



semaine de LA PARENTALITÉ



**12
17
MAI**

**L'ENFANT ET SON ENVIRONNEMENT :
ÉCOLOGIE, SANTÉ, BIEN-ÊTRE**

Ateliers, conférences, expositions
& activités en famille

RENSEIGNEMENTS : 01 45 11 65 74

Du 12 au 17 mai, la Ville organise la 5^e édition de la **semaine de la parentalité**. Cette année est consacrée à l'enfant et son environnement sur les thématiques de l'écologie, de la santé et du bien-être : ateliers, conférences, activités en famille. Retrouvez une programmation riche et variée.

PROGRAMME

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE ENTRE GÉNÉRATIONS

Maison des seniors

6 promenade Louis Vuillermoz

Mercredi 14 mai

Créa-récup

De 11h à 13h

Atelier cuisine

Gâteau au chocolat à la courgette

De 13h30 à 15h30

Yoga

De 14h30 à 15h30

Pour grands-parents & enfants

Inscription : 01 45 11 65 17 ou en ligne sur l'espace citoyen

ATELIER : « LA NATURE À PORTÉE DE CLIC »

Maison du numérique

Bords de Marne

Mercredi 14 mai

De 14h à 16h

À partir d'applications de reconnaissance numériques, découvrez les êtres vivants par photographie ou par son.

En partenariat avec la Maison de la nature

Inscription : 06 21 88 78 59

700 REQUINS

Médiathèque Les Rives de la Marne

72 rue du Pont de Créteil

Mercredi 14 mai

De 15h à 17h

Vivez une incroyable plongée avec 700 requins en réalité virtuelle. Une expérience immersive à vivre en famille.

Pour parents & enfants à partir de 8 ans

Inscriptions : 01 48 86 74 44

ATELIER ENFANT / PARENT :

« ÉVEIL AU BIEN-ÊTRE : SOPHROLOGIE EN FAMILLE POUR PETITS ET GRANDS EXPLORATEURS »

Maison des familles et de la parentalité

25 avenue du Port-au-Fouarre

Mercredi 14 mai

De 16h à 17h

Animé par Virginie Houard, sophrologue du sommeil et somnothérapeute. Pour explorer le lien entre l'écologie, la santé et les émotions.

Pour enfants de 6 à 10 ans accompagnés de leur parent

Inscription : 01 45 11 65 74





SPECTACLE

Association GEM
1 rue Marignan

Mercredi 14 mai
À 18h

Entrée libre

ATELIER - CONFÉRENCE :

« L'ÉCOLOGIE DU SOMMEIL : DES NUITS PAISIBLES POUR TOUTE LA FAMILLE »

Maison des familles et de la parentalité
25 avenue du Port-au-Fouarre

Mercredi 14 mai
De 18h30 à 20h

Animé par Virginie Houard, sophrologue du sommeil et somnothérapeute
Comment respecter les rythmes de sommeil, améliorer l'environnement de la maison et apaiser les soirées en famille ?

Pour parents d'enfants jusqu'à 6 ans
Inscriptions : 01 45 11 65 74

INFORMATION SUR LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE DU JEUNE ENFANT : « LE LOGEMENT SAIN POUR LE BÉBÉ »

Relais Petite Enfance
158 boulevard de Créteil

Jeudi 15 mai
De 18h30 à 20h30

Animé par l'Association ÉcoSanté en Scène
et le CPAM du Val-de-Marne

*Pour les futurs et jeunes parents, assistantes
maternelles et gardes d'enfants à domicile*
Inscription : 01 43 53 61 08

ATELIER PARENTS À DOS : « GREEN IMPRO, PARENTS ADOS »

Maison des étudiants
3 bis rue André Bollier

Samedi 17 mai
De 10h à 12h

Animé par Laurence Laplanche, psychomotricienne
Atelier d'improvisation.

Pour adolescents à partir de 11 ans accompagnés de leur parent
En partenariat avec la Maison des familles
et de la parentalité
Inscription : 01 45 11 65 74

MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE **Jardin du beach**

Samedi 17 mai
À 10h30

Rendez-vous devant le chalet de La Gelateria
En partenariat avec l'association des O et des Bas



Découvrez aussi une programmation dédiée aux familles dont les enfants sont déjà inscrits aux activités périscolaires et dans les multi-accueils de la ville avec des ateliers et des animations riches en convivialité et en partage.

Renseignements auprès de la Maison des familles et de la parentalité ou de la structure dont vous dépendez.

MAISON DES FAMILLES ET DE LA PARENTALITÉ

25 avenue du Port-au-Fouarre
94100 Saint-Maur-des-Fossés

Tél : 01 45 11 65 74
maison.familles.parentalite@mairie-saint-maur.com

Arrêts **square Beaurepaire** ou **rue des Coteaux**  **107**

Arrêts **Arromanches** ou **Bourbaki**  **111**



@VilleSaintMaur
saint-maur.com