

Être parent... un jeu d'enfant ?

du 26 mai
au 03 juin
2023

semaine dédiée
à la parentalité



Rencontres
animations
portes ouvertes
et bien plus encore !

Plus d'infos
cherbourgfr
f t @

REAAP
parentalité
réseau manche

CHERBOURG
en Cotentin

AVANT-PROPOS



Être parent, c'est être traversé par de nombreuses émotions, d'incalculables questions, recevoir une multitude de conseils plus ou moins bons et parfois contradictoires. Or, voilà un « jeu » pour lequel personne n'a eu de « mode d'emploi » !

Pendant une semaine, les services de la Ville, les structures et les associations présents tout au long de l'année pour les parents à Cherbourg-en-Cotentin, vous ouvrent leurs portes. Ils vous proposent des temps de discussion, de partage d'expérience, des moments de découverte, de création, des rencontres avec d'autres familles.

Une semaine destinée à tous : parents, beaux-parents, grands-parents, arrière-grands-parents, que vos enfants soient nés ou non, en couche, en culotte courte ou en baggy... mais aussi professionnels ou personnes intéressées par ces sujets.

PROGRAMME *Les animations sont gratuites sauf indication contraire.*

VENDREDI 26 MAI



18h30 à 20h30 : Rencontre et échange

« L'épuisement parental »

Témoignage de Stéphanie Allenou, autrice de *Mère Épuisée*. Anne Pesnau, psychologue, viendra compléter ce témoignage pour mieux comprendre ce phénomène et partager expériences, astuces, ressources et idées.

Salle des fêtes

Un service de garderie proposé pour les enfants
en contactant avant le 02 33 87 89 77
parentalite2023@cherbourg.fr

SAMEDI 27 MAI

10h à 12h : Café-parents sur le thème de l'épuisement parental

Grande fatigue, colère, sentiment d'impuissance, difficulté dans le couple, relation aux enfants, perte d'affects... Ensemble, les parents pourront poser des mots sur ce qu'ils traversent ou ont traversé et imaginer des solutions.

Lieu communiqué lors de l'inscription
Sur inscription au 02 33 87 89 77
parentalite2023@cherbourg.fr
Un service de garderie proposé pour les enfants

10h30 à 18h : Venez visiter

le Village des familles !

Découvrez et rencontrez toutes les structures liées à l'enfance, l'adolescence et la parentalité sur un même site ! Crèches, restauration scolaire, lieux d'accueil parents-enfants, relais petite enfance, centres sociaux, structures culturelles, centres de loisirs, service jeunesse, Village numérique... mais aussi de nombreuses associations telles que Enfance et partage, le club loisirs de Tourlaville, l'association SuperMamans, la maison des adolescents, le centre d'informations sur les droits des femmes et des familles... Un rallye est aussi proposé pour visiter le village en famille.

Salle des Fêtes
Un service de garderie proposé pour les enfants.

14h30 : Ciné-Relax « La chambre des merveilles »

Projection d'un film familial dans un environnement bienveillant et chaleureux où chacun, avec ou sans handicap, est accueilli et respecté tel qu'il ou elle est.

Cinéma l'Odéon - 02 33 87 89 77
cherbourg@cinerelax.org
Tarif unique : 4€

MARDI 30 MAI

9h : Atelier parents-enfants et/ou visite de la Maison Flora Tristan

Maison Flora Tristan
Sur inscription au 02 33 94 58 59 ou sur place.

9h15 à 11h15 : Lieu d'Accueil Enfants Parents « Le temps des Petits »

Passer du temps avec votre bébé, partager vos expériences avec d'autres parents et rencontrer des professionnels formés à l'écoute. Pour bébé, c'est l'occasion d'explorer un nouvel environnement et de jouer avec d'autres enfants.

Maison Française Giroud - 02 33 44 54 44

9h30 à 11h : Café bout'chou de la Mosaïque

Un temps de partage pour rencontrer d'autres enfants et d'autres parents.

La Petite Mosaïque
Sur inscription au 06 29 92 69 83 ou sur place

10h à 12h et 14h à 17h : Atelier découverte « l'inclusion »

Présentation de jeux, livres et autres outils autour du thème de l'inclusion.

Atelier Canopé - 02 33 20 63 80

14h : Moment cuisine entre parents

Atelier cuisine pour discuter, souffler entre parents mais aussi diversifier ses repas au quotidien.

Maison Olympe de Gougès

Un service de garderie proposé pour les enfants.

14h à 18h : Portes ouvertes du Puzzle

Venez découvrir le centre social le Puzzle et rencontrer Dorothée Vivier, référente famille.

Le Puzzle - 02 33 01 81 70

15h à 18h : Lieu d'Accueil Enfants Parents avec ETAPE Les P'tits Pas

Passer du temps avec votre bébé, partager vos expériences avec d'autres parents et rencontrer des professionnels formés à l'écoute. Pour bébé, c'est l'occasion d'explorer un nouvel environnement et de jouer avec d'autres enfants.

Le Kiosque - 02 33 53 96 28

0-3 ans max.

16h30 : Atelier parents-enfants : Fabrication de jeux de société

Le Totem - 02 33 01 01 75

19h : Café-Dys

Rencontre sur le thème des troubles de l'apprentissage animée par l'association la Malle à Dys, qui ouvre les portes de son Café-Dys mensuel.

Maison du temps libre - Sur inscription au 02 33 23 69 70 ou sur cft.santebienetre50110@gmail.com

20h30 Projection-débat

« Tout pour être heureux ? »

Un voyage inédit au cœur des familles

Projection du film de Jérôme Adam sur les addictions à l'alcool et aux stupéfiants et les répercussions sur l'entourage. Suivie par un échange avec Mme Malherbe et Mme Groussard, psychologues, ainsi que Dr Durand, psychiatre addictologie de la Fondation du Bon Sauveur.

Cinéma l'Odéon

Tarif normal : 8,20 €

Tarif réduit : 6,50 €

MERCREDI 31 MAI



9h à 9h30 : Éveil musical (0-3 ans)

Faites découvrir les rythmes, les rimes et mélodies à votre tout-petit.

Le Puzzle - Inscription à l'accueil ou au 02 33 01 81 70

Tarif parents : de 2,50€ à 4,50€

Gratuit pour les enfants

9h à 12h : Lieu d'Accueil Enfants Parents avec ETAPE Les P'tits Pas

Voir le 30 mai.

Local Étape Les P'tits Pas - 02 33 93 28 23

9h à 12h et de 14h à 17h30 :

Ludothèque « Le Coffre à Jouets »

Partager un moment avec votre enfant et d'autres familles autour de jeux de société. Emprunt de jeux gratuit.

Maison Olympe de Gougès

De 9h à 12h et de 14g à 18h :

Mercredi en famille

Jouer, papoter et bricoler en famille. Découvrez la Mosaïque, l'accueil de la référente famille et la ludothécaire.

La Petite Mosaïque

Inscription sur place ou au 06 29 92 69 83

De 9h30 à 11h30 et de 16h à 18h :

Ludothèque LUDOLATULU

Partager un moment avec votre enfant et d'autres familles au travers de jeux et des histoires. Emprunt de jeux, jouets et livres gratuit sur inscription.

Maison Française Giroud - 02 33 44 54 44

10h à 12h et de 14h à 17h :

Atelier découverte « Allophones »

Présentation de jeux, livres et autres outils autour du thème Allophones.

14h à 15h : Webconférence sur l'accueil d'enfants allophones

Par Rita Carol, enseignante chercheuse et autrice de *Apprendre en classe d'immersion. Quels concepts ? Quelle théorie ?*

Atelier Canopé - 02 33 20 63 80

Sur réservation pour la webconférence via annie.guerrand@reseau-canope.fr

14h : Aller au Musée Thomas Henry avec des enfants ?

Présentation et échanges autour d'un café sur les attentes des parents et des grands-parents pour améliorer l'offre 2023-2024.

Musée Thomas Henry

Sur inscription au 02 33 23 39 33 ou sur place

9h30 à 17h : Ateliers parents-enfants

« jeux sportifs »

Sur les accueils de loisirs, venez partager un atelier avec votre enfant. Atelier selon l'âge des enfants.

9h30 à 11h :

- Accueil Blum (3 à 5 ans)
- Accueil Becquet (6 à 10 ans)

14h à 17h : Accueil Becquet (11 à 15 ans)

**Maison du temps libre - 07 85 30 13 97
ou cft.santebienetre50110@gmail.com**

14h : Atelier parents-enfants et/ou visite de la Maison Flora Tristan

Moment convivial avec votre enfant tout en rencontrant d'autres familles.

Maison Flora Tristan

Sur inscription au 02 33 94 58 59 ou sur place

14h : Atelier cuisine en famille

2 lieux possibles :

**Point d'Accueil des Eglantines - 02 33 22 18 94
Centre social Le Puzzle - 02 33 01 81 70**

De 14h à 17h : Atelier parents-enfants « Dessine-moi ton tipi »

Le Totem - 02 33 01 01 75 - Dès 3 ans

14h30 : Atelier bricolage parents-enfants « Portrait de famille »

Maison Olympe de Gouges - sur inscription au 02 33 01 89 90 ou à l'accueil - Dès 3 ans

16h à 18h : Portes ouvertes des accueils de loisirs

Portes ouvertes du périscolaire pour les enfants et parents qui fréquentent l'accueil de loisirs ou qui le fréquenteront à la rentrée prochaine.

Les différents accueils de loisirs ouverts : Les Sites Maternels des Fauvettes, Mitterrand et les sites élémentaires du Fort des Couplets et Camille Claudel, Alma, Marie Lamotte, Village Des Enfants, Asselin-Dujardin, Maison Française Giroud, Maison Olympe de Gougues, La Mosaïque et Coquelicots.

17h : L'Heure du conte

Lecture de contes à partir de 4 ans.

Bibliothèque Jacques Prévert
02 33 23 39 40

Dès 4 ans - dans la limite des places disponibles



17h à 20h : Projection-débat

« Influenceuse »

Projection du court-métrage Influenceuse de Sandy Lobry mettant en avant les dérives possibles des réseaux sociaux. Cette rencontre ouverte aux parents et aux jeunes de plus de 14 ans sera suivie d'une discussion. À découvrir aussi l'exposition Pile ou Fake, Petit guide de survie sur les Réseaux sociaux.

Maison Française Giroud - 02 33 44 54 44

Toute la journée : Portes ouvertes du Puzzle

Venez découvrir le centre social Le Puzzle et rencontrer Dorothee Vivier, la référente famille.

Le Puzzle - 02 33 01 81 70

JEUDI 1^{ER} JUIN

9h à 12h : Lieu d'Accueil Enfants Parents avec ETAPE Les P'tits Pas

Voir le 30 mai.

Local Étape Les P'tits Pas - 02 33 93 28 23

9h à 10h : Café-biberon

Temps d'échange avec la présence d'une infirmière-puéricultrice pour les parents et les futurs parents sur le thème des 3 premières années de vos enfants.

Le kiosque, sur inscription au 02 33 53 96 28

9h à 12h : Permanence info-parents

Besoin d'informations et de conseils sur les aides aux loisirs, la scolarité, les modes de garde, les différents dispositifs existants pour les familles ? Venez rencontrer Nadège, référente famille.

Maison Olympe de Gougues – Accueil individuel

10h ou 13h30 : Découverte du dispositif Relais Parents

Venez découvrir ce dispositif d'insertion qui s'adresse aux parents sans emploi et qui mêle soutien à la parentalité et à l'insertion professionnelle.

MFR URVILLE – sur inscription au 07 80 52 67 29
ou ingrid.cauvin@mfr.asso.fr

10h : Pause parents à La Petite Mosaïque

Temps d'échanges entre parents.

La Petite Mosaïque - 06 29 92 69 83

Un service de garderie proposé pour les enfants

14h à 17h : Atelier thématique

« Coéducation »

Présentation de jeux, livres et autres outils autour du thème Coéducation.

Atelier Canopé - 02 33 20 63 80

Portes ouvertes du périscolaire

Pour les enfants et parents de l'école élémentaire et ceux de maternels qui arriveront sur les périscolaires élémentaires en septembre 2023.

De 16h45 à 18h : Périscolaire - Écoles de Ferry, Goubert, Blum, Paul-Bert

De 16h30 à 18h : Périscolaire - Écoles Simone Veil, Bayet, Doisneau, Baquesne, La Polle, Zola, Voltaire, Ravenel (Tourlaville) Bellevue (La Glacerie)

Gratuit, sans inscription.

17h : Judo Autisme

Portes ouvertes pour une pratique du judo adaptée.

Cosec Tourlaville - Sur inscription clt.
santebienetre50110@gmail.com 07 85 30 13 97

VENDREDI 2 JUIN

9h à 12h : Lieu d'Accueil Enfants Parents avec ETAPE Les P'tits Pas

Voir le 30 mai.

Le Kiosque - 02 33 53 96 28

10h à 12h et de 14h à 16h :

Atelier thématique : éducation à la santé, développement des compétences psycho-sociales

Présentation de jeux, livres et autres outils autour du thème Éducation à la santé.

Atelier Canopé - 02 33 20 63 80

9h à 12h : Accueil en ludothèque et l'espace famille

La Petite Mosaïque - 06 29 92 69 83

10h30 : Atelier parents-enfants : Les p'tits pirates au coffre à jouets

Parcours de motricité et éveil sensoriel pour les moins de 3 ans non scolarisés accompagnés d'un parent.

Maison Olympe de Gougues
sur inscription à l'accueil ou au 02 33 01 89 90

14h à 16h : Discussion

« Être parent à l'ère du numérique »

Rencontre animée par Marie Benoît, psychologue.

En partenariat avec la Mutualité française

Maison Française Giroud - 02 33 44 54 44

14h30 à 17h30 : Lieu d'Accueil Enfants Parents avec ETAPE Les P'tits Pas

Voir le 30 mai.

Pôle Agnès Varda - 02 50 79 17 10

16h à 18h : Ludothèque Ludolatulu

Partager un moment avec votre enfant et d'autres familles au travers des jeux, des histoires. Emprunt de jeux, jouets et livres gratuit sur inscription.

Maison Française Giroud - 02 33 44 54 44

Portes ouvertes du périscolaire

Le périscolaire ouvre ses portes pour les enfants et parents de l'école élémentaire et ceux de maternels qui arriveront sur les périscolaires élémentaires en septembre 2023.

De 16h45 à 18h : Périscolaire - les écoles de Bocher, Macé, Mitterrand et Les Courlis.

De 16h30 à 18h : Périscolaire - Ecoles Gibert, Jaurès, Noblet, Fraternité, Dujardin et Marie Lamotte, Ferry, Rousseau, Jean Zay (Tourlaville) Menut (La Glacière)

17h30 à 20h30 : Rencontre dans les espaces jeunesse

Les espaces jeunesse ouvrent leurs portes aux parents pour un moment convivial préparé avec les jeunes. Visite libre des lieux, échange avec les parents, présentation de l'offre jeunesse.

Espace jeunes Les Bains Douches

Espace jeunes le 3-25

Espace jeunes La Mosaïque

SAMEDI 3 JUIN

10h : Cafés-Parents

« Être Parents après la séparation »

Un moment d'échange et d'écoute à destination des parents concernés par la séparation (avant-pendant-après).

En partenariat avec la Caf et l'Adseam

Hiosque - sur inscription au 02 33 53 96 28
ou lehiosque@cherbourg.fr

Un service de garderie proposé pour les enfants

10h : Café-bricole

Temps convivial où les parents (ou pas) peuvent partager leurs expériences, leurs questionnements...

Maison Pour Tous Léo Lagrange - 02 33 43 31 63

De 16h30 à 17h30 : Philo-parentalité jeunes mamans

Préparation à la naissance et à la parentalité avec Hortense Zanifé-Olory, sage-femme de PMI.

Bibliothèque Jacques Prévert.

Sur inscription auprès de la bibliothèque J. Prévert
02 33 23 39 40 ou au Pôle Agnès Varda 02 50 79 17 70 avant le 31 mai.

ET ENCORE SUR LA SEMAINE

D'autres animations proposées dans les structures :

École Baquesne

Visite et accueil des futurs parents de CP

Crèches municipales

Crèche Agnès Varda :
ateliers massage parents-enfants

Crèche Ptits loups :
ateliers parents-enfants création pâte à modeler et jeux

Crèche Églantine :
ateliers soins avec les parents

Crèche Camomille :
table ronde avec les parents et ateliers massages

Crèches Fenotte, Ribambelle et Denis
Cordonnier :
Cafés parents

Crèches PimPamPomme :

Crèche de Querqueville :
petit-déjeuner parents et un atelier parents-enfants jardinage.

Crèche de Tourlaville :
petit déjeuner parents et un atelier sensoriel parents-enfants.

Centre de loisirs de Tourlaville

Une séance d'essai à une activité.

Renseignements et inscriptions : clt.
santebienetre50110@gmail.com, 07 85 30 13 97

Samedi 3 juin de 14h à 19h :

Le village des fiertés

Organisé par l'antenne cherbourgeoise du Centre Lesbien, Gay, Bisexuel, Trans et Intersexe de Caen, ce Village des fiertés est une occasion d'échanger sur les relations sexuelles et affectives ! Possibilité de dépistages VIH par Test Rapide d'Orientation Diagnostique avec l'association CAAPS. Suivi d'une soirée festive.

Place Jacques Hébert + d'infos : 07 68 56 07 98
ou
www.centrelgbt-normandie.fr/centre/antenne-de-cherbourg/

Du 1^{er} au 4 juin : Festival du livre de jeunesse et de la bande dessinée

Espace René Lebas - festivaldulivre.com

AUTOUR DE CHERBOURG-EN-COTENTIN

D'autres lieux parents-enfants du Cotentin proposeront des animations :

mardi 30 mai

De 9h30 à 10h et de 10h15 à 10h45 :

- Pôle de proximité de la Côte des Isles
15 rue du Becqueret
50270 Barneville-Carteret

Mercredi 31 mai

De 9h à 11h30 :

- Pôle enfance du pôle de proximité du Cœur du Cotentin, 22 rue de Poterie
50700 Valognes
- Lieu accueil parents-enfants, ancienne école des filles, rue Pierre Lefillatre
50260 Bricquebec

De 9h15 à 11h45 :

- Pôle de Proximité du Val de Saire
5 rue du stade, 50630 Quettehou

Vendredi 2 juin :

De 9h30 à 11h30 :

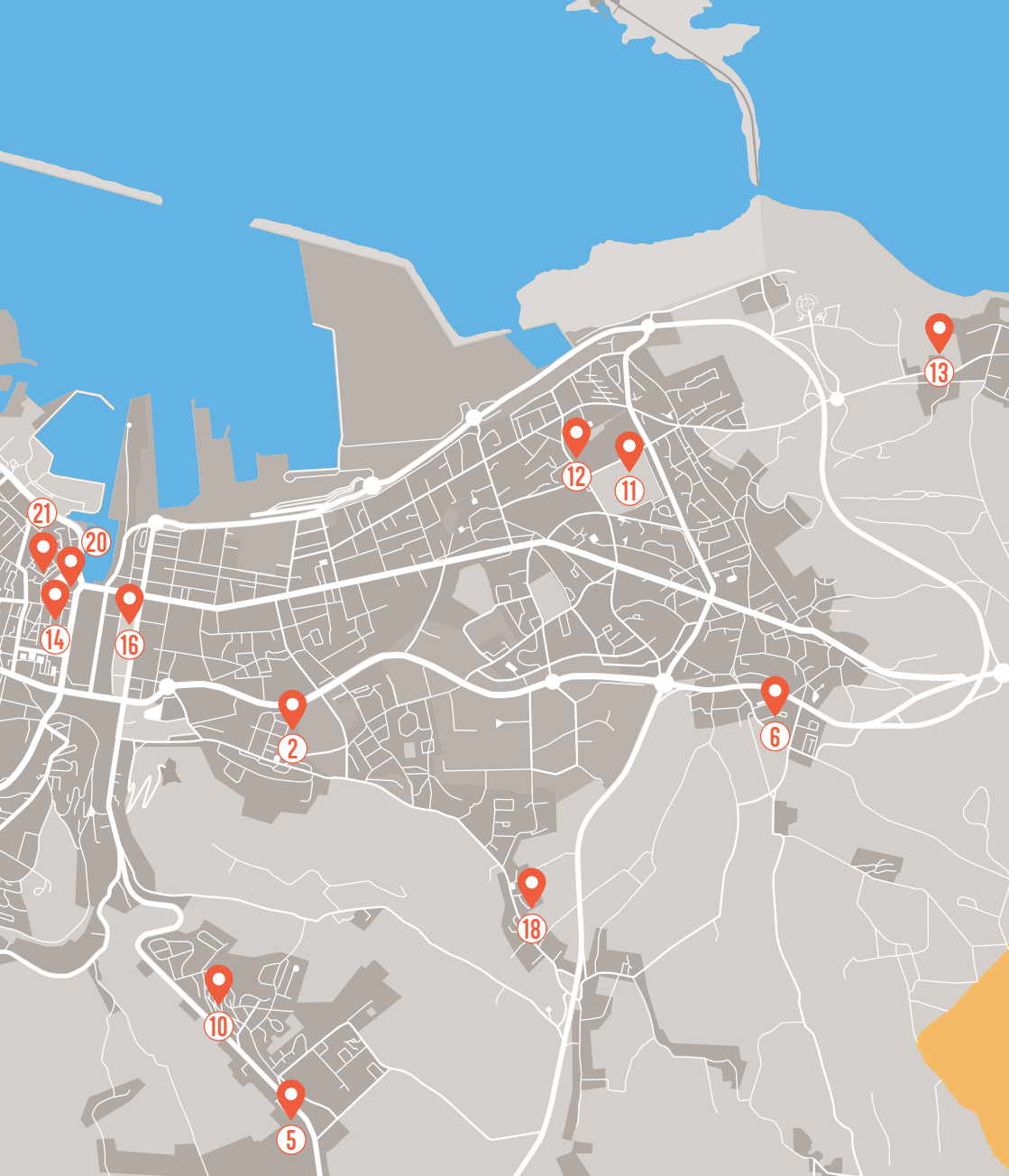
- Pôle jeunesse, rue de la Gaieté
50270 Barneville-Carteret

Entrée libre.



ADRESSES

- ① Maison Flora Tristan, 33 Rue de Bougainville
- ② Maison Françoise Giroud, 1 Rue du Neufbourg
- ③ Maison Olympe de Gouges, Rue de l'Île de France
- ④ Maison de quartier Le Puzzle, 25 Rue Jean Moulin
- ⑤ La Petite Mosaïque, Rue du val pré vert, La Glacerie
- ⑥ Point d'Accueil des Eglantines, Allée des Eglantines
- ⑦ Maison Pour Tous Léo Lagrange, 12 Square du Nivernais
- ⑧ Espace jeunes Les Bains Douches, Rue des résistants
- ⑨ Espace jeunes le 3-25, 7 Rue du général Leclerc
- ⑩ Espace jeunes La Mosaïque, Rue Vice Amiral Lemonnier
- ⑪ Cosec Tourlaville, 354 Rue Augustin le Maresquier
- ⑫ Maison du temps libre, 638 Av. de Northeim
- ⑬ Centre de loisirs du Becquet, Rue du Becquet
- ⑭ Centre culturel Le Quasar, Espl. de la Laïcité



15 *Le Totem, 50 Rue des Hauts Varengs*

16 *Pôle Agnès Varda, 20 Avenue Carnot*

17 *Le Kiosque, 36 Rue Hervé Mangon*

18 *Accueil Blum, Impasse Jules Verne*

19 *Atelier Canopé, 78 Rue de la Duché*

20 *Cinéma l'Odéon, 51 Rue Maréchal Foch*

21 *Salle des Fêtes, Rue Grande Rue*

22 *ETAPE Les P'tits Pas, 4 Rue de Penthièvre*

Plus d'infos
cherbourg.fr

