

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 à 17 h 30

Mercredi de 9 h 30 à 12 h

Vendredi de 9 h 30 à 12 h

Vacances scolaires

Mercredi 26 octobre de 9 h 30 à 12 h

Jeudi 27 octobre de 14 h 30 à 17 h

Mercredi 2 novembre de 9 h 30 à 12 h

Jeudi 3 novembre de 14 h 30 à 17 h

Attention ! Fermeture les 10 et 17 octobre



> Ludothèque (réservée aux familles)

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

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

Mardi de 16 h 00 à 17 h 45

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

Vacances scolaires

Les mardis de 15 h à 17 h 45

Les mercredis de 9 h 15 à 11 h 45 et de 15 h 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 :

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

« Halloween en lumière ! »

Fabrication de photophores

Mercredi 26 octobre 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 13 octobre de 10 h 15 à 11 h 15

1 €/enfant – sur inscription



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

Lundi 24 octobre de 10 h 15 à 11 h 15

1,50€/enfant – sur inscription

> Cousons pour nos enfants (enfants admis jusqu'à 6 mois)

Atelier couture ouvert aux parents et futurs parents pour une découverte de la couture ou pour les habitués de la machine à coudre et des patrons...

Des places sont encore disponibles

Lundi de 13 h 30 à 16 h 30

Mardi de 13 h 30 à 16 h 30

15 €/trimestre – sur inscription (valide au paiement)

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 6 octobre de 8 h 30 à 12 h 30 sans la présence d'enfant

> Devenir parent, quelle histoire ! (Parent/enfant moins de 9 mois)

Envie de souffler, de discuter sans tabou ?

Une éducatrice de jeunes enfants et une psychologue vous accueillent

Mardi 11 octobre entre 14 h et 16 h

> Les pleurs et le sommeil de votre bébé (0/3 mois)

Avec deux éducatrices de jeunes enfants

Vendredi 14 octobre de 14 h à 16 h

> Quel matériel de puériculture pour mon bébé (éveil, repas, sommeil...) ?

Avec deux puéricultrices de PMI

Mardi 18 octobre de 14 h 30 à 16 h 30

> Atelier petits pots

La diversification alimentaire de 0 à 3 ans avec une diététicienne

Informations et conseils

Jeudi 20 octobre de 9 h 15 à 11 h 30



> **Les berceuses (0 à 6 mois)**

Apprendre et fredonner ensemble avec une auxiliaire de puériculture

Jeudi 20 octobre de 9 h 15 à 11 h 30

> **Quels modes de garde pour mon enfant ?**

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

Vendredi 21 octobre de 14 h à 16 h

Des rencontres

> **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 21 octobre de 13 h 30 à 16 h

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

> **« Mon enfant en situation de handicap »**

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

Jeudi 6 octobre de 9 h à 11 h

Gratuit – sur inscription



> **Découvrez Web O Parents et les jeudis midi du numérique**

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](#)

Tous les jeudis de 12 h 30 à 13 h 30, **une visio en accès sur Facebook**

> **Grand Quizz du numérique** avec l'association Pangolin

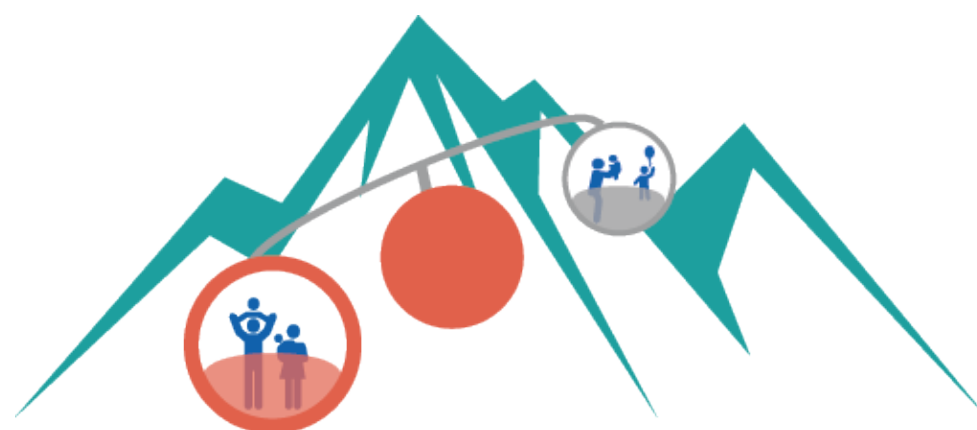
Parents d'enfants de 8/17ans, venez tester vos connaissances en numérique en affrontant vos ados/vos parents.

Mercredi 19 octobre de 18 h à 20 h

Gratuit - sur inscription

Des permanences

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



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.**

OCTOBRE 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