

# PROGRAMME

Avril - Mai - Juin  
- 2024 -



**MAISON  
DES 1000 JOURS**



## LAEP PARENT'AILE

Moment de jeux et d'échanges entre enfants & parents.

- **Ouvert les mardis** 9h à 11h30, **les jeudis** de 14h30 à 18h ainsi que :
- **SAMEDI 20 AVRIL** de 9h à 11h30
- **SAMEDI 25 MAI** de 9h à 11h30
- **SAMEDI 29 JUIN** de 9h à 11h30

## SOLIDARILAIT

Atelier de soutien à l'allaitement. Pour les futurs et jeunes parents. Animé par Solidarilait.

- **MARDI 2 AVRIL** de 14h à 16h
- **MARDI 7 MAI** de 14h à 16h
- **MARDI 4 JUIN** de 14h à 16h

## HEURE DU CONTE

Pour les parents et les enfants de - de 6 ans.

- **MERCREDI 3 AVRIL** de 10h à 11h
- **MERCREDI 5 JUIN** de 10h à 11h

## LES PETITES CIGOGNES ET DECOUVERTE DU BEBE

Accompagnement et soutien dans les situations de vulnérabilité psychique. Femme enceinte ou famille avec un bébé de moins de 3 ans.

- **JEUDI 4 AVRIL** de 9h à 12h
- **JEUDI 6 JUIN** de 9h à 12h

## ATELIER MASSAGE / PORTAGE

Pour les parents avec un enfant de moins de 6 mois. Animé par Claire et inscription conseillée.

- **LUNDI 13 MAI** de 14h à 15h30

## COCKTAIL SANTE

Echanges entre parents sur la santé et le développement de l'enfant. Animés par Hélène.

- **MARDI 23 AVRIL** de 14h à 15h30
- **MARDI 28 MAI** de 14h à 15h30
- **MARDI 25 JUIN** de 14h à 15h30

## ATELIER BIEN-ETRE

Réservé aux parents (massage, bien être, estime de soi...).

Animé par Christine. Inscription conseillée.

- **VENDREDI 12 AVRIL** de 9h30 à 10h30
- **VENDREDI 21 JUIN** de 9h30 à 10h30

## SOPHROLOGIE

Atelier de détente, gestion du stress et des émotions pour les parents avec ou sans enfants, animé par Julie. Inscription conseillée.

- **LUNDI 22 AVRIL** de 9h à 10h
- **LUNDI 27 MAI** de 9h à 10h
- **LUNDI 24 JUIN** de 9h à 10h

## UNE PUERICULTRICE A VOTRE ECOUTE

Temps d'écoute et d'information autour de la petite enfance animé par les professionnelles du Centre Médico-social.

- **MERCREDI 24 AVRIL** de 9h à 11h
- **MERCREDI 22 MAI** de 9h à 11h
- **MERCREDI 26 JUIN** de 9h à 11h

## ESPACE EN FAMILLE

Atelier de jeux et d'échanges pour les familles avec au moins un enfant de moins de 3 ans. Animé par Nadia. Inscription conseillée.

- **MERCREDI 10 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 24 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 29 MAI** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 12 JUIN** de 14h30 à 16h30

## YOGA PRE-POST NATAL

Pour les mamans et futures mamans. Animé par Audrey. Inscription conseillée.

- **VENDREDI 19 AVRIL** de 14h à 16h
- **VENDREDI 31 MAI** de 14h à 16h
- **VENDREDI 28 JUIN** de 14h à 16h

## REFLEXOLOGIE

Atelier découverte réflexologie plantaire. Pour l'enfant de moins de 3 ans. Animé par Claire. Inscription conseillée.

- **LUNDI 8 AVRIL** de 14h à 15h30
- **LUNDI 3 JUIN** de 14h à 15h30



## PERMANENCES JURIDIQUES

Permanence sur les droits de la famille. Entretien confidentiel gratuit et anonyme avec une juriste.

- **JEUDI 25 AVRIL** de 9h à 11h30
- **JEUDI 30 MAI** de 9h à 11h30
- **JEUDI 27 JUIN** de 9h à 11h30

INSCRIPTION AUPRÈS DU CIDFF  
AU 03 25 73 15 25

## DISPOSITIF D'ACCOMPAGNEMENT A LA PARENTALITE DES PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP

Groupe de paroles pour parents en situation de handicap ayant un enfant de moins de 3 ans animé par l'APF.

- **JEUDI 25 AVRIL** de 14h à 16h

## VIE DE PARENT

Temps d'échanges entre parents ayant au moins un enfant de moins de 3 ans animé par les professionnelles du Centre Médico social.

- **MARDI 16 AVRIL** de 14h à 16h
- **MARDI 14 MAI** de 14h à 16h
- **MARDI 11 JUIN** de 14h à 16h



## Adresse



30 rue Marie Noël  
10600 La Chapelle Saint-Luc

