

MATINÉE BIEN-ÊTRE

SAMEDI 13 JUIN

**OUVERT
AUX PARENTS**

 Centre d'animation Saint-Pierre  Accueil de 9h à 9h30

De 9h30 à 12h30

La Ruche

Massage assis (20 min/pers)
9 créneaux de massage

Court-Brouillon

Babillages
lecture contée pour les enfants
sous la surveillance d'une animatrice

11h30

Cuisine

Atelier savon maison
8 personnes, sans enfant
(45 min)

Salle d'expression corporelle

9h30 **Massage bébé**
(30 min)

10h15 **Reflexologie plantaire**
(30 min)

11h **Yoga postnatal,
avec ou sans bébé** (30 min)

12h **Yoga prénatal** (45 min)

Espace jeunes

9h45 et 10h15 et 11h

Mini(s) conférence(s)
sur les enjeux de l'écran

11h30 **Papotage**
« Les écrans parlons-en ! »



Repas sur place
De 13h à 14H