

LAEP PARENT'AILE

Moment de jeux et d'échanges entre enfants & parents.

- **Ouvert les mardis** 9h à 11h30, **les jeudis** de 14h à 18h ainsi que :
- **SAMEDI 20 AVRIL** de 9h à 11h30
- **SAMEDI 25 MAI** de 9h à 11h30
- **SAMEDI 29 JUIN** de 9h à 11h30

SOLIDARILAIT

Atelier de soutien à l'allaitement. Pour les futurs et jeunes parents. Animé par Solidarilait.

- **MARDI 2 AVRIL** de 14h à 16h
- **MARDI 7 MAI** de 14h à 16h
- **JEUDI 30 MAI** de 14h à 16h
- **MARDI 4 JUIN** de 14h à 16h

HEURE DU CONTE

Pour les parents et les enfants de - de 6 ans.

- **MERCREDI 3 AVRIL** de 10h à 11h
- **MERCREDI 5 JUIN** de 10h à 11h

LES PETITES CIGOGNES ET DECOUVERTE DU BEBE

Accompagnement et soutien dans les situations de vulnérabilité psychique. Femme enceinte ou famille avec un bébé de moins de 3 ans.

- **JEUDI 4 AVRIL** de 9h à 12h
- **JEUDI 6 JUIN** de 9h à 12h

ATELIER MASSAGE / PORTAGE

Pour les parents avec un enfant de moins de 6 mois. Animé par Claire et inscription conseillée.

- **LUNDI 13 MAI** de 14h à 15h30

COCKTAIL SANTE

Echanges entre parents sur la santé et le développement de l'enfant. Animés par Hélène.

- **MARDI 23 AVRIL** de 14h à 15h30
- **MARDI 28 MAI** de 14h à 15h30
- **MARDI 25 JUIN** de 14h à 15h30

ATELIER BIEN-ETRE

Réservé aux parents (massage, bien être, estime de soi...). Animé par Christine. Inscription conseillée.

- **VENDREDI 12 AVRIL** de 9h30 à 10h30
- **VENDREDI 21 JUIN** de 9h à 10h30

SOPHROLOGIE

Atelier de détente, gestion du stress et des émotions pour les parents avec ou sans enfants, animé par Julie. Inscription conseillée.

- **LUNDI 22 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **LUNDI 27 MAI** de 9h à 10h
- **LUNDI 24 JUIN** de 9h à 10h

UNE PUERICULTRICE A VOTRE ECOUTE

Temps d'écoute et d'information autour de la petite enfance animé par les professionnelles du Centre Médico-social.

- **MERCREDI 24 AVRIL** de 9h à 11h
- **MERCREDI 22 MAI** de 9h à 11h
- **MERCREDI 26 JUIN** de 9h à 11h

ESPACE EN FAMILLE

Atelier de jeux et d'échanges pour les familles avec ou moins un enfant de moins de 3 ans. Animé par Nadia. Inscription conseillée.

- **MERCREDI 10 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 24 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 29 MAI** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 12 JUIN** de 14h30 à 16h30

YOGA PRE-POST NATAL

Pour les mamans et futures mamans. Animé par Audrey. Inscription conseillée.

- **VENDREDI 19 AVRIL** de 14h à 16h
- **VENDREDI 31 MAI** de 14h à 16h
- **VENDREDI 28 JUIN** de 14h à 16h

REFLEXOLOGIE

Atelier découverte réflexologie plantaire. Pour l'enfant de moins de 3 ans. Animé par Claire. Inscription conseillée.

- **LUNDI 8 AVRIL** de 14h à 15h30
- **LUNDI 3 JUIN** de 14h à 15h30

ATELIER BIEN-ETRE

Réservé aux parents (massage, bien être, estime de soi...).

Animé par Christine. Inscription conseillée.

- **VENDREDI 12 AVRIL** de 9h30 à 10h30
- **VENDREDI 21 JUIN** de 9h à 10h30

SOPHROLOGIE

Atelier de détente, gestion du stress et des émotions pour les parents avec ou sans enfants, animé par Julie. Inscription conseillée.

- **LUNDI 22 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **LUNDI 27 MAI** de 9h à 10h
- **LUNDI 24 JUIN** de 9h à 10h

UNE PUERICULTRICE A VOTRE ECOUTE

Temps d'écoute et d'information autour de la petite enfance animé par les professionnelles du Centre Médico-social.

- **MERCREDI 24 AVRIL** de 9h à 11h
- **MERCREDI 22 MAI** de 9h à 11h
- **MERCREDI 26 JUIN** de 9h à 11h

ESPACE EN FAMILLE

Atelier de jeux et d'échanges pour les familles avec au moins un enfant de moins de 3 ans. Animé par Nadia. Inscription conseillée.

- **MERCREDI 10 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 24 AVRIL** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 29 MAI** de 14h30 à 16h30
- **MERCREDI 12 JUIN** de 14h30 à 16h30

YOGA PRE-POST NATAL

Pour les mamans et futures mamans. Animé par Audrey. Inscription conseillée.

- **VENDREDI 19 AVRIL** de 14h à 16h
- **VENDREDI 31 MAI** de 14h à 16h
- **VENDREDI 28 JUIN** de 14h à 16h

REFLEXOLOGIE

Atelier découverte réflexologie plantaire. Pour l'enfant de moins de 3 ans. Animé par Claire. Inscription conseillée.

- **LUNDI 8 AVRIL** de 14h à 15h30
- **LUNDI 3 JUIN** de 14h à 15h30





La maison des 1000 jours, qu'est-ce que c'est ?

C'est un lieu d'accueil **gratuit et ouvert à toutes les personnes qui désirent avoir un enfant**, les femmes enceintes, les parents et les enfants jusqu'à trois ans.

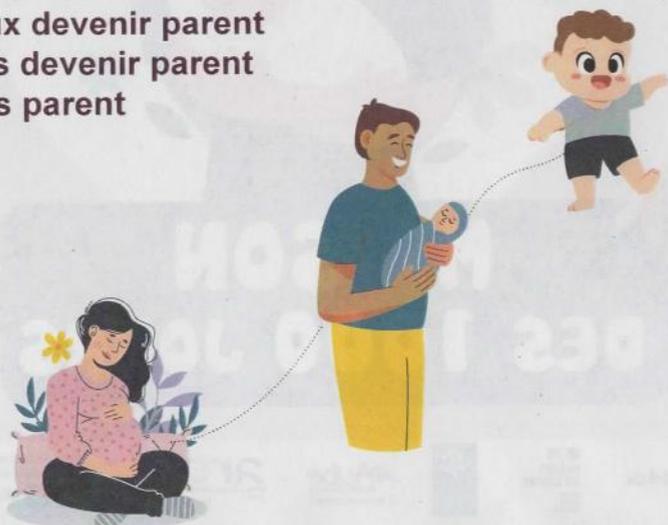
C'est un lieu unique regroupant une pluralité de services en ayant une attention particulière aux familles les plus éloignées des services, fragilisées ou composées d'une personne en situation de handicap.

Cette Maison vise à réduire l'inégalité des chances, favoriser la mixité sociale et culturelle, valoriser les compétences parentales et permettre l'épanouissement et l'estime de soi.

La période des 1000 premiers jours est primordiale pour le développement de l'enfant et l'accompagnement à la fonction parentale.

La Maison des 1000 jours, vous accompagne dans les 3 étapes de la parentalité :

- Je veux devenir parent
- Je vais devenir parent
- Je suis parent



Vous y retrouvez :

Action de soin et de prévention : yoga, permanence d'une puéricultrice...

Activités parents-enfants: LAEP, espace en famille, portage, sophrologie...

Activités d'éveil culturel: histoires à masser, heures du conte...

Groupe de parents: accompagnement à l'allaitement, échanges sur la santé, permanences juridiques...

Accueil & Information



Lieu d'Accueil Enfants-Parents LAEP



Le LAEP est ouvert aux enfants de **0 à 3 ans ou jusqu'à 4 ans pour la fratrie**, accompagnés d'un parent ou d'un membre de la famille et aux futurs parents.

HORAIRES D'OUVERTURE

Les mardis de 9h à 11h30

Les jeudis de 14h30 à 18h

et le dernier samedi du mois de 9h à 11h30

Ce lieu d'accueil Enfants-Parents va vous permettre de rencontrer d'autres parents, de jouer et de partager des instants précieux avec votre ou vos enfants.

Le LAEP est **un espace convivial et gratuit qui accueille** les enfants dès la naissance à l'âge de 3 ans accompagnés de leur père, mère, ou d'un adulte référent, il est également ouvert aux futurs parents.

Cet espace porté par le CMAS vous permettra de bénéficier d'un **temps d'écoute et d'échange avec une équipe d'accueillants**.

**Totalement
gratuit, anonyme
et sans
inscription**

**Vous êtes libre
de venir et partir
quand vous
le souhaitez
aux horaires
d'ouvertures**

**Fermé pendant
les vacances
scolaires**



Espace en famille



Pour les enfants et les parents qui souhaitent partager un moment convivial autour de jeux et d'échanges.

Nombre de places limité et inscription conseillée.



Animation gratuite.

1 séance par mois
(voir le planning trimestriel)

Relais Petite Enfance (RPE)



Parents ou futurs parents, vous trouverez au RPE :

- Des renseignements sur les différents modes d'accueil du jeune enfant.
- Une liste actualisée des assistants maternels agréés du territoire.
- Une information de premier niveau sur vos droits et obligations en tant qu'employeur.
- Un soutien et un accompagnement dans vos démarches administratives.

L'animatrice est soumise à un devoir de discrétion et les informations échangées lors des entretiens sont, de ce fait, strictement confidentielles.

Permanence libre ouverte à tous :
les lundis de 13h à 14h. Les jeudis de 15h30 à 17h.



Contact :
06.46.18.49.97



Plan d'accès



30 rue Marie Noël
10600 La Chapelle Saint-Luc

P Parking



Contact Maison des 1000 jours

✉ cmas1000jours@la-chapelle-st-luc.eu
☎ 06 14 47 59 79