

FÉVRIER 2024  
MOIS DE LA PARENTALITÉ

Spectacles, ateliers parents-enfants, contes, café parents...  
tout un programme pour écouter, échanger  
et partager autour de la vie de parents.

# « ÊTRE PARENT, C'EST DU SPORT »



seine saint denis  
LE DÉPARTEMENT



# MOIS DE LA PARENTALITÉ

## « ETRE PARENT, C'EST DU SPORT »

### Festival des Rêveurs éveillés

**MIROI** (dés 3 ans)

**Vendredi 2 février à 19h - Micro-Folie**

« MIROI » c'est l'histoire de deux êtres qui cherchent à se connaître. Magnifiques dans leur reflet, ils sont pourtant envahis par la crainte de l'autre et d'eux-mêmes, la peur de ne pas être comme il faut. Un duo de danse intelligent, utile et drôle.

Sur inscription dans les maisons de quartier - Tarif : 1 €



© Marie Oubset

**GRAND P'TIT BAL** (dés 3 ans)

**Samedi 3 février à 16h - Salle des fêtes**

Un bal ludique et participatif dans lequel les jeux dansés s'orchestrent avec la convivialité et la douce extravagance du groupe de musique Tangoléon, guidés par deux danseurs afin que petits et grand deviennent complices et partenaires de jeu.

Sur inscription dans les maisons de quartier - Tarif : 1 €



© DR

**THE WACKIDS « BACK TO THE 90's »** (dés 5 ans)

**Samedi 10 février à 16h - Salle des fêtes**

Avec « Back to the 90's », ces super-héros du rockse replongent dans les univers musicaux qui ont bercé leur enfance : Oasis, Les Spice Girls, Metallica, The Offspring... Accompagnés de leurs instruments-jouets, les Wackids embarquent le public dans un retour vers le passé qui ravivera la jeunesse des parents et transmettra aux enfants la culture rock de la fin du siècle dernier. Sur inscription dans les maisons de quartier - Tarif : 1 €



© Florent Larromde

### Le sommeil de mon enfant

**Mardi 6 février de 14h à 16h**

**Maison de quartier Edmond-Michelet**

Bien dormir a des conséquences importantes sur la santé au quotidien. En effet, le sommeil est indispensable au développement cérébral de l'enfant. Venez en parler avec un spécialiste.

Gratuit - Sur inscription dans les maisons de quartier

### Spectacle « Dame vitamine »

**Lundi 12 février à 15h**

**Maison de quartier Edmond-Michelet**

Un spectacle qui donne l'occasion à un jeune public de recevoir, par le jeu et dans la bonne humeur, des conseils indispensables pour une bonne hygiène de vie. Cette année, Dame Vitamine découvre les Jeux Olympiques de Paris 2024... !

A partir de 3 ans

1€/personne - Sur inscription dans les maisons de quartier.



## Café des parents :

### « Parent un entraîneur redoutable »

Lundi 12 février à 16h30

Maison de quartier Edmond-Michelet

Être parent c'est la course, un vrai marathon.... eh oui c'est sportif d'être parent car cela puise dans mes réserves, dans mes ressources sans exception et demande de l'énergie. Venez en parler avec une professionnelle qui sera la pour vous aidez à trouver des réponses ensemble à vos interrogations.

Gratuit - Sur inscription dans les maisons de quartier

## Atelier cuisine en famille

Mardi 13 février à 15h

Maison de quartier Marcel-Paul

Enfilez vos tabliers et venez cuisiner à 4 mains entre parents et enfants avec la présence d'une diéticienne pour vivre un moment gourmand de partage et de convivialité.

Gratuit - Sur inscription dans les maisons de quartier



## Atelier numérique

Mercredi 14 février de 10h à 14h

Maison de quartier Edmond-Michelet

Initiation aux inscriptions en ligne, Pronote, Parcoursup... avec un conseiller numérique.

Gratuit - Entrée libre



## Parents-ados, tissons des liens

### dans la non violence

Mercredi 14 février à 18h30

Espace François-Mauriac

L'évolution de votre ado peut fragiliser la relation parent-ado, avec une communication parfois violente.

Maintenir un lien de qualité en tant que parent est essentiel pendant cette période sensible. Conférence avec Karima Chahdi Bahou.

Gratuit - Sur inscription dans les maisons de quartier



## Soirée jeux en famille

Jedi 15 février de 18h à 20h

Maison de quartier Edmond-Michelet

Venez passer un moment de partage et de plaisirs avec vos enfants.

Gratuit - Sur inscription dans les maisons de quartier

## Atelier sport et alimentation

Du lundi 19 au jeudi 22 février de 14h à 16h

Maison de quartier Rougemont

Sport Alim lutte contre les mauvaises habitudes alimentaires et la sédentarité pour une meilleure santé. Objectifs de l'association : combat des pathologies chroniques, inactivité, malbouffe, vieillissement négatif.

Gratuit (tout public) - Sur inscription dans les maisons de quartier

## Forum d'informations

Vendredi 23 février à 14h

Cité des sports Gaston-Bussière

Vous êtes parents d'enfants et d'adolescents ? Venez rencontrer des professionnels de la PMI, de la mission locale, de la CAF et bien d'autres ! Un espace dédié pour échanger et bénéficier de conseils précieux.

Gratuit - Entrée libre

## Les Olympiades d'hiver

Vendredi 23 février à 15h

Cité des sports Gaston-Bussière

A vos marques, prêts, feu, partez ! Des épreuves sportives vous attendent, alors chaussez vos baskets et c'est parti pour un moment de sport en famille.

Gratuit - Sur inscription dans les maisons de quartier



## Activités parents/ enfants dans les bibliothèques

### Les Racontines (de 0 à 3 ans)

- Mercredi 7 février : médiathèque L'@telier à 10h30
- Mercredi 28 février : bibliothèque Marguerite-Yourcenar à 10h30
- Samedi 3 février : médiathèque Albert-Camus à 10h30

### L'heure du conte (à partir de 4 ans)

- Mercredi 7 février : bibliothèque Marguerite-Yourcenar à 14h30
- Mercredi 28 février : médiathèque Albert-Camus à 14h30

### Les ateliers créatifs « Je lis, je crée » (à partir de 5 ans)

- Samedi 3 février : bibliothèque Marguerite-Yourcenar à 15h

### Ateliers dans les PMI

- Psychomotricité/ Baby sports à la PMI des Erables
- Un atelier Racontines à la PMI Rougemont
- Un atelier prévention des écrans à la PMI Crétier
- Un atelier Racontines à la PMI Beaudottes

# LIEUX

### Maison de quartier Edmond-Michelet

44, av. Salvador-Allende (quartier Montceuleux)  
01 41 52 42 39

### Maison de quartier Rougemont

8 quinquiès, rue Pierre-Brossolette (quartier Rougemont)  
01 41 52 44 00

### Maison de quartier Marcel-Paul

12, rue Charles-Conrad (quartier des Beaudottes)  
01 41 52 48 40

### Médiathèque Albert-Camus

6, rue de la Gare (centre-ville)  
01 41 52 47 20

### Médiathèque L'@telier

27, rue Pierre-Brossolette (quartier Rougemont)  
01 41 52 45 90

### Bibliothèque Marguerite-Yourcenar

Place Nelson-Mandela (quartier des Beaudottes)  
01 41 52 45 71

### PMI Beaudottes

12, rue Charles-Conrad (quartier des Beaudottes)  
01 41 52 46 03

### PMI Crétier

14, rue Roger-Le-Maner (centre-ville) - 01 41 52 42 36

### PMI Rougemont

8 quinquiès, rue Pierre-Brossolette (quartier Rougemont)  
01 41 52 46 70

### PMI des Erables

19, avenue Salvador-Allende (quartier Montceuleux)  
01 71 29 48 00

### Cité des Sports Gaston-Bussière

34, rue Gabriel-Péri (centre-ville) - 01 41 52 45 60

### Espace François-Mauriac

51, avenue du Général-Leclerc (centre-ville)  
01 49 36 51 73

### Salle des fêtes

9, rue Gabriel-Péri - 01 41 52 48 90