

**Journée internationale des droits des femmes**  
**« L'ÉGALITÉ FILLES ET GARÇONS DÈS LA PETITE ENFANCE »**

**Vendredi 8 mars de 9h30 à 11h**

Et si on pouvait agir dès la petite enfance pour construire une culture de l'égalité entre les femmes et les hommes ? Rencontre et échanges avec des professionnelles de la petite enfance autour des pratiques (jeux et activités, attitudes, transmissions aux parents...).



**Dans le cadre de la semaine nationale de la petite enfance**

**ATELIER ENFANT-PARENT**  
**« ÉVEIL MUSICAL »**

**Mercredi 20 mars de 9h30 à 11h**

*Animé par Estelle Kerisit, éducatrice de jeunes enfants et musicothérapeute*

*Pour les enfants de la naissance à 18 mois accompagnés de leur parent*

**ATELIER ENFANT-PARENT**  
**« ÉVEIL SENSORIEL »**

**Mercredi 20 mars de 16h à 17h**

*Animé par Laurence Laplanche, psychomotricienne*

*Pour les enfants de 18 mois à 3 ans accompagnés de leur parent*

**RENCONTRE ET PRÉSENTATION D'UNE DOULA**

**Samedi 23 mars de 10h à 11h30**

Une doula est une femme qui accompagne et soutient une femme enceinte et son entourage avant, pendant et après l'accouchement.

Découverte de l'utilisation du rebozo, châle mexicain connu notamment pour le resserrage du bassin.

*Animée par Tanja Milosavljevic, doula et accompagnatrice périnatale*

**COMMENT VOUS RENDRE À LA MAISON DES FAMILLES ET DE LA PARENTALITÉ**

25 avenue du Port-au-Fouarre  
94100 Saint-Maur-des-Fossés  
Tél : 01 45 11 65 74 / 06 78 42 65 48  
[maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com](mailto:maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com)

**BUS 107** Arrêts **square Beaurepaire** ou **rue des Coteaux**

**BUS 111** Arrêts **Arromanches** ou **Bourbaki**

SM

VILLE DE SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

**MAISON DES FAMILLES ET DE LA PARENTALITÉ**

**Les rendez-vous**  
**JANVIER - MARS 2024**

Sur inscription par mail à [maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com](mailto:maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com)  
ou par téléphone au 01 45 11 65 74

**ATELIER ENFANT-PARENT : « UN BÉBÉ PORTÉ, UN ENFANT BIEN PORTANT »**

**Vendredi 12 janvier de 9h30 à 11h30**

Découvrez différentes écharpes et leurs nouages en position ventrale et d'allaitement tout en étant sensibilisé à la sécurité du bébé.

*Animé par Laura Ydir-Tourinel de Signes et Bien-Naître*

*De la naissance à 6 mois*

**ATELIER ENFANT-PARENT : « FABRICATION DE MANGEOIRE ET BOULES DE GRAISSES, SENSIBILISATION À L'AVIFAUNE ET À SA PROTECTION EN HIVER »**

**Mercredi 17 janvier de 10h à 11h30**

À la Maison de la nature

*Pour les parents et les enfants à partir de 4 ans*

**Café des parents aidants**

**« COMMENT ACCEPTER ET FAVORISER L'AUTONOMIE DE MON ENFANT TOUT EN ÉTANT PARENT-AIDANT ? »**

**Lundi 22 janvier de 14h30 à 16h**

Un temps de libre parole, organisé en partenariat avec l'Union Départementale des Associations Familiales (UDAF)

*Pour les parents d'enfants malades ou en situation de handicap*

**ATELIER PARENTS À DOS**

**Samedis 13 janvier et 16 mars de 10h à 11h30**

Atelier d'improvisation, de mime et d'expression pour développer la confiance en soi, les capacités d'adaptation, la gestion des émotions et la liberté de s'exprimer de façon verbale et non verbale tout en s'amusant.





## PARENTS FACE À LA SÉPARATION

**Lundis 22 janvier et 25 mars de 18h à 19h30**

Groupe de parole ouvert à tout parent, en cours de séparation ou déjà séparé, qui s'interroge sur les effets de la séparation, qui souhaite écouter et partager son vécu, trouver du soutien entre parents et réfléchir à la mise en place d'une organisation familiale optimale.

En partenariat avec l'Union Départementale des Associations Familiales (UDAF)

Animé par une médiatrice familiale de l'UDAF



## 1 000 QUESTIONS AUTOUR DE LA NAISSANCE

**Vendredis 2 février et 1<sup>er</sup> mars de 9h30 à 11h**

Atelier destiné aux femmes enceintes, aux jeunes mamans et aux papas pour échanger sur les interrogations autour de la grossesse et de l'arrivée du bébé.



## LISONS ENSEMBLE

**Mercredi 7 février de 9h30 à 11h**

Comment accompagner les enfants dans la découverte des livres ? Comment lire avec eux ? Quels sont leurs besoins ? À partir de quel âge l'adulte peut-il commencer à lire avec son enfant et jusqu'à quel âge ?

En partenariat avec la médiathèque Germaine-Tillion



## ATELIER PARENTS-ADOS : « AMIS POUR LA VIE ? HISTOIRES D'AMITIÉ »

**Samedis 27 janvier et 3 février de 10h à 11h30**  
**Dimanche 10 mars de 10h à 11h30**

Explorez la notion de l'amitié au travers de deux ateliers d'écriture en mêlant écriture personnelle, sortie au théâtre et rencontre avec des photographes.

En partenariat avec le Théâtre de Saint-Maur.



## PARENTS D'ADOS ZEN

**Tous les lundis du 26 février au 22 avril de 20h à 21h (sauf jours fériés et vacances scolaires)**

Cycle de 6 séances de sophrologie pour retrouver une parentalité plus sereine et apprendre à se libérer des tensions corporelles et émotionnelles.

Animé par Sophie Schang, sophrologue

60 € pour le cycle de 6 séances



## ATELIER ENFANT-PARENT « RIRE POUR BIEN GRANDIR »

**Mercredi 28 février de 16h à 17h**

D'où vient le rire ? Pourquoi ne rit-on pas tous des mêmes choses ? Comment le rire agit sur mon organisme ? Peut-on rire de tout ? Les questions autour du rire sont sans fin, les réponses se discutent dans la bonne humeur !

Animé par Olivia Ribardière

Pour les parents et les enfants de 8 à 12 ans



## CONFÉRENCE

**« LES DÉBUTS DE LA SOCIALISATION : COMMENT GÉRER LES CONFLITS ENTRE ENFANTS D'ÂGE PRÉ-SCOLAIRE ? »**

**Lundi 4 mars de 14h à 15h30**

Animée par Stéphanie Forgeot, psychologue clinicienne et la référente parentalité

Pour les parents de jeunes enfants



## GRUPE DE PAROLE : « PAS TOUJOURS FACILE DE COMMUNIQUER ENTRE PARENTS ET ADOS »

**Mardi 5 mars de 18h30 à 20h**

Animé par Florent Denis, médiateur familial à l'Espace Famille Médiation Olga Spitzer

Pour les parents d'adolescents