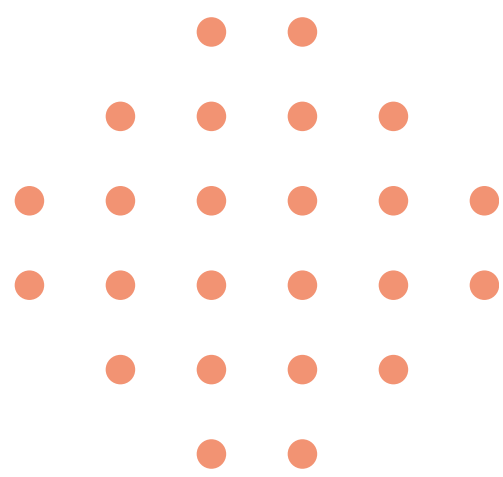




DEVENIR PARENT : COMMENT S'Y PRÉPARER ?

**Vous attendez un bébé ou
vous êtes parent d'un jeune enfant.
Venez partager vos interrogations et échanger
sur votre expérience.**



*Les thèmes abordés : se préparer à
accueillir bébé, l'allaitement, l'alimentation,
le sommeil, développement de l'enfant, ...*

**PARTICIPATION GRATUITE
SUR SIMPLE INSCRIPTION**

*Vous pouvez venir accompagner de votre (vos) enfant(s).
Si vous n'êtes pas mobile, n'hésitez pas à nous en faire part.*



Laëtitia CIFRA 07.63.47.25.39

Aurélie ROUYER-YUNG 07.63.71.95.94



contact.ph@u2af54.fr



www.u2af54.fr



DEVENIR PARENT : COMMENT S'Y PRÉPARER ?

CALENDRIER 2 ème SEMESTRE 2026

Les adresses vous seront communiquées lors de l'inscription.

" Préparer l'arrivée de bébé - Allaitement "

Enceinte, je ne sais pas si je veux allaiter.
Lait maternel ? Lait artificiel ? Allaitement exclusif ou mixte ? Pas facile de s'y retrouver.

"Initiation aux gestes de 1ers secours - Nourrissons/Enfants"

Comment réagir face une situation d'urgence ?
Quelle conduite à tenir en cas de plaie, brûlure ?

"Les Premières semaines avec bébé"

Quelle place donner au cercle familial (fratrie, conjoint, ...) ? Je dois reprendre le travail, par où je commence ? Quelle organisation ?

"Prendre du temps pour soi"

Quels sont les signes de l'épuisement parental ?
Comment prévenir l'épuisement parental ?

L'éducation de l'enfant

Comment donner un cadre et des limites ?
Comment dire non ? Pourquoi devons-nous tout le temps répéter ?



"La chambre de bébé, un cocon sans pollution"

Jeudi 8 octobre de 18h à 19h- En visioconférence

CONFERENCE - "Trouver l'équilibre entre vie familiale et vie professionnelle"

Jeudi 15 octobre de 18h à 19h30 - Médiathèque LONGWY

"Le développement de l'enfant Prévention de la tête plate "

Comment stimuler bébé ? Dans quelles positions mettre bébé ?

"Les besoins de bébé"

Comment intégrer la diversification alimentaire ?
Le sommeil de bébé, comment repérer les signes de fatigue ?

Jouer avec son enfant - Initiation éveil musical

Les enfants ont besoin de jouer : quels jouets et activités proposer ?

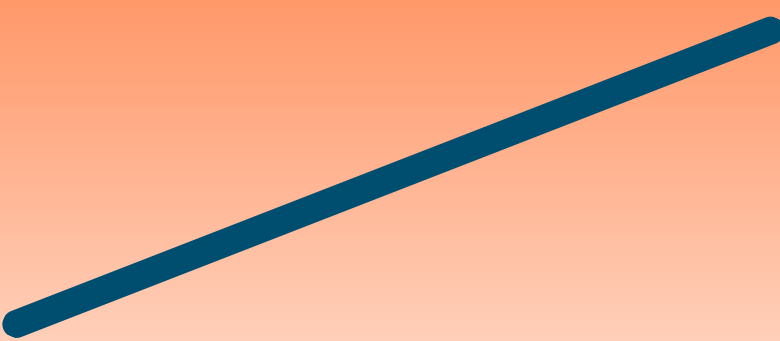
Comment s'inscrire ?

Aurélie : 07.63.71.95.94

Laëtitia : 07.63.47.25.39

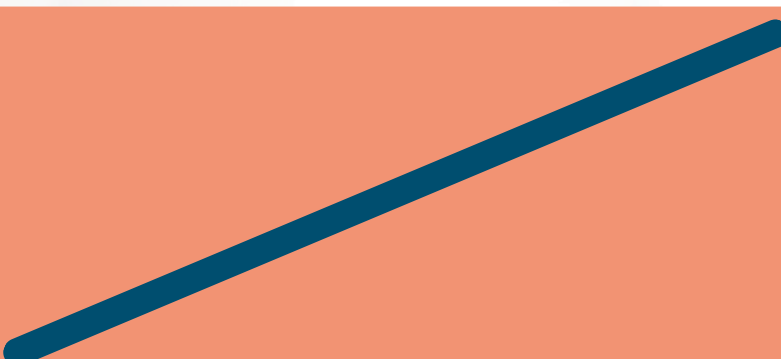
Jeudi 17 septembre

de 14h à 16h
Maison des Solidarités LONGUYON



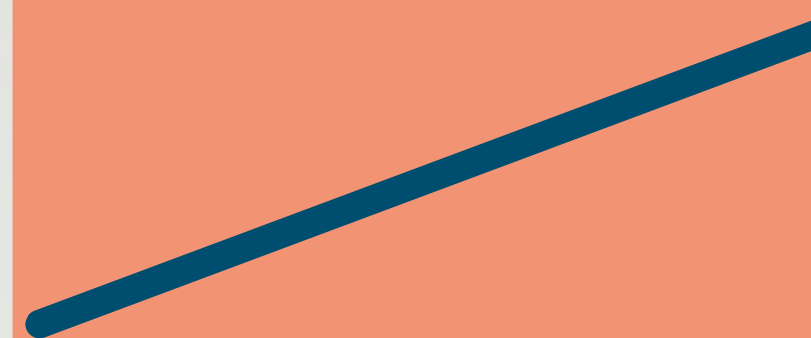
Samedi 19 septembre

de 9h à 12h
Salle à BRIEY



Mardi 29 septembre

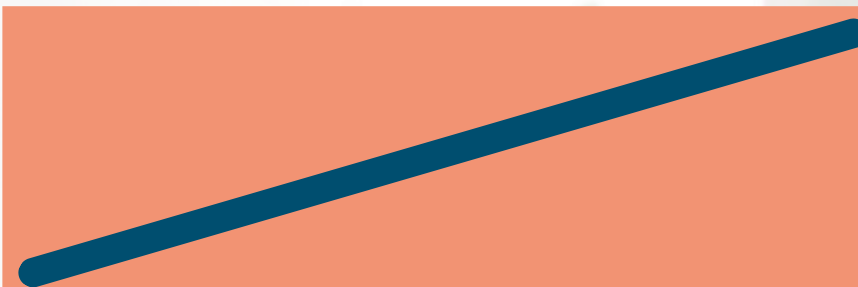
de 14h à 16h
Maison des Solidarités LONGUYON



Lundi 5 octobre

de 14h à 16h

Relais Petite Enfance JARNY



Jeudi 12 novembre

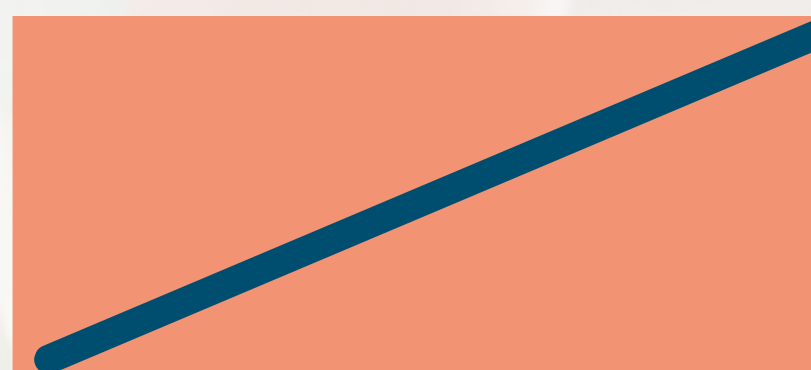
de 9h à 11h
Centre Social LONGWY

Mercredi 7 octobre

de 14h à 16h
Crèche PIENNES

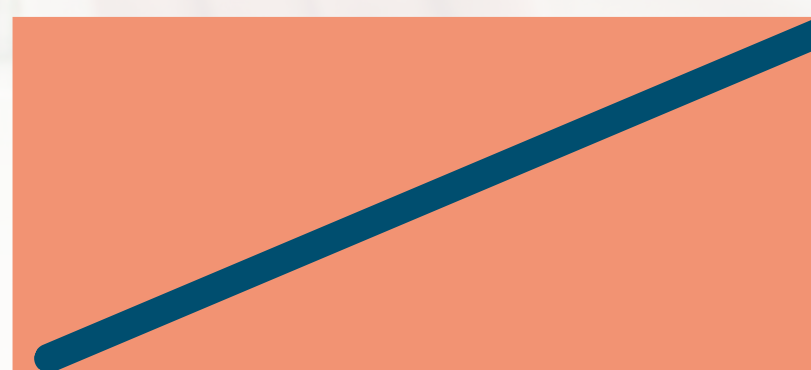
Mardi 20 octobre

de 14h à 16h
Crèche Herserange



Jeudi 19 novembre

de 14h à 16h
Maison des Solidarités LONGUYON



Vendredi 4 décembre

de 9h à 11h
Relais Petite Enfance
Mont-Saint-Martin

