3 thématiques :

- Écrans : « Les écrans oui, mais comment ? Car les écrans, ça s'apprend ! ».
- Addiction : « Papa, Maman, j'ai encore besoin de vous ! ».
- Intimité : « Aider mon enfant à respecter son corps ».

DES ACTIVITÉS EN CONTINU

- JEUX & CRÉATIVITÉ : Atelier maquillage, fresque murale, parcours sensoriel, sculpture sur ballon, jeux en bois, recyclage créatif, poterie et glaise, jeux de société et espace « photobooth ».
- RYTHME DE VIE : Atelier identification des risques domestiques & aménagement/utilisation d'une chambre de bébé.
- SPORT & CULTURE : Atelier création d'instruments de musique, conteuse, coin lecture, zumba (parents & enfants), boxe et parcours sensoriel.
- ESTIME DE SOI : Atelier sur les émotions, massage des mains et de la tête, conseils sur la parentalité, évaluation colorimétrique, conseils relooking et borne photo.

NE PAS MANQUER

RYTHME DE VIE : Alimentation bébé, un nutritionniste répond à vos questions :

- De 10h à 12h30 et de 13h30 à 14h30 sur les proportions des aliments.
- De 15h à 17h en préparant avec vous des smoothies.

ESTIME DE SOI : Atelier sophrologie, pour les grands et les petits :

- De 10h à 11h30 et de 15h à 16h30.

Infos pratiques

Maison des Associations

25 route de Quarante Sous

Documents

[Programme](#)