Du 1er au 15 juin 2025

LA QUINZAINE DE LA PARENTALITÉ

“ Parents, enfants : on compose. “

Moments festifs en famille

Ateliers

Temps d’échanges

Permanences

Expo

Découvertes

Rencontres

La Cité des familles

3 rue de Belgrade 38000 GRENOBLE

04 76 50 11 00

PROGRAMME 2025

“ Parents, enfants : on compose “

Lundi 2 juin

de 12 h 30 à 13 h 30

Futurs parents et Parents

Place et rôle des parents sur les réseaux sociaux ?

Parents, avez-vous des questions ou des préoccupations concernant l'utilisation des réseaux sociaux et d'Internet par vos enfants ?

Animé par la coordinatrice des promeneurs du net parentalité et une professionnelle de la Cité des Familles.
Gratuit, sur inscription au 04 76 50 11 00

Lundi 2 juin

de 18 h 00 à 19 h 30

Futurs parents et Parents

Du couple amoureux au couple parental 1+1=3

Que l’on soit futurs parents ou parents débutants, lorsqu'un bébé arrive on s’interroge sur les changements éventuels, les rôles de chacun, les relations dans le couple...
Autour d'une collation, une conseillère conjugale et une professionnelle de la Cité des Familles vous attendent pour en discuter.

Animé par une conseillère conjugale du planning familiale et une professionnelle de la Cité des Familles.
Gratuit, sur inscription au 04 76 50 11 00

Mardi 3 juin

de 14 h 00 à 15 h 30

Futurs parents, parents et grands-parents.

Tensions dans la famille, conflits... qui peut me soutenir ?

Vous vous demandez dans quelles situations il est utile de consulter un médiateur familial ? Rejoignez-nous pour poser toutes vos questions autour d'une collation.

Gratuit, sur inscription au 04 76 50 11 00
Animé par les médiatrices de la Sauvegarde de l'Isère.

Mercredi 4 juin

de 14 h 30 à 17 h 30

Ouvert aux familles

Moments festifs en famiLLe : l'art de composer ensemble !

Rejoignez nous pour un après-midi en famille !

Ateliers proposés :

- *Atelier "Dessine ta Famille"* : Enfants et parents, venez représenter votre famille (collage, mots, image...).
- *Jeux en Bois* : Découvrez ou redécouvrez les jeux en bois traditionnels pour s'amuser ensemble, de 0 à 99 ans.
- *Loto Familial* : C'est une excellente occasion de partager un moment amusant en famille. **(Sur inscription)**
- *Histoire* : Lecture d'histoire avec la bibliothèque du Jardin de Ville. **(Sur inscription)**
- *Coin Buffet* : Un moment convivial pour faire une pause et échanger avec d'autres familles.
- *Livre coup de* ❤ : Pré Ado, Ados, parents venez discuter et partager vos livres préférés.

Entrée gratuite et libre
Inscription au 04 76 50 11 00 uniquement pour le loto et les histoires.

Jeudi 5 juin
de 9 h 00 à 11 h 00

Parents

Le handicap dans la famille, quelle place pour chacun ?

Votre enfant a des besoins spécifiques, comment établir un équilibre et trouver la place de chacun au sein de la famille ? Venez échanger sur ce sujet.

Animé par une psychologue et une professionnelle de la Cité des Familles.
Gratuit, sur inscription au 04 76 50 11 00

Jeudi 5 juin
de 12 h 30 à 14 h 45

Futurs parents,
Parents,
Beaux-parents

Permanences Accompagnement Individuel à la parentalité

Connaissez-vous les accompagnements individuels à la parentalité ?
Une professionnelle de la Cité des Familles est disponible pour écouter vos préoccupations liées à votre rôle de parent

Gratuit, sans rendez-vous

Pour des relations parents enfants apaisées

Trouver des réponses à ses questions

Prévenir l'épuisement parental

Prendre confiance en ses capacités parentales

Vendredi 6 juin
de 10h00 à 12h00

Parents et enfants à partir de 10 mois

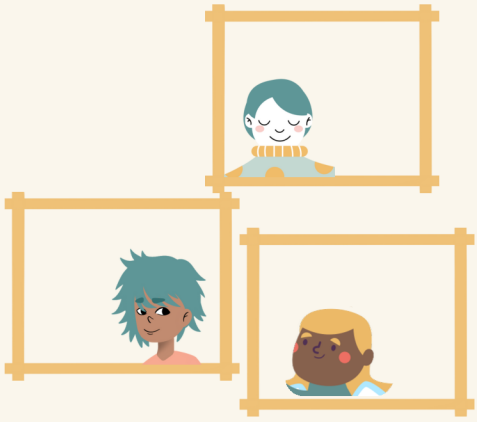
En musique, trouver sa place en improvisant !

Venez partager un moment privilégié avec votre enfant (à partir de 10 mois), animé par des musiciens improvisateurs. Cette expérience unique d'improvisation collective favorise l'écoute et l'harmonie familiale. Un temps d'information sera ensuite proposé aux parents sur l'importance de la musique et de l'improvisation dans le développement de l'enfant.

Ce projet est mené par l'association Médiarts en partenariat avec le laboratoire de psychologie et neurocognition - Babylab de l'université Grenoble alpes dans le cadre d'un programme de recherche intitulé les langues de Babylab.
Gratuit, sur inscription au 04 76 50 11 00

Mercredi 11 juin
de 14 h 30 à 16 h 30

Parents et enfants de 4 à 8 ans.



Ma famille et moi

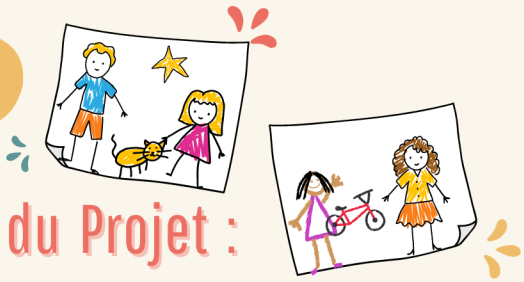
Venez symboliser votre famille sous forme de figurines. L'enjeu sera de trouver l'équilibre du mobile ! A vous de jouer !

Gratuit, sur inscription
Animé par des professionnelles de la Cité des Familles.

Mercredi 11 juin

de 16 h 30 à 17 h 30

Tout public



Exposition des créations dans le cadre du Projet : "Dessine ta famille"

Venez plonger dans l'univers coloré des créations "Dessine ta famille". Elles ont été réalisées par les familles lors de cette quinzaine de la parentalité à la Cité des Familles et au Pôle Travail Social de la Caf de l'Isère. C'est une explosion de créativité familial à ne pas manquer !

Gratuit en libre accès
Animé des professionnelles de la Cité des Familles et du Pôle Travail Social de la Caf.

Jeudi 12 juin

de 12 h 30 à 14 h 45

Futurs parents, Parents, Beaux-parents

Permanences Accompagnement Individuel à la parentalité

Connaissez-vous les accompagnements individuels à la parentalité ?
Une professionnelle de la Cité des Familles est disponible pour écouter vos préoccupations liées à votre rôle de parent

Gratuit, sans rendez-vous

Jeudi 12 juin

de 9 h 00 à 11 h 00

Futurs parents et parents

La place de chacun dans la famille

Comment concilier vie de famille et vie professionnelle pour atteindre un équilibre ? Venez participer à une discussion sur l'organisation du quotidien avec les enfants, la répartition des responsabilités entre les parents, l'établissement des priorités et la gestion de la charge mentale...
Rejoignez-nous autour d'un petit déjeuner pour échanger sur ce thème.

Gratuit, sur inscription au 04 76 50 11 00
Animé par une psychologue et une professionnelle de la Cité des Familles.

Vendredi 13 juin

de 9 h 00 à 11 h 00

Futurs parents, Parents et Grands-parents

Les relations intergénérationnelles dans la famille

Lorsque bébé arrive toutes les places bougent à l'intérieur d'une famille : parents, enfant, papi, mamie, belle-famille...
Les cartes du jeu sont redistribuées 😉.

Gratuit sur inscription au 04 76 50 11 00
Animé par une psychologue et une professionnelle de la Cité des Familles.

Vendredi 13 juin

de 12 h 30 à 14 h 00

Futurs parents et Parents

"Etre parent.....ce que dit le droit....ce que VOUS en dites..."

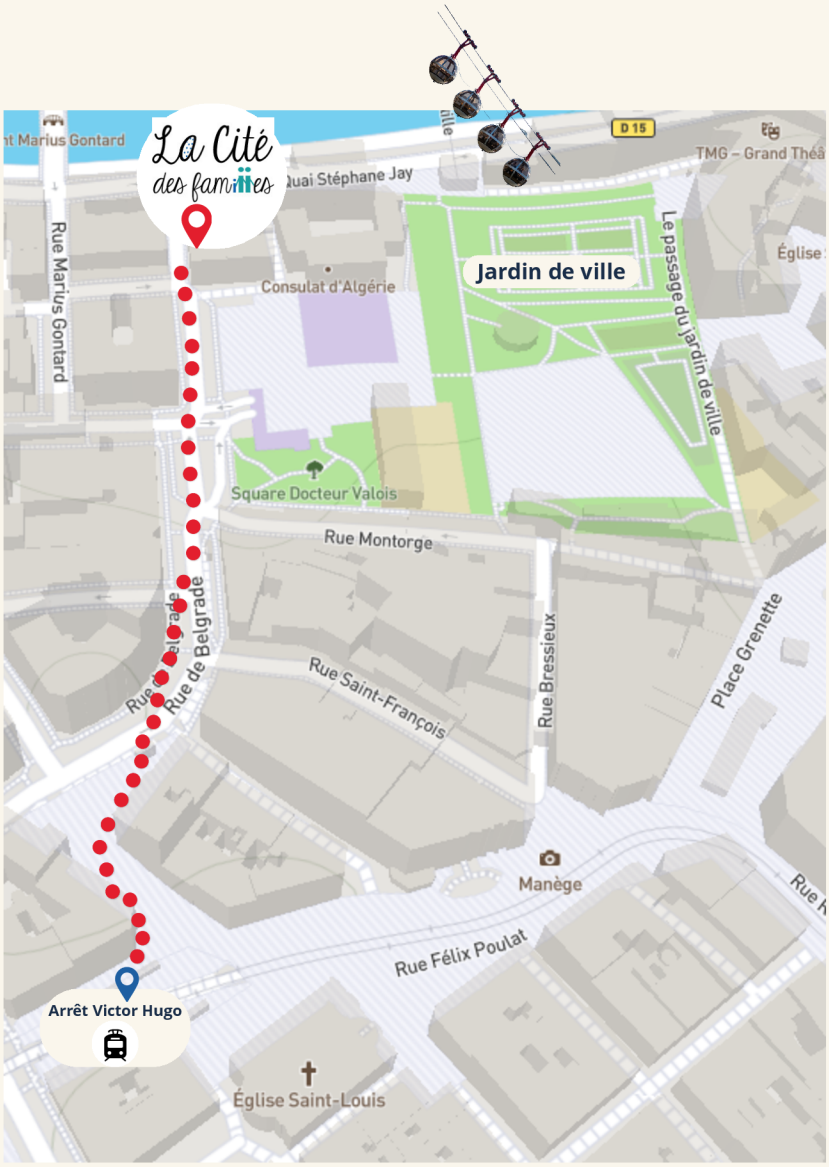
« Être parents aujourd'hui ... Ce qu'en dit le droit. » Venez parler de vous, de vos questionnements, de votre expérience...

Gratuit sur inscription au 04 76 50 11 00
Animé par une juriste du CIDFF et d'une professionnelle de la Cité des Familles.

Nos partenaires et prestataires pour cette édition 2025

le planning familial 38 · Sauvegarde Isère · Ville de Grenoble · Bibliothèque municipale de Grenoble · APF France handicap CAMSP de l'Isère · MÉDIARTS · Baby Lab Grenoble · CIDFF Centre d'information sur les droits des femmes et des familles · Promeneurs du Net · Psychologues indépendantes

Plan d'accès à la Cité des Familles



3 rue de Belgrade
38000 Grenoble

Tram A et B : arrêt Victor Hugo
Bus C1 : arrêt Victor Hugo

Pour l'actu, les news et les informations de dernières minutes

Connectez-vous sur notre page

facebook La Cité des familles **Cité des familles - Grenoble**