



# MAISON des PARENTS

ESPACE RESSOURCES PARENTALITÉ  
Audun-Le-Roman

AVRIL - JUIN  
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.

**1er avril**

PORTAGE, CODODO... RÉPONDRE AUX  
BESOINS DE MON ENFANT OU LE RENDRE  
DÉPENDANT ?

**8 avril**

ÊTRE PARENT AUJOURD'HUI : ENTRE  
RÉALITÉ ET PRESSION DES RÉSEAUX  
SOCIAUX

**15 avril**

AMOUR, FATIGUE ET BÉBÉ EN ROUTE :  
TROUVER SA PLACE À DEUX

**22 avril**

AUTONOMIE DE L'ENFANT ET DE  
L'ADOLESCENT : TROUVER UN ÉQUILIBRE  
ENTRE AIDER ET LAISSER FAIRE

**29 avril**

TOUT FAIRE, TOUT SAVOIR... FAUT-IL  
VRAIMENT ÊTRE UNE MAMAN PARFAITE ?

**6 mai**

RETOUR DE LA MATERNITÉ : QUELLE  
PLACE POUR MOI EN TANT QUE PÈRE ?

**13 mai**

GRAND FRÈRE, GRANDE SŒUR... ÇA  
S'APPREND !

**27 mai**

FUTURE MAMAN : ALLÉGER LA CHARGE  
MENTALE DÈS LA GROSSESSE

**3 juin**

LES ÉMOTIONS DE MON ENFANT : LES  
COMPRENDRE SANS M'ÉPUISER

**10 juin**

PREMIÈRE RENTRÉE EN MATERNELLE : ET SI  
ON LA VIVAIT SÈREINEMENT ?

**17 juin**

MON BÉBÉ ET MOI : COMMENT NOURRIR LE  
LIEN AU QUOTIDIEN

**24 juin**

ÉCOUTER SON ENFANT AUTREMENT :  
VERS UNE RELATION PLUS APAISÉE

## POINT ÉCOUTE 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 :

### 17 juin de 17h15 à 19h15

**L'estime de soi chez l'enfant et le parent : aider mon enfant à croire en lui commence par mon estime de moi en tant que parent ?**

Comment aider son enfant à grandir en se sentant capable, important et confiant ?

Et si tout commençait aussi par l'estime que nous avons de nous-mêmes en tant que parent ?

Cette conférence propose de mieux comprendre ce qu'est l'estime de soi, comment elle se construit dès l'enfance et en quoi elle influence le développement, les relations et la capacité à faire face aux difficultés.

À travers des exemples concrets et des outils simples, les parents découvriront comment leurs mots, leurs regards et leurs attitudes impactent directement l'image que leur enfant construit de lui-même... et comment, au quotidien, ils peuvent soutenir une estime de soi solide et sécurisante, chez leur enfant comme chez eux-mêmes.

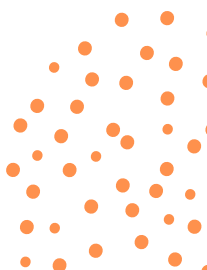
*Animée par Sarah HATUNA Psychologue et Anastasia LÉRY Éducatrice de Jeunes Enfants*

## 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**

## ATELIERS THÉMATIQUES

**GRATUIT**

**Les mercredis**  
**de 10h à 12h**

programme sur demande  
sur inscription

## POINT ÉCOUTE PARENTS

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

**RDV sur demande**  
**du mardi au jeudi**

