

# ATELIERS ENFANTS-PARENTS

POUR DES TEMPS DE DÉCOUVERTES ET D'EXPÉRIMENTATIONS

## LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

## MAI 2026

### **Lundi 18 mai - Toute la journée**


#### **Salle sensorielle - Couleurs en liberté**

**Un moment enveloppant pour éveiller les sens et inviter à la détente.**

Observer, toucher, écouter, explorer... un espace apaisant pour stimuler les sens, favoriser la découverte de soi, la relaxation, la curiosité et le plaisir d'expérimenter à son rythme.

 Public : Parents et enfants de 0 à 6 ans

 Durée : libre

 Animé par Karine, animatrice parentalité

### **Mercredi 27 mai - 10h00/11h30**

#### **Graffiti - Dessinons en grand**

**Un moment créatif et ludique pour laisser libre cours à l'expression artistique.**

Dessiner, colorier, tracer, gribouiller... au sol, entre les lignes ou sur les lignes, petits et grands explorent ensemble le plaisir de créer sur de grands espaces, sans contraintes ni règles du "bien dessiner".

Un atelier joyeux pour stimuler l'imagination, la motricité fine et globale, la coordination et le plaisir de partager un moment créatif en famille.

 Parents et enfants à partir de 18 mois

 Durée : libre

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

### **Mercredi 29 mai- 10h00/10h30**

#### **Découverte du violon**


**Un moment pour découvrir, écouter et s'émerveiller autour du violon et de ses sonorités uniques.**

Venez partager avec votre enfant un temps musical doux et ludique, sans recherche de performance, juste pour le plaisir d'écouter, de chanter et de vibrer ensemble.

Au fil de l'atelier, petits et grands seront invités à entendre le violon en direct, à reconnaître ses sons, à découvrir comment il chante, comment l'archet glisse, comment les notes dansent... Ils pourront aussi participer à des comptines, chansons de Noël et petites mélodies, dans un cadre chaleureux et adapté aux tout-petits.

Un espace pour éveiller l'oreille, nourrir la sensibilité musicale, développer l'attention, stimuler la joie de chanter et renforcer le lien parent-enfant autour d'un moment magique.

 Parents et enfants de 0 à 6 ans

 Durée : 30 minutes

 Animé par AEgine, maman de La Parent'aise

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)

## MAI 2026

### Lundi 18 mai – 15h30-17h30

#### L'équilibre alimentaire du jeune enfant : parlons-en !

**Un moment pour échanger, se rassurer et trouver des repères simples autour de l'alimentation du tout-petit.**

Venez poser vos questions, partager vos expériences et découvrir comment accompagner votre enfant vers une alimentation variée et équilibrée, dans le plaisir et sans pression.

Nous aborderons ensemble les besoins nutritionnels du jeune enfant, les bons réflexes pour instaurer des repas sereins et éviter les batailles à table, l'hydratation, les quantités, les textures et les rythmes adaptés à chaque âge.

Un espace convivial et bienveillant pour déculpabiliser, s'informer et repartir avec des repères concrets et des idées pratiques pour accompagner la croissance de votre enfant en toute sérénité.

 Public : Parents

 Durée : 2h

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par : Schane, diététicienne

### Jeudi 21 mai – 16h00/17h30

#### Café des parents : Les écrans, trouvons le bon équilibre

**Un temps d'échange convivial pour réfléchir ensemble à la place des écrans dans le quotidien des enfants et des familles.**

Venez poser vos questions, partager vos expériences et découvrir des repères simples pour accompagner vos enfants dans un usage adapté, serein et équilibré des écrans.

À travers l'approche 3-6-9-12, nous aborderons ensemble les besoins des enfants selon leur âge, les effets des écrans sur le développement, les bonnes pratiques à mettre en place à la maison, ainsi que des idées d'alternatives pour favoriser les échanges, le jeu et les temps partagés en famille.

Organisé dans le cadre du Défi des 10 jours sans écrans, ce temps d'échange sera aussi l'occasion de réfléchir collectivement à nos habitudes numériques, sans culpabilité et avec bienveillance.

Un espace convivial pour s'informer, déculpabiliser et repartir avec des repères concrets et des idées simples à expérimenter au quotidien.

 Public : Futurs parents et parents

 Durée : 4h30

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par l'association 3-6-9-12

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)

## MAI 2026

**Jeudi 28 mai - 16h00-17h30**

**Le développement psychomoteur du jeune enfant : parlons-en !**

**Un temps pour échanger, comprendre et se rassurer autour des grandes étapes du développement de l'enfant.**

Venez poser vos questions, partager vos expériences et mieux comprendre comment accompagner votre enfant dans ses acquisitions motrices, sensorielles et émotionnelles, à son rythme et en toute confiance.

Nous aborderons ensemble le développement psychomoteur de 0 à 6 ans : les étapes clés (retournement, assise, marche...), le rôle du jeu et de l'exploration libre, l'importance du mouvement, de l'environnement et de la sécurité affective, ainsi que les idées reçues et les signaux à observer sans s'inquiéter inutilement.

Nous parlerons également des jeux et activités qui favorisent le développement psychomoteur selon l'âge de l'enfant, avec des idées simples à mettre en place au quotidien.

Un espace convivial et bienveillant pour déculpabiliser, s'informer et repartir avec des repères concrets et des conseils pratiques pour soutenir le développement harmonieux de votre enfant.

 Public : Futurs parents et parents

 Durée : 1h30

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par : Clarisse, psychomotricienne et Vrginie, éducatrice de jeunes enfants

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