

Des services

> Pause bébé

Vous êtes en ville, vous recherchez un lieu pour allaiter votre enfant, lui donner le biberon, le changer, le peser... Notre espace parents/enfants vous attend.



> Caféfamille

Lieu d'accueil enfants/parents (LAEP)
Enfants de 0 à 6 ans accompagnés d'un parent, grand-parent
0,50 €/famille

**Ouvertures : lundi de 15 h 00 à 17 h 30
et mercredi de 9 h 30 à 12 h 00**

Vacances scolaires :

Ouvertures : mercredi 27 avril et jeudi 28 avril de 9 h 30 à 12 h 00



> Ludothèque (réservée aux familles)

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

Jeu sur place : gratuit

Ouvertures : mercredi de 9 h 15 à 11 h 45

et de 15 h 00 à 17 h 45 sauf le 13 avril matin

Jeudi de 16 h 00 à 17 h 45 sauf les 7 et 14 avril

Vacances scolaires :

**Ouvertures : mercredi 27 avril de 9 h 15 à 11 h 45 et de 15 h 00 à 17 h 45
et jeudi 28 avril de 15 h 00 à 17 h 45**



Des ateliers ou activités

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

– animation musicale avec Olive et Jycé (6 mois à 4 ans)

Lundi 11 avril de 10 h 15 à 11 h 15

1 €/enfant – Sur inscription

– Pause créative parent/enfant (4 à 8 ans)

« Coupes de printemps »

Mercredi 13 avril de 14 h 30 à 16 h 30

1,50 €/enfant – Sur inscription



Des informations

> L'arrivée d'un enfant en visioconférence

Information collective sur vos droits CPAM, ADF38 (aides à domicile), PMI (protection maternelle et infantile), Caf

Mardi 5 avril 2022 de 14 h 00 à 16 h 00

Gratuit – Sur inscription



> Parents après la séparation

Vous êtes séparés ou vous envisagez de vous séparer... Information collective avec des intervenants spécialisés (juriste, psychologue, médiateur familial)

Mardi 5 avril de 18 h 30 à 20 h 30

Gratuit – Sur inscription jusqu'au jeudi 31 mars 2022 à 12 h 00

Groupes d'échange pour futurs parents et parents

Gratuit - Sur inscription

> Secourir un enfant

Initiation aux gestes de premier secours enfants/nourrissons (IPSEN) par la Croix-Rouge française

Jeudi 7 avril de 8 h 30 à 12 h 30 sans la présence d'enfant

> « Je deviens parent, le nom de mon enfant, la responsabilité parentale »

avec une juriste du Centre d'information pour les droits des femmes et des familles Rhône Arc Alpin (CIDFF)

Mardi 12 avril de 14 h 00 à 16 h 00

> Atelier petits pots

La diversification alimentaire de 0 à 3 ans avec une diététicienne
Informations et conseils

Jeudi 14 avril de 9 h 15 à 11 h 30



> L'environnement du jeune enfant : prévention des risques invisibles

les vêtements, les jouets, l'alimentation, les cosmétiques, les produits d'entretien, les ondes, le mobilier, le sol...

Mardi 26 avril 2022 de 14 h 00 à 15 h 30

Des rencontres

> Mon enfant en situation de handicap

Groupe d'échange animé par une assistante sociale et une éducatrice de jeunes enfants

Jeudi 7 avril de 9 h 00 à 11 h 00

Gratuit – Sur inscription



> Parents de jumeaux, et plus ?

Temps d'échanges et de rencontres avec des parents et des futurs parents de jumeaux, triplés ou plus, animés par l'association Jumeaux et plus 38.

Vendredi 15 avril de 13 h 30 à 16 h 00

Gratuit – Sur inscription au 06 52 10 48 48 ou contact@jumeauxetplus38.fr

Des permanences

Gratuites – Sur rendez-vous – avec un avocat, une juriste, une psychologue

✈ A noter

> Découvrez Web O Parents !

Un réseau de professionnels de la parentalité à l'écoute des parents sur les réseaux sociaux ! Guillaume, animateur de la Cité des Familles à Grenoble, est à votre écoute.

Si vous voulez échanger sur des sujets de parentalité, vous pouvez l'ajouter en ami sur Facebook Web O Parents : [Guillaume Cité Des Familles](#)

A très vite !

> Du 4 avril au 27 mai 2022, collecte de produits d'hygiène intime en partenariat avec l'association « Règles élémentaires » qui lutte contre la précarité menstruelle

Les dons seront reversés à des associations qui accompagnent des femmes dans le besoin. Quels produits donner ? Tampons, serviettes hygiéniques, protège-slips, serviettes lavables neuves, coupes menstruelles neuves, culottes menstruelles neuves. Les paquets entamés et les produits en vrac sont acceptés à condition que les produits soient emballés individuellement. Merci d'avance

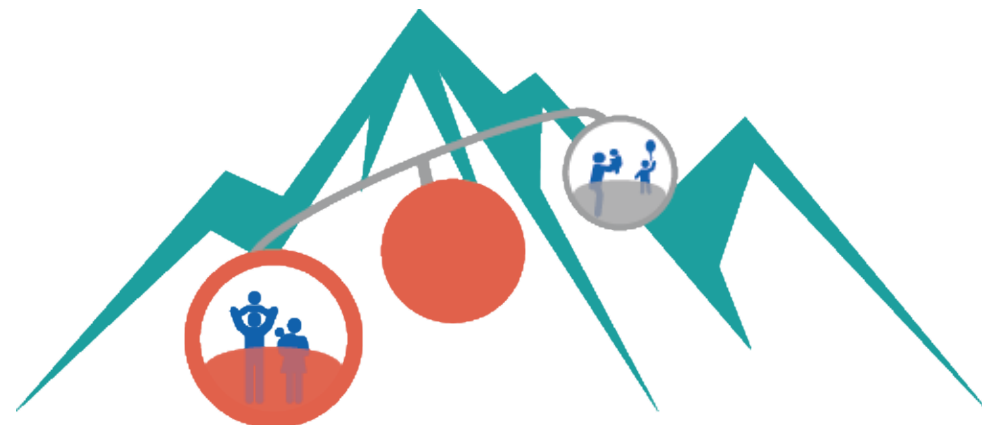
✈ Prochainement

> Massage bébé de 1 à 5 mois : découverte en 5 séances des gestes du massage

Jeudis 5, 12 et 19 mai, 2 et 9 juin de 14 h 00 à 16 h 00

5 € la session – Sur inscription

 Suivez l'actualité sur la page Facebook [Cité des familles - Grenoble](#)



La Cité des familles



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

AVRIL 2022

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