

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)

OCTOBRE 2025

Lundi 6 octobre - 16h00-17h30

Perturbateurs endocriniens : faisons le point !

Un moment pour échanger, comprendre et agir simplement pour limiter l'exposition de toute la famille aux perturbateurs endocriniens du quotidien.

Venez poser vos questions, partager vos astuces et découvrir des repères concrets pour faire des choix éclairés sans tomber dans la culpabilité ni la panique.

Un espace convivial et bienveillant pour mieux comprendre les enjeux pour la santé et repartir avec des solutions faciles à mettre en place à la maison.

- 👤 *Public : Parents et futurs parents*
- 🕒 *Durée : 1h30*
- 📍 *Lieu : La Parent'aise*
- 👩 *Animé par Séverine, infirmière, référente en santé*

Lundi 13 octobre - 15h30-17h30

Diversification alimentaire : une étape en douceur !

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 sereinement les premières cuillères : quand commencer, quels aliments proposer, quelles textures, comment respecter le rythme de votre enfant...

Un espace convivial et bienveillant pour déculpabiliser, s'informer et repartir avec des pistes concrètes pour une diversification en toute confiance.

- 👤 *Public : Parents*
- 🕒 *Durée : 2h00*
- 📍 *Lieu : La Parent'aise*
- 👩 *Animé par Schane, diététicienne*

Mardi 14 octobre - 10h00-11h30

Allaitement : bien démarrer en confiance !

Un moment pour échanger, s'informer et se préparer sereinement à la mise en place de l'allaitement.

Venez poser vos questions, partager vos expériences et découvrir des repères utiles pour bien démarrer : positions, rythme du bébé, signes d'un bon allaitement, douleurs, fatigue, reprise du travail...

Un espace convivial et bienveillant pour déculpabiliser, trouver du soutien et repartir avec des clés concrètes pour vivre cette expérience plus sereinement.

- 👤 *Public : Parents et futurs parents*
- 🕒 *Durée : 1h30*
- 📍 *Lieu : La Parent'aise*
- 👩 *Animé par Emilie et Vanessa, infirmières puéricultrices*

la parent'aise

2, rue Étienne Mehul - Quartier Bercy
relaispetiteenfance@charentonlepoint.fr

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)

OCTOBRE 2025

Mercredi 15 octobre - 18h30-20h30

Ciné-apéro : Ces pleurs qui nous lient

Un moment pour regarder, échanger et partager autour des émotions des tout-petits et de leurs parents.

Le documentaire *Ces pleurs qui nous lient*, réalisé par l'association Préparons Demain, propose une plongée sensible dans l'univers du bébé et du lien d'attachement, à travers le regard de professionnels et de familles.

Après la projection, un temps d'échange convivial autour d'un apéritif permettra d'aborder ensemble les thèmes du film : les pleurs du nourrisson, les besoins du jeune enfant, la place des parents, la fatigue, les doutes...

Une soirée pour mieux comprendre, déculpabiliser et renforcer le lien parent-enfant dans un cadre chaleureux et bienveillant.

 Film : *Ces pleurs qui nous lient* - Association Préparons Demain

 Dans le cadre des SISM (Semaines d'Information sur la Santé Mentale)

 Durée : 2h environ

 Lieu : La Parent'aise

 Format : Projection suivie d'un apéro-échange

 Animé par : Élodie, psychologue

Retrouvez les horaires d'ouverture
et le programme des ateliers
sur le site de la Ville...

la parent'aise

2, rue Étienne Mehul - Quartier Bercy
relaispetiteenfance@charentonlepont.fr

Inscription à relaispetiteenfance@charenton.fr