



AGENDA PARENTALITÉ

conçu par les familles, pour les familles

SEPTEMBRE A DECEMBRE 2026

- Pour les enfants et ados accompagnés de leur papa, maman, grands-parents, tata, tonton...
- et pour les parents aussi !!!



9 bis rue de la Longeville - 62650 HUCQUELIERS - Tél. 03 21 90 91 12
Sandrine, référent familles : 07 67 06 76 07 - famille.csc.hucquelliers@gmail.com
Flavie, animatrice : 07.68.80.79.31 - anim.csc.hucquelliers@gmail.com



SOMMAIRE



1

Le projet parentalité

2

La famille dans le **projet parentalité**

3

On vous accompagne

4

5 Môm'ents familles 0/3 ans

ATELIERS PARENTS-ENFANTS 0-3 ANS

6

Môm'ents familles 3 ans & +

ATELIERS PARENTS-ENFANTS/PARENTS-ADOS

7

Parents Relax'

ATELIERS PARENTS

8

Groupe de parole PMAct

9

LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS



La P'tite Bulle d'Air



Le projet parentalité

C'est quoi ?

Un **GRAND BESOIN** de vous ressourcer,
passer du temps avec un de vos enfants,
d'un moment de partage avec toute la famille,
d'échanger avec d'autres parents.



Une des orientations
prioritaires du projet social
2022-2026



C'est soutenir les familles
et accompagner
la parentalité



Pour cela, le projet parentalité...en **7 objectifs** !



1



Favoriser les échanges de pratiques
au sein du couple parental et avec
son entourage pour réaffirmer ses
positions, ses pratiques, être plus
sûr de soi

2



Favoriser les échanges de pratiques
entre parents autour de
la vie familiale

3



Permettre de passer un temps
privilegié avec ses enfants en
dehors du quotidien/du cadre
familial

4



Permettre de réunir les membres
d'une famille autour d'une activité
collective

5



Permettre aux parents de prendre
des temps pour eux, pour revenir
vers soi et ensuite mieux aller vers
les autres

6



Soutenir les parents dans l'acquisition
d'outils pour une pratique de bien-être
quotidienne à partager en famille

7



Permettre aux familles de sortir de
l'isolement

⇒ Pour cela, des actions et des moyens ⇒

Action 1

Collectif familles



Des temps de rencontres
et d'échanges collectifs
et conviviaux animés
par Sandrine, référente
familles sous différentes
formes et créneaux.

Action 2

Parents' relax



- ♥ Des temps d'échanges entre
parents autour de thématiques
parentalité,
- ♥ Des ateliers réservés aux parents
autour de supports bien-être,
- ♥ Des activités parallèles proposées
aux enfants,
- ♥ Des jeux ou livres en lien avec
les thématiques abordées que l'on
peut emprunter,
- ♥ Un retour sur ce qui a été vécu à
la maison lors des ateliers suivants.

Action 3

Mom'ents famille



- ♥ Ateliers parents/enfants 0-3 ans.
- ♥ Ateliers parents/enfants 3 ans et +.
- ♥ Ateliers parents/ados.
- ♥ Activités supports variés.

Création de supports, d'objets, d'outils
à ramener à la maison pour échanger.
Retour sur ce qui a été vécu à la
maison lors des ateliers suivants.
Sollicitation de bénévoles du CSCI
ou des parents pour certains supports
dans lesquels ils ont des compétences.





"La famille dans le projet parentalité"

C'est quoi ?

DANS LE CADRE DU PROJET PARENTALITÉ FINANÇÉ PAR LA CAF ET LE DÉPARTEMENT, LA COMPOSITION DE LA FAMILLE AUTORISÉE VARIE SELON LE TYPE D'ACTIVITÉ

En atelier : L'adhésion au CSCI n'est pas obligatoire. L'accompagnement de l'enfant est accordé en priorité aux parents et grands-parents, mais peut s'élargir à d'autres proches (parrains, marraines, oncles, tantes, grands frères/sœurs inscrits sur la fiche familiale) voire à une personne extérieure, la sphère familiale restant privilégiée. La jauge est limitée à 2 personnes maximum par famille en plus de l'enfant (sans obligation qu'il s'agisse de deux adultes).



En sortie : L'adhésion au CSCI est obligatoire et réservée aux familles ayant participé activement aux ateliers (au moins une fois par trimestre). Sont admis : les parents, les beaux-enfants (avec un ex-conjoint) et les enfants à charge jusqu'à 18 ans (sans limite d'âge pour les porteurs de handicap), à l'exclusion des relations amoureuses des enfants. Les places sont attribuées par ordre d'inscription dans la limite de 2 adultes maximum par fratrie ; les personnes supplémentaires (ou un enfant de plus de 18 ans) sont placées sur liste d'attente et ne pourront participer que s'il reste de la place après la date limite d'inscription ou en remplacement d'un parent.



3

Je suis Référente Familles du Centre Socioculturel d'Hucqueliens et environs, je vous accompagne tout au long de l'année dans votre vie de parents et d'enfants et je dois avouer que je prends un grand plaisir à passer du temps à vos côtés ! ❤️

Mais concrètement, "Référente Familles", c'est quoi ? 🤔



Je suis votre interlocutrice privilégiée pour :

- Partager des moments de vie : Discuter, rire, et simplement être présente pour vous et avec vous lors de nos rencontres.
- Vous écouter et vous soutenir : Que ce soit pour échanger sur la parentalité, sur votre quotidien ou pour vous prêter une oreille attentive.
- Faire grandir vos idées : Vous avez une idée de sortie, un projet ou une activité qui vous tient à cœur ? Je me charge de l'étudier avec vous !

💡 Comment participer ? C'est simple et gratuit !

Pas de chichis ni de démarches compliquées : il suffit d'être parent et de venir me rencontrer ! Une fois le premier contact établi, il vous sera possible de participer à l'ensemble de nos activités et projets de manière totalement gratuite.

Pour que toutes ces belles idées se concrétisent sans que cela ne pèse sur votre budget, je travaille aussi "dans l'ombre" à rechercher des financements.

À ce titre, nous avons la chance d'avoir des partenaires précieux. C'est grâce au soutien de la CAF et du Département, nos principaux financeurs, que nous pouvons vous proposer toutes ces activités de qualité gratuitement tout au long de l'année ! 🙏



Ce que l'on organise ensemble

Pour rythmer nos semaines et créer de jolis souvenirs, voici ce que nous partageons :

- ☕ Les Cafés-Parents / Temps d'échanges : Un moment convivial pour souffler et discuter autour d'un café ou d'un thé.
- 🎨 Les Ateliers Parents-Enfants : Cuisine, bricolage, éveil... pour partager un moment privilégié de complicité avec vos enfants.
- 🚌 Les Sorties Familles : Des journées à la mer, dans des parcs ou en nature, accessibles à tous.
- 📍 Les Événements Festifs : Fêtes thématiques, spectacles et grands moments de convivialité.



Où me trouver ?

Au CSCI Hucqueliens et environs, 9bis Rue de la Longeville 62650 HUCQUELIERS

☎ Par téléphone : 07.67.06.76.07

✉ Par mail : famille.csc.hucqueliens@gmail.com

Vous pouvez dès maintenant prendre rendez-vous pour participer aux activités de la rentrée.

À très vite pour partager de nouveaux moments ensemble ! 🥰

Sandrine



Je suis Animatrice Parentalité,

A vos côtés pour partager de bons moments !

échanger avec vous et vous accompagner au fil des activités proposées.

Je peux aussi vous renseigner sur les animations, les ateliers et les sorties, répondre à vos questions et prendre vos inscriptions.

Que vous ayez envie de participer à une activité, de découvrir ce qui est proposé ou simplement de venir échanger, n'hésitez pas à venir me rencontrer !

C'est toujours un plaisir pour moi de vous accompagner et de partager ces moments en famille avec vous. 😊

Flavie



4

Inscription
au mois,
auprès de Flavie
par sms
07.68.80.79.31

en indiquant svp le nom, prénom
des participants avec l'activité
et la date choisie

"Mom'ents famille"

ATELIERS PARENTS-ENFANTS

0-3 ANS

C'est GRATUIT !!!



Rencontre des Ateliers Parents Enfants
et du Relais Petite Enfance 1 fois par
mois



Les ateliers ont lieu dans la salle petite enfance du CSCI.

Avant chaque atelier, un temps d'accueil de 30 minutes permet à votre enfant de se familiariser
avec le lieu et les personnes qu'il rencontrera durant l'atelier.

C'est aussi un temps durant lequel vous avez la possibilité de prendre un café, un thé et échanger entre
parents, avec l'intervenant, la puéricultrice et/ou Sandrine, référent familles.

Le MARDI de 10h à 11h15
accueil à partir de 9h30

Le JEUDI de 15h à 16h15
accueil à partir de 14h30

Le SAMEDI de 10h à 11h15
accueil à partir de 9h30

ACTIVITES EN SEPTEMBRE

Cirque

Jeudi 10 Septembre

Motricité

Samedi 12 Septembre

Yoga

0 / 1 an

Mardi 15 Septembre

Jeux libres



Mardi 22 Septembre

Expression corporelle

Jeudi 24 Septembre

Détente et bien-être
bébé

Enfant non marchant

Mardi 29 Septembre

ACTIVITES EN OCTOBRE

Activité Manuelle

Mardi 6 Octobre

Portage bébé

Jeudi 8 Octobre

Yoga

1 / 3 ans

Samedi 10 Octobre

Musique et jeux libres



Mardi 13 Octobre

Sortie à la ferme

Jeudi 29 Octobre



MAIS C'EST QUOI
Exactement ?

Le **yoga parent-enfant** est un moment de complicité à partager avec son enfant à travers des postures simples, des mouvements doux, des jeux et des temps de relaxation. Il favorise l'éveil corporel et la détente, un moment privilégié pour se retrouver, renforcer le lien et créer de jolis instants de complicité, au rythme de l'enfant.

L'**expression corporelle** est une activité d'éveil qui permet aux enfants de découvrir leur corps, d'exprimer leurs émotions et de développer leur motricité à travers le mouvement, la musique, les jeux et l'exploration de l'espace. Elle favorise également la confiance en soi, la créativité et les interactions avec les autres.

Les séances « **Détente et bien-être bébé** » sont des ateliers de massage destinés aux bébés non marchants. Elles permettent aux parents de découvrir différentes techniques de massage adaptées aux différentes parties du corps de leur enfant, favorisant ainsi la détente, le bien-être et le renforcement du lien parent-enfant.

Les ateliers de **portage bébé** permettent aux parents de découvrir les différentes techniques de portage physiologique et de s'initier à leur utilisation. La sage femme et l'ergothérapeute les accompagnent dans le choix du moyen de portage le plus adapté à leurs besoins et à ceux de leur enfant, en alliant confort, sécurité et bien-être.



5

Inscription
au mois,
auprès de Flavie
par sms
07.68.80.79.31

en indiquant svp le nom, prénom
des participants avec l'activité
et la date choisie

"Mom'ents famille"

ATELIERS PARENTS-ENFANTS

C'est GRATUIT !!!

0-3 ANS



Les ateliers ont lieu dans la salle petite enfance du CSCl.
Avant chaque atelier, un temps d'accueil de 30 minutes permet à votre enfant de
se familiariser
avec le lieu et les personnes qu'il rencontrera durant l'atelier.
C'est aussi un temps durant lequel vous avez la possibilité de prendre un café, un
thé et échanger entre parents, avec l'intervenant, la puéricultrice et/ou Sandrine,
référent familles.



Rencontre des Ateliers
Parents Enfants et du Relais
Petite Enfance 1 fois par mois

Le MARDI de 10h à 11h15
accueil à partir de 9h30

Le JEUDI de 15h à 16h15
accueil à partir de 14h30

Le SAMEDI de 10h à 11h15
accueil à partir de 9h30

ACTIVITES EN NOVEMBRE

Détente et bien-être bébé
Enfant non marchant

Mardi 3 Novembre

Motricité

Mardi 10 Novembre

Expression corporelle

Jeudi 12 Novembre

Poterie



Mardi 17 Novembre

Cirque

Jeudi 26 Novembre

ACTIVITES EN DECEMBRE

Expression corporelle

Mardi 1er Décembre

Poterie

Jeudi 10 Décembre

Activité manuelle

9h30-11h15



Mardi 15 Décembre



6

Inscription
au mois
auprès de Flavie
par sms
07.68.80.79.31

en indiquant svp le nom, prénom
des participants avec l'activité
et la date choisie

"Mom'ents famille"

ATELIERS
PARENTS-ENFANTS/PARENTS-ADOS

C'est GRATUIT !!! 3 ANS et +



ATTENTION

Dans l'horaire, le
temps d'accueil n'est
pas compris



Les ateliers ont lieu dans la salle petite enfance du CSCI.
Le sport en famille a lieu à la salle de sport du Collège.
Avant chaque atelier un temps d'accueil de 15 minutes est prévu
et permet à votre enfant de se familiariser avec le lieu et les
personnes qu'il rencontrera durant celui-ci.
C'est aussi un temps durant lequel vous avez la possibilité de
prendre un café, un thé et échanger entre parents, avec
l'intervenant et/ou Sandrine, référent familles.

ACTIVITES EN SEPTEMBRE

Parents-Enfants : un
temps pour nous

Mardi 15 Septembre
18h30-19h30

A partir de 7 ans

Sport en famille

Samedi 19 Septembre
14h-15h30

Socio-esthétique

Mardi 22 Septembre
18h30-19h30

ACTIVITES EN NOVEMBRE

Parents-Enfants : un
temps pour nous

Samedi 7 Novembre
10h00-11h00

A partir de 7 ans

Sport en famille

Samedi 21 Novembre
14h00-15h30

Massage Conté

Mardi 24 Novembre
18h30-19h30

3-6 ans

Parents-Enfants - un temps pour nous "grandir ensemble"

Un atelier ludique et bienveillant permettant aux parents et à leurs enfants de partager
un moment privilégié, de mieux se connaître, de mettre en lumière les qualités de
chacun et de renforcer leur complicité grâce à des échanges et des activités adaptées.
C'est également un espace de confiance où chacun peut oser exprimer ses ressentis,
ses émotions, ses envies ou ses préoccupations, dans le respect et l'écoute de l'autre,
afin de favoriser une communication authentique au sein de la famille.

Le **massage conté** est un moment de douceur où histoires, imagination et
gestes de massage se mêlent. Guidé par une jolie histoire adapté à l'âge de
l'enfant, le parent réalise des mouvements de massage simples et doux qui
accompagnent l'histoire. Une jolie parenthèse pour favoriser la détente, éveiller
les sens, renforcer le lien parent-enfant et partager un véritable moment de
complicité, tout en respectant les envies et le rythme de chaque enfant.

ACTIVITES EN OCTOBRE

Expression corporelle

Samedi 3 Octobre
10h00-11h15

3-6 ans

Art Thérapie

Mardi 6 Octobre
18h30-19h30

A partir de 6 ans

Jeux de société

Vendredi 9 Octobre
18h30-20h00

A partir de 7 ans

Poterie

Samedi 17 Octobre
10h00-11h30

Sortie
à la ferme

Jeudi 29 Octobre

ACTIVITES EN DECEMBRE

Expression corporelle

Mardi 1er Décembre
18h30-19h30

3-6 ans

Art Thérapie

Samedi 5 Décembre
10h00-11h00

A partir de 5 ans

Socio-esthétique

Mardi 8 Décembre
18h30-19h30

Poterie

Samedi 12 Décembre
10h00-11h30

7

Inscription
au mois,
auprès de Flavie
par sms
07.68.80.79.31

en indiquant svp le nom, prénom
des participants avec l'activité
et la date choisie

C'est GRATUIT !!!

"Parents Relax"

ACTIVITES

POUR LES PARENTS, GRANDS-PARENTS...

Une activité en parallèle est proposée pour vos enfants
en lien avec les thématiques abordées par les parents..



L'ACTIVITÉ SE DÉROULE A LA
MAISON DE SANTÉ



ACTIVITÉ PARALLÈLE
PROPOSÉE



ACTIVITES EN SEPTEMBRE



Relaxation



Vendredi 11 Septembre
18h30-19h30

Marche douce

Samedi 19 Septembre
10h00-12h00

Socio Esthetique



Vendredi 25 Septembre
18h30-19h30

ACTIVITES EN NOVEMBRE

Dessine et Papotte



Mardi 3 Novembre
18h30-20h00

Atelier Petite Enfance
Accueillir notre 2ème enfant



Vendredi 13 Novembre
18h30-20h00

Parents: un temps pour
moi



Vendredi 20 Novembre
18h30-20h00

Marche douce

Samedi 21 Novembre
10h00-12h

EVÈNEMENTS À NE PAS MANQUER!

RÉCRÉATION EN FAMILLE

le mercredi 14 octobre 2026
de 14h00 à 17h30 Campagne les Hesdin
possibilité de transport et/ou covoiturage
Inscription auprès de Flavie
au 07.68.80.79.31

TEMPS FORT JOURNÉE EN FAMILLE

le samedi 14 novembre 2026 de 9h30 à 18h
Jeux de société animé par Wamigo et Cirque
de la générosité
Inscription auprès de Sandrine
au 07.67.06.76.07

MOIS DE LA PARENTALITÉ

Chaque mercredi du mois d'octobre 2026
1 événement (activité, sortie et/ou
spectacle)
DEMANDEZ LE PROGRAMME !!

Les RDV du Collectif Familles

Collectif familles



Samedi 12 Septembre
12h00-15h00

Collectif Familles



Mardi 10 Novembre
18h30-21h00

ACTIVITES EN OCTOBRE



Art thérapie



Vendredi 2 Octobre
18h30-20h00



Relaxation



Vendredi 16 Octobre
18h30-19h30

ACTIVITES EN DECEMBRE



Relaxation



Vendredi 4 Décembre
18h30-19h30

Socio Esthetique



Vendredi 11 Décembre
18h30-19h30

Art thérapie



Mardi 15 Décembre
18h30-20h00



MAIS C'EST QUOI
Exactement?

Ateliers Petite Enfance :

sont des temps privilégiés proposés aux parents pour échanger autour de thématiques liées aux premières années de l'enfant.

Animés et accompagnés par un professionnel de la petite enfance, ces ateliers permettent d'apporter des informations, des conseils et des pistes de réflexion adaptées aux besoins des familles. Ils offrent également un espace bienveillant où chaque parent peut partager ses expériences, ses questionnements et ses pratiques du quotidien.

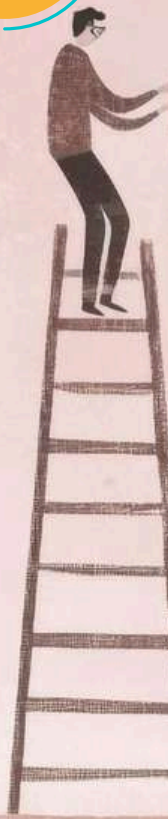
Ces rencontres favorisent les échanges entre familles, permettent de croiser les regards, de découvrir d'autres façons de faire et de s'enrichir des expériences de chacun.

Parents - un temps pour moi "être parents":

Parents, un temps pour moi est un espace d'échange et de partage permettant aux parents de prendre un temps pour eux, dans un cadre bienveillant et sans jugement.

Accompagnés par un professionnel, les parents peuvent aborder différentes thématiques liées à l'enfance ou à l'adolescence, partager leurs questionnements, leurs expériences et leurs ressentis avec d'autres parents.

Les sujets abordés seront définis en fonction des demandes, des besoins et des préoccupations exprimés par les familles, afin de proposer des temps au plus près de leurs réalités quotidiennes.



GROUPE
de parole

PMA

PENDANT ET
APRES LE PARCOURS

PROCHAINES DATES 2026

-  **Jeudi 20 août** : 18h30
-  **Samedi 19 septembre** : 9h30 - Atelier d'art-thérapie
-  **Jeudi 15 octobre** : 18h30
-  **Samedi 21 novembre** : 9h30 - Atelier relaxation
-  **Jeudi 17 décembre** : 18h30 - Atelier d'art-thérapie

Le groupe de parole PMAct est issu du besoin de créer un espace où la PMA peut se dire, se partager, et ne plus se vivre seul-e.

Des rencontres régulières sont proposées dans un cadre non-médicalisé, confidentiel et bienveillant, ouvertes aux personnes concernées (seul-e ou en couple), ainsi qu'à leurs conjoint-es et proches, avec des espaces distincts si nécessaire, car chacun vit ce parcours différemment.

Que vous soyez en parcours, dans l'attente ou dans l'après, cet espace vous accueille pour déposer, partager ou simplement écouter... Et repartir, peut-être, un peu plus léger...

PMAct, C'EST AUSSI...

- Des groupes de parole pour les personnes en parcours ou post parcours de PMA, leurs conjoints et leurs proches
- Des ateliers thématiques
- Des temps d'échange individuels
- Des actions de sensibilisation en entreprise
- Un projet photographique participatif autour de la PMA
- Des projets sur mesure, construits avec les structures partenaires

INFOS & INSCRIPTION

06 11 89 30 21

contact@pmact.org

www.pmact.org

LAEP "La P'tite Bulle d'Air"

LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

Ouvert aux futurs parents et aux enfants
jusque 6 ans accompagnés d'au moins un parent



Des accueillants sont présents, vous y passez
un moment convivial, on prend le temps de se poser.

On y rencontre d'autres parents,
on échange, on discute, on partage ...

GRATUIT

CONFIDENTIEL

ANONYME

CHAQUE VENDREDI
de 9h à 11h30
9 Bis, Rue de la Longeville
62550 HUCQUELIERS

PORTES OUVERTES

le 2 octobre 2026 de 12h à 17h

L A E P

"La P'tite Bulle d'Air"
9 bis, rue de la Longeville 62550 HUCQUELIERS

Le vendredi matin
Accueil libre
Sans inscription
Anonyme
Gratuit

Rencontres
Ecoute
Echanges
Convivialité
Confidentialité

Ouvert aux futures parents et aux enfants de moins de 6 ans
accompagnés d'un parent.

SANS INSCRIPTION

On vient quand on veut,
on repart quand on veut...
Comme un jardin
public mais couvert !!!



BESOIN DE RENSEIGNEMENTS
SUR TOUTES CES ACTIONS ?
N'HESITEZ PAS A CONTACTER SANDRINE

Pour rappel le LAEP est fermé :

- de mi-juillet à fin Août
- pendant les vacances de Noël
- chaque 2ème semaine des vacances d'Hiver, Printemps et Automne

☎ 03 21 90 91 12 - 07 67 06 76 07
famille.csc.hucqueliers@gmail.com

REJOIGNEZ NOUS!

Ensemble, faisons grandir nos idées et nos projets !



Comment est-il possible de participer et d'intégrer le collectif familles ?

Rejoignez-nous en contactant



Sandrine, référente familles

☎ 03 21 90 91 12

☎ 07 67 06 76 07



Votre voix compte, vos idées aussi !

« Le collectif familles », c'est quoi ?



Une rencontre conviviale
1 fois/trimestre



Une réflexion commune
sur de nouvelles actions
et moyens à mettre en place



Une bonne communication,
une ambiance conviviale

LE COLLECTIF FAMILLES ORGANISE

LES SORTIES ET ÉVÈNEMENTS
DURANT L'ANNÉE !



Sorties
en famille



Évènements
festifs



Temps forts
et activités
variées

Des moments pour se retrouver,
partager et créer de beaux souvenirs



Ensemble, créons du lien,
imaginons, agissons,
partageons !

