



## LYON



### PORTRAIT

Maman chercheuse, formatrice pétillante, Aïcha Riffi n'a de cesse de faire bouger les lignes ! Monitrice-éducatrice pour ados en difficulté et adultes handicapés, maman de 3 enfants, elle décide il y a quelques années de se former à la communication non violente (CNV) avant de créer, en 2008, l'association « Ma famille comme unique » pour aider parents et enfants à mieux communiquer.

### AGIR pour l'avenir de nos enfants

#### « MA FAMILLE COMME UNIQUE »

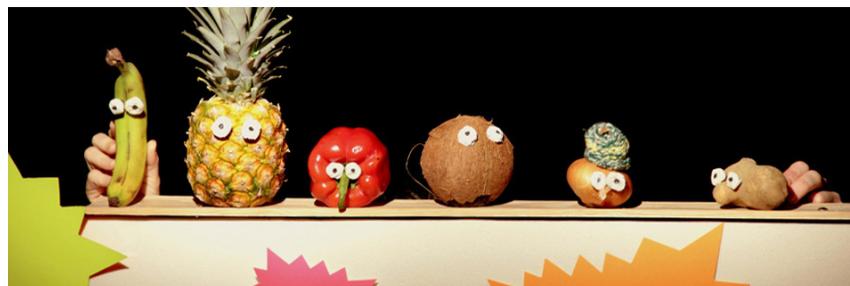
« Arrête ce cinéma ! », « Je t'ai déjà dit 100 fois de... ! »... et si l'on changeait les mots que l'on emploie avec nos enfants pour, au contraire, apaiser les tensions et les amener à plus de coopération et d'autonomie ? C'est le pari de notre association « Ma famille comme unique », où nous proposons les ateliers pour parents Faber et Mazlish. À raison de 8 séances, nous vous enseignons les méthodes pratiques et efficaces de la communication bienveillante. Un entraînement à la fois ludique et créatif ! « *Ma famille comme unique* », à l'*Espace Ecoworking* : 27, rue Romarin, 69001 Lyon. Tél. : 06 63 03 27 29 ; [www.mafamillecommeunique.org](http://www.mafamillecommeunique.org)



#### LES MESSAGES VIBRATOIRES SAMVAHAN

Masser est pour moi un art et une habileté qui apporte du bien-être et crée du lien avec mes enfants. C'est avec Jessica Neven du Mont que j'ai appris l'art du massage vibratoire et je vous recommande son enseignement. Une idée cadeau originale pour Noël !

*Massage Samvahan et réflexologie* : 06 28 27 04 95 ; [samvahan.wordpress.com](http://samvahan.wordpress.com)



#### LE THÉÂTRE DES CLOCHARDS CÉLESTES

Un petit théâtre de quartier, une programmation jeune public de qualité, une belle ambiance... le Théâtre des Clochards Célestes est notre sortie culturelle préférée en famille. Allez faire un tour sur leur site, piochez parmi leurs nombreux spectacles et réservez un bon moment avec votre tribu !

*Théâtre des Clochards Célestes* : 51, rue des Tables-Claudiennes, 69001 Lyon. Tél. : 04 78 28 34 43 ; [www.clochardscelestes.com](http://www.clochardscelestes.com)

## LYON



#### LE TASSE-LIVRE

Le must de ce café-librairie ? L'accueil qui vous est réservé dès que vous poussez la porte. Restauré le plus fidèlement possible, cet ancien local de charbonnier propose des produits frais issus du commerce équitable ou de production locale, une sélection de livres que l'on trouve rarement dans d'autres librairies et une connexion Wi-Fi. Un lieu où il fait bon venir en famille pour feuilleter, flâner, grignoter ou se reposer sur la terrasse ombragée...

*Le Tasse-Livre* : 1, rue Louis-Vitet, 69001 Lyon. Tél. : 04 72 10 02 74 ; [www.tasselivre.fr](http://www.tasselivre.fr). Ouv. du lun. au sam., de 10h à 20h (11h le sam.).

#### GALOPINS GALIPETTES

Météo pluvieuse, température en berne : en manque d'idées de sortie ? Foncez à la ludothèque Galopin-Galipettes. Dans cet espace pour les tout-petits jusqu'à 6 ans, on oublie le temps et l'on profite du moment présent. Cécile, l'animatrice, est là tous les jours pour leur faire découvrir de nouveaux jeux et des intervenants extérieurs viennent régulièrement proposer de chouettes animations. La première visite est gratuite : laissez-vous tenter !

*Ludothèque Galopins-Galipettes* : 15, rue Clément-Michut, 69100 Villeurbanne (métro : Gratte-Ciel). Tél. : 04 78 68 99 53 ; [galopinsgalipettes.free.fr](http://galopinsgalipettes.free.fr). Adhésion : 30 € (pour les Villeurbanais) ou 35 €/an. Fermé le mar. toute la journée et le jeudi matin.



#### LES ATELIERS ENFANTS DE L'ESPACE CONDÉ

Voici un atelier original et innovant pour les enfants, où ils expérimentent tour à tour la zumba, le shiatsu, la relaxation, l'éveil du yoga, le Pilates... L'idée est de leur donner l'occasion de s'initier à des pratiques rarement proposées aux enfants et... de satisfaire leur besoin d'expérimentation ! Un moment propice à l'expression corporelle, au calme et à la connaissance de soi.

*Ateliers enfants pour les 5-7 et 8-11 ans* : 240 €/an. *Espace Condé* : 20, rue de Condé, 69002 Lyon. Tél. : 06 23 08 70 96 ; [www.espaceconde.fr](http://www.espaceconde.fr)

#### LA MAISON RHODANIE DE L'ENVIRONNEMENT

Quand tout le monde à la maison a besoin de prendre un bon bol d'air, on file à la Maison rhodanienne de l'environnement ! Ce lieu unique propose une fourmilière d'activités, d'ateliers (enfants 7 ans+) et de sorties nature pour tous (6 ans+). « Oiseaux de l'hiver », « Créons avec la nature » (Francheville) ou « Jouons avec les petites bêtes » et « Recycl'Art » (Lyon)... on se retrouve tour à tour chercheur, détective, artiste, et même laborantin !

*Maison rhodanienne de l'environnement* : 32, rue Ste-Hélène, 69002 Lyon. Tél. : 04 72 77 19 80 ; [www.maison-environnement.fr](http://www.maison-environnement.fr). *Centre d'initiation à la nature (pour les sorties nature)* : chemin du Grand-Moulin, 69340 Francheville (04 78 57 99 86). *Ateliers enfants* : 2€. *Sortie nature* : adulte 5€ ; enfant 2,50€.

