

Référentes famille :

▶ Ambroise Croizat - Laetitia Faure
06 71 97 70 76 / 04 76 91 11 25
laetitia.faure@cc-bievre-est.fr

▶ Lucie Aubrac - Sophie Vidal
06 71 90 41 82 / 04 76 55 92 76
sophie.vidal@cc-bievre-est.fr

Du 11 mai au 15 juin



▶ Cycle vivre et grandir avec mon bébé

3 séances autour du lien avec son enfant de 9h à 11h30, à Oyeu (Foyer de vie/salle du RAM).
Inscription obligatoire. Places limitées. Gratuit pour les 3 séances.

Objectif : rencontrer d'autres parents en toute bienveillance, échanger autour des joies et difficultés, connaître d'autres « jeunes parents ». Il s'agit d'ateliers de parentalité créatifs pour échanger, partager avec d'autres parents afin de se sentir soutenu dans ce rôle. Pouvoir prendre du recul sur son expérience de parent, comprendre ce qui se joue dans la relation avec ses enfants, prendre en compte la dimension émotionnelle, travailler tout le potentiel que possède un parent, travailler l'estime de soi, avoir des pistes de travail pour grandir avec son enfant.



Mercredi 25 mai: le sommeil, être parent la nuit aussi

Mercredi 08 juin: Pleurs du bébé. Comment l'accompagner, comprendre le mécanisme émotionnel

Mercredi 15 juin : je suis parent, j'ai le droit de prendre soin de moi.

Mercredi 18 mai



▶ **Fabrication de colliers artistiques.** Venez créer de magnifiques colliers à partir de matériel de récupération. De 14h à 17h au centre Ambroise Croizat. Inscription obligatoire. 1€/pers.

Jeudi 19 mai



▶ **Lieu Accueil Enfant Parent** Convivial, le LAEP est un espace d'écoute, d'échange et de parole entre parents, grand-parents, oncle, tante..., enfants (de 0 à 6 ans) et accueillant. Gratuit. Entre 9h30 et 11h
Jeudi 19 mai & jeudi 16 juin à Flachères (salle des habitants)
Jeudi 02 juin : jeudi 30 juin à Bizennes (ancienne école)

Du vendredi 20 mai au vendredi 17 juin



▶ **Massage bébé.** Temps privilégié et moment de détente entre un parent et son enfant de moins de 10 mois. Animé par une bénévole qualifiée. De 10h à 11h au centre Ambroise Croizat. Inscription obligatoire. 10€ le cycle des 5 séances.
5 séances : **20 mai, 27 mai, 3 juin, 10 juin et 17 juin**

Mercredi 25 mai



▶ **Jouons à décrypter les étiquettes alimentaires.** Dans le cadre des actions « l'alimentation dans tous ses états », qui vise à promouvoir une alimentation équilibrée et à sensibiliser au plaisir gustatif, venez participer en famille à cette après-midi ludique. De 14h à 17h à Izeaux (salle du Mail)



Inscription obligatoire. Gratuit.

Samedi 28 mai



▶ **Vélorail** . Sortie famille dans l'Ain.
Matin vélorail, puis détente au sein de la forêt de Rothonne.

Départ : 9h - retour : vers 18h (Lucie Aubrac)

Inscription obligatoire avant le 20 mai. Tarif en fonction du QF.



Du 01 au 15 juin



▶ **Fête de la magie.** Venez vous initier à la magie avec un magicien professionnel (Cie Les Bandits Manchots) De 14h à 17h au centre Ambroise Croizat.
Inscription obligatoire. 10€/pers le cycle des 3 séances
3 séances : **01 juin, 08 juin et 15 juin**

Samedi 04 juin



▶ **Petits illustrateurs.** En partenariat avec la médiathèque de Renage, une professionnelle viendra initier les plus petits aux techniques d'illustration. De 10h à 12h au centre Ambroise Croizat.
Inscription obligatoire. Gratuit.

Mercredi 8 juin



▶ **Atelier parents/enfants.** Cousons notre doudou de l'été. Couture facile accessible aux enfants.
De 13h à 16h à Oyeu (salle du foyer – à côté de l'église).
Inscription obligatoire avant le 3 juin. 1€/enfant

Mercredi 15 juin



▶ **Atelier parents/enfants.** Cuisine : tarte salée surprise. De 13h30 à 15h30 à Colombe (cuisine salle polyvalente).
Inscription obligatoire avant le 10 juin. 1€/enfant

Samedi 18 juin



▶ **Pêche.** Débutants ou confirmés venez passer un bon moments en famille aux étangs de Burcin. De 10h à 15h.
Tarif en fonction du QF. **Inscription obligatoire avant le 10 juin.**

Samedi 25 et dimanche 26 juin



▶ **week-end aux Deux Alpes.**

Samedi : visite du village de Venosc avec descente et montée en télécabine puis luge d'été ou bowling selon les conditions météorologiques.

Dimanche : journée libre, possibilité d'activité avec supplément.

Départ samedi à 8h, retour dimanche vers 18h30 (Ambroise Croizat)

Inscription obligatoire, places limitées. Tarif en fonction du QF



Mardi 28 juin



▶ **Repas partage.** Visite du grand séchoir à Vinay. Pique nique. En partenariat avec le secours catholique. 2,50€ . Inscription obligatoire avant le 23 juin 2016.

Samedi 2 juillet



▶ **Safari de Peaugres.** Parc animalier à découvrir en famille.

Départ vers 9h, retour vers 18h30.

Inscription obligatoire avant le 24 juin. Tarif en fonction du QF.



Mercredi 6 juillet



▶ **Atelier parents/enfants.** Cuisine : préparons un goûter festif. De 10h à 12h à Colombe (cuisine salle polyvalente).

Inscription obligatoire avant le 01 juillet. 1€/pers.



▶ **Peinture aborigène.** Venez vous initier à la peinture aborigène avec Aurélie Carleton. De 14h à 17h au centre Ambroise Croizat.

Inscription obligatoire. 1€/pers.

Jeudi 7 juillet



▶ **Mobile d'été.** Venez créer votre mobile pour décorer votre jardin ou votre balcon.

De 14h à 17h à la médiathèque d'Izeaux

Inscription obligatoire. 1€/pers.

Samedi 9 juillet



► **Fête du vélo.** Piste de sécurité routière pour les enfants en vélo ou trottinette (sur inscription avant le 30 juin). démonstration et pratique des gestes de 1^{er} secours adapté à tous les âges, initiation au roller, (association AIR « les grands lynx »), activité manuelle pour les petits, atelier : comment changer sa chambre à air et remettre sa chaîne de vélo. A partir de 15h à Oyeu (Gymnase du Fayard)
Animations gratuites et ouvertes à tous.



Mardi 12 juillet



► **La mer en bouteille.** Venez décorer une bouteille sur le thème de la mer. De 14h à 17h à Beaucroissant (salle des fêtes)
Inscription obligatoire 1€/pers.

Mercredi 13 juillet



► **Aquagym et repas partagé.** Venez vous défouler et vous détendre à la piscine de Renage suivi d'un repas partagé à l'Espace Loisirs. Rendez vous à 9h à la piscine. Merci d'apporter un plat sucré ou salé pour le repas partagé. Toutes les spécialités sont les bienvenues.
Inscription obligatoire. 1€/pers.

Lundi 18 juillet



► **Ateliers parents/enfants.** Le papier fou. De 10h à 12h à Apprieu (La Sirène)
Inscription obligatoire avant le 11 juillet. 1€/enfant.

Mercredi 20 juillet



► **Sortie au lac du Bourget.** Au programme, une journée de détente et de baignade.
Rendez vous :
Centre Ambroise Croizat : 8h45 Centre Lucie Aubrac : 9h15



Inscription obligatoire avant le 03 juillet. Tarif en fonction du QF.

Jeudi 21 juillet



► **Verrines d'été.** Venez préparer des verrines de saison lors d'un atelier culinaire et prenez le temps de les déguster.
De 9h à 14h au centre Ambroise Croizat

Inscription obligatoire. 1€/pers.



Samedi 23 juillet



► **Les défis de l'été.** Pour terminer l'été en beauté, nous vous proposons une journée à tomber. Au programme : piscine, escalade, jeux physiques et de réflexion, énigmes, jeu de piste...

Rendez vous à 9h au centre Ambroise Croizat.

1€/pers. Inscription obligatoire. Merci d'apporter un plat salé et sucré pour le repas partagé de midi. Toutes les spécialités sont les bienvenues.

Lundi 25 juillet



► **Ateliers parents/enfants.** Thème : la mer. De 10h à 12h à Apprieu (La Sirène)
Inscription obligatoire avant le 18 juillet. 1€/enfant

Mercredi 27 juillet



► **Randonnée.** Cascade de l'Oursière à Belledonne.
Départ 9h, retour en milieu d'après midi.
Sur inscription avant le 20 juillet. Gratuit