

Du 4 au 18 octobre 2025

# Les rendez-vous des parents

Programme Metz et environs



Être parent...

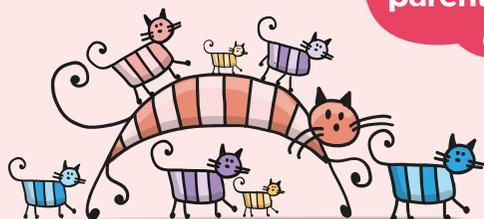
...un jeu d'enfant ?!

Échanges, jeux, ateliers, rencontres...

Partout en Moselle • Gratuit  
Pour tous les parents d'enfants de 0 à 18 ans

Ce programme est susceptible d'être modifié.  
Il est mis à jour régulièrement sur les sites :  
**caf.fr** et **moselle.fr**

## Les rendez-vous des parents



Être parent...  
...un jeu d'enfant ?!

### Des journées pour tous les parents

Un bébé qui pleure souvent, un enfant rivé aux écrans, un ado qui nous échappe... Être parent, ce n'est pas toujours simple !

Vous vous interrogez, vous doutez. Et si vous preniez un temps pour en parler ? Avec d'autres parents, avec des professionnels de l'enfance...

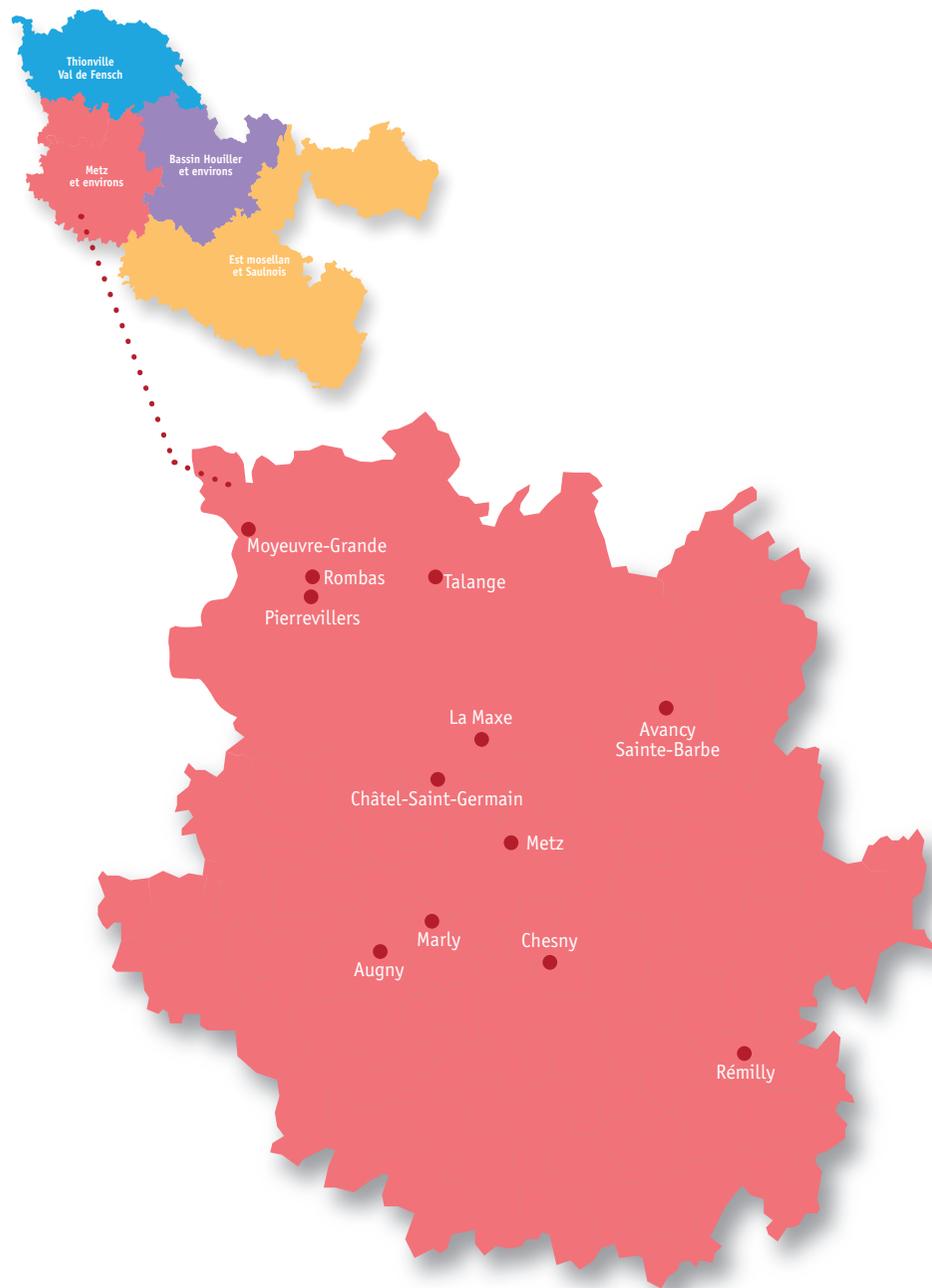
C'est ce que vous proposent les **Rendez-vous des parents**, temps forts annuels qui mettent en lumière **les actions proposées tout au long de l'année en Moselle** par des centres sociaux, des associations, des lieux d'accueil enfants parents, des relais petite enfance...

Ces structures locales soutiennent les parents dans leur quotidien et les accompagnent dans leur rôle éducatif.

**Au programme du 4 au 18 octobre et toute l'année, des actions gratuites, ouvertes à tous les parents**

Ateliers, jeux, théâtre forum, moments conviviaux d'échanges entre parents, rencontres avec des professionnels autour de sujets qui questionnent tous les parents : le sommeil, la gestion des émotions, la fratrie, les règles et les limites, la communication, l'épuisement parental et la charge mentale, les écrans, être parent d'un adolescent, la scolarité, le harcèlement...

## Programme Metz et environs



## Augny

### Pause parents

Accueil périscolaire - 3 rue de la Libération

**Mercredi 8 octobre - 15h > 17h**

Moment d'échanges convivial sur le thème « Les relations entre parents et grands parents ».

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Contact: 06 77 78 73 96**

**ou [parentalite57@peplorest.org](mailto:parentalite57@peplorest.org)**

**Organisateur: PEP Lor'Est**

## Avancy Sainte-Barbe

### Massages bébé dans une bulle zen

RPE de la Cchcpp - 6 rue Dalotte

**Vendredi 17 octobre -  
9h30 > 11h30 et 14h > 16h**

Atelier massage visant à favoriser le bien-être de bébé. Partage de gestes et techniques à réutiliser chez soi au quotidien !

**Public: Parents et enfants de 0 à 6 mois**

**Sur inscription: 03 87 60 74 21**

**ou [rpe@cchcpp.fr](mailto:rpe@cchcpp.fr)**

**Organisateur: RPE de la Communauté de Communes Haut Chemin - Pays de Pange - Département de la Moselle**

## Châtel-Saint-Germain

### Grandir avec des règles et des limites

Micro crèche Les châteloups

1 rue de Bonne Fontaine

**Mardi 14 octobre - 18h30 > 20h30**

Moment d'échanges convivial entre parents et professionnels autour d'un thème essentiel: les règles et les limites en famille. L'occasion de partager vos expériences, poser vos questions et repartir avec des pistes concrètes.

**Public: Parents uniquement**

**Contact: 09 87 61 12 01**

**ou [microcreche.chateloups@orange.fr](mailto:microcreche.chateloups@orange.fr)**

**Organisateurs: Micro crèche Les châteloups et l'association Familles rurales de Châtel-Saint-Germain**

## Chesny

### Être parent aujourd'hui: comment faire face à la charge mentale ?

Crèche À petits pas - 4B rue Charmante

**Mardi 7 octobre - 18h30 > 20h30**

Moment simple et convivial pour échanger autour de la charge mentale, partager ce que l'on vit au quotidien autour d'un petit apéro convivial partagé pendant la rencontre, pour discuter en toute simplicité.

**Public: Parents uniquement**

**Sur inscription: 03 87 63 13 26**

**ou [apetitspas-chesny@outlook.fr](mailto:apetitspas-chesny@outlook.fr)**

**Organisateur: Familles Rurales de Chesny**

## La Maxe

### Pause parents

Accueil périscolaire - place de la Charmille

**Jeudi 9 octobre - 17h15 > 18h30**

Moment d'échanges convivial entre parents, animé par une psychologue, pour échanger sur des sujets d'éducation et apporter un éclairage nouveau sur certaines situations du quotidien.

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription: [parentalite57@peplorest.org](mailto:parentalite57@peplorest.org)**

**Organisateur: PEP Lor'Est**

## Marly

### Mieux comprendre les émotions en famille

Centre socioculturel Gilbert Janssem

54 rue de la Croix Saint Joseph

**Mercredi 8 octobre - 14h > 16h**

Atelier parents-enfants pour mieux comprendre et accueillir les émotions de chacun. À travers des activités ludiques et des échanges, visant à renforcer l'écoute et la communication en famille.

**Public: Parents et enfants**

**Sur inscription (non obligatoire): 03 87 62 35 84**

**ou 06 14 86 72 82**

**ou [rf@cscgilbertjanssem.fr](mailto:rf@cscgilbertjanssem.fr)**

**Organisateur: Centre socioculturel Gilbert Janssem**

### Grandir avec les écrans: comment accompagner et sécuriser nos enfants dans le monde numérique ?

Centre socioculturel Gilbert Janssem

54 rue de la Croix Saint Joseph

**Vendredi 10 octobre - 18h > 20h**

Temps d'échanges coanimé par l'animateur numérique de l'association, une orthophoniste et une psychologue de la Maison de Santé de Marly. Conseils et ressources pour sécuriser, réguler et mieux dialoguer en famille autour des usages numériques.

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription: 03 87 62 35 84**

**ou 06 14 86 72 82**

**ou [rf@cscgilbertjanssem.fr](mailto:rf@cscgilbertjanssem.fr)**

**Organisateur: Centre socioculturel Gilbert Janssem**

### Heureux aux jeux, heureux en famille !

RPE Au fil des sourires - 3 rue Eugène Jouin

**Samedi 11 octobre -  
9h30 > 10h15 et 10h30 > 11h15**

Moment de partages entre parents et enfants autour d'un jeu de société adapté aux plus petits. Une activité ludique favorisant le plaisir et la complicité.

**Public: Parents et enfants de 2 à 6 ans**

**Contact: 06 10 45 87 15**

**Organisateur: Association LACE**

## Metz

### Forum des acteurs de l'éveil artistique et culturel: la culture et moi

Le Cap, Maison des étudiants, de la jeunesse et des associations - 1 Avenue Schuman

**Samedi 4 octobre -  
10h > 12h et 14h > 18h**

Proposition d'ateliers de pratiques et de découvertes artistiques. Des temps d'échanges et de rencontres permettront la présentation dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

**Public: Parents et enfants de 0 à 3 ans**

**Contact: [cspiquel@mairie-metz.fr](mailto:cspiquel@mairie-metz.fr)**

**Organisateur: Ville de Metz**

### Découverte d'un LAEP

LAEP La Maison d'Anjou - 1 rue du Vermandois

**Samedi 4 octobre - 14h30 > 17h30**

**Lundi 6 octobre - 14h30 > 17h30**

**Mercredi 8 octobre - 9h > 12h**

**Mercredi 8 octobre - 14h30 > 17h30**

**Jeudi 9 octobre - 14h30 > 17h30**

**Samedi 11 octobre - 14h30 > 17h30**

**Lundi 13 octobre - 14h30 > 17h30**

**Mercredi 15 octobre - 9h > 12h**

**Mercredi 15 octobre - 14h30 > 17h30**

**Jeudi 16 octobre - 14h30 > 17h30**

**Samedi 18 octobre - 14h30 > 17h30**

Découverte du lieu d'accueil enfants parents : un espace pensé pour le jeu, le partage et la complicité entre enfants et parents.

**Public: Parents et enfants de 0 à 5 ans**

**Contact: 06 95 22 53 42**

**Organisateur: LAEP La Maison d'Anjou**

### Et si on levait les yeux au ciel ?

Centre social Arc-en-ciel

71 rue Mazelle

**Samedi 4 octobre - 9h30 > 12h**

Projection d'un documentaire dans lequel un professeur explore les pratiques quotidiennes des enfants face aux écrans. Quels sont les impacts sur le développement des enfants ? Projection suivie d'un temps d'échanges et d'un apéritif convivial.

**Public: Parents et enfants à partir de 6 ans**

*(mode de garde prévu pour les enfants - sur réservation)*

**Contact: 06 40 45 15 80**

**ou [ref.familles.arcenciel@gmail.com](mailto:ref.familles.arcenciel@gmail.com)**

**Organisateur: Centre social Arc-en-ciel**

## Portes ouvertes du LAEP Les Gabambins

Annexe de l'Espace de la Grange

1 rue du Bois de la Dame

**Lundi 6 octobre et**

**lundi 13 octobre - 9h > 12h**

**Vendredi 10 octobre et**

**vendredi 17 octobre - 9h30 > 12h30**

Découverte du lieu d'accueil enfants parents de la Grange aux Bois autour d'un café ou d'un thé.

**Public: Parents et enfants de 0 à 6 ans**

**Contact: 06 60 15 74 52**

**ou [jvincent@mairie-metz.fr](mailto:jvincent@mairie-metz.fr)**

**Organisateur: Espace de la Grange Ville de Metz**

### Atelier: je masse mon bébé

LAEP La Maison d'Anjou - 1 rue du Vermandois

**Lundi 6 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre de parents autour d'un atelier pour apprendre à masser son bébé, suivi d'un temps d'échanges et visite du LAEP La Maison d'Anjou.

**Public: Parents et enfants de 0 à 6 mois**

**Sur inscription: 06 95 22 53 42**

**Organisateurs: LAEP La Maison d'Anjou**

**et Département de la Moselle**

## Portes ouvertes du LAEP Pirouette

LAEP Pirouette - 2 place Frécost

**Lundi 6 octobre - 14h > 17h30**

**Jeudi 9 octobre - 14h > 17h30**

**Lundi 13 octobre - 14h > 17h30**

**Mardi 14 octobre - 14h > 17h30**

**Jeudi 16 octobre - 14h > 17h30**

Découverte du lieu d'accueil enfants parents : un espace pensé pour le jeu, le partage et la complicité entre enfants et parents.

**Public: Parents et enfants de 0 à 6 ans**

*(nombre de places limité)*

**Sur inscription: 03 87 20 64 48**

**Organisateur: LAEP Pirouette**

### Apéro et petit déjeuner des parents: et toi tu ferais quoi ?

Famille lorraine de Metz-Devant-Les-Ponts

74 rue de la Ronde

**Lundi 6 octobre - 18h > 19h30**

**Mercredi 8 octobre - 9h30 > 11h**

Atelier proposant un moment d'échanges et de partage d'expériences entre parents autour de situations concrètes du quotidien avec les enfants.

**Public: Parents uniquement**

**Contact: [famille-france@wanadoo.fr](mailto:famille-france@wanadoo.fr)**

**Organisateur: Fédération Familles de France de Moselle**

## Apéro et petit déjeuner des parents: et toi tu ferais quoi ?

Famille lorraine de Metz-Devant-Les-Ponts  
74 rue de la Ronde

**Lundi 6 octobre - 18h > 19h30**  
**Mercredi 8 octobre - 9h30 > 11h**

Atelier proposant un moment d'échanges et de partage d'expériences entre parents autour de situations concrètes du quotidien avec les enfants.

Public: Parents uniquement  
Contact: [famille-france@wanadoo.fr](mailto:famille-france@wanadoo.fr)

Organisateur: *Fédération Familles de France de Moselle*

## Atelier d'échanges: être parents d'ados !

Centre social Kaïros - 13 rue de Toulouse

**Mardi 7 octobre - 9h > 11h**

Partager son expérience de parent et veiller au bien-être de son adolescent.

Public: Parents uniquement  
Sur inscription: 06 67 96 87 00  
ou [familles@kairos-bellecroix.fr](mailto:familles@kairos-bellecroix.fr)

Organisateur: *Centre social Kaïros*

## Yoga Prénatal

Centre social Cassis - 1 rue du Vermandois

**Mardi 7 octobre - 9h > 10h30 et 10h30 > 12h**

Séance de yoga pour femmes enceintes à tout terme de la grossesse et tout niveau de yoga animé par une sage-femme de la PMI.

Public: Parents uniquement  
Sur inscription: 03 87 75 59 10  
ou 07 65 86 13 18  
ou 06 49 35 71 85

Organisateurs: *Centre social Cassis - Département de la Moselle*

## Apéro parentalité: être à l'écoute des émotions de nos enfants

Annexe de l'Espace de la Grange  
1 rue du Bois de la Dame

**Mardi 7 octobre - 17h30 > 19h30**

Rencontre et échanges entre parents autour d'un apéro.

Public: Parents uniquement  
(mode de garde prévu pour les enfants)  
Sur inscription: 06 60 15 74 52  
ou [jvincent@mairie-metz.fr](mailto:jvincent@mairie-metz.fr)

Organisateur: *Espace de la Grange Ville de Metz*

## Prévention de la dépression pré et post-partum

La maison des Bébés

6 rue du Haut de Sainte Croix

**Mercredi 8 octobre - 9h30 > 11h30**

Atelier collectif animé par une sage-femme de PMI à propos de la santé mentale des parents autour de la naissance.

Public: Futurs parents et parents d'enfants de 0-3 ans  
Sur inscription: 03 87 68 25 65

Organisateur: *Département de la Moselle*

## Mercredi des parents : ouvrez la porte à l'expérience

**Mercredi 8 octobre - 14h > 16h30**

Centre social Pioche - 13 rue Pioche

Echanges entre parents sur la parentalité, atelier parents et enfants autour du jeu.

Public : Parents et enfants  
(mode de garde prévu pour les enfants)  
Contact : 03.87.63.72.15

ou [sophie.perrin.asbh@hotmail.com](mailto:sophie.perrin.asbh@hotmail.com)

Organisateur : *Centre social Pioche*

## 1,2,3 Sommeil

Centre social Pioche - 13 rue Pioche

**Jeudi 9 octobre - 9h > 11h**

Rencontre conviviale animée par la PMI avec les parents pour leur permettre de se questionner sur les besoins physiologiques de sommeil de leur(s) enfant(s).

Public: Parents d'enfants de 0 à 3 ans  
Sur inscription: 06 43 37 63 59  
ou [camille.lubin@moselle.fr](mailto:camille.lubin@moselle.fr)

Organisateur: *Centre social Pioche - Département de la Moselle*

## Les bienfaits du jeu dans le développement de l'enfant

Le Quai centre social et culturel du Sablon

1 bis rue de Castelnau

**Jeudi 9 octobre - 9h30 > 11h30**

Échanges sur les jeux et les différentes stimulations qui favorisent le développement du jeune enfant. Rencontre animée par Solenne Rousselet, infirmière.

Public: Futurs parents, parents et enfants  
Sur inscription: 07 66 27 86 07 (par sms)  
ou [pole.famille@lequai-cs.fr](mailto:pole.famille@lequai-cs.fr)

Organisateur: *Le Quai Centre social et culturel du Sablon*

## Explorer le livre avec bébé

Centre social Cassis - 1 rue du Vermandois

**Jeudi 9 octobre - 9h30 > 11h30**

Animation par les professionnelles autour du livre à destination des enfants de 0 à 3 ans suivie d'un moment d'échanges convivial autour de l'intérêt de la lecture chez les tout-petits.

Public: Parents et enfants  
Sur inscription: 03 87 75 59 10  
ou 07 65 86 13 18 (par sms)

Organisateurs: *Centre social Cassis - Département de la Moselle*

## Venez vivre un moment nature avec vos enfants !

Espace naturel pédagogique et convivial

Rue des Pins

**Jeudi 9 octobre - 9h30 > 11h30**  
**Jeudi 16 octobre - 9h30 > 11h30**

Expérience sensorielle, ludique et créative en pleine nature, partagée entre parents et enfants. Une exploration des bienfaits du plein air pour l'éveil et l'autonomie, en valorisant les atouts de la nature et en dépassant les éventuels freins.

Public: Parents et enfants de 0 à 6 ans  
Contact: 06 03 76 09 95  
ou [annefrey.cpncoquelicots@gmail.com](mailto:annefrey.cpncoquelicots@gmail.com)

Organisateur: *CPN Les Coquelicots*

## Portes ouvertes de la halte-jeux et atelier sensoriel

Centre social Arc-en-ciel - 71 rue Mazelle

**Jeudi 9 octobre - 10h > 11h30**  
**Mardi 14 octobre - 10h > 11h30**

L'équipe vous proposera une visite des locaux et un temps convivial autour d'un atelier : «A la façon de Snoezelen» le 9/10 & «Exploration sensorielle» le 14/10. Temps d'échanges et de convivialité garantis !

Public: Parents et enfants (dès la marche acquise)  
Sur inscription: 06 40 45 15 80  
ou [ref.familles.arcenciel@gmail.com](mailto:ref.familles.arcenciel@gmail.com)

Organisateur: *Centre social Arc-en-ciel*

## La violence éducative douce, c'est quoi ?

MJC CS des 4 bornes - Rue Étienne Gantrel

**Jeudi 9 octobre - 18h > 20h**

Un temps d'échanges entre parents pour parler de ce qu'est la violence éducative douce, la reconnaître et peut être corriger nos habitudes d'éducation.

Public: Parents uniquement  
(mode de garde prévu pour les enfants)  
Sur inscription: 07 81 79 24 52

Organisateur: *MJC CS des 4 Bornes*

## Portes ouvertes: c'est quoi la Maison des bébés ?

Maison des bébés

6 rue du Haut de Sainte-Croix

**Vendredi 10 octobre - 9h > 12h**

Découverte de la Maison des bébés, un lieu ressources, d'échanges et d'informations. Témoignage de parents et futurs parents de leur participation à la vie du lieu.

Public: Futurs parents, parents et enfants  
Sur inscription: 03 87 68 25 65

Organisateur: *Ville de Metz*

## Comment aborder le sujet de la sexualité avec mes ados ?

MJC CS des 4 bornes - Rue Étienne Gantrel

**Vendredi 10 octobre - 18h > 19h30**

Discussion entre parents avec une sage-femme du Centre de Planification et d'Education Familiale autour de la vie affective des adolescents.

Public: Parents uniquement  
(les ados peuvent participer au Club Ados en parallèle)  
Sur inscription: 07 81 79 24 52

Organisateur: *MJC CS des 4 Bornes*

## Jeux libres, découvertes et expérimentations dans la nature

Espace naturel pédagogique et convivial

Rue des Pins

**Samedi 11 octobre - 14h > 17h**

Explorations en pleine nature partagées entre parents et enfants, autour du jeu libre, de la découverte autonome et de la manipulation d'éléments naturels. Une expérience favorisant l'imaginaire, la motricité et la créativité.

Public: Parents et enfants  
Contact: [annefrey.cpncoquelicots@gmail.com](mailto:annefrey.cpncoquelicots@gmail.com)  
Organisateur: *CPN Les Coquelicots*

## Atelier Éduc'Écrans

Maison des parents de Metz

32 rue Dupont des Loges

**Samedi 11 octobre - 14h30 > 16h30**

Un jeu de plateau qui sensibilise à la gestion des écrans avec les enfants et les ados !

Public: Parents et enfants-ados  
(mode de garde prévu pour les enfants)  
Sur inscription: 07 56 38 10 14  
ou [maisondesparents-metz@epe-lorraine.fr](mailto:maisondesparents-metz@epe-lorraine.fr)  
Organisateur: *École des parents et des éducateurs*

### Atelier: je porte mon bébé

LAEP La Maison d'Anjou - 1 rue du Vermandois

**Lundi 13 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre de parents autour d'un atelier pour apprendre à porter son bébé, suivi d'un temps d'échanges et visite du lieu d'accueil enfants parents La Maison d'Anjou.

**Public: Parents et enfants de 0 à 12 mois**

**Sur inscription: 06 95 22 53 42**

**Organisateurs: LAEP La Maison d'Anjou et Département de la Moselle**

### Portes ouvertes: c'est quoi «un café des parents» ?

Maison des bébés

6 rue du Haut de Sainte-Croix

**Lundi 13 octobre - 14h30 > 16h30**

Découverte du lieu et échanges autour du thème «c'est quoi un café des parents ?». Partage d'expériences entre parents et futurs parents. Présentation des dispositifs d'accompagnement à la parentalité.

**Public: Futurs parents, parents et enfants**

**Sur inscription: 03 87 68 25 65**

**Organisateur: Ville de Metz**

### Atelier d'échanges entre parents autour de l'adolescence

Collège Jules Lagneau

3 rue Saint-Vincent-de-Paul

**Mardi 14 octobre - 9h > 11h**

Partager son expérience de parent et veiller au bien être de son adolescent.

**Public: Parents uniquement**

**Sur inscription: 06 67 96 87 00**

**ou familles@kairos-bellecroix.fr**

**Organisateur: Centre social Kairos**

### 1,2,3 Sommeil

Espace Association Écocitoyen - Rue des pins

**Mardi 14 octobre - 10h > 11h45**

Temps d'échanges sur le sommeil des jeunes enfants, expérimentation autour de la relaxation, découverte d'outils pratiques et des techniques pour favoriser l'endormissement et partager un moment convivial avec d'autres familles.

**Public: Parents et enfants**

**Sur inscription: 06 74 69 59 33**

**ou maelle.hugues@moselle.fr**

**Organisateur: CPN Les coquelicots**

### Le duo gagnant des devoirs: parent présent, enfant confiant

Centre social Pioche - 13 rue Pioche

**Mardi 14 octobre - 14h > 16h**

Les devoirs, un moment à partager pour renforcer la confiance, l'autonomie et le plaisir d'apprendre ensemble.

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription: 03 87 63 72 15**

**ou sophie.perrin.asbh@hotmail.com**

**Organisateur: Centre social Pioche**

### Accompagner mon enfant dans ses relations avec les autres et développer l'empathie

Annexe de l'Espace de la Grange

1 rue du Bois de la Dame

**Mardi 14 octobre - 18h15 > 20h15**

Rencontre et échanges entre parents autour d'un apéro.

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants)*

**Sur inscription: 06 60 15 74 52**

**ou jvincent@mairie-metz.fr**

**Organisateurs: Espace de la Grange et Ville de Metz**

### Venez découvrir la Maison des parents !

Maison des parents de Metz

32 rue Dupont des Loges

**Mercredi 15 octobre - 14h30 > 17h30**

Portes ouvertes à la Maison des parents avec des petits ateliers et un goûter convivial.

**Public: Parents et enfants**

**Contact: 07 56 38 10 14**

**ou maisondesparents-metz@epe-lorraine.fr**

**Organisateur: École des parents et des éducateurs**

### Comment faire des repas des moments plaisirs avec nos enfants ?

Le Quai centre social et culturel du Sablon

1 bis rue de Castelnau

**Mercredi 15 octobre - 15h > 17h**

Échanges entre parents animés par Angèle Guichard, diététicienne, pour des repas dans une ambiance apaisée et une alimentation adaptée aux besoins de nos enfants.

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants de plus de 3 ans)*

**Contact: 07 66 27 86 07 (sms)**

**ou pole.famille@lequai-cs.fr**

**Organisateur: Le Quai Centre social et culturel du Sablon**

### Papote allaitement

LAEP La maison d'Anjou - 1 rue du Vermandois

**Jeudi 16 octobre - 9h30 > 11h30**

Rencontre, échanges et discussions entre parents et avec des professionnelles sur le thème de l'allaitement, de la naissance au sevrage.

**Public: Parents et enfants**

**Sur inscription: 06 95 22 53 42**

**Organisateurs: LAEP La Maison d'Anjou et Département de la Moselle**

### Groupe de parole parents: «C'est quoi un cadre bienveillant ?»

EVS Accueil Familles

17 boulevard de Provence

**Jeudi 16 octobre - 14h > 16h**

Moment d'échanges convivial entre parents, animé par une psychologue.

**Public: Parents uniquement**

**Sur inscription: 06 77 78 73 96**

**ou parentalite57@peplorest.org**

**Organisateur: PEP LorEst**

### Conférence-débat: «Adolescence: mieux comprendre pour mieux communiquer»

Maison des parents de Metz

32 rue Dupont des Loges

**Vendredi 17 octobre - 18h > 20h**

Apports théoriques et temps interactif autour de la relation parents / adolescents.

**Public: Parents uniquement**

**Sur inscription: 07 56 38 10 14**

**ou maisondesparents-metz@epe-lorraine.fr**

**Organisateur: École des parents et des éducateurs**

### Atelier d'échanges entre parents: comment veiller au bien être de son adolescent

Collège Jules Lagneau

3 rue Saint-Vincent-de-Paul

**Vendredi 17 octobre - 9h > 11h**

Atelier d'échanges et de partage entre parents autour de son expérience pour veiller au bien être de son adolescent.

**Public: Parents uniquement**

**Sur inscription: 06 67 96 87 00**

**ou familles@kairos-bellecroix.fr**

**Organisateur: Centre social Kairos**

### Le développement du langage oral: quelle place pour la langue maternelle ?

Maison des bébés

6 rue du Haut de Sainte-Croix

**Vendredi 17 octobre - 9h > 11h**

Petit déjeuner des parents et futurs parents. Rencontre avec deux orthophonistes, un partage d'expérience autour de l'acquisition du langage des enfants de 0 à 3 ans et de la place de la langue maternelle dans cet apprentissage.

**Public: Futurs parents, parents et enfants**

**Sur inscription: 03 87 68 25 65**

**Organisateur: Ville de Metz**

### Massage non médicalisé de la naissance à 12 mois

36 place saint Thiebault - 57000 Metz

**Vendredi 17 octobre - 10h > 12h**

Séance animée par une professionnelle. Savoir identifier les signes de détente ou d'inconfort chez l'enfant, comprendre l'importance du contact visuel et d'être en relation avec son bébé.

**Public: Parents et enfants**

**Sur inscription: 06 74 69 59 33**

**Organisateur: Département de la Moselle**

### Écrans et enfants, comment trouver le bon équilibre ?

Le Quai centre social et culturel du Sablon

1 bis rue de Castelnau

**Vendredi 17 octobre - 18h > 20h**

Comment accompagner nos enfants dans un usage sain, adapté à leur âge, sans culpabiliser ni interdire à tout prix, le tout en toute sécurité ? Échanges entre parents animé par Solenne Rousselet, infirmière.

**Public: Parents uniquement**

*(mode de garde prévu pour les enfants de plus de 3 ans)*

**Sur inscription: 07 66 27 86 07 (par sms)**

**ou pole.famille@lequai-cs.fr**

**Organisateur: Le Quai Centre social et culturel du Sablon**

### Conférence Les 1000 premiers jours: lien précoce entre parents et bébés: sécurité affective, attachement et surprise !

Maison des bébés

6 rue du Haut de Sainte-Croix

**Samedi 18 octobre - 9h30 > 11h30**

Comment le lien avec son bébé se construit ? Conférence animée par Adrien Blanc, psychologue clinicien et docteur en psychologie.

**Public: Futurs parents et parents**

**Sur inscription: 03 87 68 25 65**

**Organisateur: Ville de Metz**

## Metz (suite)

### Et si on levait les yeux au ciel ? Une classe face aux écrans

Centre social ACS Agora  
4 rue Théodore de Gargan

**Samedi 18 octobre - 14h > 17h**

Projection et débat : réfléchissons ensemble, enfants et parents, à nos pratiques face aux écrans.

**Public:** Parents et enfants à partir de 5 ans  
**Sur inscription:** referent.famille@acs-agora.fr  
**Organisateur:** Centre social ACS Agora

## Moyeuvre-Grande

### Écrans en veille, enfants en éveil !

Centre social et culturel l'Escale  
3 Place Leclerc

**Jeudi 9 octobre - 19h > 21h**

Atelier collaboratif qui permet de réinventer l'univers des écrans en famille.

**Public:** Parents uniquement  
**Sur inscription:** 06 79 93 78 72  
ou sophie.bonk@moyeuvre.fr

**Organisateur:** Centre social et culturel l'Escale

## Pierrevillers

### Pause parents

Accueil périscolaire - rue de Verdun

**Jeudi 16 octobre - 17h30 > 18h30**

Moment d'échanges convivial entre parents, animé par une psychologue, pour échanger sur des sujets d'éducation et apporter un éclairage nouveau sur certaines situations du quotidien.

**Public:** Parents uniquement  
(mode de garde prévu pour les enfants)  
**Contact:** 06 77 78 73 96  
ou parentalite57@peplorest.org  
**Organisateur:** PEP Lor'Est

## Rémilly

### Soirée entre parents: des jeux pour échanger

Halte garderies Les coquelicots  
2 bis rue des Romains

**Jeudi 9 octobre - 20h > 21h30**

Rencontre conviviale entre parents autour des thèmes du développement de l'enfant et de la vie quotidienne. L'échange prendra la forme d'un jeu ludique favorisant la discussion et le partage d'expériences.

**Public:** Parents uniquement  
**Contact:** 03 87 64 80 82  
ou les-coquelicots-halte-garderie-parentale@orange.fr

## Rombas

### Les écrans, parlons-en !

Espace santé Petit moulin  
32 rue du petit moulin

**Mardi 7 octobre - 9h30 > 11h30**

Proposition d'échanges autour d'un jeu de société et d'un jeu de carte sur le thème de la prévention des écrans.

**Public:** Parents et enfants  
**Sur inscription:** 06 81 07 39 80  
**Organisateur:** Département de la Moselle

## Talange

### Communiquer avec son ado: enjeux et pistes à explorer

Centre social CLTEP - 1 place des fêtes

**Vendredi 10 octobre - 20h > 22h**

Échange convivial sur les limites de communication entre parents et adolescents.

**Public:** Parents uniquement  
**Contact:** 03 87 71 52 24  
**Organisateur:** Centre social CLTEP

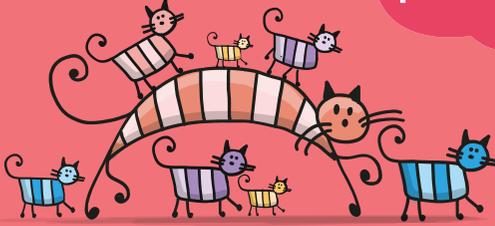


Retrouvez toutes les infos et toutes les manifestations  
partout en Moselle sur [caf.fr](http://caf.fr) et [moselle.fr](http://moselle.fr)

# Les rendez-vous des parents

Être parent...

...un jeu d'enfant ?!



Partage d'expériences

**Langage**

**Échanges entre parents**

Bien-être familial

*éveil de bébé*

Attachement

Éducation des enfants

**Alimentation**

Charge mentale

**parentalité**

Développement de l'enfant

**Gestion des émotions**

Conseils éducatifs

Adolescence

partage d'expériences

Harcèlement

Toutes les infos sur [caf.fr](http://caf.fr) et [moselle.fr](http://moselle.fr)