

# Quinzaine de la parentalité

*“Pour prendre soin de toi,  
je prends soin de moi.”*

## Jeudi 19 octobre 2023

### MJC Vic en Bigorre

17 rue Barère de Vieuzac  
65500 VIC EN BIGORRE

**GRATUIT**

**Animations,  
rencontres et échanges  
pour les parents et enfants  
de 14h à 18h**

**OUVERT À TOUS**

**à partir de 14 heures:**

**Accueil - Café**

**GRATUIT**

**de 14h à 16h :**

Atelier Yoga

Atelier massage Bébé

Atelier massage Adulte

Atelier fabrication produits de beauté

Raconte tapis, Tapis lecture

Création fresque

**de 16h à 17h :**

Goûter offert par les partenaires

**de 17h à 17h45 :**

Cercle de parole

Lecture de contes

Yoga Parents - Enfants

**SANS  
INSCRIPTION**

***Renseignements auprès des  
partenaires de cette journée :***

APF, CAF, Court'Echelle, Médiathèque Adour  
Madiran, MJC Vic en Bigorre, PMI, SAGV 65