

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 et vendredi de 9 h 15 à 11 h 45

→ Fermeture le vendredi 26 janvier.

✦ Ludothèque (réservée aux familles)

Jeu sur place : gratuit

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

Jours et horaires d'ouverture en janvier			
Mercredi 3	9 h 15 à 11 h 45	Mardi 23	16 h 00 à 17 h 30
Jeudi 4	15 h 00 à 17 h 30	Mercredi 24	9 h 15 à 11 h 45
Mercredi 10	9 h 15 à 11 h 45		15 h 00 à 17 h 30
	15 h 00 à 17 h 30	Mercredi 31	9 h 15 à 11 h 45
Mardi 16	16 h 00 à 17 h 30		15 h 00 à 17 h 30
Mercredi 17	9 h 15 à 11 h 45		
	15 h 00 à 17 h 30		

Des informations

✦ L'arrivée d'un enfant

Futurs parents

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

Mardi 16 janvier de 14 h 00 à 16 h 00

Gratuit - sur inscription



Groupe d'échange pour futurs parents et parents

Gratuit - sur inscription

✦ Atelier petits pots

Futurs parents et parents d'un enfant de moins de 3 ans

La diversification alimentaire de 0 à 3 ans avec une diététicienne

Informations, conseils et confection culinaire

Jeudi 18 janvier de 9 h 15 à 11 h 30

✦ "Comment mon bébé de 4 mois bouge, se développe jusqu'à la marche ?"

Parents d'un enfant de 4 mois à 15 mois.

Animé par une kinésithérapeute spécialisée en périnatalité et une éducatrice de jeunes enfants

Vendredi 19 janvier de 16 h 00 à 17 h 30

Des ateliers ou activités

✦ Animation musicale avec Olive et Jycé

Pour les enfants de 6 mois à 4 ans accompagnés de leur(s) parent(s)

Lundi 15 janvier de 10 h 15 à 11 h 15

1 €/enfant - sur inscription

✦ Pause créative parent/enfant

Pour les enfants de 4 à 8 ans accompagnés de leur(s) parent(s)

« Porte photo »

Mercredi 10 janvier de 14 h 30 à 16 h 30

1,50 €/enfant - sur inscription



Des sessions

> Massage bébé - de 1 à 5 mois

Découverte en cinq séances des gestes du massage avec des professionnelles de la petite enfance.

Jeudis 4, 11, 18, 25 janvier et 1^{er} février de 14 h 00 à 16 h 00

5 € les cinq séances - sur inscription

Mon enfant différent

Gratuit - sur inscription

✦ "Parent : comment avoir du temps pour soi ?"

Futurs parents et parents

Groupe d'échange animé par une éducatrice spécialisée de handicap répit38 et une éducatrice de jeunes enfants.

Jeudi 11 janvier de 9 h 00 à 11 h 00



✦ Séance pour enfant à besoins particuliers

Contactez-nous pour venir créer ou adapter des vêtements pour faciliter le quotidien et découvrir les gestes du massage.

Des rencontres

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 19 janvier de 13 h 30 à 16 h 00

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

Permanences

Permanences avec un avocat

Mercredis 3, 10, 17, 24, 31 janvier entre 10 h 10 et 11 h 30

Gratuit - sur rendez-vous (durée du rdv 20 mn)

Permanences avec une juriste CIDFF

Vendredis 5 et 19 janvier de 13 h 45 à 16 h 00

Vendredis 12 et 26 janvier de 8 h 45 à 11 h 15

Gratuit - sur rendez-vous (durée du rdv 30 mn)

Permanences avec une psychologue

Tous les mercredis de 14 h 00 à 16 h 00 (hors vacances scolaire)

Gratuit - sur rendez-vous (durée du rdv 1 h)

Fermeture de la Cité,
le mardi 9, le vendredi 26 et la mardi 30 janvier 2023.



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

Janvier 2024

 [CITE DES FAMILLES GRENOBLE](#)



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

caf.fr