

# ATELIERS ENFANTS-PARENTS

POUR DES TEMPS DE DÉCOUVERTES ET D'EXPÉRIMENTATIONS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## JUIN 2026

### **Mercredi 3 Juin - 10h00/11h30**

#### ***La toile d'araignée - Tissons des liens en famille***

**Un moment ludique et sensoriel pour explorer, jouer et coopérer ensemble.**

Passer, attraper, tendre, contourner... à travers un univers de fils, de passages et de découvertes, petits et grands sont invités à explorer une drôle de toile d'araignée géante, propice au jeu, au mouvement et à l'imaginaire.

Un atelier tout en exploration pour développer la motricité, la coordination, la curiosité, la coopération et le plaisir de partager un moment complice parent-enfant.

 Parents et enfants à partir de 18 mois

 Durée : libre

 Animé par Karine, animatrice parentalité et Virginie, éducatrice de jeunes enfants

### **Lundi 8 juin - 09h30/11h00**

#### ***Prévention de la morsure du chien - Mieux comprendre pour mieux se protéger***

**Un moment ludique et éducatif pour apprendre à mieux connaître les chiens et adopter les bons réflexes en toute sécurité.**

Observer, comprendre, reconnaître, respecter... à travers des échanges, des jeux et des mises en situation adaptées aux enfants, les familles découvrent comment approcher un chien, repérer ses émotions et prévenir les situations à risque.

Un atelier de sensibilisation pour développer le respect de l'animal, la confiance, l'observation et apprendre les gestes simples qui favorisent une cohabitation sereine et sécurisée.

 Parents et enfants à partir de 2 ans

 Durée : libre

 Animé par Anne-Sophie

### **Vendredi 12 juin - 10h00/10h30**


#### ***Lecture d'albums - Qui mange qui ?***


**Un moment de découverte et d'éveil autour des histoires et de la curiosité.**

Écouter, rire, observer, deviner... à travers des albums jeunesse sur le thème « Qui mange qui ? », petits et grands plongent dans des histoires drôles et pleines de découvertes, où les animaux réservent parfois bien des surprises !

Un atelier tout en imagination pour partager le plaisir des livres, éveiller la curiosité et vivre un joli moment de complicité autour des histoires.

 Parents et enfants de 0 à 6 ans

 Durée : 30 minutes

 Animé par Karine, animatrice parentalité

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)

# ATELIERS ENFANTS-PARENTS

POUR DES TEMPS DE DÉCOUVERTES ET D'EXPÉRIMENTATIONS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## JUIN 2026

### **Mercredi 17 juin - 10h00/10h30**


**Apporte une chanson - La guitare t'accompagne !**


**Un moment musical et convivial à partager en famille.**

Chanter, écouter, fredonner, découvrir... chacun est invité à apporter une chanson qu'il aime - comptine, berceuse, chanson d'enfance ou morceau préféré - qui sera accompagnée à la guitare pour un joli moment de partage.

Un atelier tout en musique et en bonne humeur pour éveiller les oreilles, partager des souvenirs, découvrir les chansons des autres et vivre un moment chaleureux ensemble.

 Public : Parents et enfants de 0 à 6 ans

 Durée : 30 minutes

 Animé par Karine, animatrice parentalité

### **Lundi 22 juin - 09h30/11h00**

**Prendre soin de l'animal - Petits gestes, grandes attentions**

**Un moment doux et ludique pour découvrir le monde des animaux.**

Observer, caresser, nourrir, prendre soin... les enfants sont invités à rencontrer l'animal et à découvrir, avec leurs parents, les petits gestes qui permettent de le respecter et de veiller à son bien-être.

Un atelier plein de douceur pour partager un moment de complicité, éveiller la curiosité et vivre une belle rencontre autour de l'animal.

 Parents et enfants à partir de 2 ans

 Durée : libre

 Animé par Anne-Sophie

### **Vendredi 26 juin - 10h00/11h30**

**Peinture sans tâche ! Des couleurs à explorer autrement**

**Un moment créatif et sensoriel pour découvrir la peinture... sans se salir !**

Appuyer, tracer, mélanger, observer... les enfants explorent les couleurs et les formes à travers des supports fermés et des expériences ludiques qui permettent de peindre autrement, avec les mains en mouvement et l'imagination en éveil.

Un atelier tout en découverte pour stimuler les sens, la curiosité, la motricité fine et le plaisir d'expérimenter librement.

 Parents et enfants à partir de 1 an

 Durée : libre

 Animé par Karine, animatrice parentalité

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)

# ATELIERS ENFANTS-PARENTS

POUR DES TEMPS DE DÉCOUVERTES ET D'EXPÉRIMENTATIONS

**LA PARENT'AISE**

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

**JUIN 2026**

**Lundi 29 juin - 10h00/11h30**

**Grains de folie ! Patouiller, transvaser, explorer le sable**

**Un moment sensoriel pour laisser les petites mains explorer la matière.**

Toucher, verser, remplir, vider, tracer... les enfants découvrent le sable à travers des jeux de manipulation et d'exploration, à leur rythme et selon leurs envies.

Un atelier ludique et apaisant pour éveiller les sens, développer la motricité fine, la concentration, l'imagination et le plaisir d'expérimenter librement.

 Public : Parents et enfants à partir de 1 an

 Durée : libre

 Animé par Elodie, coordinatrice parentalité

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)

# LE TEMPS DES PARENTS

POUR ÉCHANGES ENTRE PARENTS ET PROFESSIONNELS  
VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOS ENFANTS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## JUIN 2026

### Jeudi 2 juin – 16h00 à 18h00

#### Portage physiologique de l'enfant

Envie de garder bébé tout contre vous tout en ayant les mains libres ? Cet atelier vous propose de découvrir le portage, ses bienfaits, et de vous familiariser avec les différents moyens de porter votre tout-petit en toute sécurité.

Nous aborderons les bienfaits du portage pour bébé et le porteur, les principes du portage physiologique, les différentes options de matériel (écharpes, préformés, slings...), ainsi que les positions adaptées selon l'âge et le développement de votre enfant.

Une partie de l'atelier sera dédiée à la démonstration et à l'essai de plusieurs moyens de portage pour que vous puissiez manipuler, tester, poser vos questions et trouver ce qui vous convient le mieux.

Un moment bienveillant, concret et rassurant pour porter bébé avec confort et confiance, dès les premiers jours.

 Durée : environ 2h

 Public : futurs parents et jeunes parents (0-6 mois)

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Laura, osthéo-pathe et Clarisse, psychomotricienne

### Mardi 9 Juin – 10h00 à 12h00

#### Allaitement : et maintenant, on fait quoi ? Continuer, arrêter, mixer... trouver le chemin qui vous convient

Vous vous questionnez sur la suite de votre allaitement ? Vous vous demandez s'il est temps de poursuivre, de diminuer, de sevrer, ou simplement comment faire un choix qui vous ressemble ? Ce temps d'échange vous propose un espace sans jugement pour parler librement de vos envies, de vos doutes et de votre réalité familiale. Nous aborderons ensemble les différentes étapes de l'allaitement au fil des mois, les raisons qui peuvent amener à poursuivre ou à arrêter, le sevrage progressif ou rapide, l'allaitement mixte, le retour au travail, la fatigue, les émotions et les injonctions parfois difficiles à vivre.

Nous prendrons aussi un temps pour réfléchir à ce qui est juste pour vous, votre bébé et votre famille, en respectant vos besoins, votre rythme et vos choix.

Un moment bienveillant, concret et déculpabilisant pour s'informer, échanger et repartir avec des repères rassurants afin de vivre son allaitement – qu'il continue ou qu'il se termine – avec plus de sérénité et de confiance.

 Public : Jeunes parents

 Durée : 2h00

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Emilie, puéricultrices

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)

# LE TEMPS DES PARENTS

POUR ÉCHANGES ENTRE PARENTS ET PROFESSIONNELS  
VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOS ENFANTS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## JUIN 2026

### Samedi 13 Juin – 14h00/18h30

#### Initiation aux premiers secours enfant et nourrisson

#### Le retour à la maison avec son enfant peut parfois inquiéter : le fameux et si ?

Alors venez participer à l'atelier et nous pourrons répondre à toutes vos questions et vous préparez aux bases du secourisme et de la prévention pour les jeunes enfants

 Public : Futurs parents et parents

 Durée : 4h30

 Lieu : Locaux de la Croix Rouge, 91 rue du Petit Château – Charenton

**Sans enfant**

### Lundi 15 Juin – 16h00/17h30

#### Le sommeil du jeune enfant : parlons-en !

#### Et si mieux comprendre le sommeil de votre enfant vous aidait à mieux dormir aussi ?

Le sommeil du jeune enfant peut parfois être source de questionnements, de fatigue ou d'inquiétude pour les parents. Ce temps d'échange propose d'aborder, dans un cadre bienveillant, les besoins de sommeil selon l'âge de l'enfant, les rythmes qui évoluent, les réveils nocturnes ainsi que les rituels qui peuvent favoriser l'endormissement.

Sans chercher la solution parfaite, l'objectif est d'apporter des repères, de partager des expériences et de réfléchir ensemble à des pistes adaptées à chaque famille pour accompagner le sommeil de l'enfant en douceur.

 Public : Parents

 Durée : 1h30

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Hermine et Elodie, psychologues

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)

# LE TEMPS DES PARENTS

POUR ÉCHANGES ENTRE PARENTS ET PROFESSIONNELS  
VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOS ENFANTS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## JUIN 2026

### Mercredi 17 juin – 15h30/17h30

#### Bien se nourrir pendant la grossesse

#### Manger avec plaisir et prendre soin de soi et de son bébé pendant la grossesse, c'est possible !

Cet atelier propose d'échanger autour de l'alimentation de la femme enceinte afin d'apporter des repères simples et utiles pour cette période particulière. Besoins nutritionnels, idées de repas équilibrés, gestion des envies ou des petits désagréments de la grossesse seront abordés dans un cadre bienveillant et sans jugement.

Un moment pour s'informer, poser ses questions et découvrir comment allier santé, plaisir et sérénité dans son assiette au fil des mois.

 Public : Femmes enceintes

 Durée : 2h

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Schane, diététicienne

### Mercredi 17 Juin – 19h00/21h00

#### L'atelier des futurs et jeunes papas

#### Devenir Papa : s'impliquer dès le début, avec confiance

Cet atelier s'adresse aux futurs et jeunes papas qui souhaitent aborder leur nouveau rôle avec sérénité et engagement.

Ce moment de partage propose d'un côté une vision globale de la parentalité et du développement de l'enfant, et de l'autre, un temps pratique autour des gestes du quotidien : portage, change, bain, endormissement, etc.

Un atelier concret, bienveillant et sans jugement, pour permettre aux papas de s'impliquer pleinement dès le départ, de soutenir activement la jeune maman et de créer un lien fort avec leur bébé.

 Public : Futurs et jeunes papas

 Durée : 2h00

 Lieu : Centre A. Portier – 21 bis rue des Bordeaux

 Animé par Gilles Vaquier de Labaume, consultant en parentalité et fondateur de L'Atelier du Futur Papa

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)

# LE TEMPS DES PARENTS

POUR ÉCHANGES ENTRE PARENTS ET PROFESSIONNELS  
VOUS POUVEZ VENIR AVEC VOS ENFANTS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## JUIN 2026

### Lundi 29 Juin – 14h00/16h00

**Parents d'ici et d'ailleurs - Nos façons d'être parents, entre cultures, traditions et quotidien**

**Éduquer, rassurer, nourrir, endormir, jouer... et si nous prenions le temps de partager nos façons d'être parents ?**

Ce temps d'échange vous propose un espace chaleureux pour raconter, écouter et découvrir les pratiques parentales d'ici et d'ailleurs, dans un esprit de curiosité, de respect et de bienveillance.

Nous aborderons ensemble les habitudes familiales, les rituels du quotidien, les façons de prendre soin des tout-petits, les traditions autour du sommeil, de l'alimentation, du portage, des jeux ou encore des fêtes familiales. Chacun pourra partager son expérience, sa culture, ses souvenirs ou simplement venir écouter et échanger.

Un moment convivial et enrichissant pour créer du lien, valoriser les différences, découvrir d'autres regards sur la parentalité et repartir avec de nouvelles idées, dans une ambiance ouverte et sans jugement.

 Public : Futurs parents et parents

 Durée : 2h00

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Camille DOSSOU, association Espace droit Famille

### Lundi 29 Juin – 16h00/17h30

**Les essentiels en puériculture : l'indispensable pour accueillir bébé**

**Pas besoin de tout avoir, l'important est de choisir l'essentiel pour vous et votre bébé.**

Ce temps d'échange propose d'aborder les équipements et objets de puériculture réellement utiles pour l'arrivée d'un enfant. Quels sont les indispensables au quotidien ? Comment faire des choix adaptés à ses besoins, à son mode de vie et à son budget ?

Dans un esprit pratique et bienveillant, les participants pourront partager leurs questions afin de se repérer parmi les nombreuses propositions du marché de la puériculture et accueillir bébé en toute simplicité.

 Public : Futurs parents et parents

 Durée : 1h30

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Clarisse, psychomotricienne et Virginie, éducatrice de jeunes enfants

Inscription à [relaispetiteenfance@charenton.fr](mailto:relaispetiteenfance@charenton.fr)