

1^{er} - 15 juin
QUINZAINE
de la

PARENTALITÉ



PROGRAMME de la Cité des familles à Bourgoin-Jallieu

Pour tout renseignement et inscription,
contactez l'accueil au 04 74 43 63 70.

La Cité
des fami*ii*es



Un événement de la Caf de l'Isère
avec la participation de nombreux partenaires

Mercredi 1^{er} juin

Ludothèque de 9 h 00 à 11 h 30 et de 14 h 00 à 17 h 00.

La ludothèque est un lieu culturel, convivial, totalement dédié au jeu et au jouet. Il accueille tout public, sans condition d'âge.

- Jeux sur place: gratuit sur inscription.
- Prêt de jeux: adhésion 5 € sur inscription.

Groupe de parents autonome « A tâtons les petits petons » de 9 h 00 à 11 h 30

Vous souhaitez rejoindre le groupe ? Venez échanger sereinement sur les joies et les difficultés de votre quotidien, tout en permettant aux enfants de se rencontrer. Si vous cherchez votre rythme et votre équilibre, rejoignez-nous en toute confiance et sans engagement ! Renseignement et inscription auprès de segoleneriffard@gmail.com

Atelier créatif enfants-parents de 9 h 30 à 11 h 00

« Venez créer votre propre insecte avec des matières recyclées ». Concours de l'insecte le plus original! Gratuit sur inscription (à partir de 4 ans).

Jeudi 2 juin

Ludothèque de 16 h 00 à 18 h 00.

La ludothèque est un lieu culturel, convivial, totalement dédié au jeu et au jouet. Il accueille tout public, sans condition d'âge.

- Jeux sur place: gratuit sur inscription.
- Prêt de jeux: adhésion 5 € sur inscription.

Permanence CIDFF – Juriste de 14 h 00 à 17 h 00

Etre parent aujourd'hui, une question de responsabilité et de droit: une juriste peut vous recevoir gratuitement en rendez-vous pour les demandes concernant le droit de la famille, le droit des enfants et des parents. Sur inscription.



Vendredi 3 juin

Temps de répit handicap de 9 h 00 à 11 h 45

Une bulle d'air pour les familles vivant une situation de handicap, aidants ou aidés. Besoin de quelques heures pour souffler sans culpabiliser ? Profitez d'un relais de confiance avec l'association Chromosome surprise et co. Prendre du temps pour vous et/ou partager un moment convivial avec nous. A découvrir : atelier zumba, adapté, animé par Marie, coach sportive. Gratuit, sur inscription auprès de Sandrine F. au 06 45 15 44 98 ou info.chromosome.surprise@gmail.com

Mardi 7 juin

Massage bébé de 14 h 00 à 16 h 00

Venez découvrir les bienfaits du massage pour votre bébé, renforcer le lien parent-enfant, rencontrer d'autres parents. Animé par une professionnelle. Merci de vous munir d'une grande serviette de bain. Gratuit, sur inscription.

Soirée conférence avec Jean Epstein – psychosociologue de 20 h 00 à 22 h 00

« Être parent aujourd'hui, prendre du temps pour soi, tout un défi! » Suivi d'un échange avec le conférencier. A la salle banalisée de Champaret (à côté de la salle polyvalente). En partenariat avec les Maisons des habitants de Bourgoin-Jallieu et du lieu d'accueil enfants-parents Parent'aise (LAEP). Gratuit. Sur inscription à la Cité des familles, aux Maisons des habitants et au LAEP Parent'aise.



Mercredi 8 juin

Ludothèque de 9 h 00 à 11 h 30 et de 14 h 00 à 17 h 00.

La ludothèque est un lieu culturel, convivial, totalement dédié au jeu et au jouet. Il accueille tout public, sans condition d'âge.

- Jeux sur place: gratuit sur inscription.
- Prêt de jeux: adhésion 5 € sur inscription.

Atelier enfant-parent de 9 h 30 à 11 h 30

« Craie et Mandala », Apprenez à fabriquer des craies et participez à la réalisation d'un mandala géant animé par 3 bouts de ficelle. Pour les enfant à partir de 4 ans. Sur inscription, 1 € par personne.

Initiation au portage en écharpe de 14 h 00 à 16 h 00

Initiation et découvertes des différents types d'écharpes. Cela permet de rassurer le bébé, renforcer le lien et de répondre à ses besoins physiologiques. Animé par une professionnelle. Gratuit sur inscription.

Jeudi 9 juin

Jumeaux et plus de 9 h 00 à 11 h 30

Un temps de paroles et d'échanges pour les familles de jumeaux et plus, avec la participation de l'association Jumeaux et plus et ADF38. Gratuit sur inscription.

Ludothèque de 16 h 00 à 18 h 00.

La ludothèque est un lieu culturel, convivial, totalement dédié au jeu et au jouet. Il accueille tout public, sans condition d'âge.

- Jeux sur place: gratuit sur inscription.
- Prêt de jeux: adhésion 5 € sur inscription.

Permanence juriste CIDFF de 14 h 00 à 17 h 00

Etre parent aujourd'hui, une question de responsabilité et de droit: droit de la famille, droit des enfants, droit des parents. Une juriste peut vous recevoir gratuitement sur rendez-vous.

Vendredi 10 juin

Stand d'information et d'animations à la Fête des familles du centre social Michel Colucci à l'Isle d'Abeau à partir de 16 h 00

Voir programme sur le site de la mairie.

Samedi 11 juin

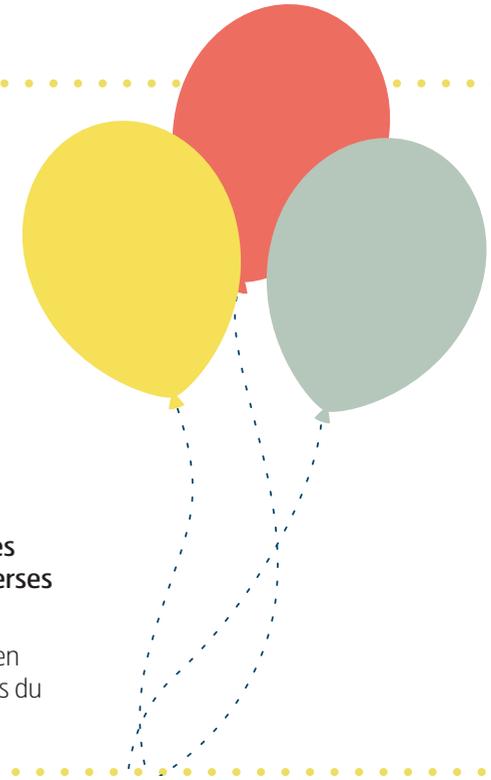
Fête des familles au Parc des Lilattes à Bourgoin-Jallieu de 10 h 00 à 17 h 00

** Journée festive pour les familles **

avec la Maison des habitants de Bourgoin-Jallieu, le lieu d'accueil enfants-parents Parent'aise, la fédération Léo Lagrange, ADF38, Chromosome surprise and co, l'association Créaliens, la CAPI petite enfance, l'AFIPH plateforme répit, l'association Colibree 38 et Artisans du monde.

Vous trouverez des stands d'information sur les offres et services proposés aux parents et diverses animations pour les grands et les petits.

En cas de pluie ou selon les conditions sanitaires en vigueur à cette date, la journée festive des familles du samedi 11 juin aura lieu à la Cité des familles.



Lundi 13 juin

Espace motricité – de 0 à 24 mois de 9 h 00 à 11 h 00

Venez profiter d'un moment ludique autour d'un espace de motricité avec l'intervention d'une psychomotricienne. Sur inscription 1 € par personne.

Permanence psychologue de 13 h 30 à 17 h 30

Parents, futurs parents, enfants, adolescents...vous avez des interrogations, des doutes, des inquiétudes ? Une psychologue peut vous recevoir gratuitement en rendez-vous. Sur inscription.

Sophrologie pour adultes de 14 h 00 à 15 h 30

La respiration et ses bienfaits: vous découvrirez notamment des techniques de gestion du stress présentées par la sophrologue. Sur inscription 1 € par personne.

Mardi 14 juin

1er secours de 14 h 00 à 17 h 00

Vous avez un nourrisson ? Un enfant en bas âge ou plus grand ? Participez à cette initiation avec d'autres parents ! L'intervenante vous proposera les bases du secourisme pour prévenir les accidents domestiques, avoir les bons réflexes, savoir alerter... et répondre à vos questions. 1 € par personne - pour les parents - sur inscription.

Massage bébé de 14 h 00 à 16 h 00

Venez découvrir les bienfaits du massage pour votre bébé, renforcer le lien parent-enfant, rencontrer d'autres parents. Animé par une professionnelle. Merci de vous munir d'une grande serviette de bain. Gratuit, sur inscription.

Une pause pour les parents de 17 h 30 à 19 h 30

Un temps de relaxation-détente pour les parents, pendant que les enfants (de plus de 4 ans) profitent d'un temps de jeux à la ludothèque ! Encadré par des professionnels. Gratuit sur inscription.

Mercredi 15 juin

Ludothèque de 9 h 00 à 11 h 30 et de 14 h 00 à 17 h 00.

La ludothèque est un lieu culturel, convivial, totalement dédié au jeu et au jouet. Il accueille tout public, sans condition d'âge.

- Jeux sur place: gratuit sur inscription.
- Prêt de jeux: adhésion 5 € sur inscription.

Initiation au portage en écharpe de 9 h 00 à 11 h 00

Initiation et découvertes des différents types d'écharpes. Cela permet de rassurer le bébé, renforcer le lien et de répondre à ses besoins physiologiques. Animé par une professionnelle. Gratuit sur inscription.

Renseignements et inscriptions à l'accueil

Vous pouvez venir à l'accueil de la Cité des familles
au 45 avenue Maréchal Leclerc à Bourgoin-Jallieu
ou nous contacter par téléphone au **04 74 43 63 70**.

Lundi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 17 h 00
Mardi de 13 h 30 à 17 h 00 (fermé le matin)
Mercredi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 17 h 00
Jeudi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 17 h 30
Vendredi de 9 h 00 à 12 h 00 et de 13 h 30 à 16 h 00

Les activités se font sur inscription et sont à régler le jour même.





La Cité des familles | 45 avenue Maréchal Leclerc | 38300 Bourgoin-Jallieu | Tél. 04 74 43 63 70 | www.caf.fr



La Cité
des familles



Un événement de la Caf de l'Isère
avec la participation de nombreux partenaires