



Maison de la parentalité

PROGRAMME AVRIL > JUIN 2025

- ACCUEIL INDIVIDUEL OU EN GROUPE
- ANIMATIONS EN FAMILLE
- ATELIERS
- CAFÉ DES PARENTS



AVRIL

Mercredis 2 & 23

▶ Éduquer sans s'épuiser

- de 20h à 22h

Ateliers animés par Sylvia Aubertin, éducatrice spécialisée.

Être parent n'est pas de tout repos. Comment redonner du sens et du plaisir à l'éducation ? Écouter son enfant tout en prenant soin de soi, accepter de ne pas être parfait... Comment guider son enfant vers l'épanouissement et la responsabilité, sans culpabiliser ?

Cycle de 4 ateliers de 2h. Prochains ateliers les lundis 5 et 19 mai.

20€ (adhérent), 35€ (non adhérent) - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Jeudis 3 & 24

▶ La papote des mamans

- de 9h30 à 11h30

Animée par des bénévoles de l'EPE 45.

Pour les jeunes mamans ou celles qui s'y préparent, un temps pour papoter, échanger, prendre des conseils, des bonnes pratiques, des astuces... Enfants bienvenus, coin jeux à disposition.

Gratuit - sans inscription. Infos : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Mardi 8

▶ Jeu de piste en réalité augmentée

- de 14h30 à 16h30

Animé par Emmaüs Connect.

Destiné aux enfants de 8 à 12 ans accompagnés d'un parent. Durée d'une quête : entre 20 et 30 minutes.

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

par la coordinatrice

Mercredi 9

▶ Yoga parents / enfants

Animé par Magali Escande, professeur de yoga.

- ▶ De 9h30 à 9h55 : enfants en crèche accompagnés d'un parent.
- ▶ De 10h30 à 11h : enfants en maternelle accompagnés d'un parent.
- ▶ De 11h30 à 12h15 : enfants en primaire accompagnés d'un parent.

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

par la coordinatrice

Mardi 22

▶ Initiation massages bébé : ventre, dos

- de 9h30 à 11h30

Animé par Audrey Avallart, infirmière puéricultrice.

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

par la coordinatrice

Samedi 26

▶ Groupe de parole : parents d'enfants en situation de handicap

- de 10h à 11h30

Animé par une psychologue. 7 rencontres dans l'année.

Se retrouver pour échanger, prendre du recul et partager des ressources dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Inscription possible en cours d'année.

35€ l'année ou 5€ / séance (+15€ d'adhésion) - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45



Lundi 28

► **Accueillir le non pour oser demander** – de 20h à 22h30

Animé par Magali Rozec, formatrice EARS

À combien de choses avez-vous déjà renoncé par peur de demander ? La peur du rejet nous paralyse et nous fait faire de drôles de choses : se convaincre qu'on n'a pas besoin, espérer que l'autre devine, faire des sous-entendus voire des reproches (s'il m'aimait, il saurait !)... Beaucoup d'énergie perdue et d'entailles à la relation.

À travers des exercices pratiques, apprenez à demander avec confiance et à accueillir le "non" avec souplesse. Un moment clé pour libérer votre potentiel relationnel !

Gratuit (adhérents), 5€ non adhérent - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Mardi 29

► **Découverte portage bébé** – de 9h30 à 11h30

Animé par l'association Ateliers Chrysalide.

Découvrir différents modes de portage, les tester pour identifier celui qui vous convient le mieux, et d'obtenir des réponses à toutes vos interrogations.

Gratuit - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 02 38 69 83 99 // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

► **Groupe de parole : parents d'enfants en situation de phobie scolaire** – de 19h30 à 21h30

Animé par une psychologue. 7 rencontres dans l'année.

Se retrouver pour échanger, prendre du recul et partager des ressources dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Inscription possible en cours d'année.

35€ l'année ou 5€ / séance (+15€ d'adhésion) - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45



Mardi 6

► **Préparer son post-partum** – de 9h30 à 12h

Animé par l'association Ateliers Chrysalide.

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.

Gratuit - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // maison.parentalite@olivet.fr

par la coordinatrice

Samedi 10

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

Animé par une psychologue. 7 rencontres dans l'année.

Se retrouver pour échanger, prendre du recul et partager des ressources dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Inscription possible en cours d'année.

35€ l'année ou 5€ / séance (+15€ d'adhésion) - sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45



Mardi 13

► Yoga prénatal – de 10h à 11h

Animé par Sophie Linglin, professeur de yoga

Préparation sereine à l'accouchement, pour vivre pleinement cette étape importante. Destiné aux femmes enceintes à partir du 4^e mois de grossesse.

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

par la coordinatrice

► Oralité alimentaire : du lait aux morceaux ! – de 13h30 à 15h30

Animé par Mathilde Briot-Boudou, orthophoniste.

Découverte des transformations de la bouche à chaque étape du développement. Expérimentations pratiques pour mieux comprendre les ressentis de l'enfant.

Pour les parents d'enfants de 4 mois à 3 ans.

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

par la coordinatrice

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

Animé par une psychologue. 7 rencontres dans l'année.

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

Inscription possible en cours d'année.

35€ l'année ou 5€ / séance (+15€ d'adhésion) – sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45



Les jeudis 15 & 22

► La papote des mamans

– de 9h30 à 11h30

Animée par des bénévoles de l'EPE 45.

Pour les jeunes mamans ou celles qui s'y préparent, un temps pour papoter, échanger, prendre des conseils, des bonnes pratiques, des astuces... Enfants bienvenus, coin jeux à disposition.

Gratuit – sans inscription. Infos : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Jeudi 15

► Paternité : la coparentalité d'aujourd'hui – à 20h

Animée par Christophe Epaud, psychopraticien

Conférence et échanges pour mieux comprendre les enjeux de la paternité moderne et le lien unique qui unit le père à ses enfants. Une occasion de redéfinir ensemble ce que signifie être père aujourd'hui.

Lieu communiqué à l'inscription.

Gratuit – sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Samedi 17

► Matinée jeux en famille

– de 10h à 12h

Animée par Sandrine Linger, psychopédagogue et des bénévoles de l'EPE 45.

Moment convivial pour prendre le temps de s'arrêter et de jouer avec son enfant, découvrir des jeux et rencontrer d'autres parents.

Parents / enfants de 0 à 12 ans.

Gratuit – sans inscription. Infos : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45



Mardi 20

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

Animée par Audrey Avallart, infirmière
puéricultrice.

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

par la coordinatrice

Samedi 24

► Atelier dessin zen – de 10h à 12h

Animé par Nicole Ozanne.

Pour découvrir seul(e) ou accompagné d'un
enfant de 9 ans et plus, une méthode relaxante
et amusante dans une ambiance zen et
conviviale.

Création de dessins à l'aide de motifs
structurés. Pour débutants et confirmés. Pas
besoin de savoir dessiner. Matériel fourni.

Gratuit - sur inscription. Infos et inscription :
www.epe45.fr // contact@epe45.fr //
06 58 99 45 45.

par l'epe45

Mardi 27

► Le sommeil de l'enfant de 0 à 4 ans – de 9h30 à 11h30

Animé par Audrey Avallart, infirmière
puéricultrice.

Espace d'échanges pour parler et trouver des
réponses sur le sommeil des tout-petits.

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

par la coordinatrice

Mercredi 28

► À quoi tu joues ? – de 15h à 16h30

Moment convivial avec les bibliothécaires,
s'amuser en découvrant des jeux de société
adaptés à toute la famille.

Parents / enfants à partir de 6 ans.

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

par la coordinatrice

JUIN

Les jeudis 5 & 19

► La papote des mamans

– de 9h30 à 11h30

Animée par des bénévoles de l'EPE 45.

Pour les jeunes mamans ou celles qui s'y
préparent, un temps pour papoter, échanger,
prendre des conseils, des bonnes pratiques,
des astuces... Enfants bienvenus, coin jeux à
disposition.

Gratuit - sans inscription. Infos : www.epe45.fr //
contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Jeudi 5

► Café des papas – de 20h à 22h

Animé par un psychopraticien.

Rencontre et échanges entre papas sur
le quotidien, l'éducation... dans un cadre
convivial, bienveillant et confidentiel.

Gratuit - sur inscription. Infos et inscription :
www.epe45.fr // contact@epe45.fr //
06 58 99 45 45.

par l'epe45

Vendredi 6

► Maternité, pause bien-être

– de 9h30 à 11h30

Animé par Victoire Scherrer, accompagnante
en périnatalité.

Pour prendre du temps pour soi, se reconnecter
à un corps transformé par la maternité.
Une parenthèse de douceur et de détente,
spécialement conçue pour les nouvelles
mamans en post-partum.

**Gratuit (adhérents), 5€ non adhérent - sur
inscription.** Infos et inscription : www.epe45.fr //
contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Samedi 14

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

Animé par une psychologue. 7 rencontres dans l'année.

Se retrouver pour échanger, prendre du recul et partager des ressources dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Inscription possible en cours d'année.

35€ l'année ou 5€ / séance (+15€ d'adhésion) – sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Mardi 17

► Mon enfant entre à l'école – de 9h30 à 11h30

Animé par Stéphanie Masson-Sauvanet, ancienne professeure des écoles spécialisée en accompagnement à la parentalité.

Conseils pratiques et bienveillants, pour comprendre les besoins de l'enfant et faciliter sa première rentrée.

Destiné aux parents d'enfants entrant en maternelle.

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

par la coordinatrice

► Groupe de parole : parents d'enfants en situation de phobie scolaire – de 19h30 à 21h30

Animé par une psychologue. 7 rencontres dans l'année.

Se retrouver pour échanger, prendre du recul et partager des ressources dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.

Inscription possible en cours d'année.

35€ l'année ou 5€ / séance (+15€ d'adhésion) – sur inscription. Infos et inscription : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Samedi 21

► Matinée jeux en famille – de 10h à 12h

Animée par Sandrine Linger, psychopédagogue et des bénévoles de l'EPE 45.

Moment convivial pour prendre le temps de s'arrêter et de jouer avec son enfant, découvrir des jeux et rencontrer d'autres parents.

Parents / enfants de 0 à 12 ans.

Gratuit – sans inscription. Infos : www.epe45.fr // contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45

Mardi 24

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

Animée par Audrey Avallart, infirmière puéricultrice.

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

par la coordinatrice



JUILLET

Mardi 1^{er}

► Initiation massages bébé : jambes - de 9h30 à 11h30

Animée par Audrey Avallart, infirmière
puéricultrice.

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

par la coordinatrice

Jeudi 3

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

Animée par des bénévoles de l'EPE 45.

Pour les jeunes mamans ou celles qui s'y
préparent, un temps pour papoter, échanger,
prendre des conseils, des bonnes pratiques,
des astuces... Enfants bienvenus, coin jeux à
disposition.

Gratuit - sans inscription. Infos : www.epe45.fr //
contact@epe45.fr // 06 58 99 45 45.

par l'epe45



RDV RÉGULIERS

les consultations

- **PMI** : tous les lundis sur rendez-vous
au 02 18 21 29 63 ou 64.
- **Éducatrice spécialisée sur les troubles
du neuro-développement** :
sur rendez-vous au 06 58 99 45 45
ou contact@epe45.fr - consultation
gratuite de 45 min (en présentiel ou en
visioconférence).

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.

Accueil et renseignements (hors vacances scolaires)

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

des formations régulières

L'EPE 45 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 Maison de la Parentalité

Tél. : 02 38 69 83 99

E-mail : maison.parentalite@olivet.fr

Relais petite enfance (RPE)

Sur rendez-vous. Inscription sur
l'Espace Citoyen : www.olivet.fr
ou par téléphone au 02 38 69 83 12

École des Parents et des Éducateurs du Loiret (EPE 45)

Tél. : 02 38 69 94 24
ou 06 58 99 45 45

E-mail : contact@epe45.fr
www.epe45.fr



Protection Maternelle Infantile (PMI)

Consultations sur rendez-vous :

Tél. : 02 18 21 29 63 ou 64

E-mail : pmi@loiret.fr



PLAN D'ACCÈS

504 avenue du Loiret - 45160 Olivet

Ligne 1 - Arrêt Couason

Aller jusqu'au parking au fond
de la résidence.