Ville de
La Chapelle Saint-Luc
Centre Municipal d'Action Sociale

Là où tout commence
Maison des 1000 jours
La Chapelle Saint-Luc

PROGRAMME

Mai
- 2025 -

Nouvelle animation à découvrir !

MAISON DES 1000 JOURS

Conception : service communication - Ville de La Chapelle Saint-Luc • Freepik • pikisuperstar • IPNS

Les ateliers

Nouveau !

DANSE PRENATALE

Profiter d'un moment de musicalité et de mouvements adaptés à la grossesse pour relâcher les tensions musculaires et offrir un bercement rassurant pour le bébé. Animé par "Précieuse et cie"

SOPHROLOGIE

Atelier de détente, gestion du stress et des émotions pour les parents avec ou sans enfants, animé par Julie, professionnelle formée en sophrologie.

GRANDIR AVEC L'ART

Atelier animé par une artiste peintre, Fany GUILLAUME de IMAJ (Institut Mondial d'Art de la Jeunesse). Eveil artistique, manipulation de matière, de peinture sous toutes ses formes. À partir de 9 mois. Uniquement sur inscription. Heures d'arrivées et de départs libres.

VIE DE PARENT

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

PERMANENCES JURIDIQUES

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

INSCRIPTION AUPRÈS DU CIDFF
AU 03 25 73 15 25

CAFE PARENTS

Temps d'échanges sur « Le développement psychomoteur du jeune enfant. Quelles activitées adapté à mon enfant » avec Valentine BLONDEL psychomotricienne

REFLEXOLOGIE

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

ATELIER NUTRITION

Temps d'échanges pour en savoir plus sur l'alimentation de la future maman et du jeune enfant : connaître les besoins nutritionnels, faire les meilleurs choix alimentaires et ateliers pratiques en cuisine. Animé par Pauline, diététicienne, nutritionniste au centre de santé chapelain.

ESPACE EN FAMILLE

Jeux libres pour vous et vos enfants, adaptés à tous les âges (enfants de moins de 3 ans pouvant être accompagnés par leurs frères et/ou sœurs plus grands).

ATELIER MASSAGE / PORTAGE

Atelier découverte de massage bébé et de techniques de portage animé par Claire, auxiliaire de puériculture formée en massage et portage bébé. Pour enfant de moins de 6 mois.

LAEP PARENT'AILE

Moments de jeux et d'échanges entre enfants et parents. Sans inscription.

AKHILLEUS

Mouvements en famille : atelier de motricité adapté aux jeunes enfants. Atelier animé par un éducateur sportif diplômé de l'association. Enfant de 9 mois à 3 ans et fraterie (- de 5 ans).

UNE PUERICULTRICE A VOTRE ECOUTE

Vous vous posez des questions sur les soins et la santé de votre enfant, le retour de la maternité... une infirmière puéricultrice répondra à toutes vos questions.

Renseignements et inscription par mail :
cmas1000jours@la-chapelle-st-luc.eu
ou Tél : 06 14 47 59 79

MAI

Tous les ateliers sont sur inscriptions sauf le LAEP Parent'aile,
Tél ou SMS : 06 14 47 59 79
cmas1000jours@la-chapelle-st-luc.eu

MARDI 6 MAI

- *De 9h à 11h30 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS**
- *De 17h à 18h :* **AKHILLEUS – ATELIER MOTRICITE**

MERCREDI 7 MAI

- *De 10h à 11h :* **HISTOIRES A MANIPULER** – *Avec Christine de Calinou*

LUNDI 12 MAI

- *DE 14H À 15H30 :* **ATELIER DE REFLEXOLOGIE** – ***Enfant de 0 à 12 mois***

MARDI 13 MAI

- *De 9h à 11h30 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS**
- *De 14h à 16h* **: VIE DE PARENTS** – *Vous souhaitez échanger avec d'autres parents, des professionnels. Venez partager un moment de convivialité et de partage*
- *De 17h à 18h :* **AKHILLEUS – ATELIER MOTRICITE**

JEUDI 15 MAI

- *De 15h à 17h45 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS**

SAMEDI 17 MAI

- *De 9h à 11h30 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS**

MAI

LUNDI 19 MAI

- *De 12h15 à 13h15 :* **ATELIER DE SOPHROLOGIE** – *Prendre le temps de respirer, de se détendre. Avec ou sans son nouveau né*

MARDI 20 MAI

- *De 9h à 11h30 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS**
- *De 17h à 18h :* **AKHILLEUS – ATELIER MOTRICITE**

MERCREDI 21 MAI

- *9h30 à 11h30 :* **ESPACE EN FAMILLE + ACCOMPAGNE D'UNE PUERICULTRICE A VOTRE ECOUTE** ***Venez passer un temps de jeux avec votre enfant et profiter de la présence d'Amélie, infirmière puéricultrice qui répondra à toutes vos questions sur la santé et le développement de votre enfant.***

JEUDI 22 MAI

- *De 9h à 11h :* **PERMANENCE JURIDIQUE DU CIDFF** – *Inscription au 03 25 73 15 25*
- *De 12h15 à 13h30 :* **REUNION D'INFORMATION COLLECTIVE ET D'ECHANGE** ***- vous attendez un enfant, pour mieux vous préparer à son arrivée des professionnels de la CAF et de la CPAM ainsi qu'une sage-femme de la PMI répondront à toutes vos questions.***
- *De 15h à 17h45 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS**

VENDREDI 23 MAI

- *De 9h à 11h :* **PORTES OUVERTES DU LAEP** – *Lieu d'accueil Enfants Parents. Venez découvrir ce lieu et échanger avec les accueillantes.*

MAI

SAMEDI 24 MAI

- *De 10h à 12h :* **CAFE PARENTS** - *Temps d'échanges sur « Développement psychomoteur du jeune enfant, quelle activité adapté à mon enfant » avec Valentine BLONDEL psychomotricienne*

LUNDI 26 MAI

- *De 14h à 15h30 :* **ATELIER MASSAGE BEBE** – *Enfant de 0 à 6 mois*

MARDI 27 MAI

- *De 9h à 11h30 :* **LAEP – LIEU D'ACCUEIL ENFANTS – PARENTS**
- *DE 12H30 À 13H30 :* **DANSE PRENATAL** – *Enceinte, venez profiter d'un moment de musicalité et de mouvements pour relâcher les tensions musculaires et de bercements pour votre bébé. Animé par Précieuse et cie*
- *De 17h à 18h :* **AKHILLEUS – ATELIER MOTRICITE**

MERCREDI 28 MAI

- *De 9h30 à 11h30 :* **GRANDIR AVEC L ART** – *ATELIER PEINTURE AU YAOURT, animé par Fany GUILLAUME. Enfant de 9 mois à 3 ans – Uniquement sur inscription*
- *De 15h30 à 17h30 :* **ATELIER NUTRITION,** *Préparation d'un goûter équilibré. Avec Pauline LOPEZ, diététicienne*

Là où tout commence

Maison des 1000 jours
La Chapelle Saint-Luc

ENCORE PLUS D'INFOS CI-DESSOUS

Renseignements et inscription par mail:
cmas1000jours@la-chapelle-st-luc.eu
ou Tél: 06 14 47 59 79

Adresse

30 rue Marie Noël
10600 La Chapelle Saint-Luc

Ville de
La Chapelle Saint-Luc
Centre Municipal d'Action Sociale

Renseignements et inscriptions par mail: cmas1000jours@la-chapelle-st-luc.eu ou Tél: 06 14 47 59 79