



**JANVIER - MARS  
2026**

**PROGRAMMATION DES GROUPES  
D'ÉCHANGES, HORAIRES DU CAFÉ  
DES PARENTS ET DU POINT  
ÉCOUTE PARENTS**

**LIEU OUVERT À TOUS  
PARENTS,  
FUTURS PARENTS, BEAUX-  
PARENTS, GRAND-  
PARENTS**  
  
accompagnement  
individuel et actions  
collectives

**La maison des parents, grâce à ses actions d'écoute, de soutien, d'accompagnement et d'orientation, accompagne les parents dans leur rôle de premier éducateur de leur enfant.**

**La maison des parents propose des ateliers thématiques, des cafés des parents et un point écoute parents.  
Les ateliers ont lieu tous les mercredis de 10h à 12h.  
Les cafés des parents prennent place tous les mercredis de 13h45 à 19h15.  
Le point écoute parents propose des créneaux de consultations individuels et sur rendez-vous les mardis et jeudis.**

**Tous les services proposés par la maison de la parentalité sont gratuits et confidentiels.**

# ATELIERS ENTRE PARENTS DE 10H À 12H

ATELIERS VOUS PROPOSANT DES OUTILS ET DES ÉCLAIRAGES POUR VOUS AIDER AU QUOTIDIEN  
UN PARTAGE D'EXPÉRIENCE ENTRE PARENTS  
ANIMÉS PAR UNE ÉDUCATRICE DE JEUNES ENFANTS, SUR INSCRIPTION.

**7 janvier**

LA COMMUNICATION NON-VIOLENTE  
COMME FIL D'ARIANE DES RELATIONS  
PARENT-ENFANT

**14 janvier**

MON ADO ME CHERCHE, POURQUOI?

**21 janvier**

DE PÈRE À PAIR : COMMENT TROUVER  
MA PLACE ?

**28 janvier**

COMMENT FAIRE LE TRI DANS LES  
CONTENUS NUMÉRIQUES QUI SONT  
ACCÉSIBLES À MES ENFANTS ?

Avec sofia carloto, conseillère  
numérique à la communauté de  
communes coeur du pays haut

**4 février**

JE PERDS PATIENCE ET JE CULPABILISE

**11 février**

LES DEVOIRS ET L'APPRENTISSAGE  
SCOLAIRE, CE CASSE TÊTE ?  
éclairages avec Magali Frassineti,  
graphothérapeute

**18 février**

LES ÉMOTIONS : UN VOLCAN CHEZ  
L'ENFANT ?

**25 février**

LE LANGAGE NUMÉRIQUE EN FAMILLE,  
COMMENT PARLER LA MÊME LANGUE ?  
COMMENT LE DÉCRYPTER ENSEMBLE ?

Avec sofia carloto, conseillère  
numérique à la communauté de  
communes coeur du pays haut

**4 mars**

NAISSANCE ET RETOUR À LA MAISON:  
EST-ON UN VILLAGE ?

**11 mars**

PARENTS PLUS ÂGÉS, PARENTS  
AUTREMENT ?

**18 mars**

MON ENFANT A "QUITTÉ LE NID" : ENTRE  
ABSENCE DE L'ENFANT ET PRÉSENCE  
PARENTALE

**25 mars**

POURQUOI ON AIME AUTANT NOS  
ÉCRANS ? EST-ON "ACCROS" ?

Avec sofia carloto, conseillère  
numérique à la communauté de  
communes coeur du pays haut

## POINT ECOUTE PARENTS

**Sur rendez-vous du mardi au jeudi**

Bénéficiez d'un espace de parole sur vos préoccupations de parent auprès d'une psychologue. Cet espace de parole vous permet d'échanger dans un cadre confidentiel et bienveillant.

### INFOS ET INSCRIPTIONS

06 20 77 99 33

[maisondesparents-audun@epe-lorraine.fr](mailto:maisondesparents-audun@epe-lorraine.fr)

 2 rue du 9 septembre, Audun le Roman

# CAFÉS DES PARENTS LES MERCREDIS DE 13H45 À 19H15

Le café des parents est un lieu d'accueil chaleureux et convivial au sein duquel vous pourrez échanger avec d'autres parents et deux professionnelles de l'écoute chaque mercredi de 13h45 à 19h15.

Libre d'accès, ce lieu favorise les échanges, les questionnements partagés ou non, les partages d'expériences et de savoirs entre les parents avec si besoin un support ou un complément d'information de nos consultantes.

## CONFÉRENCE-DÉBAT :

### 18 février de 17h15 à 19h15

#### **Faire couple et faire famille, Entre amour, responsabilités et fatigue.**

Devenir parents est souvent présenté comme un bonheur évident. Pourtant, cette étape bouleverse profondément la relation de couple. Fatigue, charge mentale, désaccords éducatifs, transformations identitaires, place du désir, sentiment d'injustice ou de solitude : autant de réalités fréquentes mais rarement dites.

Cette conférence propose de mettre des mots sur ce que vivent les couples, sans culpabilisation ni idéaux irréalistes. Nous vous proposons de comprendre la différence entre le couple conjugal et le couple parental, leurs besoins spécifiques, leurs tensions... et leurs ressources.

Nous aborderons également la question de couple parental quand le couple conjugal n'existe pas ou plus.

Au travers de clés de compréhension et d'ouverture sur des pistes concrètes pour préserver la relation, mieux coopérer comme parents et retrouver du sens dans le "faire famille" au quotidien.

*Animée par Sarah HATUNA Psychologue et Anastasia LÉRY Éducatrice de Jeunes Enfants*

#### **INFOS ET INSCRIPTIONS**

**06 20 77 99 33**

**[maisondesparents-audun@epe-lorraine.fr](mailto:maisondesparents-audun@epe-lorraine.fr)**

**📍 2 rue du 9 septembre, Audun le Roman**

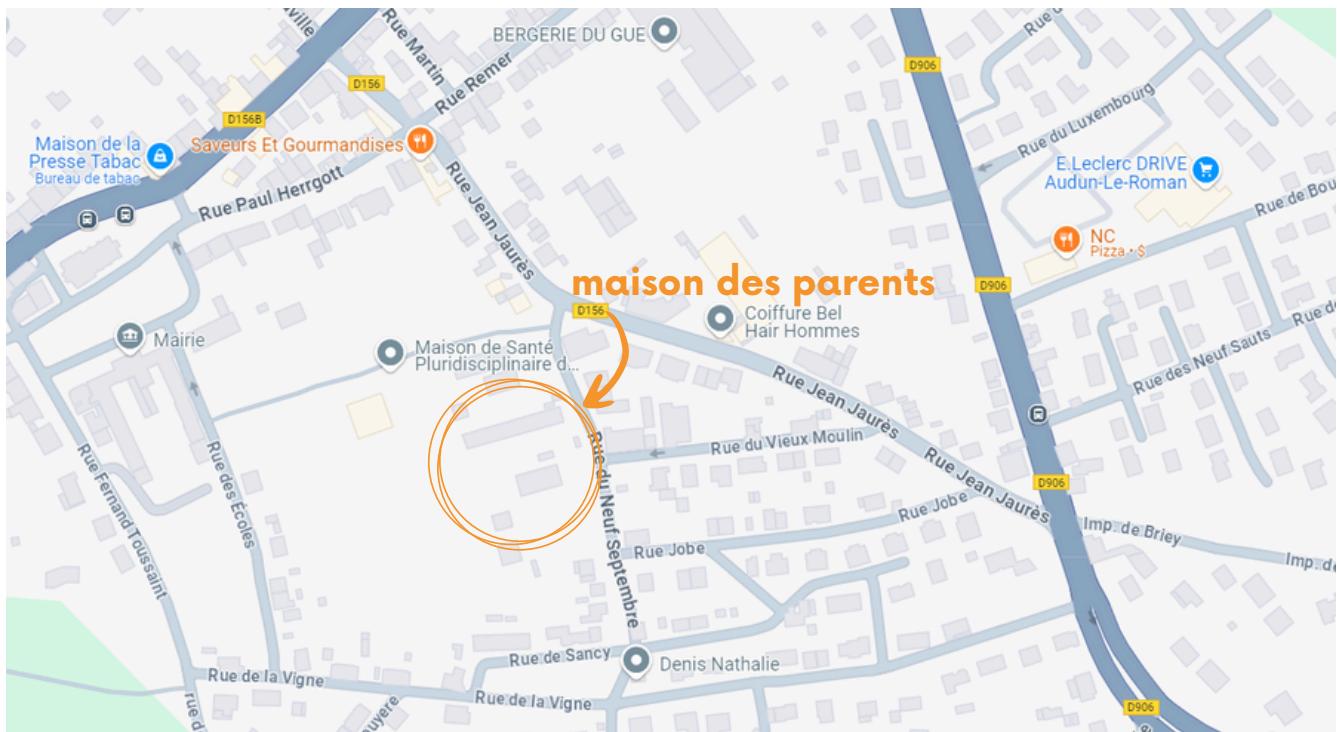
# NOUS TROUVER



**Maison de l'Enfance**  
2 Rue du Neuf Septembre  
Audun-le-Roman

**06 20 77 99 33**

[maisondesparents-audun@epe-lorraine.fr](mailto:maisondesparents-audun@epe-lorraine.fr)



## LE CAFÉ DES PARENTS

Accueil collectif  
libre et bienveillant  
Partage d'expérience  
sans inscription

**Les mercredis  
de 13h45 à 19h15**

**GRATUIT**  
**ATELIERS  
THÉMATIQUES**

**Les mercredis  
de 10h à 12h**

programme sur demande  
sur inscription

## POINT ECOUTE PARENTS

temps d'accueil individuel, d'écoute,  
de soutien et d'orientation

**RDV sur demande  
du mardi au jeudi**