

Du 5 au 19 octobre 2024

Les  
rendez-vous des  
**parents**

Programme



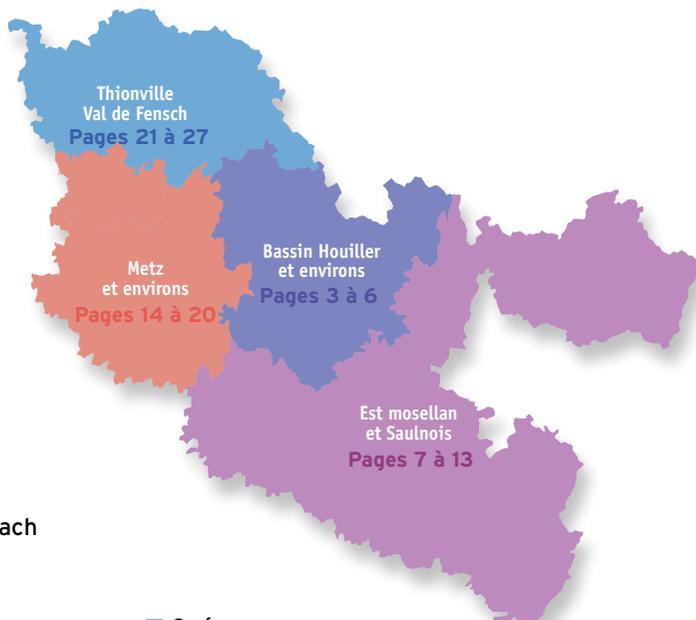
Échanges, jeux, ateliers, rencontres...

Partout en Moselle • Gratuit

Pour tous les parents d'enfants de 0 à 18 ans

Le programme est susceptible d'être modifié.  
 Il est mis à jour régulièrement sur les sites :  
[caf.fr](http://caf.fr) et [moselle.fr](http://moselle.fr)

## Programme départemental



- |                        |                            |                  |
|------------------------|----------------------------|------------------|
| ■ Algrange             | ■ Guénange                 |                  |
| ■ Arzviller            | ■ Hayange                  |                  |
| ■ Augny                | ■ Henridorff               |                  |
| ■ Behren-lès-Forbach   | ■ Knutange                 |                  |
| ■ Bertrange            | ■ Kuntzig                  |                  |
| ■ Bitche               | ■ La Maxe                  | ■ Saint-Avoid    |
| ■ Boulay               | ■ Laquenexy                | ■ Sarrebourg     |
| ■ Bousse               | ■ Marly                    | ■ Sarreguemines  |
| ■ Bouzonville          | ■ Metz                     | ■ Stiring-Wendel |
| ■ Château-Salins       | ■ Morhange                 | ■ Talange        |
| ■ Châtel-Saint-Germain | ■ Moyeuvre-Grande          | ■ Terville       |
| ■ Chesny               | ■ Noisseville              | ■ Thionville     |
| ■ Créhange             | ■ Phalsbourg               | ■ Uckange        |
| ■ Creutzwald           | ■ Piblange                 | ■ Vahl-Ebersing  |
| ■ Dieuze               | ■ Puttelange-aux-Lacs      | ■ Vic-sur-Seille |
| ■ Falck                | ■ Rémilly                  | ■ Volmunster     |
| ■ Fameck               | ■ Rohrbach-lès-Bitche      | ■ Waldweistroff  |
| ■ Faulquemont          | ■ Rombas                   | ■ Woippy         |
| ■ Fleury               | ■ Saint Privat la Montagne | ■ Yutz           |
| ■ Florange             |                            |                  |
| ■ Folschviller         |                            |                  |
| ■ Forbach              |                            |                  |
| ■ Francaltroff         |                            |                  |
| ■ Freyming-Merlebach   |                            |                  |
| ■ Grosbliederstroff    |                            |                  |

# Bassin Houiller et environs



## Behren-lès-Forbach

### **Théâtre-débat : Le quotidien des familles**

Maison des associations  
Boulevard Charlemagne

**Mercredi 9 octobre - 9h30 > 11h**

Théâtre humoristique abordant le quotidien des familles. Puis temps convivial collectif autour d'un petit-déjeuner pour échanger sur les difficultés de la communication en famille.

**Public : Parents et enfants à partir de 8 ans**  
**Contact : ccas@ville-behren.fr**

**Organisateur : Centre communal d'action sociale**

## Boulay

### **Portes ouvertes de la maison de la parentalité**

Maison de la parentalité  
3 bis rue Robert Schuman

**Vendredi 18 octobre - 15h30 > 18h30**

Découverte de la maison de la parentalité: présentation du service et rencontre avec l'équipe professionnelle pour échanger sur les actions proposées tout au long de l'année et répondre aux questions des parents autour d'un pot de bienvenue.

**Public : Parents et enfants**  
**Contact : 07 67 79 72 03**  
**ou maisondelaparentalite@cchpb.net**

**Organisateur : Communauté de communes  
Houve Pays Boulageois**

## Créange

### **Protégeons les enfants des accidents domestiques**

Centre social Créanto - 4 rue de Metz

**Samedi 19 octobre - 9h > 12h**

Rencontre entre parents et conseils avec un professionnel autour de la prévention des dangers domestiques.

**Public : Parents uniquement**  
**Sur inscription : 03 87 94 26 26**  
**ou centre.social@ville-crehange.fr**

**Organisateur : Centre social Créanto**

## Creutzwald

### **Discutons autour du portage !**

Centre social Les Peupliers  
2a Rue de la Trimouille

**Mardi 15 octobre - 14h > 16h**

Rencontre entre parents et professionnels pour découvrir les bienfaits du portage suivi d'un moment d'échange convivial autour des besoins de l'enfant.

**Public : Parents et enfants**  
**Sur inscription : 07 50 53 65 70**  
**ou acf.cslespeupliers@asbh.fr**

**Organisateur : Centre social Les Peupliers**

## Falck

### **Portes ouvertes de la maison de la parentalité**

Maison de la parentalité - 9 bis rue des Jardins

**Mardi 8 octobre - 9h > 11h**

Découverte de la maison de la parentalité: présentation du service et rencontre avec l'équipe professionnelle pour échanger sur les actions proposées tout au long de l'année et répondre aux questions des parents autour d'un pot de bienvenue.

**Public : Parents et enfants**  
**Contact : 07 67 79 72 03**  
**ou maisondelaparentalite@cchpb.net**

**Organisateur : Communauté de communes  
Houve Pays Boulageois**

## Falquemont

### **Mal-être des ados, estime de soi: si on en parlait**

Collège Pasteur - 36 avenue du Collège

**Lundi 7 octobre - 17h15 > 18h15**

Rencontre entre parents pour échanger avec une psychologue sur la question du mal-être des adolescents.

**Public : Parents uniquement**  
*(mode de garde prévu pour les enfants)*  
**Contact : 03 87 94 32 65**

**Organisateur : Centre social du Bas Steinbesch**

## Folschviller

### **K'fé des parents**

Atelier des parents - 17 rue Lamartine

**Vendredi 11 octobre - 9h > 11h30**

Temps d'échanges entre parents avec une professionnelle sur le thème du burn-out parental. L'occasion pour les parents d'être écoutés et soutenus.

**Public : Parents uniquement**  
**Sur inscription : 03 87 82 27 98**  
**ou cindy.b@audaces-s.fr**

**Organisateurs : Centre social Audace's**

## Forbach

### L'E-sport vers une nouvelle ère éducative

Centre social du Wiesberg Hommel  
1 avenue de l'Europe

**Jeudi 10 octobre - 14h > 17h**

Découverte par les parents des jeux e-sport (Fortnite, Roblox, Fifa, Brawl star...) dans le but d'avoir une approche plus mesurée de ces pratiques. Puis temps d'échanges collectif sur les avantages et inconvénients des jeux vidéos et la gestion de leur utilisation au sein de la famille.

**Public :** Parents uniquement

**Contact :** 03 87 85 18 41

ou [contact.cswiesberg@asbh.fr](mailto:contact.cswiesberg@asbh.fr)

**Organisateur :** Centre social Wiesberg Hommel

## Freyming-Merlebach

### Appui à la parentalité et à l'amélioration des relations parents-enfants

Centre social Chapelle - Place de Paris

**Mercredi 9 octobre - 9h > 11h30**

Atelier parents-enfants sur le thème des émotions animé par une professionnelle et temps d'échanges collectif convivial.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription :** 03 87 81 17 23

**Organisateur :** Centre social Chapelle

### Un environnement attentif pour préserver l'inclusion de tous

Maison de quartier Hesselach - rue d'Orléans

**Vendredi 11 octobre - 13h30 > 15h45**

Rencontre entre parents autour d'un atelier interactif sur les thèmes de la différence et des stéréotypes.

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription :** 03 87 04 43 35

**Organisateur :** Ecole Saint Exupéry

### Poser un cadre bienveillant

Centre social MDA

108 avenue Raymond Poincaré

**Jeudi 17 octobre - 8h30 > 11h**

Rencontre de parents avec une professionnelle pour échanger autour du cadre bienveillant afin d'éviter les conflits avec son enfant/adolescent.

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription :** 03 87 00 22 68

**Organisateur :** Centre social MDA

## Piblange

### Portes ouvertes de la maison de la parentalité

Lieu d'accueil enfants-parents  
3 place de la Mairie

**Mercredi 9 octobre - 14h > 17h**

Découverte de la maison de la parentalité: présentation du service et rencontre avec l'équipe professionnelle pour échanger sur les actions proposées tout au long de l'année et répondre aux questions des parents autour d'un pot de bienvenue.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** 07 67 79 72 03

ou [maisondelaparentalite@cchpb.net](mailto:maisondelaparentalite@cchpb.net)

**Organisateur :** Communauté de communes Houve Pays Boulageois

## Saint-Avold

### Conférence: puis-je dire non à mon enfant ?

Maison de la petite enfance Arc en Ciel  
rue Joffre

**Jeudi 17 octobre - 19h > 20h**

Conférence et temps d'échanges pour ne pas avoir peur de dire non à ses enfants. L'occasion de comprendre comment et pourquoi le cadre éducatif sécurise les enfants. Animation par Angéline Aque, consultante parentale.

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription :** 03 87 91 12 20 ou [petite.enfance.st-avold@cegetel.net](http://petite.enfance.st-avold@cegetel.net)

**Organisateur :** Maison de la petite enfance Arc en Ciel et relais petite enfance

## Stiring-Wendel (forum)

### Stand d'information sur l'allaitement maternel

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

Rencontre de futurs parents et parents pour échanger et partager des expériences autour de l'allaitement maternel.

**Public :** Futurs parents, parents et enfants

**Contact :** 03 87 87 57 37

**Organisateur :** Département de la Moselle

### Éveil culturel parents-enfants

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

Spectacle de contes parents-enfants suivi d'un temps d'échanges autour de l'éveil culturel des tout petits.

**Public :** Parents et enfants de 6mois-6ans

**Contact :** 06 24 68 29 49

**Organisateur :** LAEP le Petit Château

### Ma vie mon quotidien

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

Table ronde sur la thématique du burn-out parental pour apporter des outils de prévention aux parents et partager leurs expériences.

**Public : Parents uniquement**

**Contact: 03 87 85 18 41**

ou [contact.cswiesberg@asbh.fr](mailto:contact.cswiesberg@asbh.fr)

*Organisateur : Centre social Wiesberg Hommel*

### Atelier: photolangage

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

Atelier photolangage pour les parents et les enfants. Un moment de partage pour échanger sur la parentalité et enrichir ses propres expériences éducatives.

**Public : Parents et enfants**

**Contact: 03 87 87 57 37**

*Organisateur : Centre social Stiring-Wendel*

### Atelier de portage physiologique du nourrisson

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

Démonstration et initiation au portage du nourrisson au moyen de différents outils de portage (écharpes, sling,...).

**Public : Futurs parents, parents et enfants**

**Contact: [sandy.kuntz@moselle.fr](mailto:sandy.kuntz@moselle.fr)**

*Organisateur : Département de la Moselle*

### Le tachomètre

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

Temps d'échanges autour de la répartition des tâches ménagères de l'ensemble des membres de la famille. Puis discussion sur l'égalité fille/garçon.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : [audrey.dibling@ac-nancy-metz.fr](mailto:audrey.dibling@ac-nancy-metz.fr)**

*Organisateur : Éducation Nationale*

### Apprivoiser les écrans

Espace des anciennes forges de Stiring Wendel

**Mercredi 16 octobre - 14h > 17h**

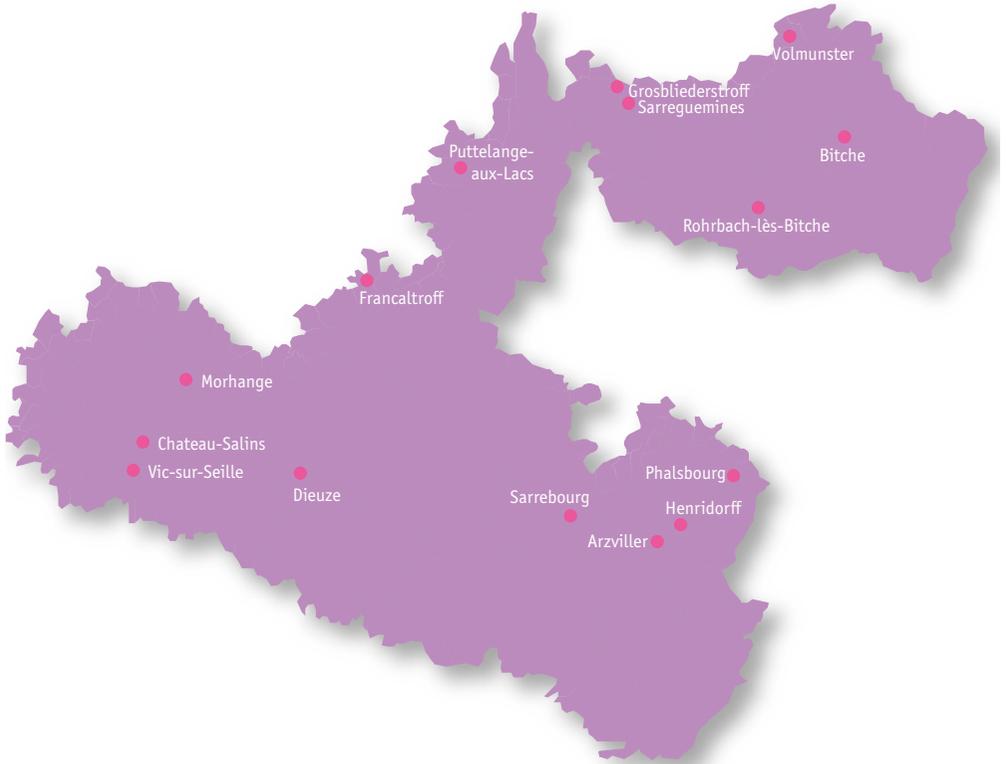
Sensibilisation des parents à l'impact des écrans sur la santé de leurs enfants: saynète de marionnettes et photolangage.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : 07 65 15 54 06 ou 03 87 21 98 31**

*Organisateur : Communauté d'agglomération Forbach Porte de France et Département de la Moselle*

# Est mosellan et Saulnois



## Arzwiller

### Au fil des émotions

Médiathèque - 1 place de la Grotte

**Samedi 19 octobre - 10h > 11h**

Lecture de petites histoires et création de ballons à émotions. Moment de partage autour de l'importance d'installer au quotidien des temps d'échanges rituels pour favoriser la relation parents-enfants.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription :** 03 87 24 63 69

ou [mediatheque@paysdehalsbourg.fr](mailto:mediatheque@paysdehalsbourg.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Pays de Halsbourg

## Bitche

### Café des parents: entre laxisme et autoritarisme, il y a l'autorité...

Maison de l'enfant - 2 rue Poincaré

**Mercredi 9 octobre - 9h > 11h**

Rencontre entre parents avec des professionnelles autour d'un petit déjeuner pour échanger sur le thème de l'autorité dans l'éducation parentale.

**Public :** Parents uniquement

(mode de garde prévu pour les enfants)

**Sur inscription :** 03 87 06 24 23

ou [laep.parentalite@cc-paysdebitche.fr](mailto:laep.parentalite@cc-paysdebitche.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Pays de Bitche

### Atelier d'éveil aux émotions parents-enfants

Maison de l'enfant - 2 rue Poincaré

**Mercredi 16 octobre - 14h > 15h30**

Atelier sur la thématique des émotions pour les parents et les enfants, abordée à l'aide de supports réutilisables à la maison: livres, jeux coopératifs, exploration créative...

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription :** 03 87 06 24 23

ou [laep.parentalite@cc-paysdebitche.fr](mailto:laep.parentalite@cc-paysdebitche.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Pays de Bitche

### La communication gestuelle associée à la parole

Maison de l'enfant - 2 rue Poincaré

**Mercredi 16 octobre - 16h30 > 17h30**

Rencontre parents-enfants avec une professionnelle de la petite enfance pour échanger et partager des expériences autour de la communication gestuelle associée à la parole, le tout de manière ludique.

**Public :** Parents et enfants de 0-3 ans

**Sur inscription :** 03 87 06 24 23

ou [laep.parentalite@cc-paysdebitche.fr](mailto:laep.parentalite@cc-paysdebitche.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Pays de Bitche

## Château-Salins (forum)

### Le sommeil des tout-petits

Accueil périscolaire - 4 rue des Braissettes

**Samedi 12 octobre - 9h > 12h**

Echanges et partage d'expériences entre parents autour de l'arrivée d'un bébé et la question si «cruciale» du sommeil des tout-petits (et des parents!), suivi d'un temps de lecture parent-enfant. Espace de jeux pour les enfants de moins de 3 ans.

**Public :** Futurs parents, parents et enfants de 0-3ans

**Contact :** 03 87 05 11 11

ou [petite-enfance@cc-saulnois.fr](mailto:petite-enfance@cc-saulnois.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Saulnois

### Atelier Sophro'Ludique

Accueil périscolaire - 4 rue des Braissettes

**Samedi 12 octobre - 9h > 12h**

Atelier parents-enfants pour découvrir des exercices de sophrologie ludique. Puis temps d'échanges pour les parents autour des différentes pratiques de relaxation à mettre en place avec leur enfant.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** 03 87 01 16 15 ou [periscolaire@chateau-salins.fr](mailto:periscolaire@chateau-salins.fr)

**Organisateur :** Commune et bibliothèque municipale de Château-Salins

### L'équilibre dans la famille !

#### Facile ??

Accueil périscolaire - 4 rue des Braissettes

**Samedi 12 octobre - 9h > 12h**

Expérience ludique à réaliser en famille ou seul(e) pour échanger sur la représentation que chacun se fait du temps passé en tant que parent, individu à part entière, dans le but de maintenir un équilibre familial.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** [christiane.dumont@mouvement-rural.org](mailto:christiane.dumont@mouvement-rural.org)

**Organisateur :** Foyer rural

### Les jeux originaux

Accueil périscolaire - 4 rue des Braissettes

**Samedi 12 octobre - 9h > 12h**

Au travers de différents jeux originaux, parents et enfants vont pouvoir découvrir une nouvelle façon de jouer ensemble et de faire du sport.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** 07 54 38 75 24 ou [vannessapetolat.fdftr57@gmail.com](mailto:vannessapetolat.fdftr57@gmail.com)

**Organisateur :** FDFR

### Jouons ensemble

Accueil périscolaire - 4 rue des Braissettes

**Samedi 12 octobre - 9h > 12h**

Atelier de jeux parents-enfants pour expérimenter, découvrir des supports et renforcer les liens familiaux.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** 03 87 05 02 00

**Organisateur :** SESSAD Les Allerions

## Dieuze

### Balade poussette

Etang des Essarts

**Mercredi 9 octobre - 9h > 11h**

Balade à roulettes (poussettes, trottinettes, draisiennes...) avec temps de lectures, comptines, observations de la nature. Echanges entre parents et avec les professionnels de la petite enfance.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription :** 03 87 05 11 11  
ou [petite-enfance@cc-saulnois.fr](mailto:petite-enfance@cc-saulnois.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Saulnois et MJC centre social

### C'est quoi jouer ?

### C'est quoi un jouet ?

MJC centre social - 94 impasse Jean Laurain

**Lundi 14 octobre - 9h30 > 11h**

Rencontre parents-enfants autour d'activités ludiques motrices et sonores réalisables à partir des objets du quotidien à la maison, en lien avec le développement de l'enfant.

**Public :** Parents et enfants de 0-6 ans

**Contact :** [camp.sarrebourg@apf.asso.fr](mailto:camp.sarrebourg@apf.asso.fr)

**Organisateur :** CAMSP APF France

### Labyrinthe émotionnel: les liens familiaux en jeu

MJC centre social - 94 impasse Jean Laurain

**Vendredi 18 octobre - 18h30 > 19h30**

Théâtre-forum sur les émotions incontrôlables: trois scènes de situations de conflits jouées une première fois, puis une deuxième fois avec la possibilité pour le public d'intégrer.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription :** 06 81 58 89 06  
ou [animation.famille@mjjccsdiuzeuze.fr](mailto:animation.famille@mjjccsdiuzeuze.fr)

**Organisateur :** MJC centre social

### Ciné-débat

Salle de la Délivrance - 15 Les Salines Royales

**Samedi 19 octobre - 14h > 17h**

Diffusion de deux reportages abordant l'annonce d'un handicap au sein de la famille suivi d'ateliers disponibles tout l'après-midi. L'occasion pour les parents d'échanger avec des professionnels du Saulnois, de trouver des informations pour être accompagné face au handicap de leur enfant.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** 03 87 05 11 11

**Organisateur :** Communauté de communes du Saulnois et MJC centre social

## Francaltroff

### La soirée des parents: écran, sport, apprentissage... quel équilibre ?

Accueil périscolaire - 29 rue des Jardins

**Jeudi 3 octobre - 20h > 22h**

Soirée entre parents pour échanger autour de l'équilibre à trouver entre les temps d'écrans, les activités sportives et les apprentissages scolaires. Présentation d'une expérimentation « COCO Bouge, COCO pense ».

**Public :** Parents uniquement

(mode de garde prévu pour les enfants de 3-11 ans)

**Contact :** [j.stutz@opal-asso.fr](mailto:j.stutz@opal-asso.fr)

**Organisateur :** Association OPAL

## Grosbliedestroff

### Atelier d'éveil parent-enfant autour du jeu

Espace Jeux et Loisirs - 3 rue des Fermes

**Jeudi 10 octobre - 9h15 > 11h**

Moment de partage parents-enfants autour de jeux uniquement faits maison favorisant la découverte et l'expérimentation.

**Public :** Parents et enfants de 1-3 ans

**Sur inscription :** 03 87 98 56 03  
ou [rpe@agglo-sarreguemines.fr](mailto:rpe@agglo-sarreguemines.fr)

**Organisateur :** Relais petite enfance

## Henridorff

### Apéro des parents: Communiquer avec son enfant

Mairie - 1 rue de l'Église

**Jeudi 10 octobre - 17h30 > 19h**

Rencontre de parents, lors d'un temps convivial, avec une intervenante pour échanger sur la communication avec son enfant. Découverte d'outils pour une communication bienveillante.

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription :** 07 57 76 95 24 ou 03 87 27 40 40  
ou [rpe@paysdephalsbourg.fr](mailto:rpe@paysdephalsbourg.fr)

**Organisateur :** Communauté de communes du Pays de Phalsbourg

## Morhange

### La soirée des parents: écran, sport, apprentissage... quel équilibre ?

Accueil périscolaire - 6 rue de la Mésange

**Vendredi 4 octobre - 20h > 21h30**

Soirée entre parents pour échanger autour de l'équilibre à trouver entre les temps d'écrans, les activités sportives et les apprentissages scolaires. Présentation d'une expérimentation « COCO Bouge, COCO pense ».

**Public :** Parents uniquement

(mode de garde prévu pour les enfants de 3-11 ans)

**Contact :** [j.stutz@opal-asso.fr](mailto:j.stutz@opal-asso.fr)

**Organisateur :** OPAL

## Phalsbourg

### Goûter ludique : la couleur des émotions

Médiathèque - 2 rue du Collège

**Samedi 5 octobre - 15h > 17h**

Trois ateliers pour aborder les émotions des enfants et des adultes : loto des émotions, goûter coloré et séances de contes à 15h30, 16h et 16h30.

**Public : Parents et enfants**

Contact : 03 87 24 63 69

ou [mediatheque@paysdephalsbourg.fr](mailto:mediatheque@paysdephalsbourg.fr)

*Organisateur : Communauté de communes du Pays de Phalsbourg*

### Bébé-lecteurs: les émotions

Médiathèque - 2 rue du Collège

**Mardi 8 octobre - 9h > 10h**

Lectures de contes et comptines sur le thème des émotions.

**Public : Parents et enfants de 0 à 3 ans**

Sur inscription: 03 87 24 63 69

ou [mediatheque@paysdephalsbourg.fr](mailto:mediatheque@paysdephalsbourg.fr)

*Organisateur : Communauté de communes du Pays de Phalsbourg*

### Le coin des parents

Salle multisport Vauban - Allée des Sports

**Mercredi 9 octobre - 14h > 16h**

Moment convivial entre parents et enfants autour d'une activité ludique suivi d'un temps d'échanges entre parents pour partager leurs expériences, leurs doutes et leur vie quotidienne.

**Public : Parents et enfants**

Sur inscription : 07 88 44 80 20

ou [coralie.bressy@phalsbourg-loisirs.fr](mailto:coralie.bressy@phalsbourg-loisirs.fr)

*Organisateur : Phalsbourg Loisirs*

### Les petites histoires du mercredi

Médiathèque - 2 rue du Collège

**Mercredi 16 octobre - 10h30 > 11h**

Lectures de contes et comptines sur le thème des émotions.

**Public : Parents et enfants de 0-3 ans**

Sur inscription: 03 87 24 63 69

ou [mediatheque@paysdephalsbourg.fr](mailto:mediatheque@paysdephalsbourg.fr)

*Organisateur : Communauté de communes du Pays de Phalsbourg*

### Le café-doudou

Crèche La Ribambelle

17 rue du Commandant Taillant

**Vendredi 18 octobre - 9h > 11h**

Moment convivial d'échanges entre parents autour d'un café pour partager leurs doutes, leurs expériences, leurs astuces et quotidien, en lien avec les pratiques éducatives.

**Public : Parents uniquement ou parents et enfants**

Sur inscription: 07 88 44 80 20

*Organisateur : Phalsbourg Loisirs*

## Puttelange-aux-Lacs

### La soirée des parents: écran, sport, apprentissage... quel équilibre ?

Accueil périscolaire de Puttelange-aux-Lacs

Chemin de la Ronde

**Jeudi 10 octobre - 20h > 21h30**

Soirée entre parents pour échanger autour de l'équilibre à trouver entre les temps d'écrans, les activités sportives et les apprentissages scolaires. Présentation d'une expérimentation « COCO Bouge, COCO pense ».

**Public : Parents uniquement**

(mode de garde prévu pour les enfants de 3-11 ans)

Contact : [j.stutz@opal-asso.fr](mailto:j.stutz@opal-asso.fr)

*Organisateur : OPAL*

### Théâtre débat: râlerie, on a tous besoin de râler

Espace culturel - 1 rue Jean Moulin

**Vendredi 18 octobre - 20h > 21h30**

Spectacle convivial et léger de 45 min sur le thème des difficultés de communication en famille suivi d'un temps d'échanges entre parents.

**Public : Parents uniquement**

(mode de garde prévu pour les enfants)

Sur inscription : 07 69 56 30 80

ou [coordinationfoyerdeslacs@gmail.com](mailto:coordinationfoyerdeslacs@gmail.com)

*Organisateur : Foyer des Lacs*

## Rohrbach-lès-Bitche

### Atelier parents-adolescents : éco-anxiété

Espace de vie sociale « Anim&Vous »

5 rue du stade

**Samedi 5 octobre - 14h > 15h30**

Atelier parents-adolescents sur le thème de l'éco-anxiété pour favoriser la communication parents-adolescents, prendre soin de soi et de sa santé mentale. L'occasion d'échanger entre parents et adolescents, de partager ses expériences et son ressenti.

**Public : Parents et adolescents**

Sur inscription : 03 87 09 85 26

ou [celine.jung@loisirsjeunessepaysdebitche.fr](mailto:celine.jung@loisirsjeunessepaysdebitche.fr)

*Organisateur : Association Loisirs Jeunesse et communauté de communes du Pays de Bitche*

### Atelier sophro-relaxation

Relais petite enfance - 14 rue des Sports

**Vendredi 18 octobre - 9h30 > 10h**

Atelier sophro-relaxation parents-enfants pour partager un moment ressourçant ensemble. Le parent sera amené à déposer son propre stress et à se recentrer sur l'essentiel.

**Public : Parents et enfants**

Sur inscription : 03 87 09 84 68

ou [multi-accueil@cc-paysdebitche.fr](mailto:multi-accueil@cc-paysdebitche.fr)

*Organisateur : Multi accueil Brin d'Eveil*

## Sarrebourg

### Théâtre d'improvisation sur le thème de la parentalité

Centre socio-culturel  
2 rue des Berrichons et Nivernais

**Vendredi 11 octobre - 20h > 21h30**

Sketches d'improvisation joués par la compagnie Les Sans Diego sur des situations du quotidien des familles, le tout abordé avec humour. Puis débat, temps d'échanges entre parents et avec des professionnels sur leur posture parentale.

**Public : Parents et enfants (à partir de 8 ans)**

Sur inscription : 07 80 00 37 78  
ou referentefamilles@sarrebourg.eu

*Organisateur : Centre socio culturel*

### Forum: enfance et familles

Centre socio culturel  
2 rue des Berrichons et Nivernais

**Samedi 12 octobre  
9h30 > 12h et 13h30 > 16h**

Rencontre entre parents et avec des professionnels autour de jeux et d'ateliers ludiques sur le thème du sport et de la santé mentale. Puis spectacle sur le thème des émotions à 16h animé par la compagnie Ruberdam.

**Public : Parents et enfants**

Contact: 07 80 00 37 78  
ou referentefamilles@sarrebourg.eu

*Organisateur : Centre socio culturel*

### Atelier parents: partage d'outils pour gérer ses émotions

Centre socio culturel  
2 rue des Berrichons et Nivernais

**Samedi 12 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre entre parents, pour échanger et partager autour d'outils sur leurs émotions et celles de leurs enfants.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Contact : 03 87 25 89 45

*Organisateur : DITEP Vincent de Paul*

### Soirée-débat : séparons nous en confiance

Multi accueil L'île aux Trésors  
17 avenue Fayolle

**Jeu 17 octobre - 18 > 20h**

Temps d'échanges entre parents et avec un professionnel sur les difficultés rencontrées autour des situations de séparation et découverte du concept de la séparation psychique. Animation par Tristan Gernez, psychologue périnatalité.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Sur inscription: 03 87 23 71 54 ou  
multiaccueil.sarrebourg@gmail.com

*Organisateur : Multi accueil L'île aux Trésors*

## Le p'tit déj des parents

Centre socio culturel  
2 rue des Berrichons et Nivernais

**Jeu 17 octobre - 9h > 10h30**

Rencontre entre parents et professionnels autour d'un petit-déjeuner. L'occasion de parler de façon informelle des difficultés rencontrées avec ses enfants et de se questionner sur ses pratiques éducatives.

**Public : Parents uniquement**

Contact : 07 80 00 37 78  
ou referentefamilles@sarrebourg.eu

*Organisateur : Centre socio culturel*

### Atelier: l'arbre de vie

Centre socio culturel  
2 rue des Berrichons et Nivernais

**Vendredi 18 octobre - 18h30 > 20h30**

Vous connaissez les soirées «Feel-good» ? En voilà une qui pourrait vous faire du bien ! Partez à la recherche de vos qualités et compétences en tant que parents en réalisant un arbre de vie. Animation par 2 professionnels formés en guidance parentale.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Sur inscription : 07 80 00 37 78  
ou referentefamilles@sarrebourg.eu

*Organisateur : Centre socio culturel*

## Sarreguemines

### Invite ton pote

Lieu d'accueil enfants-parents  
Les Amis de la Coccinelle - 5 place de la Poste

**Samedi 5 octobre - 9h > 12h et 14h > 17h**

Découverte du lieu, temps d'échanges pour les parents et jeux pour les enfants. Chaque habitué peut venir accompagné et présenter la Coccinelle.

**Public : Parents et enfants**

Contact: lacoccinelle01@outlook.com

*Organisateur : LAEP Les Amis de la Coccinelle*

### Café des parents

Centre socio culturel - 2 impasse Nicolas Rohr

**Mardi 8 octobre - 19h30 > 21h**

Rencontre autour d'un café pour permettre aux parents d'échanger sur leurs difficultés, appréhensions, craintes et ressentis au sein de la sphère familiale, dans un cadre bienveillant et neutre. L'atelier est encadré par Jean-Marc Galano, thérapeute familial systémicien.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Sur inscription: 03 87 28 71 90 ou 06 33 63 24 17

*Organisateur : Centre socio culturel*

## Atelier :

### confection de jeux de société

Halte garderie Le Petit Prince

11 rue des Rossignols

**Mercredi 9 octobre - 10h > 11h**

Atelier de création d'un jeu parents-enfants.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 03 87 98 30 01**

**Organisateur : Halte garderie Le Petit Prince**

## Educ'Écrans

Ludothèque Beausoleil - 11 rue des Merles

**Samedi 12 octobre - 14h > 16h**

Temps d'échanges et réflexion entre parents sur l'utilisation de écrans dans le foyer, à l'aide du jeu EDUC'Écrans. Quelles limites? Quelle utilisation? A partir de quel âge? Les parents repartiront avec des ressources et pistes concrètes pour une meilleure gestion des écrans à la maison.

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : 03 87 95 37 29 ou ludo.jeux@orange.fr**

**Organisateur : Ludothèque Beausoleil**

## Café des parents :

### Les écrans... autrement

Multi accueil Le Marmouset - 5 rue de la Paix

**Lundi 14 octobre - 17h > 19h**

Rencontre de parents avec une éducatrice de jeunes enfants autour d'un café pour échanger sur le thème des écrans. Animation par Sabrina Stelletta.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription : 03 87 98 27 77**

**ou marmouset57200@outlook.fr**

**Organisateur : Multi accueil Le Marmouset**

## Café des parents

Halte garderie Le Petit Prince

11 rue des Rossignols

**Mardi 15 octobre - 17h > 19h**

Echanges libres entre parents et professionnels sur les difficultés rencontrées par les parents au quotidien. Avec la présence de Jean-Marc Galano, psychologue clinicien.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription : 03 87 98 30 01**

**Organisateur : Halte garderie Le Petit Prince**

## Soirée jeux de société en famille

Centre socio culturel - 2 impasse Nicolas Rohr

et Maison de quartier Beausoleil

4 rue Jean Baptiste Barth

**Mardi 15 octobre - 18h > 20h**

Rencontre entre parents et enfants lors d'une soirée jeux de société (jeux à jouer en famille, entre parents, entre enfants).

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 03 87 28 71 90 et 06 43 78 04 68**

**Organisateur : Centre socio culturel**

## Création de jeux d'éveil avec du matériel de récupération

Hôtel de la communauté

99 rue du Maréchal Foch

**Mardi 15 octobre - 20h > 21h30**

Création de jeux d'éveil et temps d'échanges, destinés aux parents d'enfants de 0 à 3 ans.

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : 03 87 98 56 03**

**ou rpe@aggllo-sarreguemines.fr**

**Organisateur : Relais petite enfance**

## Spectacle : « Télé en panne, papa est connecté »

Centre socio culturel - 2 impasse Nicolas Rohr

**Mercredi 16 octobre - 14h45 > 16h**

Spectacle drôle et tendre pour parler des usages des écrans : ce qu'on y trouve et ce qu'on y perd, avec de délicieuses marionnettes pingouins comme guide !

**Public : Parents et enfants (à partir de 3 ans)**

**Sur inscription : 03 87 28 71 90 ou 06 33 63 24 17**

**Organisateur : Centre socio culturel**

## Conférence :

### le langage chez le jeune enfant

CASC - 99 rue du Maréchal Foch

**Vendredi 18 octobre - 17h > 19h**

Conférence sur le thème du langage chez le jeune enfant et temps d'échanges avec le public. Animation par Nicole Birry, psychanalyste.

**Public : Parents uniquement**

**Contact : lacoccinelle01@outlook.com**

**Organisateur : LAEP Les Amis de la Coccinelle**

## Vic-sur-Seille

### L'art de l'allaitement maternel au Musée

Musée départemental Georges de la Tour  
place Jeanne d'Arc

**Mardi 15 octobre - 9h30 > 11h**

L'art de l'allaitement: rencontres, découvertes et échanges pour les futurs parents et enfants de moins de trois ans accompagnés de leurs parents.

**Public : Futurs parents, parents et enfants de 0-3 ans**

**Sur inscription : 03 87 05 11 11**

**ou petite-enfance@cc-saulnois.fr**

**Organisateur : Communauté de communes du Saulnois et Département de la Moselle**

## Volmunster

### **La soirée des parents : écran, sport, apprentissage... quel équilibre ?**

Accueil périscolaire de Volmunster  
1 rue du Presbytère

**Vendredi 11 octobre - 20h > 21h30**

Soirée entre parents pour échanger autour de l'équilibre à trouver entre les temps d'écrans, les activités sportives et les apprentissages scolaires. Présentation d'une expérimentation « COCO Bouge, COCO pense ».

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants de 3-11 ans)*

**Contact : [j.stutz@opal-asso.fr](mailto:j.stutz@opal-asso.fr)**

**Organisateur : OPAL**

# Metz et environs



## Augny

### Pause parents : des jeux pour discuter !

Accueil périscolaire - 3 rue de la Libération

**Lundi 14 octobre - 17h > 18h30**

Un moment à partager entre parents et enfants autour d'un jeu qui permet d'ouvrir la discussion et d'encore mieux se connaître. Suivi d'un apéritif convivial entre parents.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** [parentalite57@peplorest.org](mailto:parentalite57@peplorest.org)

**Organisateur :** PEP Lor'Est

## Châtel-Saint-Germain

### Prendre du temps pour soi pour éviter l'épuisement parental

Micro crèche Les Châteloups

1 rue Bonne Fontaine

**Mardi 8 octobre - 18h30 > 20h30**

Temps d'échanges et de discussions entre parents et avec des professionnelles sur l'arrivée d'un enfant: un changement à apprivoiser avec une ouverture sur les possibilités de ressourcements pour les parents.

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription :** 03 87 61 12 01

[oumicrocreche.chateloups@orange.fr](mailto:oumicrocreche.chateloups@orange.fr)

**Organisateur :** Micro crèche Les Châteloups

## Chesny

### Le sommeil du jeune enfant

Crèche À Petits Pas - 4 bis rue Charmante

**Mardi 15 octobre - 18h30 > 20h**

Rencontre de parents autour d'un apéro pour échanger sur le sommeil du jeune enfant. La présence d'une professionnelle permettra aux parents de réfléchir à de nouvelles approches et à se questionner sur leurs pratiques éducatives.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription :** [apetitspas-chesny@outlook.fr](mailto:apetitspas-chesny@outlook.fr)

**Organisateur :** Crèche À Petits Pas

## Fleury

### Apéro des parents

Accueil périscolaire

21 chemin de Metz

**Vendredi 4 octobre - 19h > 20h30**

Rencontre entre parents autour d'un apéro pour échanger sur l'accompagnement de leur enfant sur le thème des devoirs et de la scolarité.

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription :** 03 87 68 32 79 ou

[periscolairepouillyfleury@gmail.com](mailto:periscolairepouillyfleury@gmail.com)

**Organisateur :** Association Crechendo

## La Maxe

### Pause parents : des jeux pour discuter !

Accueil périscolaire - place de la Charmille

**Mardi 15 octobre - 17h > 18h30**

Un moment à partager entre parents et enfants autour d'un jeu qui permet d'ouvrir la discussion et d'encore mieux se connaître. Suivi d'un apéritif convivial entre parents.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** [parentalite57@peplorest.org](mailto:parentalite57@peplorest.org)

**Organisateur :** PEP Lor'Est

## Laquenexy

### Pause parents : des jeux pour discuter !

Accueil périscolaire - 2 bis forum des 4 vents

**Vendredi 11 octobre - 17h > 18h30**

Un moment à partager entre parents et enfants autour d'un jeu qui permet d'ouvrir la discussion et d'encore mieux se connaître. Suivi d'un apéritif convivial entre parents.

**Public :** Parents et enfants

**Contact :** [parentalite57@peplorest.org](mailto:parentalite57@peplorest.org)

**Organisateur :** PEP Lor'Est

## Marly

### Portes ouvertes du Relais petite enfance Au Fil des Sourires

Relais petite enfance Au Fil des Sourires

3 rue Eugène Jouin

**Samedi 5 octobre - 9h30 > 12h30 et  
vendredi 11 octobre - 16h30 > 19h**

Atelier ludique et découverte des missions de ce nouveau service sur le territoire pour les (futurs) parents d'enfants de 0 à 6 ans et pour les assistants maternels.

**Public :** Futures parents, parents et enfants

**Contact :** 06 10 45 87 15 ou [rpe@cscgilbertjansem.fr](mailto:rpe@cscgilbertjansem.fr)

**Organisateur :** Association LACE et Centre social Gilbert Jansem

### Parlons ensemble dès la naissance

Relais petite enfance Au Fil des Sourires

3 rue Eugène Jouin

**Vendredi 18 octobre - 9h > 11h**

Atelier de sensibilisation autour de l'acquisition et du développement du langage. Animation par le syndicat départemental des orthophonistes de Moselle.

**Public :** Parents et enfants de 0-6 ans

**Sur inscription :** 06 10 45 87 15 ou [rpe@cscgilbertjansem.fr](mailto:rpe@cscgilbertjansem.fr)

**Organisateur :** Association LACE et Centre social Gilbert Jansem

## Groupe de parole de parents : le burn-out parental

Centre social Arc-en-Ciel - 71 rue Mazelle

**Samedi 5 octobre - 10h > 11h30**

Rencontre de parents autour d'un petit-déjeuner pour échanger sur le burn-out parental : savoir le reconnaître, se préserver en tant que parent, répondre aux questionnements de chacun et partager ses trucs et astuces du quotidien.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Sur inscription : 06 40 45 15 80

ou ref.familles.arcenciel@gmail.com

*Organisateur : Centre social Arc en Ciel*

## Découverte d'un lieu d'accueil enfants-parents

LAEP La Maison d'Anjou - 4 rue du Maine

**Samedi 5 octobre, lundi 7, mercredi 9, jeudi 10, samedi 12, lundi 14, jeudi 17, samedi 19 - 14h30 > 17h et mercredi 9 octobre, mercredi 16 9h > 11h et 14h30 > 17h30**

Accueil d'enfants de 0 à 5 ans avec leurs parents dans un lieu convivial, d'échanges et de rencontres, adapté pour l'enfant qui peut jouer avec son parent et avec d'autres enfants.

**Public : Parents et enfants de 0-5 ans**

Contact : 06 95 22 53 42

*Organisateur : LAEP La Maison d'Anjou*

## Le livre : une alternative aux écrans

Lieu d'accueil enfants-parents Pirouette

2 place Henri Frécot

**Lundi 7 octobre - 14h30 > 17h**

Rencontre parents et enfants autour d'une lecture menée par une éducatrice. Puis temps d'échanges autour de la lecture afin de favoriser le lien parent-enfant ainsi que l'accès à l'imaginaire et la créativité.

**Public : Parents et enfants de 0-6 ans**

Sur inscription : 03 87 20 64 48

ou laep@cmsea.asso.fr

*Organisateur : LAEP Pirouette*

## Atelier : je masse mon bébé

Lieu d'accueil enfants-parents

La Maison d'Anjou - 4 rue du Maine

**Mardi 8 octobre - 9h30 > 11h30 et mardi 15 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre de parents autour d'un atelier pour apprendre à masser son bébé, suivi d'un temps d'échanges et visite du LAEP La Maison d'Anjou.

**Public : Parents et enfants de 0-12 mois**

Sur inscription : 06 95 22 53 42

ou la-maison-d-anjou@sfr.fr

*Organisateur : Centre social Cassis et LAEP La Maison d'Anjou et Département de la Moselle*

## Entrer en sixième et dans l'adolescence

Collège Paul Valéry - 5 rue Paul Valéry

**Mardi 8 octobre - 18h > 19h30**

Mieux comprendre cette étape importante de l'entrée dans l'adolescence pour les parents et les enfants, échanger et mesurer ce qui change avec plus de sérénité. Intervention d'une psychologue de l'école des parents et des éducateurs de la Moselle.

**Public : Parents et enfants de 9-13 ans**

Sur inscription : sur metz.fr/agenda - rubrique calendrier

*Organisateur : Ville de Metz*

## Apéro Parentalité : Prendre du temps pour soi pour prendre soin de ses enfants

Annexe de l'Espace de la Grange

1 rue du Bois de la Dame

**Mardi 8 octobre - 18h > 20h**

Rencontre et échanges entre parents sur le thème : prendre du temps pour soi pour prendre soin de ses enfants.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Sur inscription : 06 60 15 74 52

*Organisateur : Espace de la Grange*

## Portes ouvertes du lieu d'accueil enfants-parents

Lieu d'accueil enfants-parents La Cour

Ensoleillée - 6 rue Yvan Goll

**Mardi 9 octobre - 9h > 12h**

Lieu d'accueil enfants-parents La Cour

Ensoleillée - 4 rue Théodore de Gargan

**Vendredi 11 octobre - 9h > 12h**

Le LAEP accueille les parents et enfants autour de jeux libres adaptés pour permettre des échanges et des rencontres.

**Public : Parents et enfants de 0-6 ans**

Contact : cour.enseleillee@acs-agera.fr

*Organisateur : LAEP La Cour Ensoleillée*

## Atelier de sophrologie enfants-parents

Centre social Agora

4 rue Théodore de Gargan

**Mercredi 9 octobre - 9h30 > 11h30**

Atelier de sophrologie ludique en binôme enfants-parents. Grâce à des exercices de relaxation, de jeux et d'éveil des sens, l'enfant apprend à exprimer ses émotions comme la joie, la colère, la tristesse...

**Public : Parents et enfants de 4 à 12 ans**

Sur inscription : 03 87 55 83 00

*Organisateur : Centre social Agora*

## Le langage dès le plus jeune âge grâce aux histoires du monde entier

Centre socio culturel Kairos  
13 rue de Toulouse

**Mercredi 9 octobre - 14h > 16h**

Un après-midi convivial pour les parents et les enfants autour des histoires que l'on raconte dans chaque pays, animé par les parents et la bibliothèque Bellecroix qui donnera des conseils en littérature jeunesse.

**Public : Parents et enfants**  
**Contact : 06 67 96 87 00**  
ou [familles@kairos-bellecroix.fr](mailto:familles@kairos-bellecroix.fr)

*Organisateur : Centre socio culturel Kairos*

## Groupe d'échanges entre parents : la vie affective de mon ado

Centre social Cassis - 5 rue du Dauphiné

**Jeudi 10 octobre - 9h > 11h30**

Comment accompagner son ado dans ses préoccupations : vie affective, puberté et sexualité. Temps d'échanges convivial entre parents et deux-sages femmes du Département de la Moselle.

**Public : Parents uniquement**  
**Sur inscription : 07 65 86 13 18**  
ou [cassis.familles@gmail.com](mailto:cassis.familles@gmail.com)

*Organisateur : Centre social Cassis et Département de la Moselle*

## Café parents : l'alimentation des 0-6 ans

Centre social Le Quai - 1 bis rue de Castelnau

**Jeudi 10 octobre - 9h30 > 10h30**

Rencontre avec Angèle Guichard, diététicienne-nutritionniste, autour de l'alimentation des 0-6 ans. Venez poser vos questions et échanger sur vos pratiques.

**Public : Parents et enfants**  
**Contact : 03 87 65 44 00**  
ou [lequai.centresocial@lequai-cs.fr](mailto:lequai.centresocial@lequai-cs.fr)

*Organisateur : Centre social Le Quai*

## Découverte de la Maison des BébéS

La Maison des BébéS

6 rue du Haut de Sainte-Croix

**Jeudi 10 octobre - 9h30 > 11h30**

Découverte et accueil de façon conviviale dans un espace dédié aux futurs parents et parents d'enfants de moins de 3 ans. Les parents pourront profiter d'un lieu de ressources attractif et adapté.

**Public : Futurs parents, parents et enfants de 0-3 ans**  
**Sur inscription : 03 87 68 25 65**

*Organisateur : Ville de Metz*

## Groupe de parole: parler pour se faire entendre et écouter les enfants parler

EVS Accueil Familles  
17 boulevard de Provence

**Jeudi 10 octobre - 14h > 16h**

Echanges d'expériences et de pratiques parentales autour de la thématique suivante: parler pour se faire entendre, et écouter les enfants parler.

**Public : Parents uniquement**  
**Contact : accueil.familles@peplorest.org**

*Organisateur : PEP Lor'Est*

## Atelier: je porte mon bébé

LAEP La Maison d'Anjou - 4 rue du Maine

**Jeudi 10 octobre - 14h30 > 16h30**  
**et jeudi 17 octobre - 14h30 > 16h30**

Rencontre de parents autour d'un atelier pour apprendre à porter son bébé, suivi d'un temps d'échanges et visite du LAEP.

**Public : Parents et enfants de 0-12mois**  
**Sur inscription : 06 95 22 53 42**  
ou [la-maison-d-anjou@sfr.fr](mailto:la-maison-d-anjou@sfr.fr)

*Organisateur : Centre social Cassis et LAEP La Maison d'Anjou et Département de la Moselle*

## Comment poser un cadre avec son enfant ?

MJC des 4 Bornes - Rue Etienne Gantrel

**Vendredi 11 octobre - 9h > 11h**

Temps d'échanges entre parents et avec un professionnel sur les enjeux liés à la mise en place d'un cadre chez les enfants. L'occasion de partager ses expériences et acquérir des outils.

**Public : Parents uniquement**  
*(mode de garde prévu pour les enfants sur demande)*  
**Contact : 07 81 79 24 52**  
ou [5emeborne@mjc4b.fr](mailto:5emeborne@mjc4b.fr)

*Organisateur : Maison des Jeunes et de la Culture des 4 Bornes*

## Portes ouvertes Halte Jeux

Centre social Arc-en-ciel - 71 rue Mazelle

**Vendredi 11 octobre et 18 octobre**  
**10h > 11h30**

Découverte de la halte jeux, mode de garde ponctuel, autour d'un atelier d'éveil sensoriel pour les parents et enfants de 1 à 3 ans.

**Public : Parents et enfants de 1-3 ans**  
**Sur inscription : 06 40 45 15 80**  
ou [ref.familles.arcenciel@gmail.com](mailto:ref.familles.arcenciel@gmail.com)

*Organisateur : Centre social Arc en Ciel*

### Savoir détecter ses émotions et mieux les vivre

Centre social Le Quai - 1 bis rue de Castelnaud

**Vendredi 11 octobre - 18h > 20h**

Rencontre conviviale sous forme d'auberge espagnole entre parents pour échanger autour de leurs émotions et celles de leurs enfants. Animation par Inès Nigon, sophrologue qui proposera des techniques pour mieux les vivre.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants à partir de 3 ans)*

Sur inscription: 03 87 65 44 00

ou [lequai.centresocial@lequai-cs.fr](mailto:lequai.centresocial@lequai-cs.fr)

**Organisateur : Centre social Le Quai**

### Adolescence, mieux comprendre pour mieux communiquer

Café des parents - 32 rue Dupont des Loges

**Vendredi 11 octobre - 18h > 20h**

Eclairages théoriques sur les transformations à l'adolescence et leurs impacts sur la communication avec les parents. Temps d'échanges et proposition de supports pédagogiques. Animation par une psychologue et une éducatrice.

**Public : Parents uniquement**

Sur inscription: 07 56 38 10 14 ou [contact@epe57.fr](mailto:contact@epe57.fr)

**Organisateur : Ecole des Parents et des Educateurs de Moselle**

### Portes ouvertes à la Maison des Parents

Café des parents - 32 rue Dupont des Loges

**Samedi 12 octobre - 14h > 18h**

Accueil des parents et des enfants à la Maison des Parents autour de différents temps ludiques sur les émotions, le jeu, les relations et la présentation de services. Les petites viennoiseries seront aussi de la partie !

**Public : Parents et enfants**

Contact: 07 56 38 10 14 ou [contact@epe57.fr](mailto:contact@epe57.fr)

**Organisateur : Ecole des Parents et des Educateurs de Moselle**

### Mon quotidien de parent d'enfant en situation de handicap

Centre social Le Quai - 1 bis rue de Castelnaud

**Samedi 12 octobre - 14h30 > 16h30**

Rencontre animée par Sandrine Kloeditz, intervenante sociale, qui propose aux parents d'échanger sur leur quotidien, leurs réussites, leurs difficultés ou simplement de venir écouter d'autres parents s'exprimant sur leur réalité.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

Sur inscription: 03 87 65 44 00

ou [lequai.centresocial@lequai-cs.fr](mailto:lequai.centresocial@lequai-cs.fr)

**Organisateur : Centre social Le Quai**

### 1,2,3 sommeil

La Maison des Bébés

6 rue des Hauts de Sainte Croix

**Lundi 14 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre de parents pour échanger autour du sommeil des enfants de 0 à 3 ans. Au programme, temps théorique et partage d'expériences.

**Public : Parents et enfants**

Sur inscription: 06 74 69 59 33

**Organisateur : Département de la Moselle**

### Petit déjeuner des parents : parle avec moi, c'est comme ça que j'apprends !

La Maison des Bébés

6 rue du Haut de Sainte-Croix

**Mardi 15 octobre - 9h > 11h**

Rencontre de parents avec deux orthophonistes pour partager leurs expériences et échanger autour de l'acquisition du langage des enfants de 0 à 3 ans et de la question du multilinguisme.

**Public : Futurs parents,**

**parents d'enfants de 0-3 ans et enfants**

Sur inscription: 03 87 68 25 65

**Organisateur : Ville de Metz**

### Rencontre avec des orthophonistes : le langage dès le plus jeune âge

Ecole maternelle Pré vert - 2 rue du Stoxey

**Mardi 15 octobre - 9h > 11h**

Rencontre de parents à la maternelle pour parler du langage et son acquisition, animée par des orthophonistes.

**Public : Parents uniquement**

Contact: 06 67 96 87 00

ou [familles@kairos-bellecroix.fr](mailto:familles@kairos-bellecroix.fr)

**Organisateur : Centre socio culturel Kairos**

### Groupe de parole pour les parents d'enfants à besoins particuliers

Centre social Agora

4 rue Théodore de Gargan

**Mardi 15 octobre - 9h30 > 11h30**

Groupe de parole pour les parents d'enfants à besoins particuliers, porteurs de handicap ou à besoins intenses. L'occasion pour les parents d'échanger sur leur quotidien, leurs pratiques et leurs réussites.

**Public : Parents uniquement**

Sur inscription: 03 87 55 83 00

**Organisateur : Centre social Agora**

## 1,2,3 sommeil

Centre social le Quai - 1 bis rue de Castelnaud

**Mardi 15 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre de parents pour échanger autour du sommeil des enfants de 0 à 3 ans. Au programme, temps théorique et partage d'expériences.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription:** 06 43 37 63 59

**Organisateur :** Département de la Moselle

## Entrer en sixième et dans l'adolescence

Collège des Hauts de Blémont

11 rue du Dauphiné

**Mardi 15 octobre - 18h > 19h30**

Mieux comprendre cette étape importante de l'entrée dans l'adolescence pour les parents et pour les enfants, échanger et mesurer ce qui change avec plus de sérénité. Intervention par une psychologue de l'école des parents et des éducateurs de la Moselle .

**Public :** Parents d'enfants de 9-13 ans

**Sur inscription:** metz.fr/agenda - rubrique calendrier

**Organisateur :** Ville de Metz

## Atelier parents-enfants autour du goût

Centre social Le Quai - 1 bis rue de Castelnaud

**Mercredi 16 octobre - 14h30 > 16h30**

Moment convivial de partages et d'échanges entre parents et enfants autour d'une activité cuisine pour la confection d'un goûter maison original.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription:** 03 87 65 44 00

ou lequai.centresocial@lequai-cs.fr

**Organisateur :** Centre social Le Quai

## Atelier jeux parents-enfants

Centre social Cassis - 5 rue du Dauphiné

**Jeudi 16 octobre - 9h30 > 11h30**

Temps convivial et privilégié enfants-parents pour s'amuser et jouer ensemble.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription:** 07 65 86 13 18

ou cassis.familles@gmail.com

**Organisateur :** Centre social Cassis et PEP Lor'Est

## Les 1000 premiers jours de mon enfant

Epicierie sociale de la Croix Rouge

26 rue des Marronniers

**Jeudi 17 octobre - 14h > 16h**

Rencontre de parents avec des professionnelles de la petite enfance dans le but de répondre à leurs questions, les écouter et les informer sur la période des 1000 premiers jours de leur enfant.

**Public :** Parents uniquement

**Contact :** parentalite57@peplorest.org

**Organisateur :** PEP Lor'Est

## Troubles neurodéveloppementaux : accompagnement de l'enfant et du parent

Centre social Agora

4 rue Théodore de Gargan

**Mercredi 16 octobre - 14h30 > 17h**

Conférence sur les troubles neurodéveloppementaux de l'enfant menée par Florence Cabellan, diplômée d'ingénierie pédagogique et auteure. Puis rencontres avec différents professionnels de l'accompagnement sous forme de «tables aux solutions».

**Public :** Parents uniquement

**Sur inscription:** metz.fr/agenda - rubrique calendrier

**Organisateur :** Ville de Metz

## Massage non médicalisé pour les bébés de 0 à 6 mois

PMI - 36 place Saint-Thiebault

**Vendredi 18 octobre - 10h > 12h**

Temps de massage pour les bébés de 0 à 6 mois, moment de partage et de détente parents-enfants. L'occasion d'échanger avec des professionnels de la petite enfance et d'autres parents.

**Public :** Parents et enfants

**Sur inscription:** 06 02 05 85 85 ou 06 43 37 63 59 ou 06 74 69 59 33

**Organisateur :** Département de la Moselle

## Présentation de la médiation familiale

Café des parents - 32 rue Dupont des Loges

**Samedi 19 octobre - 10h > 12h**

Informations, questions-réponses et échanges autour de la médiation familiale pour des parents confrontés à une rupture familiale (avec leur conjoint, leur adolescent ou jeune adulte...).

**Public :** Parents, grands-parents et adolescents

**Sur inscription:** 07 56 38 10 14

ou contact@epe57.fr

**Organisateur :** Ecole des Parents et des Educateurs de Moselle

## Jeux coopératifs

Centre social Arc-en-ciel - 71 rue Mazelle

**Samedi 19 octobre - 15h > 17h**

Atelier parents et enfants de 6 à 12 ans autour de jeux pour communiquer et se découvrir en familles.

**Public :** Parents et enfants de 6-12 ans

(mode de garde prévu pour les enfants de 3 à 5 ans)

**Sur inscription:** 06 40 45 15 80

ou ref.familles.arcenciel@gmail.com

**Organisateur :** Centre social Arc en ciel

## Moyeuvre-Grande

### Massage bébé

Centre social l'Escale - 3 place Leclerc

**Samedi 12 octobre - 9h30 > 10h15**

Atelier d'initiation aux techniques de massage adaptées aux nourrissons. Ce moment permettra aux parents de découvrir les bienfaits du massage et de favoriser l'apaisement de leur bébé au quotidien.

**Public : Parents et enfants de 0-8 mois**

**Sur inscription : 06 79 93 78 72**

**ou sophie.bonk@mairie-moyeuvre-grande.fr**

**Organisateur : Centre social L'Escale**

## Noisseville

### Pause parents : des jeux pour discuter !

Accueil périscolaire - 38 rue Principale

**Jeudi 17 octobre - 17h30 > 19h**

Un moment à partager entre parents et enfants autour d'un jeu qui permet d'ouvrir la discussion et d'encore mieux se connaître. Suivi d'un apéritif convivial entre parents.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : parentalite57@peplorest.org**

**Organisateur : PEP Lor'Est**

## Rémilly

### Fête de la petite enfance

Périscube de Rémilly - Route de Bechy

**Samedi 12 octobre - 10h > 17h**

Animation sur la journée pour les parents et les enfants avec différents ateliers. Échanges entre parents et avec des professionnels de la petite enfance.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : ram@sudmessin.fr**

**Organisateur : Relais petite enfance**

## Rombas

### 1,2,3 sommeil

Espace santé du Petit Moulin

32 rue du Petit Moulin

**Mercredi 16 octobre - 10h > 12h**

**et vendredi 18 octobre - 10h > 12h**

Rencontre de parents pour échanger autour du sommeil des enfants de 0 à 3 ans. Au programme, temps théorique et partage d'expériences.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 07 84 59 97 94**

**Organisateur : Département de la Moselle**

## Saint-Privat-la-Montagne

### Pause Parents : des jeux pour discuter !

Accueil périscolaire - 11 rue du 18 août

**Lundi 7 octobre - 17h > 18h30**

Un moment à partager entre parents et enfants autour d'un jeu qui permet d'ouvrir la discussion et d'encore mieux se connaître. Suivi d'un apéritif convivial entre parents.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : parentalite57@peplorest.org**

**Organisateur : PEP Lor'Est**

## Talange

### Quiz parentalité

Centre social CLTEP - 1 place des Fêtes

**Samedi 12 octobre - 9h > 12h**

Quiz parentalité sur différentes thématiques proposées aux parents dans le but d'échanger sur leurs pratiques éducatives et de partager leurs expériences. Trois créneaux horaires : 9h, 10h ou 11h.

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : 07 83 67 81 14**

**ou cltepfamilles@gmail.com**

**Organisateur : Centre social CLTEP**

## Woippy

### Écran, alimentation, sommeil : quels impacts sur le développement des enfants ?

La Bulle - 9 place Jean Perrin

**Jeudi 10 octobre - 9h30 > 11h**

Atelier parents-professionnels sous la forme d'un quiz portant sur l'importance de l'hygiène de vie des enfants : écran, alimentation, sommeil...

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : a.wolff@mairie-woippy.fr**

**Organisateur : CCAS**

# Thionville - Val de Fensch



## Algrange

### Pause parents: les ateliers itinérants de la parentalité

Accueil périscolaire - 62 rue Foch

**Mercredi 9 octobre - 17h > 18h30**

Rencontre entre parents autour de tous les sujets d'éducation. Pas de thématiques prédéfinies, mais la possibilité pour chaque parent de poser ses questions, parler de ses expériences et de ses préoccupations du moment.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants à partir de 3 ans)*

**Contact : parentalite57@peplorest.org**

**Organisateur : PEP Lor'Est**

## Bertrange

### Pause parents: Escape Game

Accueil périscolaire - 28A rue Saint Laurent

**Mardi 8 octobre - 17h > 18h30**

Un moment de jeu en famille avec des épreuves sur des thématiques autour de l'éducation (durée d'une partie 30mn - maximum 10 joueurs).

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : periscolaire.bertrange@peplorest.org**

**Organisateur : PEP Lor'Est**

## Bousse

### Détente et papote

Accueil périscolaire - 12 A rue de Metz

**Mercredi 16 octobre - 14h30 > 16h30**

Atelier parents-enfants autour d'une animation Yoga suivi d'un temps d'échanges sur le bien-être afin de partager des expériences du quotidien.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : aep@arcmosellan.fr**

**Organisateur : Communauté de communes Arc Mosellan**

### Pause parents: les ateliers itinérants de la parentalité

Micro-crèche « Les Pépichoux »

12 D rue de Metz

**Jeudi 10 octobre - 17h > 18h30**

Rencontre entre parents autour de tous les sujets d'éducation. Pas de thématiques prédéfinies, mais la possibilité pour chaque parent de poser ses questions, parler de ses expériences et de ses préoccupations du moment.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription : parentalite57@peplorest.org**

**Organisateur : PEP Lor'Est**

## Bouzonville

### Portes ouvertes du lieu d'accueil enfants-parents

Lieu d'accueil enfants-parents

4 avenue de la Gare

**Mardi 15 octobre - 15h > 17h**

Pot de bienvenue et découverte du lieu d'accueil enfants-parents: temps d'échanges avec l'équipe d'accueil-lantes et visite du lieu.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : 07 67 79 72 03**

**ou maisondelaparentalite@cchpb.net**

**Organisateur : La Communauté de communes Bouzonvillois Trois Frontières**

## Fameck

### Comment poser un cadre ?

Club de prévention - 11 avenue de Metz

**Mardi 8 octobre et mardi 15 octobre 16h30 > 18h30**

Temps d'échanges autour du cadre parental et les débordements d'enfants indisciplinés.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : aisf2@orange.fr**

**Organisateur : AISF**

### Groupe de paroles de parents autour d'un petit déjeuner

Cité sociale - 2 rue de Touraine

**Mardi 15 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre entre parents autour d'un petit déjeuner pour discuter de sujets liés à l'éducation des enfants.

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : 06 66 70 42 13 ou 07 66 80 02 23**

**Organisateur : Cité sociale et centre social Jean Morette**

## Florange

### Initiation yoga parents-enfants

Complexe de Bétange

Bâtiment Coquelicots - 16 rue de l'Etoile

**Mercredi 9 octobre - 14h > 16h**

Atelier ludique d'initiation au yoga parents-enfants pour prendre conscience de son corps et apprendre à mieux gérer ses émotions.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : laep@centresocial-lamoisson.fr**

**Organisateur : Centre social La Moisson et LAEP**

## Florange (suite)

### Atelier musical

Complexe de Bétange  
Bâtiment Coquelicots - 16 rue de l'Etoile

**Mercredi 16 octobre - 9h > 11h**

Atelier ludique et dynamique à partager avec son enfant, animé par un professeur de percussions : bougeons et dansons ensemble, au même rythme et en toute complicité.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : laep@centresocial-lamoisson.fr**

**Organisateur : Centre social La Moisson**

## Guénange

### Une bulle d'oxygène

Centre social Louise Michel - 1 rue Mozart

**Vendredi 11 octobre - 9h30 > 11h**

Atelier bien-être, défoulement, body moving parents-enfants afin de resserrer les liens et partager un moment de complicité avec son enfant, le tout au rythme de la musique. Puis moment zen et temps d'échanges.

**Public : Parents et enfants ou parents uniquement**

**Sur inscription : 03 82 59 66 88**

**ou nathalie.turin@guenange.com**

**Organisateur : Centre social Louise Michel**

### Il faut tout un village pour élever un enfant

Local Prévention Spécialisée

Allée des Coquelicots

**Vendredi 18 octobre - 19h > 21h**

Conférence-débat sur le thème «il faut tout un village pour élever un enfant». Animation par les services Espace Rencontre et Prévention Spécialisée d'APSYS Emergence.

**Public : Parents et adolescents**

**Contact : 03 82 34 79 33**

**ou espacesrencontre@apsis-emergence.fr**

**Organisateur : Association APSIS Emergence**

## Hayange

### Diner Quiz

Espace La Clairière - 7 bis place de la Fontaine

**Vendredi 11 octobre - 19h > 21h**

Apéritif dinatoire autour d'un quiz sur des questions en lien avec la relation parents-adolescents. Chaque question sera suivie d'un temps d'échanges parents-adolescents

**Public : Parents et adolescents**

**Sur inscription : 03 82 59 18 00 ou ca.s.c@orange.fr**

**Organisateur : Centre d'animation sociale et culturelle**

## Knutange

### Jouons ensemble: le jeu de société, lien familial par excellence !

Centre social Arc en Ciel

5 rue Roger Naumann

**Samedi 12 octobre - 14h > 17h**

Jeux de société en familles. L'occasion pour les parents et les enfants de renforcer leurs liens, de partager un moment convivial autour de la découverte du jeu et du divertissement. Puis café-débat entre parents sur les bienfaits du jeu de société en famille.

**Public : Parents, enfants et adolescents**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Contact : 03 82 84 02 09**

**Organisateur : Centre social Arc-en-Ciel**

## Kuntzig

### Pause parents: les ateliers itinérants de la parentalité

Accueil périscolaire - 2 grand rue

**Samedi 12 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre entre parents autour de tous les sujets d'éducation. Pas de thématiques prédéfinies, mais la possibilité pour chaque parent de poser ses questions, parler de ses expériences et de ses préoccupations du moment.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants à partir de 3 ans)*

**Sur inscription : parentalite57@peplorest.org**

**Organisateur : PEP Lor'Est**

## Terville (forum)

### Séance de drum ball en famille sur le lâcher-prise

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre - 10h > 11h**

Atelier spécial «lâcher-prise», parents et enfants pourront frapper sur un gros ballon avec des baguettes au rythme de la musique, le tout en lien avec les émotions du quotidien.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : referent\_famille@atej.fr**

**Organisateur : Centre social ATEJ**

### Jeu d'échange: «Qui est le plus ?»

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre - 10h > 12h**

Moment convivial d'échanges et de partage autour d'un jeu pour les enfants et les parents qui s'appelle «Qui est le plus ?».

**Public : Parents et enfants**

**Contact : aep@arcmosellan.fr**

**Organisateur : Communauté de communes Arc Mosellan**

## Terville (forum)

### La méthode des trois C : Confiance, Concentration, Calme

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre - 11h > 12h**

Atelier de relaxation en mouvement pour une communication ouverte et honnête. Jeux de visualisation et techniques de Brain Gym pour améliorer la concentration. Techniques de respiration et de yoga pour instaurer calme et sérénité à la maison.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 03 82 53 56 76**

**ou [marine.perrin@lelierre.org](mailto:marine.perrin@lelierre.org)**

**Organisateur : Centre social Le Lierre**

### Les émotions: des exercices pour mieux les apprivoiser

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre - 14h > 15h30**

Atelier parents-enfants pour expérimenter des exercices qui permettent de mieux vivre ses émotions (exercices de respiration, brain gym...). Animation par Laurélia Steinmetz, consultante en guidance parentale.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription: 07 88 54 68 50**

**ou [familles@maisonprevert.com](mailto:familles@maisonprevert.com)**

**Organisateur : Centre social Jacques Prévert**

### Les devoirs: comment mettre fin aux batailles avec son enfant?

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre - 14h > 16h**

Atelier pour les parents sur le thème des devoirs à la maison, qui appellera au partage d'expériences et à la recherche de solutions. Animation par Karen Da Costa, sophrologue.

**Public : Parents uniquement ou parents et enfants**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription : [secretariat@cattmomes.com](mailto:secretariat@cattmomes.com)**

**Organisateur : Association Les Catt'Mômes**

### Yoga et relaxation sonore

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre - 15h30 > 16h30**

Découverte du yoga et de la relaxation sonore pour les parents et les enfants puis temps d'échanges sur leurs ressentis de la pratique du yoga et les bénéfices de la relaxation sonore.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 06 44 29 94 40**

**Organisateur : Maison des Quartiers**

## Le SERAD: qu'est-ce que c'est ?

Ecole Pilâtre de Rozier - Rue de la Daucherie

**Mercredi 9 octobre**

**10h > 12h et 14h > 17h**

Atelier sensoriel et atelier autour des émotions pour les parents et les enfants. Présentation d'outils utilisés dans le cadre des mesures d'accompagnement SERAD comme la maison de la négociation, le chemin des parents, le tableau des souffrances, le Totem...

**Public : Parents et enfant**

**Contact : [sandrine.teschke@cmsea.asso.fr](mailto:sandrine.teschke@cmsea.asso.fr)**

**Organisateur : SERAD-DADT et CMSEA**

### Goûter et astuces :

#### mon enfant a des nuits agitées

Centre social ATEJ - 3 avenue De Gaulle

**Mardi 15 octobre - 14h > 15h30**

Echanges entre parents et professionnelles dans une ambiance conviviale, à travers des jeux de cartes, un quiz du sommeil et un goûter collectif.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 06 58 23 57 74**

**Organisateur : Centre social ATEJ**

## Thionville

### Goûter à la Récré des Bébé

Lieu d'accueil enfants-parents

7 boucle des Prés de Saint-Pierre

**Mardi 8 et mardi 15 octobre - 9h > 12h**

Rencontre et échanges entre parents sur les expériences familiales autour d'un temps de collation et/ou de jeux. Les parents pourront aborder leurs questionnements avec l'équipe mais aussi avec les autres familles présentes.

**Public : Parents et enfants de 0-6 ans**

**Contact : [recredesbebes@maisonprevert.com](mailto:recredesbebes@maisonprevert.com)**

**Organisateur : Centre social Jacques Prévert**

### Café des parents :

#### découvrir différentes formes de communication pour échanger avec ses enfants

Multi-accueil Le Chat Perché

10A boucle des Prés de Saint-Pierre

**Mardi 8 octobre - 9h30 > 11h**

Rencontre avec les parents autour d'un café pour échanger et partager des expériences sur les différentes formes de langage entre parents et enfants.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription : 03 82 34 17 40**

**Organisateur : Multi accueil Le Chat Perché**

## Portes ouvertes du LAEP

### Le Square

Lieu d'accueil enfants-parents Le Square  
29 boulevard Jeanne d'Arc

**Mercredi 9 et mercredi 16 octobre**  
**9h > 11h30 et 14h > 17h30**

Découverte du lieu d'accueil enfants parents, échanges entre les familles et les accueillantes, temps de jeu pour les enfants.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : 03 82 34 11 88**

**ou [le.square@agglo-thionville.fr](mailto:le.square@agglo-thionville.fr)**

**Organisateur : LAEP Le Square**

### Ateliers sensoriels parents-enfants

Multi accueil Brin d'Éveil - 2 rue Pepin Le Bref

**Jeudi 10 et mardi 15 octobre - 9h30 > 10h30**

Ateliers parents-enfants sur le thème de la sensorialité suivi d'un temps d'échanges et de partage d'expériences.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 03 82 88 19 02**

**ou [brindeveil@agglo-thionville.fr](mailto:brindeveil@agglo-thionville.fr)**

**Organisateur : Multi accueil Brin d'Éveil**

### Sophro relax

Maison des Quartiers - 58 Allée Bel Air

**Jeudi 10 octobre - 17h > 18h30**

Atelier où la détente est le mot-clé. A travers des exercices de respiration et de relaxation, les parents seront invités à prendre un temps pour eux et apprendre à mieux se connaître.

**Public : Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription : 06 44 29 94 40**

**Organisateur : Maison des Quartiers**

### La lettre des parents

Centre social Le Lierre - Place Roland

**Mardi 15 octobre - 10h > 12h**

L'atelier « Lettre des Parents » est une initiative dédiée à recueillir les besoins et attentes des parents. Cet atelier offre un espace d'expression et de dialogue où les parents peuvent partager leurs défis quotidiens et leurs réussites.

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : 03 82 53 56 76**

**ou [marine.perrin@lelierre.org](mailto:marine.perrin@lelierre.org)**

**Organisateur : Centre social Le Lierre**

## Médiation par l'animal: spécial ados !

Maison des Quartiers - 58 Allée Bel Air

**Mardi 15 octobre - 18h > 19h30**

Séance d'initiation à la médiation par l'animal afin de créer des échanges entre les enfants et leurs parents sur leurs expériences et ressentis.

**Public : Parents et enfants**

**Sur inscription : 06 44 29 94 40**

**Organisateur : Maison des Quartiers**

### Café des parents

Multi accueil Brin d'Éveil - 2 rue Pepin Le Bref

**Jeudi 17 octobre - 17h > 18h30**

Rencontre entre parents et avec des professionnels autour d'un café sur des thèmes de parentalité (alimentation, sommeil, éveil, maternage proximal).

**Public : Parents uniquement**

**Sur inscription : 03 82 88 19 02**

**ou [brindeveil@agglo-thionville.fr](mailto:brindeveil@agglo-thionville.fr)**

**Organisateur : Multi accueil Brin d'Éveil**

### Café parents autour de la communication avec l'enfant à travers la communication gestuelle

Multi accueil Les Coccinelles

19 boulevard Charlemagne

**Vendredi 18 octobre - 9h30 > 11h**

Rencontre de parents autour d'un café sur le thème de la communication avec leur enfant et notamment la communication gestuelle. L'occasion d'un moment de partage avec son enfant et d'une mise en pratique des signes connus.

**Public : Parents et enfants**

**Contact : 03 82 53 89 81**

**ou [lescoccinelles@agglo-thionville.fr](mailto:lescoccinelles@agglo-thionville.fr)**

**Organisateur : Multi accueil Les Coccinelles**

## Uckange

### Le théâtre des émotions

Centre social Le Creuset - 11 rue du stade

**Vendredi 18 octobre - 18h30 > 20h30**

Spectacle basé sur les émotions qui permet aux enfants (de plus de 3 ans) et aux parents de mieux les identifier. Spectacle de Damien Robert puis ateliers de sophrologie parents-enfants et temps d'échanges entre parents.

**Public : Parents et enfants (à partir de 3 ans)**

**Sur inscription : 06 02 11 68 58**

**Organisateur : Centre social Le Creuset**

## Être parent aujourd'hui: qu'est ce que la charge mentale

Centre social Ô Couleurs du Monde  
39 rue du Vieux Bourg

**Mardi 15 octobre - 9h30 > 11h**

Rencontre entre parents et avec des professionnels sur le thème de la charge mentale. L'occasion de valoriser les compétences de chaque parent à aborder la parentalité.

**Public :** Futurs parents, parents et grands-parents  
**Contact :** 03 82 56 30 47ou [florebella.casc-yutz@orange.fr](mailto:florebella.casc-yutz@orange.fr)  
ou [sab.ocouleursdumonde@outlook.fr](mailto:sab.ocouleursdumonde@outlook.fr)

*Organisateur : Centre social Ô Couleurs du Monde*

## Être parent aujourd'hui: utilisation des écrans numériques, comment s'y prendre ?

Centre social Ô Couleurs du Monde  
39 rue du Vieux Bourg

**Mardi 15 octobre - 14h30 > 16h**

Rencontre entre parents et avec des professionnels sur le thème de l'utilisation des écrans. L'occasion de valoriser les compétences de chaque parent à aborder la parentalité.

**Public :** Futurs parents, parents et grands-parents  
**Contact :** 03 82 56 30 47ou [florebella.casc-yutz@orange.fr](mailto:florebella.casc-yutz@orange.fr)  
ou [sab.ocouleursdumonde@outlook.fr](mailto:sab.ocouleursdumonde@outlook.fr)

*Organisateur : Centre social Ô Couleurs du Monde*

## Être parent aujourd'hui: jeux parents-enfants sur les éco-gestes

Centre social Ô Couleurs du Monde  
39 rue du Vieux Bourg

**Mercredi 16 octobre - 10h > 11h**

Atelier jeux parents-enfants sur le thème des éco-gestes. L'occasion de valoriser les compétences de chaque parent à aborder la parentalité.

**Public :** Futurs parents, parents et grands-parents  
**Contact :** 03 82 56 30 47ou [florebella.casc-yutz@orange.fr](mailto:florebella.casc-yutz@orange.fr)  
ou [sab.ocouleursdumonde@outlook.fr](mailto:sab.ocouleursdumonde@outlook.fr)

*Organisateur : Centre social Ô Couleurs du Monde*

## Être parent aujourd'hui: atelier sophrologie

Centre social Ô Couleurs du Monde  
39 rue du Vieux Bourg

**Jeudi 17 octobre - 10h > 12h**

Atelier sophrologie parents-enfants. L'occasion de partager un moment convivial et de relaxation avec son enfant.

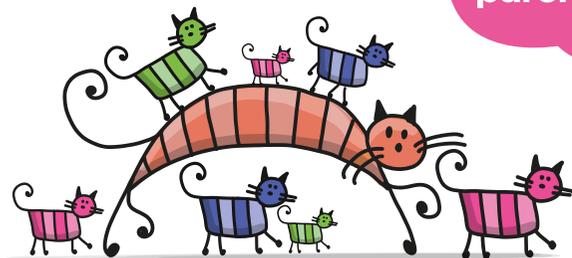
**Public :** Futurs parents, parents et grands-parents  
**Contact :** 03 82 56 30 47ou [florebella.casc-yutz@orange.fr](mailto:florebella.casc-yutz@orange.fr)  
ou [sab.ocouleursdumonde@outlook.fr](mailto:sab.ocouleursdumonde@outlook.fr)

*Organisateur : Centre social Ô Couleurs du Monde*

Les  
rendez-vous des  
**parents**

Être  
parent...

...un jeu  
d'enfant ?!



Retrouvez toutes les infos et toutes les manifestations  
**partout en Moselle** sur [caf.fr](http://caf.fr) et [moselle.fr](http://moselle.fr)

# Les rendez-vous des parents

Être parent...

...un jeu d'enfant ?!



## Des journées pour tous les parents

**Vous avez des enfants, vous vous posez des questions sur leur éducation, sur votre rôle de parents ?**

Des centres sociaux, des associations locales, des équipements et services proches de vous, ouvrent leurs portes à l'occasion des **rendez-vous des parents**.

Au programme : conférences, ateliers, rencontres, jeux autour de différents thèmes comme les rythmes de l'enfant, les écrans, la fratrie, la scolarité...

Toutes les infos sur [caf.fr](http://caf.fr) et [moselle.fr](http://moselle.fr)