

ÉDITO

Parentalités 46 a adopté le pluriel
et met à l'honneur la diversité.

**“La parentalité, c’est l’ensemble des façons
d’être et de vivre le fait d’être parent”**

Pour cette **4e saison**, l’équipe a souhaité
programmer des actions qui répondent aux
besoins de toutes les familles,
quelles que soient leurs configurations.

Pour naviguer dans ce dépliant,
posez-vous cette question de base :
Quel est mon besoin ?



Besoin d’être aiguillé ?

**Besoin d’être préparé
à l’arrivée de bébé ?**

**Besoin d’être accompagné
dans mon rôle de parent ?**

**Besoin de partager et
d’apprendre avec son enfant ?**

**Besoin de conseil spécifique
en addicto ?**

**Besoin d’échanger et
de découvrir ?**

Besoin de répit parental ?

Vous ne trouvez pas de proposition adaptée ?
🔦 **Appelez la permanence conseils**

Rendez-vous sur notre site
Inscriptions en ligne > Actus > Dates

www.parentalites46.fr



Institut de la
Parentalité
Cahors-Pradines

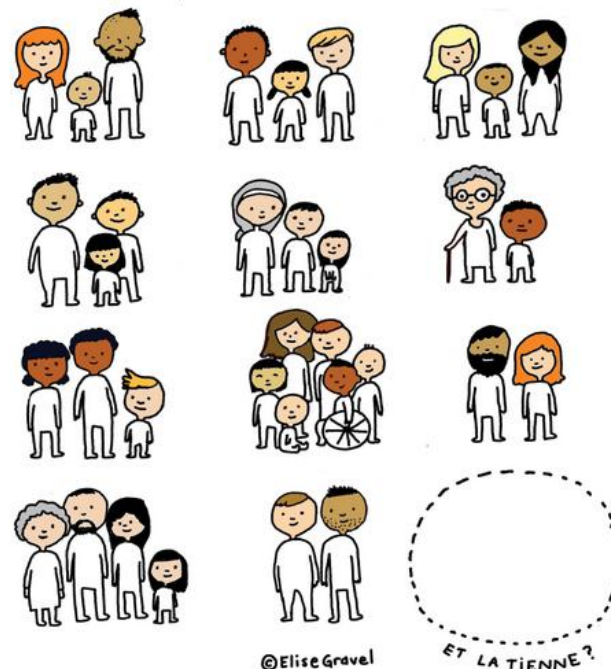
Merci à nos partenaires



Suivez-nous : #parentalite46



Pas si simple
d’être
PARENT
Saison 4



**SEPTEMBRE 2024
À JUIN 2025**

Association
Parentalités 46

<http://>

www.parentalites46.fr



TOUT UN PROGRAMME

Vous avez des questions sur le développement de votre bébé ou enfant ?

Vous êtes curieux d'apprendre des outils pour grandir avec vos enfants, et retrouver de l'énergie, du sens, de la sérénité en famille ?

Pas si simple d'être parent, c'est tout un programme de **ressources** parentales gratuites, conçu et animé par des professionnels de la parentalité.

Vous vous demandez par où commencer ?

Suivez vos besoins !

Besoin d'être aiguillé ?

PERMANENCES CONSEILS[©] TELEPHONIQUES



Pour les parents d'enfants de 0 à 12 ans.

Ecoute, Conseils et orientation gratuits.



Un simple appel peut suffire, sinon, nous vous orientons.
Réservez un créneau en ligne.

Besoin d'être préparé à l'arrivée de bébé ?



DEVENIR PARENTS

8 ATELIERS EN VISIO futurs et jeunes parents

La grossesse, l'accouchement, le post partum : quand le rêve devient une réalité... pas si évidente !

Le retour à la maison avec bébé, sein ou biberon ?

Comment créer du lien avec son bébé ? Dormir quand on devient parents : pas de tout repos !

CERCLES DE PARENTS[©]

PRADINES Pluri-Santé / Autres villes

Cercles animés par une infirmière puéricultrice
Pour les parents d'enfants de 0 à 3 ans

Besoin d'être accompagné dans mon rôle de parent ?

DEJA PARENTS

Programmes AVION[®]



PRADINES / VISIO

***A.V.I.O.N. : Attachement : un Voyage au cœur de la construction de l'Identité de l'enfant par l'Observation et les connaissances en Neurosciences.**

Le programme AVION[®], c'est avant tout une réflexion sur la base de vos vécus et la transmission de clés de compréhension pour un quotidien plus serein. Vous serez plus en confiance pour décoder les actions et réactions de votre enfant.

VITALITE FAMILLES[©]



ATELIERS DE PARENTS

LALBENQUE / PUY L'EVEQUE / autres villes

Rencontres conviviales de 2h, ces ateliers sont un espace d'écoute et de partage où les compétences de chacun sont mises en avant.

Besoin de partager et d'apprendre avec son enfant ?

BÉBÉ SIGNES



Ateliers parents-enfants

PRADINES / Pluri-Santé

Expérimenter les bases de la communication signée avec son bébé., afin de favoriser un lien parent-enfant privilégié.

KIMOCHIS[®]



Ateliers parents-enfants

CAHORS / Médiathèque Grand Cahors

5 mercredis pendant les petites vacances :

Les Kimochis[®] offrent une manière ludique aux enfants d'apprendre comment identifier, exprimer leurs émotions et développer leurs compétences socio-émotionnelles.

Besoin de conseil spécifique en addicto ?

PERMANENCE FAMILLES & ADDICTIONS

PRADINES / Pluri-Santé 46

Le samedi matin, tous les 15 jours

Les enfants grandissent. Dès l'école élémentaire, comment aborder le sujet du tabac, du cannabis, de l'alcool...? Comment susciter le dialogue et conserver un lien de qualité avec son enfant ?

Besoin d'échanger et de découvrir ?

CONFÉRENCES DÉBATS

L'éducation de 0 à 12 ans, communication & empathie, écrans, discipline...



Retrouvez toutes les dates des soirées et des conférences débats, partout dans le Lot sur notre site web

CINÉS-DÉBATS



Les cinés-débats sont annoncés sur notre site web : pour ne rien rater, abonnez-vous à notre newsletter !

JOURNEE PARENTALITE

PRINTEMPS 2025

Spectacle pour parents et enfants de maternelle et élémentaire. Ateliers parents enfants créatifs, animations, stands associatifs, espace pour les professionnels de l'enfance. Petite restauration.

Besoin de répit parental ?

JE PARENT'PAUSE



PRADINES / 1 samedi par mois

L'équipe travaille au retour des temps de répit !
Suivez l'actu !