


# MAI 2020 | Programme des ateliers

Les ateliers pédagogiques sont destinés à tous les enfants suivis au réseau ODE, atteints de surpoids/obésité, de diabète et/ou d'asthme.  
Une mention particulière (✳) apparaît pour les ateliers dédiés spécifiquement à une pathologie.



**BOUGER**

Enfant 6-10 ans

**CLUB PASSERELLE**

3<sup>ème</sup> trimestre Du mercredi 01/04/20 au 01/07/20

16h00 à 17h00-Mulhouse  
Centre Sportif Régional

*Développer ses capacités physiques*

Cycle 3

Enfant 11-14 ans

**CLUB PASSERELLE**

3<sup>ème</sup> trimestre du mercredi 01/04/20 au 01/07/20

17h00 à 18h00-Mulhouse  
Centre Sportif Régional

*Développer ses capacités physiques*

Cycle 3

Enfant 11 ans et plus

**CLUB RENFO**

3<sup>ème</sup> trimestre du mercredi 01/04/20 au 01/07/20

14h à 15h30 Mulhouse  
Réseau ODE

*Développer ses capacités physiques*

Cycle 3

Enfant > 11 ans + parent

**Vis ta santé**

Samedi 16 mai de 13h15 à 15h- Mulhouse  
RDV entrée du zoo


*Connaître son niveau de condition physique*

Enfant > 6-10 ans + parent

**Le Monde de Didou**

Samedi 16 mai de 9h30 à 11h  
Mulhouse – Parc Salvator

*Connaître son niveau de condition physique*



**PENSER**

Enfant 11-14 ans

**Sophrologie**

3<sup>ème</sup> trimestre Les lundis du 6 avril au 29 juin de 17h30 à 18h30 Mulhouse – Réseau ODE

*Trouver des solutions pour mieux vivre avec ses émotions*

Cycle 3

Enfant 11-18 ans

**Bien-être émotionnel**

Les mardis 28 avril, 5 mai, 12 mai de 16h45 à 18h45 Mulhouse - Réseau ODE

*Gérer ses émotions*

Cycle 3

Enfant 6-10 ans

**Estime de soi**

Les mardis 19 mai, 26 mai et 2 juin de 16h45 à 18h45 Mulhouse – Réseau ODE

*Avoir une estime de soi positive*


Cycle 3

Enfant > 15 ans ou parent

**Consomm'acteur**

Mercredi 6 mai de 17h à 19h Mulhouse – Réseau ODE

*Faire des choix alimentaires éclairés*



**AGIR**

Enfant > 6 ans + parent

**Atelier cuisine Portions 1**

Jeudi 7 Mai de 17h à 20h Mulhouse Réseau ODE

*Préparer les quantités alimentaires adaptées à son âge et ses besoins*

Enfant > 6 ans + parent

**Atelier cuisine Portions 2**

Jeudi 21 mai de 17h à 20h- Mulhouse Réseau ODE

*Préparer les quantités alimentaires adaptées à son âge et ses besoins*

Enfant > 6 ans + parent

**Atelier cuisine Equilibre**

Samedi 30 mai de 9h à 12h- Mulhouse Réseau ODE

*Appliquer les principes de l'alimentation équilibrée*

Enfant > 6 ans + parent

**Atelier cuisine Equilibre Petit-déjeuner**

Jeudi 14 mai de 17h à 19h Mulhouse – Réseau ODE

*Appliquer les principes de l'alimentation équilibrée*

Parents

**Parentalité**

Les lundis 2 mars, 16 mars, 30 mars, 27 avril de 9h à 11h et atelier parent + enfant le samedi 16 mai de 9h à 12h Mulhouse Réseau ODE

*Développer son sentiment de compétence parentale*

Cycle 6

Parents

**Parentalité**

Les lundis 11 mai, 25 mai, 8 juin et 22 juin de 9h à 11h et atelier parent + enfant le samedi 4 juillet de 9h à 12h Mulhouse Réseau ODE

*Développer son sentiment de compétence parentale*

Cycle 7

Réseau ODE

17 rue du Dr Léon Mangeney 68100 Mulhouse

www.reseauode.fr

Inscriptions et renseignements : 03.89.64.63.08