

ATELIERS ENFANTS-PARENTS

POUR DES TEMPS DE DÉCOUVERTES ET D'EXPÉRIMENTATIONS

LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

NOVEMBRE 2025

Lundi 10 novembre - 10h-11h30

Sable en folie

Un moment sensoriel pour plonger les petites mains dans la découverte du sable.

Transvaser, modeler, tracer, construire... un atelier tout en douceur pour stimuler la motricité fine, la créativité et le plaisir d'expérimenter ensemble.

- 👤 Parents et enfants à partir de 15 mois à 3 ans
- ⌚ Durée : libre
- 👤 Animé par Karine, animatrice parentalité

Mercredi 12 novembre - 10h - 11h30

Ça déchire ! - Découpage, collage et création libre

Un moment pour explorer, manipuler, déchirer, découper et coller en toute liberté !

Venez découvrir le plaisir du papier sous toutes ses formes : froissé, arraché, découpé, assemblé... et laissez parler votre imagination.

Au fil de l'atelier, petits et grands pourront expérimenter différentes matières (papiers colorés, tissus, magazines, cartons, gommettes...) pour créer des compositions uniques, sans modèle ni attente de résultat.

Un espace pour développer la motricité fine, stimuler la créativité, oser le geste et savourer le plaisir de créer ensemble, dans la bonne humeur et la bienveillance.

- 👤 Parents et enfants de 15 mois à 6 ans
- ⌚ Durée : libre
- 👤 Animé par Karine, animatrice parentalité

Jeudi 13 novembre - 15h30-17h00

On construit, on déconstruit ! - Jeux de manipulation et d'imagination

Un moment pour empiler, emboîter, assembler... et tout faire tomber !

Venez partager un temps de découverte autour de la construction libre, où les enfants explorent formes, volumes et équilibres avec une infinité de matériaux : cubes, boîtes, cartons, bouchons, kaplas, blocs en mousse, éléments naturels...

Au fil de l'atelier, petits et grands seront invités à construire, détruire, recommencer, imaginer autrement – dans un espace où tout est possible et où l'on apprend en jouant.

Un temps pour développer la motricité fine, la coordination, la créativité et la coopération, tout en s'amusant ensemble.

- 👤 Parents et enfants jusqu'à 6 ans
- ⌚ Durée : libre
- 👤 Animé par Élodie et Karine, coordinatrice et animatrice parentalité

Inscription à relaispetiteenfance@charenton.fr

ATELIERS ENFANTS-PARENTS

POUR DES TEMPS DE DÉCOUVERTES ET D'EXPÉRIMENTATIONS

LA PARENT'AISE

2 RUE ETIENNE MEHUL (QUARTIER BERCY)

NOVEMBRE 2025

Mardi 18 novembre - 16h30-17h00

Lecture d'albums

Un moment pour rêver, s'émerveiller et partager le plaisir des histoires avec son enfant.

Venez découvrir la magie des albums jeunesse : des histoires tendres, drôles ou poétiques, à écouter, regarder, toucher... et vivre ensemble.

Des temps d'échanges, de comptines et de jeux sensoriels viendront ponctuer la séance pour que petits et grands repartent le cœur léger et la tête pleine d'histoires.

Un espace convivial et bienveillant pour se poser, partager et retrouver le plaisir simple de lire ensemble.

- 👤 Public : Parents et enfants de 0 à 3 ans
- ⌚ Durée : 30 minutes
- 👤 Animé par Elodie et Karine, coordinatrice et animatrice parentalité

Vendredi 21 novembre - 10h00-11h30

Autour des marrons : manipuler, trier, découvrir !

Un moment pour explorer, toucher, trier et s'émerveiller devant les trésors de la nature !

À travers des jeux simples et sensoriels autour des marrons, les enfants découvrent les formes, les tailles, les couleurs et les textures tout en développant leur motricité fine et leur curiosité.

Les parents sont invités à accompagner leur enfant dans ces découvertes, à observer, encourager et partager un moment complice autour de la manipulation libre.

Entre observation, tri, transvasement et petites créations naturelles, chacun trouve sa façon d'expérimenter à son rythme.

Un atelier calme et bienveillant pour stimuler les sens, renforcer la coordination œil-main et savourer le plaisir d'apprendre en jouant.

- 👤 Parents et enfants à partir de 15 mois
- ⌚ Durée : libre
- 👤 Animé par Karine, animation parentalité

SEMAINE DU BONHEUR EN FAVEUR DES DROITS DE L'ENFANT

DU 24 AU 30 NOVEMBRE 2025

PROGRAMME DES ATELIERS À RETROUVER SUR LE SITE DE LA VILLE

Inscription à 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)

NOVEMBRE 2025

Mardis 18 et 25 novembre + 2 décembre – 10h00-11h30

Cycle de trois séances de relaxation périnatale

Un temps pour souffler, se détendre et se reconnecter à soi, dans un cadre doux et bienveillant.

Ce cycle de 3 séances vous invite à découvrir différentes techniques de relaxation adaptées à la grossesse et au post-partum. Un moment privilégié pour apaiser les tensions, favoriser le lien avec bébé et retrouver confiance en votre corps.

Chaque rencontre est pensée comme une parenthèse de douceur, pour vous recentrer, partager vos ressentis et repartir plus légère et ressourcée.

Un espace chaleureux et bienveillant pour se ressourcer, échanger et prendre soin de soi sans culpabilité.

 Public : Femmes enceintes et jeunes mamans (sans la présence des enfants)

 Durée : 3 séances de 1h chacune

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par : Clarisse et Manon, psychomotriciennes

Lundi 17 novembre – 16h00-17h30

Les émotions du jeune enfant : les comprendre pour mieux les accompagner

Un moment pour échanger, se rassurer et trouver des repères simples autour du développement émotionnel du tout-petit.

Venez poser vos questions, partager vos expériences et découvrir comment accueillir et accompagner les émotions de votre enfant au quotidien : comment réagir face aux colères, apaiser les peurs, mettre des mots sur les émotions, et aider votre enfant à mieux les comprendre.

Un espace convivial et bienveillant pour déculpabiliser, s'informer et repartir avec des outils concrets pour favoriser un climat plus serein à la maison.

 Public : Parents, futurs parents

 Durée : 1h30

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Hermine, psychologue

Inscription à 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)

NOVEMBRE 2025

Lundi 24 novembre – 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

Vendredi 28 novembre – 10h00-11h30

La santé du nourrisson : trucs, astuces et repères pour bien réagir

Un moment pour échanger, se rassurer et trouver des repères simples autour de la santé du tout-petit.

Venez poser vos questions, partager vos expériences et découvrir comment reconnaître les petits maux du quotidien, savoir quand consulter, et adopter les bons gestes pour soulager bébé.

Un espace convivial et bienveillant pour déculpabiliser, s'informer et repartir avec des astuces pratiques pour accompagner votre nourrisson en toute sérénité.

 Public : Parents, futurs parents

 Durée : 1h30

 Lieu : La Parent'aise

 Animé par Séverine, infirmière, référente en santé

Inscription à relaispetiteenfance@charenton.fr