

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

Lundi de 15 h 00 à 17 h 30

Mercredi de 9 h 30 à 12 h 00

Fermeture : mercredi 18 mai



> Ludothèque (réservée aux familles)

Prêt de jeux : 5 € l'adhésion annuelle/famille

et 0,50 €/jeu emprunté – Jeu sur place : gratuit

Mercredi de 9 h 15 à 11 h 45 et de 15 h 00 à 17 h 45

Jeudi de 16 h 00 à 17 h 45

Fermetures : Mercredi 11 mai matin

Jeudi 12 mai après-midi



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 :

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

« Maman les p'tits bateaux... »

Mercredi 11 mai de 14 h 30 à 16 h 30

1,50 €/enfant – Sur inscription



> Animation musicale avec Olive et Jycé (6 mois à 4 ans)

Jeudi 12 mai de 10 h 15 à 11 h 15

1 €/enfant – Sur inscription

> Atelier « peinture fraîche » parent/enfant (2 à 4 ans)

Jeudi 19 mai de 10 h 15 à 11 h 15

1,50€/enfant – Sur inscription



Groupes d'échange pour futurs parents et parents

Gratuit - Sur inscription

> Quels modes de garde pour mon enfant : crèche ou assistante maternelle ?

avec une responsable d'EAJE (Établissement d'accueil du jeune enfant)

Vendredi 3 mai de 9 h 30 à 11 h 30

> Atelier petits pots

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

Jeudi 5 mai de 9 h 15 à 11 h 30



> Le sommeil et les pleurs du nouveau-né (0 à 3 mois)

avec une éducatrice de jeunes enfants

Mardi 10 mai 2022 de 14 h 00 à 16 h 00

> Les berceuses (0 à 6 mois)

Apprendre et fredonner ensemble avec une auxiliaire de puériculture

Jeudi 12 mai de 14 h 00 à 15 h 30

> « Laisser son enfant en garde (crèche ou assistante maternelle).

Comment mieux vivre cette séparation ? »

avec une psychologue

Vendredi 13 mai de 14 h 00 à 16 h 00

> L'alimentation du nouveau-né (0 à 3 mois)

avec des puéricultrices de PMI (Protection Maternelle et Infantile)

Mardi 17 mai de 14 h 30 à 16 h 30

Des rencontres

> Mon enfant en situation de handicap

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

Judi 12 mai de 9 h 00 à 11 h 00

Gratuit – Sur inscription



> Conférence : « L'acquisition du 1^{er} smartphone » Visio et présentiel

en partenariat avec l'association PANGOLIN

Mardi 17 mai de 18 h 30 à 20 h 30

Gratuit – Sur inscription [jusqu'au 13 mai](#)

> 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 20 mai 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**

> Découvrez Web O Parents !

Un réseau de professionnels de la parentalité à l'écoute des parents sur les réseaux sociaux.

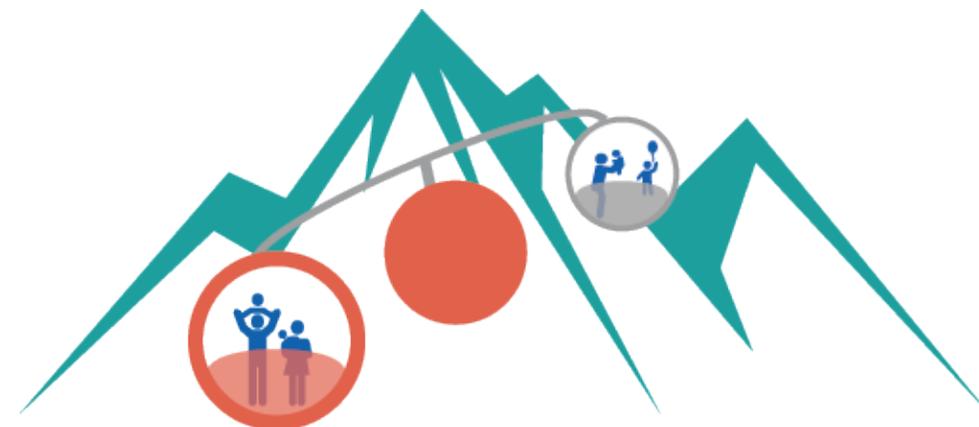
Vous vous posez des questions sur l'utilisation des écrans dans la famille : à quel âge donner un smartphone à son ado ? C'est quoi Tiktok ? etc.

Vous avez envie d'échanger sur des sujets liés au numérique. C'est simple ! Il suffit d'ajouter en ami le compte Facebook Web O Parents : **Guillaume Cité des Familles**

> 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.

Fermeture de la Cité des Familles : vendredi 27 mai 2022



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.**

MAI 2022

La Cité des familles - 3 rue de Belgrade 38000 Grenoble - Tél. 04 76 50 11 00
du 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



Suivez l'actualité sur la page Facebook **Cité des familles - Grenoble**