



**Actions proposées par Familles Rurales  
Aveyron Services - Sites de Réquista :**

- Le Bercail
- Centre de loisirs Arc en ciel
- Multi-accueil Les Lutins de l'Arc en ciel
- Relais Petite Enfance Arc en ciel

**Renseignements et Inscriptions**

Le Bercail  
7 avenue de la vallée du Tarn  
12170 REQUISTA  
05 65 43 68 64  
[evs@requistanais.fr](mailto:evs@requistanais.fr)



-  **Programme**
-  **Parentalité**
-  **2022 - 2023**
-  Accompagnement à la  
fonction parentale

## Les cafés des parents

Envie de faire une pause dans votre quotidien de parent, de retrouver un peu de légèreté et d'insouciance

Futurs-parent, besoin d'être accompagné dans cette grande aventure ?

Venez donc au café des parents, un lieu de rencontre convivial et chaleureux, animé par Sophie COURTIAL - éducatrice spécialisée et accompagnante parentalité

Un espace pour jouer avec son enfant mais pas que ...

Un espace ouvert à toutes les questions, au partage d'expériences

Venez découvrir des ateliers parent-bébé

### Dates des rencontres

De 9h à 11h30 au Bercaïl - Gratuit

Jeudi 16 février

Jeudi 16 mars

Jeudi 20 avril

Jeudi 25 mai

Jeudi 15 juin

## La sophrologie en duo

Samedi 21 janvier à 10h au Bercaïl  
Atelier de sophrologie parent-enfant animé par Laëtitia MANA, sophrologue  
Gratuit - Sur inscription au 05 65 43 68 64

## La médiation animale

Samedi 18 février à 10h au Bercaïl  
Atelier de médiation animale animé par Pauline BOUNES, médiatrice animale  
Gratuit - Sur inscription au 05 65 43 68 64

## Le groupe de paroles pour les parents EXTRAordinaires

Vous êtes un ou des parent(s) en difficultés face à la désociabilisation, aux troubles alimentaires, de comportement (agressivité / violence / refus d'autorité), à la phobie scolaire, aux « dys », au handicap ou aux besoins spécifiques de votre/vos enfant(s). Venez en parler.

Ces rencontres mensuelles, accompagnées par une psychologue et une éducatrice spécialisée vous proposent de partager votre expérience avec d'autres parents.

### Dates des rencontres

De 10h à 12h au Bercaïl - Gratuit

Samedi 17 septembre

Samedi 15 octobre

Samedi 19 novembre

Samedi 10 décembre

Samedi 14 janvier

Samedi 11 février

Samedi 11 mars

Samedi 15 avril

Samedi 13 mai

Samedi 17 juin

## Les conférences

### Comment parler de la mort avec nos enfants ?

Jeudi 20 octobre à 20h30 au Bercaïl  
Temps d'échange, partage d'expériences et regards croisés. Animée par Mélanie BON, psychologue

### Burn out parental et charge mentale

Mardi 31 janvier à 20h30 au Bercaïl  
Animée par Amélie RIVET, thérapeute familiale et conjugale

### La grand-parentalié

Jeudi 25 mai à 20h au Bercaïl  
Animée par Sophie VERIN, médiatrice familiale

## Le secourisme et la sécurité routière

### Le secourisme spécifique nourrisson/enfant

Date à définir, en juin 2023  
Formation de 5h réparties en 2 soirées de 18h à 20h30, animée par Sandra ROSSI. Tarif 20€

### La sécurité routière

Date à définir, fin d'année 2023  
Gratuit, animé par l'association EASR81