



Maison de la parentalité

PROGRAMME

AVRIL-JUIN 2026

Accueil individuel
ou en groupe
Animations en famille
Ateliers
Café des parents
...



AVRIL

Mercredi 1^{er}

▶ RDV des parents : fratrie, sommeil et bien-être familial

– de 20h30 à 22h30

Pour les parents de jeunes enfants (– 10 ans). Rencontres et échanges avec d'autres parents de jeunes enfants sur le quotidien, l'éducation... lors d'un moment convivial en toute bienveillance et confidentialité. Animé par une consultante en parentalité.

Gratuit - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Samedi 4

▶ Groupe de parole : parents d'enfants en situation de handicap – de 10h à 11h30

Permettre aux parents de se retrouver pour se confier, échanger et partager leur expérience dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité. Animé par deux bénévoles. Garde d'enfants possible sur inscription à l'avance.

Tarif : 5€ par séance - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mardi 7

▶ Initiation massages bébé : jambes – de 9h30 à 11h30

Animé par Audrey Avallart, infirmière puéricultrice.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

▶ Groupe de parole : parents d'enfants en situation de phobie scolaire – de 20h à 22h

Permettre aux parents de se retrouver pour échanger, prendre du recul et partager des ressources dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

Tarif : 35 € l'année + adhésion (15€). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mercredi 8 et mardi 28

▶ Atelier des parents : enfance – de 20h à 22h30

« Comment faut-il que je te parle pour que tu m'écoutes ? »

Fin du cycle de 7 ateliers de 2h30 (prochains : mardis 5, 12 et 26/05)

Émotions, communication, autorité, autonomie...

Animé par une consultante en parentalité.

Tarif : 45€ le cycle de 7 ateliers + adhésion (15€) - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Jeudi 9

▶ La papote des mamans – de 9h30 à 11h30

Papoter, échanger, prendre des conseils, des bonnes pratiques, des astuces lors d'un moment convivial entre jeunes ou futures mamans. Enfants bienvenus, coin jeux à disposition. Animée par des bénévoles de l'epe45.

Gratuit - sans inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45



Samedi 11

► Matinée jeux en famille

– de 10h à 12h

Parents / enfants de 0 à 12 ans : un moment convivial pour jouer avec son enfant, découvrir des jeux et rencontrer d'autres parents

Animé par Sandrine Linger, psychopédagogue et des bénévoles de l'epe45.

Gratuit - sans inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Lundi 13

► Yoga danse parents-enfants

– de 9h30 à 10h (1-3 ans)
de 10h à 11h (4-6 ans)

Animé par Anne Perbal, professeur de danse chorégraphe et interprète

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

► Atelier : petit déjeuner et goûter

– de 15h à 16h30

Parents-enfants à partir de 6 ans

Animé par Carole Amalric, conseillère en alimentation

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Mardi 14

► Ufobaby

– de 9h30 à 10h30 (non marcheurs)
de 10h30 à 11h30 (marcheurs)

Atelier parents-enfants visant à développer les habiletés motrices des bébés.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Lundi 27

► Ateliers : parents d'enfants

TDAH – de 20h à 22h

Comprendre comment s'exprime le TDAH et ajuster sa posture éducative. Animé par une éducatrice spécialisée, formée aux troubles neuro développementaux.

Cycle de 5 ateliers de 2 heures (prochains : lundis 11 et 18/05)

Tarif : 25€ les 5 ateliers + adhésion (15€) - sur inscription. Infos : epe45.fr // 06 58 99 45 45 // actions.projets@epe45.fr

par l'epe45

Mardi 28

► Allaitement – de 9h30 à 11h30

Échanges et informations sur l'allaitement.

Animé par Karine Le Tumelin infirmière puéricultrice, consultante en lactation IBCLC

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

► Yoga prénatal – de 14h à 15h

Destiné aux femmes enceintes à partir du 4^e mois de grossesse.

Animé par Sophie Linglin, professeur de yoga.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

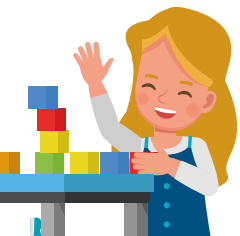
► Groupe de parole : parents d'enfants DYS – de 20h30 à 22h30

Permettre de se retrouver pour se confier, échanger et partager leur expérience dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

Tarif : 35€ l'année + adhésion (15€). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45



Mardi 5

► Initiation massages bébé : ventre et dos – de 9h30 à 11h30

Animé par Audrey Avallart, infirmière puéricultrice.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Mardis 5, 12, et 26

► Atelier des parents : enfance – de 20h à 22h30

« Comment faut-il que je te parle pour que tu m'écoutes ? »

Fin du cycle de 7 ateliers de 2h30.

Émotions, communication, autorité, autonomie.

Animé par une consultante en parentalité.

Tarif : 45€ le cycle de 7 ateliers + adhésion (15€) - sur inscription. Infos : 06 58 99 45 45 // epe45.fr // actions.projets@epe45.fr

par l'epe45

Mercredi 6

► Constructions géantes – de 10h à 11h et de 14h30 à 15h30

Temps de jeux parents-enfants.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Lundis 11 et 18

► Ateliers pour parents d'enfants TDAH – de 20h à 22h

Comprendre comment s'exprime le TDAH et ajuster sa posture éducative.

Animés par une éducatrice spécialisée, formée aux troubles neuro-développementaux.

25€ le cycle (+15€ d'adhésion) - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Lundi 11 et jeudi 21

► Groupe de parole : parents d'enfants DYS – de 20h30 à 22h30

Permettre aux parents de se retrouver pour se confier, échanger et partager leur expérience dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

Tarif : 35€ l'année + adhésion (15€). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mardi 12

► Préparation au post partum – de 9h30 à 12h

Un moment d'échange pour anticiper le mois d'or, les 40 jours après la naissance, comprendre les enjeux de cette période et définir un plan postnatal adapté aux besoins de chaque maman.

Animé par l'association Ateliers Chrysalide.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Mardi 19

► Groupe de parole : parents d'enfants en situation de phobie scolaire – de 20h à 22h

Animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

Tarif : 35 € l'année + adhésion (15€). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mercredi 20

► « Faites pour ceux qu'on aime » – de 10h à 12h

Un moment créatif parents-enfants où l'on repart avec les œuvres confectionnées : peinture, peluche, cadre.

Pour les enfants à partir de 8 mois jusqu'à 10 ans.

Animé par 5 apprenants éducateurs de jeunes enfants dans le cadre de leur formation à l'ERTS d'Olivet.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Jeudi 21

► La papote des mamans – de 9h30 à 11h30

Papoter, échanger, prendre des conseils, des bonnes pratiques, des astuces lors d'un moment convivial entre jeunes ou futures mamans. Enfants bienvenus, coin jeux à disposition.

Animée par des bénévoles de l'epe45.

Gratuit - sans inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Jeudi 28

► Atelier : « Communiquer sans se blesser » selon la méthode IMAGO – de 20h à 22h

Une soirée pour transformer vos relations, y apporter plus de légèreté, comprendre les résonances entre votre histoire et votre présent et redonner de la joie à vos liens.

Animé par un thérapeute certifié IMAGO

Tarif : à partir de 5€/séance - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Samedi 30

► Groupe de parole : parents d'enfants en situation de handicap – de 10h à 11h30

Animé par deux bénévoles.

Garde d'enfants possible sur inscription à l'avance.

Tarif : 5€ par séance - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45



Mardi 2

► Initiation massages bébé : jambes - de 10h30 à 11h30

Animé par Audrey Avallart, infirmière puéricultrice.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Mardis 2, 15 et 25

► Groupe de parole : parents d'enfants DYS - de 20h30 à 22h30

Groupe de parole animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

Tarif : 35€ l'année + adhésion (15€). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mercredi 3

► Groupe de pratique : Communication Non Violente (CNV) - de 19h45 à 22h

Groupe de 12 personnes maximum.

Prérequis : avoir participé au moins à la formation CNV module 1 « l'introduction à la CNV ».

Animé par un formateur certifié en CNV.

Tarifs : à partir de 5€ - sur inscription. Infos : epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Jeudis 4 et 18 (et 2/07)

► La papote des mamans - de 9h30 à 11h30

Animée par des bénévoles de l'epe45.

Gratuit - sans inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Samedi 6

► Atelier : dessin zen - de 10h à 12h

Venez découvrir ou redécouvrir cette méthode relaxante et amusante dans une ambiance zen et conviviale ! Créer de superbes dessins à l'aide de motifs structurés. Pour débutants et initiés. Pas besoin de savoir dessiner. Matériel fourni. Venez seul ou accompagné de votre enfant (9 ans et +).

Animé par Nicole Ozanne, bénévole à l'EPE 45.

Gratuit - sur inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mardi 9

► Alimentation des jeunes enfants - de 9h30 à 11h30

Atelier parents-enfants (de 20 mois à 3 ans) : découverte des aliments suivi d'un temps d'échange pour prévenir les difficultés alimentaires et apaiser les repas.

Animé par Inès Cocquet, diététicienne pédiatrique spécialisée dans les difficultés alimentaires de l'enfant.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Jeudi 11

► Groupe de parole : parents d'enfants TDAH - de 20h30 à 22h30

Animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

35€ l'année (+15€ d'adhésion). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45



Samedi 13

► Matinée jeux en famille

- de 10h à 12h

Parents / enfants de 0 à 12 ans : un moment convivial pour jouer avec son enfant, découvrir des jeux et rencontrer d'autres parents animé par Sandrine Linger, psychopédagogue et des bénévoles de l'epe45.

Gratuit - sans inscription. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mardi 16

► Atelier : découverte du portage bébé - de 9h30 à 11h30

Pour découvrir et tester différents modes de portage, trouver celui qui vous convient le mieux et répondre à vos interrogations.

Animé par l'association Ateliers Chrysalide.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

► Yoga prénatal - de 14h à 15h

Destiné aux femmes enceintes à partir du 4^e mois de grossesse.

Animé par Sophie Linglin, professeur de yoga.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

► Groupe de parole : parents d'enfants en situation de phobie scolaire - de 20h30 à 22h30

Animé par une psychologue. 7 rencontres/an.

Tarif : 35 € l'année + adhésion (15€). Inscription possible en cours d'année. Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mercredi 17

► Un livre pour chaque étape

- de 10h à 11h

« La séparation durant les vacances »

Les bibliothécaires de la section jeunesse vous proposent une sélection d'ouvrages pour accompagner le départ en vacances des enfants sans leurs parents, lectures et échanges seront au programme.

Animé par la bibliothèque d'Olivet.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Samedi 20

► Groupe de parole : parents d'enfants en situation de handicap - de 10h à 11h30

Animé par deux bénévoles.

Garde d'enfants possible sur inscription à l'avance.

Tarif : 5€ par séance - sur inscription.

Infos : epe45.fr // actions.projets@epe45.fr // 06 58 99 45 45

par l'epe45

Mardi 30

► Initiation massages bébé : ventre et dos - de 9h30 à 11h30

Animé par Audrey Avallart, infirmière puéricultrice.

Gratuit - sur inscription. Infos : 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice



RENDEZ-VOUS RÉGULIERS

les consultations PMI

- ▶ **tous les lundis** sur rendez-vous au 02 18 21 29 63 ou 64.

les inscriptions en crèches municipales par le Relais Petite Enfance (RPE)

- ▶ **mercredi**
- ▶ **jeudi après-midi**
- ▶ **vendredi après-midi**

Rendez-vous à prendre sur l'Espace Citoyen accessible depuis www.olivet.fr

les entretiens individuels sur les questions de parentalité avec la coordinatrice

- ▶ **le mardi et le mercredi après-midi** sur rendez-vous au 02 38 69 83 99.

l'accueil sans rendez-vous (hors vacances scolaires)

- ▶ **mardi, jeudi** de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30
- ▶ **mercredi** de 9h à 12h

des formations régulières

L'épe45 propose de nombreuses formations, conférences et rencontres pour les éducateurs. Découvrez l'ensemble de la programmation de l'association sur son site www.epe45.fr

CONTACTS

Coordinatrice de la maison de la parentalité
maison.parentalite@olivet.fr • 0238 69 83 99

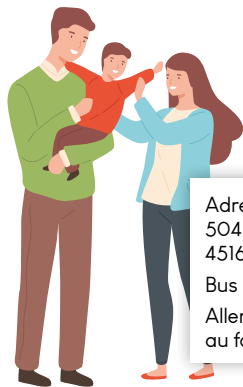
Relais petite enfance (RPE)
Sur rendez-vous : inscription sur l'Espace Citoyen accessible depuis olivet.fr ou au 0238 69 83 12

École des parents et des éducateurs du Loiret
actions.projets@epe45.fr
02 38 69 94 24 • 06 58 99 45 45
www.epe45.fr



Protection Maternelle Infantile
Consultations sur rendez-vous au 0218212963 ou 64 • pmi@loiret.fr

ACCÈS



Adresse :
504 avenue du Loiret
45160 Olivet
Bus ligne 1, arrêt Couason
Aller jusqu'au parking
au fond de la résidence.

