



# PROGRAMMATION FAMILLE LES PARENTS ET ENFANTS DE 0 À 16 ANS JANVIER À AVRIL 2025

*Pensez à vous  
inscrire !*



## Incubateur de parentalité

Le Centre Social vous accompagne dans votre parentalité et vos projets.



La présence des parents est obligatoire pour  
tous les ateliers

Centre Social Le Lavoir  
Place Pierre Sébard  
01500 Ambérieu en bugey  
04 74 38 65 71



04 74 38 65 71



[accueil@cslelavoir.fr](mailto:accueil@cslelavoir.fr)

# PREMIERS PAS 6 MOIS À 3 ANS

Un moment de partage  
autour du développement  
de votre enfant

Prix libre

Des ateliers les **lundis** matin à 9h30

27.01: Parcours de motricité

10.02: Cabane sonore

10.03: Atelier créatif

17.03: Massage bébé

31.03: Cabane sonore

14.04: Parcours de motricité

**Sortie** samedi 11.01: Sortie à l'aquarium de Lyon

**Café parents :**

Alimentation : vendredi 24 janvier à 9h30

Sommeil : vendredi 11 avril à 9h30



En plus des ateliers, le Centre social accueille PréAmbulle, un lieu d'accueil enfants parents ouvert tous les mardis et jeudis matin, gratuit, sans inscription



# AUTONOMIE 3 À 6 ANS

Des découvertes et un  
temps parents-enfants  
privilegié !

## Des ateliers les **mercredis** matin à 10h

Une semaine sur deux

Les 15.01, 29.01 et 12.02 : Création de jeux pour la  
maison

Les 12.03 et le 26.03 : Motricité & motricité fine

09.04 : Sortie à la ferme, départ à 9h, retour à 12h

Prix  
libre

## Des ateliers les **mercredis** matin à 10h

avec intervenants

Une semaine sur deux

Atelier yoga parents-enfants

Une semaine sur deux

22.01, 5.02, 19.02

Atelier cuisine avec une nutritionniste

19.03, 2.04, 16.04

1€ par  
séance





## CARAVAN'A JEUX

Venez découvrir des jeux et passer un bon moment en famille !

Samedi 11.01 à 13h30 : Animation Kapla "Imagine ta ville"

Les **vendredis** De 17h30 à 18h30

14.02 : Emotions

14.03 : Réflexion

11.04 : Construction

Lundi 03.03 à 18h : Café conférence parents "Pokémon expliquée aux parents"

Prix libre

Le Centre social prête des jeux de société tout au long de l'année pour 10€ par an !

## DÉCOUVERTE 6 À 12 ANS

Créons et partageons ensemble entre enfants et parents !

Les **mercredis** après-midi de 14h30 à 16h30

Du 8 janvier au 12 février, Création de jeux de société

19.02 : Atelier avec une artiste - création de supers héros + Spectacle le 21.02 à 17h

Du 12 mars au 16 avril : Ateliers récup - faire soi-même autour du zéro déchet et de la nature

Prix libre



# LES VACANCES

90% d'aide pour une semaine de vacances

## Accompagnement aux vacances

A partir de janvier, le Centre social accompagne les familles à partir en vacances, grâce à l'aide de la CAF.

L'accompagnement est soit individuel, soit collectif, sur plusieurs séances selon les besoins,

## Les **jeudis** de 13h30 à 16h

20.02 : Présentation de l'action et du dispositif VACAF

20.03 : Évaluer son budget vacances

17.04 : Choisir son lieu de vacances et son mode de transport.

Repérer les activités sur le lieu.

15.05 : Préparer la valise et prévenir les petits bobos pour profiter des vacances

12.06 : La cuisine en vacances

Samedi 28.06 : 10h à 12h : Présentation et organisation avec les enfants

18/09 : Bilan : Evaluation/retour des vacances

Gratuit

## Acti'vacances

Vacances de février thème Pokémon – inscription 29/01

Vacances d'avril thème Koh Lanta – inscription 31/03

A chaque vacances vous pourrez profiter d'activités, de sorties, de moments conviviaux et de repas.

A chaque veille de vacances, venez découvrir un spectacle en famille !

Prix libre  
4€ sortie





## ADOS 12 À 16 ANS

Des activités pour vos ados et des temps de partage entre parents, entre parents et ados.

### Tournoi E-sport Samedi de 14h à 17h

Gratuit

22 février : autour de Pokémon  
26 avril : thème Koh Lanta

Pendant chaque vacances scolaires des activités sont prévues pour les adolescents.

### Tu Me Play

Parentalité  
numérique

Parlons des sujets dont on parle peu :  
cyber-harcèlement, dépendance aux jeux vidéos,  
accès à la pornographie en ligne, dérives sectaires...

Prix  
libre

Vendredi 17/01 à 14h : Atelier parents découverte des réseaux sociaux

Vendredi 31/01 à 14h : Atelier parents découverte des réseaux sociaux

Samedi 08/02: Après-midi sur les jeux vidéos et la dépendance

14h à 16h : Rétro-gaming parents -enfants

16h : Atelier parents-ados sur les jeux vidéos et la dépendance.

18h : Découverte de la réalité virtuelle avec des casques - parents ados

Samedi 12.04 : Après-midi sur les dérives sectaires.

Manipulations mentales et dérives sectaires, découvrez les clés pour accompagner vos ados sur internet.





## ACCOMPAGNEMENT AUX PARENTS D'ELEVES

Gratuit

### Accompagnement aux démarches scolaires

Des questions sur le fonctionnement de l'école ?  
Sur Edu-connect ? La cantine ? Sur vos droits pour la bourse ?  
Le Centre social vous accompagne pour réaliser vos  
démarches.

Sur rendez-vous au 07 82 82 21 40

### Accompagnement scolaire

L'accompagnement à la scolarité (CLAS) concerne les enfants  
du CP à la terminale. Les enfants s'engagent un jour d'école et  
mercredi à être présent pour avoir du temps de travail et des  
activités éducatives.





## ET VOUS AU CENTRE SOCIAL ?

### Vos besoins ? Vos envies ?

Les projets naissent et vivent selon vos envies et vos besoins. Nous sommes à votre écoute pour adapter et créer ensemble !

### Votre investissement ?

Le Centre social vit grâce à la participation des bénévoles investis. Le bénévolat peut être ponctuel ou régulier avec tout type de public et sur différentes d'activités et d'évènements.

