

12^{ème}

SEMAINE DE LA PARENTALITÉ



9 > 12
MAI
2023

« On ne naît pas parent, on le devient »



Ouvert à tous



Ateliers
parents / enfants



Animations
artistiques



Conférence
Débat



Séance de
cinéma

Retrouvez aussi tout le programme sur

cotelub.fr

Avec la
participation de



Votre semaine sur le territoire de Cotelub

MARDI 9 MAI

Atelier d'éveil artistique

10h - 11h

CADENET - La Bulle

« Peinture naturelle et matériaux recyclés »

Gratuit - sur inscription au 06 60 10 52 76
au Relais Petite Enfance

Lecture en musique

17h

LA BASTIDE DES JOURDANS

A la bibliothèque La Clé des Livres

Ouvert à tous

Atelier pop-up

15h - 17h

ANSOUIS

A la bibliothèque Millefeuilles

Réalisation de cartes pour
la fête des mères et la fête des pères



Séance de cinéma

15h

CUCURON - Cinéma le Cigalon

Le Petit Nicolas de Amandine Fredon,
Benjamin Massoubre
1h22 - 2021
(France)



Ouvert à tous
Offert par Cotelub

JEUDI 11 MAI

Conférence

Et si on s'apprenait mutuellement
à communiquer ?*

18h30 - 20h30

LA TOUR D'AIGUES - Salle Philibert

Animée par Valeria Bollud-Salomé,
co-fondatrice de l'Institut

Gratuit



VENDREDI 12 MAI

Atelier familial

16h30 - 19h

BEAUMONT DE PERTUIS - Au Verger
(terrain au-dessus de la salle Codonel)

Goûter partagé

Jeux en famille animés par l'APE

Atelier créatif « Dessine ton village »

Infos au 06 35 19 63 48

Ouvert à tous



Atelier d'éveil artistique

10h - 11h

LA TOUR D'AIGUES - Le Transfo

« Peinture naturelle et
matériaux recyclés »

Gratuit - sur inscription au 06 99 09 91 60
au Relais Petite Enfance

Atelier danse pleine nature

15h - 17h

CADENET - Château

Exclusivement pour l'ALSH

Atelier parents-enfants

17h - 19h

CADENET - Château

Pour binomes parent-enfant (+ de 8 ans)
proposé par Le Grand Ménage
avec la Compagnie des Têtes Bêches*

Gratuit - sur inscription au 07 49 40 07 18

Moment de partage collectif

18h - 20h

VILLELAURE - Salle Simone Veil

Ateliers chorégraphiques

« Sois sage et tais-toi ! »*

proposé par Le Grand Ménage
avec la Compagnie Movimento

les parents au Transfo

18h30 - 21h30

LA TOUR D'AIGUES - Le Transfo

Ping-pong / Babyfoot / Billard
Pétanque / Apéritif dinatoire
Grand quiz avec des lots à gagner
Ambiance musicale

Inscription obligatoire :
www.letransfo-jeunes.fr

Tout au long de la semaine,
la crèche Les Enfants du Luberon à Mirabeau,
accueille les parents de la structure sur la
thématique : « Devenir parent, être parent,
quelle aventure ! »

Sur inscription uniquement



Zoom sur quelques activités ...

Conférence *

Et si on s'apprenait mutuellement à communiquer ?

Judi 11 mai
18h30 - 20h30
La Tour d'Aigues - Salle Philibert

Animée par Valeria Bollud-Salomé,
co-fondatrice de l'Institut

« Si on s'apprenait mutuellement à mettre en commun (c'est cela le sens profond du mot communiquer), il y aurait moins de malentendus, de souffrances et de violences dans les relations entre adultes, avec les enfants et surtout avec les adolescents,...

Si on apprenait ensemble quelques règles d'hygiène relationnelle autour du demander, donner, recevoir ou refuser, qui sont les ancrages de base de toute relation vivante, il y aurait plus d'échanges et de partages entre les adultes et les enfants.

Si on apprenait que les mots sont nécessaires, indispensables mais non



suffisants pour se relier à autrui dans le respect de soi et de l'autre, et qu'il faut des outils favorables tels la visualisation et la symbolisation, nous pourrions proposer des relations plus vivantes et plus dynamiques aux enfants et aux adolescents.

Si on apprenait qu'il est possible de se dire (en parlant de soi), d'écouter (en se centrant sur la personne et non sur le problème), de confirmer l'autre (pour lui donner plus d'existence), de s'ouvrir à la confrontation plutôt qu'à l'affrontement (pour créer le partage et l'échange), alors il y aurait moins de violences et de souffrances entre les humains. »

Atelier parents-enfants *

Vendredi 12 mai
17h - 19h
Cadenet - Au Château



Le Grand Ménage propose avec la Compagnie Les Têtes Bêches un atelier parents-enfants, pour les plus de 8 ans. Une approche chorégraphique et sensorielle, des exercices d'improvisation pour explorer des mouvements avec l'appui et le support des arbres. Grimpe et danse avec les arbres. Fait de l'arbre ton partenaire de jeu !

Atelier parents-enfants *

Mercredi 10 mai
10h - 11h
Villelaure - Salle Simone Veil



Le Grand Ménage propose avec la Compagnie Movimento, un atelier parents-enfants. Les ateliers parents-enfants proposent des espaces de bien-être par le mouvement afin de renforcer et resserrer les liens d'affection. Le binôme parent-enfant y développe une relation privilégiée dans l'écoute, la confiance et la complicité. Tout au long de l'atelier, les participants traversent diverses propositions de mises en mouvement ludiques, en association avec le dessin, l'écriture, la méditation et l'écoute des émotions.

Moment de partage collectif * *

Vendredi 12 mai
18h - 20h
Villelaure - Salle Simone Veil



Le Grand Ménage propose avec la Compagnie Movimento « Sois sage et tais-toi ! ».

Création chorégraphique poétique qui transpose une relation adulte-enfant à une relation adulte-adulte.

Le spectacle sera suivi d'un atelier proposé par des artistes et des pédagogues avec des mises en jeu que chacun.e peut investir librement, seule, à deux ou en groupe afin de partager ensemble un moment ludique et chaleureux.

Cotelub fête l'environnement
avec la



Journée du Développement Durable

Le Samedi
à Peypin d'Aigues

Sensibilisation au développement durable
Animations pour petits et grands
Marché éphémère artisanal et local
Restauration sur place

**13
MAI
2023**
de 10h à 17h



Infos sur cotelub.fr

