




Accompagnement
Handicaps & Familles



Un espace pour les aidants et les parents



2026 : Programme des ateliers & Rencontres 

GROUPE DE PAROLE – Parents d'enfants porteurs d'un Trouble du Spectre de l'Autisme Lundis 17h30 - 19h Dates selon planning

Un espace d'échange bienveillant pour partager vos expériences et vos questionnements entre parents concernés. La présence d'un professionnel expert vient étayer les échanges, apporter des éclairages et soutenir chacun dans la compréhension du quotidien lié à l'autisme.

GROUPE DE PAROLE – Parents d'enfants porteurs d'un Trouble du Déficit de l'Attention avec/sans Hyperactivité Mercredis 18h30 - 20h Dates selon planning

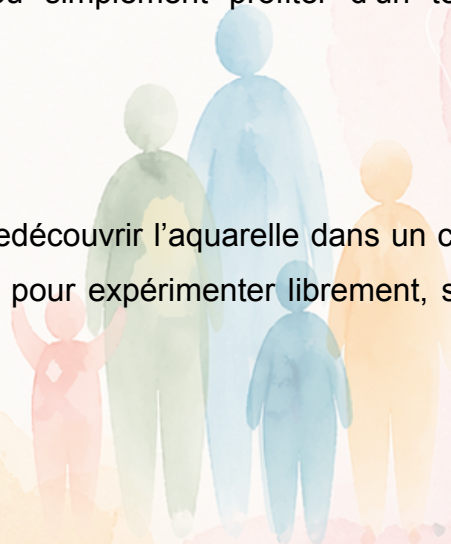
Un temps d'échange entre parents autour des défis du TDAH, basé sur la méthode Barkley. Un professionnel expert accompagne le groupe afin d'apporter des repères concrets, mieux comprendre les comportements de l'enfant et renforcer les stratégies éducatives.

CAFÉ des parents - Lundis 13h30 - 16h30 / Vendredis 9h - 12h

Un moment convivial et informel pour se rencontrer, discuter librement et créer du lien entre parents. Chacun peut venir déposer ses préoccupations ou simplement profiter d'un temps d'échange chaleureux.

ATELIER aquarelle - Mardis 9h30 - 12h

Un atelier créatif animé par une bénévole, pour découvrir ou redécouvrir l'aquarelle dans un cadre convivial. Des temps en autonomie sont également proposés pour expérimenter librement, selon ses envies et son rythme.







Accompagnement
Handicaps & Familles



Un espace pour les aidants et les parents

 2026 : Programme des ateliers & Rencontres 

ATELIER Explorer sa posture d'aidant **Jeudis 14h - 15h30 ou 18h - 19h30**

Chaque séance s'appuie sur une thématique émotionnelle ou une réalité partagée, pour explorer à travers une proposition créative, sensorielle et intuitive guidée, sa manière singulière de vivre sa place d'aidant.

Mettre des mots, relâcher les tensions, accepter son ressenti et se recentrer sur l'instant présent, en partageant une expérience commune mais propre à chacun.

Aucun prérequis n'est nécessaire, chacun avance à son rythme dans une démarche douce et bienveillante.

TEMPS LIBRE au local **Lundis, mercredis, jeudis 9h-12h et vendredis 13h30-16h30**

Un espace à disposition pour souffler et prendre un moment pour soi, à son rythme. Vous y trouverez du coloriage pour adulte (sans infantilisation), des sudokus et mots croisés, de la lecture (ouvrages techniques ou simplement pour s'évader), ou simplement la possibilité de vous poser sur un canapé, relâcher et ne rien faire.

INFORMATION parentalité **Dates à venir**

Des temps d'information pour mieux comprendre les enjeux de la parentalité et accéder à des repères utiles au quotidien. Ces rencontres permettent d'apporter des éclairages concrets et adaptés aux besoins des familles.

CONFÉRENCES & TEMPS D'ÉCHANGE – Société inclusive **Dates à venir**

Organisation de conférences et de temps d'échange autour de thématiques liées à la société inclusive. Ces rencontres visent à sensibiliser, informer et ouvrir le dialogue ; les sujets et dates seront régulièrement communiqués.

