



La Cité des familles

Lieu de parentalité ouvert à tous.
N'hésitez pas à franchir nos portes pour
nous faire part de vos souhaits et besoins.

SEPTEMBRE 2021

Programme adapté au contexte sanitaire

La Cité des familles - 3 rue de Belgrade 38000 Grenoble Tél. 04 76 50 11 00
du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 17 h 00 sauf **lundi 17 h 30**
fermée le **mardi matin** et le **vendredi fermeture à 16 h 30**

La Cité des familles adapte son offre à la situation sanitaire et met en place des protocoles stricts pour garantir la sécurité de tous.

Des services

> Pause bébé

Vous êtes en ville, vous recherchez un lieu pour allaiter votre enfant, lui donner le biberon, le changer, le peser...

Notre espace parents/enfants vous attend.



> Café famille

Lieu d'accueil enfants/parents (LAEP)

Enfants de 0 à 6 ans accompagnés d'un parent, grand-parent.

0,50 €/famille.

Jusqu'au 9 septembre :

Mercredi et jeudi de 9 h 30 à 11 h 30

À partir du 13 septembre :

Lundi de 15 h 00 à 17 h 30

Mercredi et vendredi de 9 h 30 à 12 h 00



> Ludothèque **réservée aux familles**

Prêt de jeux : 5 € l'adhésion annuelle/famille et **0,50 €/jeu** emprunté

Jeu sur place : gratuit

ATTENTION :

Mercredi 1^{er} septembre de 15 h 30 à 18 h 00



À partir du 8 septembre :

Mercredi de 9 h 15 à 11 h 45 et de 15 h 00 à 18 h 00

Jeudi de 16 h 00 à 17 h 45

Des ateliers ou activités

> Atelier petits pots

La diversification alimentaire de 0 à 3 ans avec la participation d'une diététicienne : informations et conseils.

Judi 23 septembre 2021 de 9 h 15 à 11 h 30

1,50 € – Sur inscription.



> **Besoin de sortir de la maison, d'échanger avec d'autres parents,** de permettre à vos enfants de rencontrer d'autres enfants pendant des temps dédiés réservés aux familles.

– Animation musicale avec Olive et Jycé

Lundi 13 septembre 2021 de 10 h 15 à 11 h 15

1 €/enfant à partir de 6 mois – Sur inscription

– Pause créative parent/enfant de 4 à 8 ans

Mercredi 15 septembre 2021 de 14 h 30 à 16 h 30

« Pot rigolo à crayons »

1,50 €/enfant – Sur inscription



– Atelier peinture fraîche parent/enfant + 2 ans

Lundis 6 et 20 septembre 2021 de 10 h 15 à 11 h 15

1€/enfant – Sur inscription



> Cousins pour nos enfants

Réaliser un vêtement ou un accessoire pour un enfant

Lundi de 9 h 00 à 11 h 30 (reprise le 13 septembre)

Lundi de 13 h 30 à 16 h 00 (reprise le 13 septembre)

Mardi de 13 h 30 à 16 h 00 (reprise le 14 septembre)

15 € le trimestre (validation de l'inscription au paiement)

Sur inscription à/c du **30 août auprès du secrétariat**



Des sessions

> Massage bébé de 1 à 6 mois

Découverte en 5 séances des gestes du massage avec des professionnelles de la petite enfance.

Jeudis 16, 23, 30 septembre

et **jeudis 7 et 14 octobre 2021 de 14 h 00 à 16 h 00**

5,00 € – Sur inscription



Des rencontres

> « Mon enfant en situation de handicap »

– **Initiation au massage** pour enfants en situation de handicap jusqu'à 6 ans.
Sur rendez-vous.

– **Ateliers couture** : votre enfant a des besoins particuliers, contactez-nous pour venir créer ou adapter des vêtements pour faciliter le quotidien.
Sur rendez-vous.

Des permanences

Sur rendez-vous avec un avocat, une juriste, une psychologue.

À noter :

> « **Parents après la séparation** » : Vous êtes séparés ou vous envisagez de vous séparer...Information collective avec des intervenants spécialisés (juriste, psychologue, médiateur familial)

Jeudi 16 septembre de 14 h 00 à 16 h 00

Gratuit – Sur inscription jusqu'au 15 septembre matin. **En visioconférence.**

> « **Être parents, ça fatigue !** » : Ateliers de soutien à la parentalité, pour tous les parents ayant de jeunes enfants de moins de 12 ans – Réunion d'information

Mardi 5 octobre 2021 de 10 h 00 à 11 h 30

Gratuit – Sur inscription Contact : 04.76.50.11.00

> **Information collective « L'arrivée d'un enfant » – Droits Caf, Cnam, Afd38**

Mardi 12 octobre 2021 de 14 h 00 à 16 h 00

Gratuit – Sur inscription

 Suivez l'actualité sur la page Facebook **Cité des familles - Grenoble**