

# Ateliers parents-enfants

Ces ateliers de jeux corporels et contact parents-enfants ont pour objectif premier de proposer à un parent un lieu pour partager un temps privilégié avec un de ses enfants, des espaces de jeux et de découverte, de contact et de détente.

Ils sont ouverts aussi bien aux papas qu'aux mamans et sont adaptés dès 4 ans, se déclinent sans problème jusqu'à 11 ans, peuvent être faits avec un enfant différent à chaque fois ou au contraire être un temps prévu avec un enfant en particulier. Ils peuvent être également l'occasion de partager un temps de rires et de jeux en famille, ainsi que de douceur et de tendresse.

Ces ateliers sont l'occasion de :

- renforcer les liens parents - enfants
- permettre un contact physique à la fois libre et encadré qui ne soit pas du maternage, découvrir un autre mode de communication, se rencontrer autrement
- proposer une palette de jeux, d'expériences, de danses, reproductibles facilement à la maison sans matériel
- offrir un espace hors du monde de tous les jours où les conflits peuvent être laissés de côté, un temps juste pour prendre du plaisir avec son enfant
- proposer d'autres modes de rencontre avec sa famille ou les autres familles présentes
- se laisser imprégner par une musique, jouer à varier les rythmes des mouvements
- bouger, vivre dans son corps, découvrir ou redécouvrir le plaisir de bouger ensemble, les petites attentions qu'on peut avoir pour son corps et le corps de l'autre, les gestes qui détendent.
- travailler la confiance en l'autre, l'attention et le respect de l'enfant pour l'adulte et vice versa
- acquérir des techniques de base de portés en lien avec la danse contact : danse d'improvisation qui explore comment deux corps en contact peuvent interagir l'un par rapport à l'autre.

**Moyens** : jeux de contact, de danse, techniques de massages accessibles aux enfants dès 4 ans, travail les yeux bandés, jeux de « chute » dans les bras d'une ou plusieurs personnes, jeux de déplacements, seuls ou à plusieurs... utilisation de petites percussions, jeux d'écoute de musiques...