



Dis-Nous N'Ours

juin 2021

Numéro 3

Sommaire

*Adhésion à l'UDAF
Atelier 2021 : acte 3
Quelques mielleries
Le Nous N'Oursologie 1
Le Nous N'Oursologie 2
La Nous N'Ourserie
Programme 2021*

Atelier 2021

Troisième acte de la saison 1, soutenu par EFA91, la CAF et le CD. Retour sur cette après-midi riche en partage, malgré sa tenue en visio-conférence.

Pages 2 à 5

Le Nousnoursologie

Kinésio... Késako?

La communication gestuelle

Pages 6 à 11

Programme 2021

acte 4 et un nouveau projet surprise pour la rentrée...

Page 13

Adhésion à l'UDAF

L'origine de ce projet est la participation de deux bénévoles actives de l'association EFA91 au défi associatif "Ambition familles" de l'UDAF de l'Essonne en 2018. Récompensé par le 3ème prix, le projet présenté souhaite faciliter la communication enfant-parents par la création d'un support ludique sur lequel l'enfant peut se repérer dans le temps, dans l'espace et sur lequel il peut également identifier les personnes rencontrées ou afficher ses émotions. Depuis, une association est née, l'association Nous N'Ours, qui a fêté sa première année d'existence et qui, tout récemment, vient d'être agréée par l'UDAF (Union Départementale des Associations Familiales) de l'Essonne.



Nous N'Ours

association pour une parentalité communicante et bienveillante

Siège social : à l'UDAF de L'Essonne

315 square des Champs Élysées, BP 107, 91004 - ÉVRY-COURCOURONNES Cedex

Atelier 2021

"Arrête ton caprice !!!" acte 3

Le temps du soutien

Conférencière : Liliana Mingita, psychologue clinicienne et thérapeute familiale de l'AFA (Agence Française de l'Adoption)

Animatrices : Isabelle & Julia

Webmaster : Jean-Pierre

Le 30 janvier 2021, nous nous sommes de nouveau réunis en équipe réduite dans les locaux de l'UDAF91, en raison de la situation sanitaire. Liliana Mingita et trois co-fondateurs de Nous N'Ours, ont animé en visio-conférence le 3ème et dernier acte de notre saison 1 « Arrête ton caprice ! Le temps du soutien ».

Avec l'utilisation du théâtre-forum, adapté à la situation sanitaire, nous avons présenté quelques outils de médiation soutenant la communication enfant parent à travers les items suivants:

1- La communication gestuelle associée à la parole

Scénette: le mutisme sélectif

La situation se déroule dans une crèche. Une jeune enfant, nommée Cléa, de 18 mois est entrain de jouer tranquillement. Soudain un camarade, Tim, arrive à 4 pattes derrière elle et se met à jouer avec ses cheveux, les caresse puis les tire. Cléa reste figée. Elle n'émet aucun signe de douleur ni d'alerte.

Une professionnelle intervient le plus vite possible pour les séparer.

Elle explique à Tim l'interdit en signant. Puis elle prend Cléa dans ses bras en lui demandant, tout en signant, comment elle va, si elle a mal. Aucune réaction.

Grâce aux partages d'observations avec la famille lors des transmissions du soir, parents et professionnels prennent conscience de la différence de comportement en fonction de l'environnement. Ce phénomène chez le jeune enfant est un trouble anxieux appelé « mutisme sélectif ».

Le mutisme sélectif

Dans cette scène, Liliana Mingita insiste sur l'importance de sécuriser psycho-affectueusement l'enfant qui vient d'être « agressé », de lui proposer un câlin tout en vérifiant s'il n'y a pas de blessure autre, de mettre des mots sur la scène



que l'enfant vient de vivre, d'exprimer aussi ses propres émotions comme par exemple « J'ai vu Tim te tirer les cheveux. Cela a dû te faire mal! Ça m'a fait peur sur le moment. Mais je vois que ça va mieux à présent ».

Pour l'enfant qui a blessé, de lui rappeler la règle de l'interdit calmement, tranquillement. De le rassurer que nous savons bien qu'il ne voulait pas faire mal.

Liliana Mingita suggère également de détourner ensuite les deux enfants vers un autre sujet qui pourrait les intéresser tous les deux.

2- Rupture de communication et colère

Scénette : Rupture de la communication

Un jeune enfant de 4 ans joue au petit train. Sa maman remet en place le pont de tel sorte à ce que le petit train puisse passer en dessous sans toucher le pont.

Le jeune enfant fait une grosse colère en criant non. La maman tente d'expliquer que c'était pour l'aider.

L'enfant pousse de plus bel plusieurs cris d'affilée et agitant ses bras dans tous les sens jusqu'à détruire accidentellement toute l'installation du petit train. Le parent désarçonné, tourne les talons et dit à son enfant " Et bien puis ce que c'est comme ça je ne t'aiderai plus!" Et part.

Dans cette situation le jeune enfant est dans son univers imaginaire où il est l'auteur, le narrateur et l'acteur principal. La maman malgré sa bonne intention est intervenue maladroitement sans prendre

le temps d'observer et concerter son enfant.

Prendre le temps d'observer comment son enfant joue, se mettre à sa hauteur, rentrer doucement dans son univers en échangeant avec lui pour savoir à quoi il joue et pourquoi pas ensuite lui faire des suggestions.

Tant l'enfant que le parent se trouvent tous deux frustrés chacun de ne pas avoir été compris. La scène se finie sur une communication rompue.

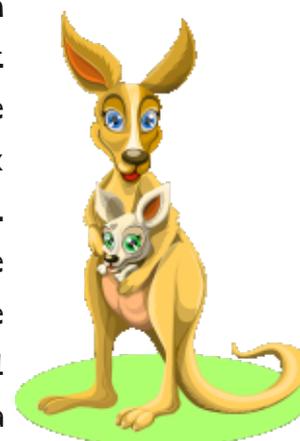
Pour renouer la communication il existe des outils ludiques comme l'objet transitionnel communément connu sous le nom de « Doudou ». Il peut être utilisé par les deux partis comme un médiateur...

Mme Mingita fait alors une présentation des différents types de parents que chacun peut porter en lui, notamment le parent kangourou et le parent singe (voir page 5 pour plus de détails).

Le parent Kangourou (le parent « idéal ») Ce parent sait rebondir à chaque situation, il est confiant, rassurant. Il prend du

temps pour son enfant, ainsi l'enfant se sent écouté et se sent important aux yeux de ses parents.

Ce cadre sécuritaire permet à l'enfant de découvrir le monde, il sait qu'il peut partir à l'aventure (école,



crèche, famille...) car il sait qu'il reviendra toujours vers ses parents.

Ce type de parent accepte son enfant tel qu'il est avec ses différences. Il sait accueillir ses propres émotions et les émotions de son enfant et connaît les valeurs de l'expression de ses émotions. Il a confiance en soi et dans les autres. Il sait exprimer son mécontentement pour poser des limites à son enfant.

Il utilise les « neurones miroirs », en exprimant ses émotions, il permet à son enfant de les exprimer aussi. Parent d'un enfant adopté qui a vécu des défauts d'attachement et qui sera plutôt dans un mode évitant/ambivalent, il saura désamorcer la gravité des crises. Notamment, l'expression de la colère qui est reconnue comme une émotion saine, permettra à l'enfant de l'exprimer dans des proportions acceptables.

Le parent Singe ou Ambivalent

Ce parent a besoin d'être aimé, il veut être tout pour son enfant et veut que son enfant soit tout pour lui. Ses réactions sont aléatoires, déroutantes et imprévisibles et son enfant réagit sur le même modèle, parfois de façon calme, parfois avec force. L'enfant exagère ses émotions pour attirer l'attention et tester les bases de sécurité. S'il doute de la fiabilité de ses parents, l'enfant se sentira indigne d'être



aimé. L'enfant sera dépendant, l'autre est tout et lui n'est rien. Il devra apprendre à faire confiance pour retrouver sa propre valeur.

Mme Mingita rappelle que la colère est une conséquence à un ressenti, un vécu blessant. Cette émotion doit être exprimée, prévoyez un espace 'lieu des émotions' (toujours sous votre regard, le simple fait d'être présent valide ce qui est en train de se passer) comme une chaise, un coussin, etc... un endroit privilégié où les émotions peuvent se libérer. L'idéal est de laisser l'enfant se calmer, si cela est possible le prendre dans ses bras pour l'apaiser et rouvrir la conversation sur l'évènement ultérieurement. La colère permet d'exprimer ce que je ressens, une fois cette colère exprimée, accueillir comment je me sens d'avoir dit ou fait (colère verbale ou physique). De son côté, comment le parent a-t-il reçu cette colère et comment va-t-il la gérer, qu'est-ce que ça aura réveillé de ses propres blessures. Quand les attachements non-séculaires, ne sont pas soignés autant du côté des parents que des enfants, alors il y a escalade dans les conflits et les émotions. Il convient de rappeler que le temps de l'enfant n'est pas le même que le temps de l'adulte. Quand on s'adresse à son enfant, il est important de se mettre à son niveau, de parler avec

des expressions et des mots qu'il comprend. Imaginez le ressenti de cet enfant, quand il est sermonné par un parent « géant », le ratio de taille accentue alors le conflit. Quand vous arrivez à la maison avec toutes les émotions de la journée de travail, prenez le temps pour vider votre sac, accordez-vous un moment de pause avant de gérer votre enfant. En tant qu'adulte, c'est à vous de réguler vos émotions et être entièrement disponible pour votre enfant. Si votre état émotionnel est trop difficile à gérer, alors il est important de vous faire accompagner vers un travail sur soi, et de comprendre vos propres limites.

Le métier de parent est un métier difficile mais il est important de se concentrer sur la beauté de l'engagement. En prenant son rôle à cœur, nous serons à même de faire grandir notre enfant dans les meilleures conditions. En s'engageant dans l'adoption, l'importance de la préparation prend tout son sens. C'est le moment de faire le point sur l'éducation que vous avez reçue, comment avez-vous géré vos colères, vos émotions, comment vos parents vous ont-ils accompagnés ?

Chaque parent a en lui une part de « Kangourou » !

Julia Baudry & Murielle Xavier



Quelques Mielleries



Sur le site www.lecoledemesreves.com/theorie-attachement, vous trouverez la définition des quatre types d'attachement selon Jeanne Roy :

- **Sécurisant.** La maman répond immédiatement, de façon appropriée et cohérente. C'est la « **Maman Kangourou** ».
- **Insécurisant évitant.** La carapace de la maman l'empêche d'être pleinement disponible. Elle n'apporte peu ou pas de réponse à l'enfant stressé. Elle n'est pas à l'aise avec ses émotions et le contact physique. C'est la « **Maman Tortue** ».
- **Insécurisant ambivalent/résistant.** La maman est toujours occupée, elle s'affaire, elle s'agite. Parfois elle répond aux demandes de l'enfant, parfois non. Ses comportements sont imprévisibles. C'est la « **Maman Singe** ».
- **Insécurisant désorganisé.** Les comportements de la maman sont imprévisibles. Elle a peur et fait peur. Elle peut faire preuve de maltraitance, d'agressivité. Les rôles sont confus. C'est la « **Maman Hérisson** ».

« L'attachement est un lien affectif durable d'un enfant envers un adulte qui en prend soin et qui se matérialise notamment, par divers comportements permettant à l'enfant, dans les moments de détresse surtout, d'interagir avec cet adulte » John Bowlby

Le Nous N'Oursologue :

Petit conseil de
Kinésiologie

Kinésio... Késako? Découverte d'une possibilité d'accompagnement

Dans nos deux premiers numéros de 'Dis-Nous N'Ours', vous avez pu lire des conseils en kinésiologie, c'est le moment de vous expliquer ce qu'est la kinésiologie.

Par définition du grec ancien kinesis « mouvement » et logos « Etude », la kinésiologie ou « Science du mouvement » est une discipline thérapeutique visant la libération du stress installé dans le corps pour favoriser un retour à un état de bien-être durable.

Les douleurs, les angoisses, les troubles sont souvent les maux que le corps exprime quand les émotions sont refoulées et que les conflits internes ne sont pas résolus.

Le kinésiologue identifie, par l'intermédiaire de tests neuro-musculaires, les blocages et les déséquilibres qui se sont installés dans le corps et l'inconscient, au fur et à

« Ce qui ne s'exprime pas en mots, s'imprime en maux »
Anne Ancelin Schützenberger



mesure du parcours de vie. Grâce à ce dialogue avec le corps, il met en lien les émotions, le cerveau et les muscles, pour rebrancher l'inconscient à l'origine de l'enregistrement de ce schéma de stress. Il pratique ensuite les équilibrations qui vont permettre au corps et à l'inconscient d'installer une nouvelle façon de fonctionner.

Quelques exemples de consultations :

Une cliente doit prendre la parole en public, elle connaît son sujet sur le bout des doigts, malheureusement comme à chaque intervention, elle perd ses moyens, elle a chaud, elle bégaye et perd le fil de sa présentation. A ce moment précis, son inconscient s'est reconnecté au seul schéma qu'il connaît, celui de la petite fille de 6 ans qui devait réciter sa poésie devant la classe. Mais ce jour-là, alors qu'elle était fière de connaître son texte par cœur, la maîtresse la reprise sur sa tonalité, a fait une réflexion sur le trou fait au pantalon pendant la récréation ou un enfant lui a dit « tu es nulle », juste avant d'entrer en classe....autant de facteurs que le cerveau limbique qui gère les émotions, a associé et enregistré : « quand je m'exprime en

public, je suis reprise, critiquée, jugée... ».



© Peggy und Marco Lachmann-Anke
de Pixabay

Quand dans une famille d'agriculteur, de père en fils depuis des générations, le fils aîné reprend l'héritage de la ferme. Cependant, ce fils aîné a osé partir et choisir un autre métier, sans compter les conflits qu'a pu générer cette décision. Mais voilà, d'employeur en employeur, d'un poste à l'autre, il ne trouve pas sa place et ne sait plus comment évoluer professionnellement. Comment s'épanouir et assumer ces choix devant cette injonction inscrite dans les gènes de la lignée ?

Mario, cinq ans, présente des poussées de verrues sur les mains, c'est un enfant plein de vie, plutôt agité. Il a un grand frère de neuf ans, très autonome, indépendant qui le rejette constamment devant ses sollicitations. Les tests montrent un enfant en hyper contrôle et en manque de confiance envers les adultes. Cet enfant a été gardé de sa naissance à ses trois ans par une nounou à domicile qu'il adorait et qu'il avait identifié comme figure d'attachement. Cette jeune fille venait d'être quittée par son ami, une précarité affective que Mario a captée et est venu remplir, une responsabilité bien grande pour ce petit garçon. La garde s'est arrêtée avec l'entrée à l'école, une rupture que l'enfant a subi avec indifférence. La maman, quant à elle, a vécu un schéma similaire avec sa propre mère, un parent immature et non sécurisant, qu'elle a dû épauler dès son plus jeune âge. La perte de confiance en l'adulte, déjà inscrite dans l'inconscient de la maman, s'est confirmée avec un frère qui le repousse et une nounou qui s'en va. « Je ne peux pas compter sur les personnes auxquelles je m'attache », cette image s'est inscrite dans le cerveau reptilien qui gère la survie. « Puis-je alors m'attacher à quelqu'un d'autre, suis-je digne d'être aimé et puis-je aimer, si ceux que j'aime ne sont pas fiables » ?

Les domaines d'intervention sont divers et sans limites car la kinésiologie regroupe un ensemble de concepts basés sur la chiropractie, la physiologie, les neurosciences et la médecine traditionnelle chinoise, réunis sous trois principales techniques :

EDUCATION KINESTHÉSIQUE - BRAIN GYM®

- Difficultés scolaires (Lire, Ecrire, Compter, Imaginer, Mémoriser...)
- Troubles d'apprentissage (Dys, TDAH, Concentration...)
- Préparation d'examen, de concours, d'entretien d'embauche
- Expression en public
- Prise de décision
- Amélioration des performances
- Développement des aptitudes relationnelles et managériales ...



© Joshua Choate de Pixabay



© Brett Jordan de Pexels

TOUCH FOR HEALTH® OU L'ÉQUILIBRATION DES MÉRIDIENS

- Douleurs, Tensions corporelles (Mal de Dos, Inflammations, Tendinites...)
- Accompagnement émotionnel des pathologies
- Troubles du sommeil
- Symptômes d'acouphènes, mal des transports, ORL
- Troubles alimentaires (Boulimie, Anorexie, Problèmes d'appétit...)
- Déséquilibres corporels (Digestion, Migraine, Enurésie...)
- Fatigue, stress, dépression, burn-out, vitalité ...

LIBÉRATION ÉMOTIONNELLE -THREE IN ONE CONCEPTS®

- Changements de vie brutaux (Deuil, divorce, déménagement...)
- Confiance en soi, Estime de soi
- Désir d'enfant (périnatal, grossesse, Infertilité...)
- Stress au quotidien (famille, couple, travail, relation parents/enfants...)
- Gestion des émotions (Timidité, phobie, agressivité, peur...)
- Addictions et dépendances (Tabac, jeux...)
- Amélioration du bien-être et prise en charge de sa vie ...



© Gerd Altmann de Pixabay

La kinésiologie s'adresse à tout public (Nourrissons, Enfants, Adolescents, Adultes, Femme enceinte, Séniors...)

Déontologie du kinésologue :

- Selon l'OMS, le kinésologue est un « professionnel de la gestion du stress et de la prévention en matière de santé ».
- Il ne fait ni diagnostic, ni prescription médicale et ne demande jamais de suspendre un traitement médical ou un suivi psychologique.
- Il assure la confidentialité et pratique les soins avec respect et bienveillance.

« On ne peut guérir la partie sans soigner le tout. On ne doit pas soigner le corps séparé de l'âme, et pour que l'esprit et le corps retrouvent la santé, il faut commencer par soigner l'âme. Car c'est une erreur fondamentale des médecins d'aujourd'hui : séparer dès l'abord l'âme et le corps. » Platon

Ces exemples démontrent qu'en considérant l'individu dans la globalité de son histoire et en libérant ces tensions, le kinésologue vise à rétablir un équilibre de santé et d'harmonie du corps au niveau physique, émotionnel et mental. Libéré de ses différents stress, le consultant retrouve sa capacité d'action, sa liberté et son plein pouvoir de choix face aux situations. Plus positif, plus serein, plus efficace, il peut alors s'ouvrir à de nouvelles perspectives.

Murielle XAVIER
KINÉSIOLOGUE



-SUR RENDEZ-VOUS-

Tél. 06 84 17 56 68

28310 JANVILLE-EN-BEAUCE

Mail

muriellexavier.kinesiologie@gmail.com

Facebook

@MurielleXavierKinesiologie

EXERCICES PRATIQUES DE BRAIN GYM®

Apporte le calme et le centrage, permet de retrouver la stabilité émotionnelle, en régulant l'énergie. Utile en cas de stress, d'inquiétude, d'angoisse quand nous n'avons pas accès au meilleur de nous-même pour accomplir une tâche avec une pensée claire.

A faire en position assise ou debout, il sera nécessaire d'accompagner les jeunes enfants en pratiquant vous-mêmes ces massages.

1 - LE CASQUE D'ÉCOUTE

1/ Observez votre écoute, puis tournez la tête à gauche puis à droite et constatez jusqu'où votre tête tourne.

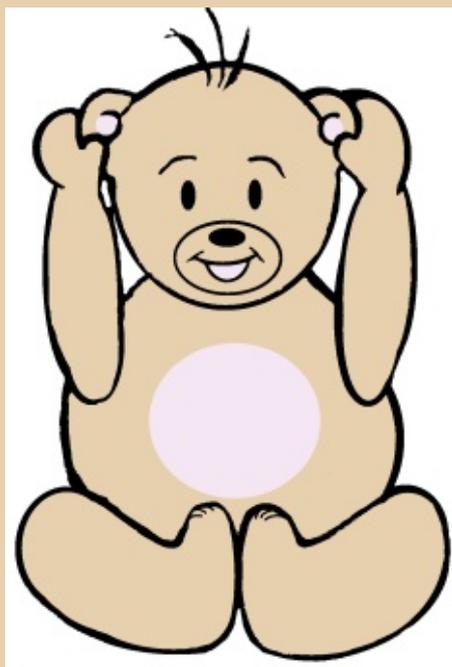
2/ Gardez les épaules basses, la tête droite et venez dérouler les plis de vos oreilles avec le pouce et l'index. Attrapez tout le pavillon en commençant par le haut, en tirant doucement vers l'extérieur et en allant vers le lobe. Pensez à respirer profondément

3/ Faites l'exercice trois fois, en commençant toujours par le haut de l'oreille.

4/ Observez à nouveau votre écoute et votre capacité à tourner la tête.

5/ Donnez une intention à ce que vous voulez libérer à ce moment-là, par exemple :

- J'ouvre mes oreilles pour être attentif ou pour m'extraire du bruit parasite et revenir à l'intérieur de moi.
- J'efface des mots durs ou blessants entendus en libérant l'émotion.



JE DÉROULE LE REPLIS DE MON OREILLE



JE MASSE L'ARTICULATION DE MA MÂCHOIRE POUR ME FAIRE BAILLER

2 - LES BAILLEMENTS ÉNERGÉTIQUES

1/ Observez comment sont votre vision, votre respiration, les muscles du visage.

2/ Massez doucement avec deux doigts autour des articulations de la mâchoire en ouvrant la bouche.

3/ Inspirez par le nez et expirez par la bouche pour déclencher plusieurs bâillements.

4/ Observez à nouveau votre vision, votre respiration, votre visage.

- Je déploie mon aptitude à la lecture, au chant, à la prise de parole en public.
- Je détends mes yeux et mon visage pour plus d'expressivité.

© Nous N'Ours

Le Nous N'Oursologue

Quelques signes pour aider la communication avec l'enfant

Pourquoi attendre que l'enfant parle pour communiquer? La communication gestuelle associée à la parole est un langage de transition qui permet d'utiliser des gestes pour illustrer des mots courants (manger, fini, dormir...). L'utilisation des signes peut être utile pour l'entourage de l'enfant soit avant qu'il parle et au début de l'apprentissage de la parole, soit lorsqu'il a des difficultés pour s'exprimer, soit lorsqu'il existe une barrière de la langue.

Lorsque l'enfant commence à comprendre quelques mots, mais qu'il n'est pas en mesure de les dire, ce peut être frustrant. Il est toutefois déjà capable de communiquer à l'aide de gestes. Par exemple, il montre du doigt ou tend les bras. L'apprentissage de nouveaux signes peut donc l'aider à communiquer plus clairement ses besoins.

Nous présenterons donc dans chaque lettre quelques signes pour accompagner la communication avec nos enfants.

Julia Baudry



Bonjour (la main part de la bouche et va vers l'avant)



Papa (l'index et le pouce sont écartés près de la bouche puis ils pincent une moustache imaginaire)



Maman (la main caresse le visage de haut en bas)





La Nous N'Ourserie

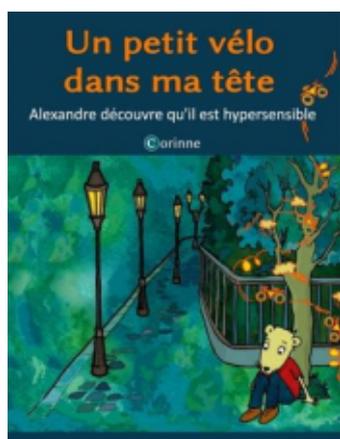


Voyage au coeur de l'attachement, de Jeanne Roy

Après une rencontre "déclic" avec les Toutous de l'attachement, il n'en fallait pas plus pour partir à la découverte de cette Valise, trésor de l'attachement. Faudrait-il faire un petit voyage au Canada pour la récupérer, idée immensément réjouissante mais ce sera pour plus tard. Après quelques échanges fort intéressants



et conviviaux avec l'auteure, direction la librairie du Québec à Paris. Valise en main, le départ pour une lecture pleine de promesse a sonné. Cette trousse de Voyage au coeur de l'attachement se présente sous forme d'un coffret comportant 5 carnets, des annexes de 1 à 13 et un dictionnaire attachement et neurosciences affectives. Chaque carnet aborde un item propre à l'arrivée de l'enfant biologique : les préparatifs, le démarrage, l'émergence, l'attachement privilégié, l'attachement coopération. Chaque chapitre renvoie à des repères théoriques, des intentions, des accompagnements donnant des explications et des pistes concrètes sur le développement de l'enfant de sa vie in utéro à ses premières années. Les annexes complètent la lecture car on lit, on relit, on réfléchit, on comprend, on espère à travers ce parcours initiatique de la parentalité.



Un petit vélo dans ma tête, de Corinne Vonaesch

Et si votre enfant était hypersensible ? Voici un livre visant à aider les enfants hypersensibles à s'accepter tels qu'ils sont, et à apprécier leur différence par le biais de l'histoire d'une petite souris hypersensible. Il vous permettra aussi, à vous parents, de mieux comprendre ce trait de personnalité qui touche une personne sur cinq. A découvrir ensemble... Cet album s'adresse à tous, et en particulier aux enfants hautement sensibles de 6 à 10 ans ainsi qu'à leurs parents. Une lecture commune permettra un échange fructueux sur ce trait de personnalité, et favorisera chez l'enfant l'acceptation de sa différence. Une histoire à lire, à apprécier et à partager. Ce livre, j'aurais aimé l'avoir entre les mains en tant que maman de jeunes enfants hypersensibles. Je l'ai écrit et illustré avec l'envie de combler cette lacune : proposer un album pour enfants documenté et complet d'un point de vue théorique sur la thématique de l'hypersensibilité. Je vous souhaite beaucoup de plaisir à la découverte de cette spécificité qui est aussi un atout dans la vie !

Pour adhérer / nous soutenir,
rejoignez-nous sur :



INVITATION

SAMEDI 26 Juin 2021

à 14H00

En Visioconférence

(Même si vous avez manqué les épisodes précédents)

THÉÂTRE FORUM :

"ARRÊTE TON CAPRICE !!! "

Les chemins vers la résilience

Bonus de la Saison 1

Animé par madame Liliانا MINGITA



Liliانا MINGITA, psychologue clinicienne, thérapeute familiale et EMDR, spécialisée dans la théorie de l'attachement et la psychiatrie infantile interviendra sur l'importance de la gestion des émotions dans la petite enfance, étape cruciale pour le bien-être et le développement futur de l'enfant.

*Rebondir tel un kangourou, surmonter pour se reconstruire.
Se nourrir d'expériences positives.*

*D'une communication bienveillante pour mieux repartir.
Mais comment parvenir à emprunter l'un de ces chemins de résilience ?
C'est par le biais du théâtre Forum que Ami N'OURS, outil de communication innovant guidera toute la famille vers cette excursion reconstructrice.*

26 JUIN 2021 : saison 1 - bonus

Envie d'air pur, appel de la forêt... Beaucoup d'entre vous ont délaissé les écrans pour un retour à la nature. On le comprend... Nous reportons cette conférence faute de suffisamment de participants inscrits, nécessaires à l'interaction du théâtre forum. Nous nous retrouverons prochainement en « live », à très bientôt!

Programme 2021



AUTOMNE 2021 : un projet surprise est en cours d'élaboration, RDV après l'été pour en savoir plus...

Nous N'Ours

Siège social :

A l'UDAF de L'Essonne
315 square des Champs
Élysées

BP 107

91004 - ÉVRY-

COURCOURONNES Cedex



Pour nous contacter :

nousnours.accueil@gmail.com

Nos partenaires :



Nous N'Ours

association pour une parentalité communicante et bienveillante

Siège social : à l'UDAF de L'Essonne

315 square des Champs Élysées, BP 107, 91004 - ÉVRY-COURCOURONNES Cedex