

## Autour de la naissance

- Yoga prénatal
- Ateliers « Accueillir et comprendre son bébé »
- Soutien à l'allaitement
- Portage en écharpe
- Massage bébés et futures mamans
- Yoga bébé 0-8 mois
- Alimentation autonome (DME)

Ne pas jeter sur la voie publique

## Ateliers parents-enfants

- Ateliers de communication gestuelle associée à la parole
- Comptines et jeux de doigts
- Bougeothèque 8 mois-2 ans
- Ateliers patouille
- Eveil corporel 2-4 ans
- Baby sport 2-4 ans
- Yoga parent-enfant



## Et aussi...

Cafés de parents, ateliers de parents, conférences, ciné-débats...

Ne restez pas seul(e) avec vos difficultés et vos questionnements. Des associations et des professionnels peuvent vous soutenir et vous accompagner.



# Réseau Parentalité du Var

Une action du Schéma Départemental des Services aux Familles

## Territoire Estérel Côte d'Azur

Le Réseau Parentalité du Var, piloté par la CAF du Var, est un réseau de professionnels et de bénévoles dont la mission est d'informer les parents, de les mettre en lien avec les structures qui proposent des actions destinées aux parents et aux familles.

Sur le territoire Estérel Côte d'Azur Agglomération qui regroupe les 5 communes suivantes : Fréjus, Saint-Raphaël, Puget-sur-Argens, Roquebrune-sur-Argens et Les Adrets-de-l'Estérel, c'est l'association Bébé en conscience qui a été choisie par la CAF du Var pour coordonner le Réseau Parentalité.

Association Bébé en conscience

Mathilde Robeau : 06 61 80 91 69

Animatrice du Réseau Parentalité Estérel Côte d'Azur

[www.bebeenconscience.com/reseau-parentalite](http://www.bebeenconscience.com/reseau-parentalite)

# Les Lieux d'Accueil Enfant-Parent de notre territoire

Un LAEP (Lieu d'Accueil Enfant-Parent) est un espace convivial qui accueille, de manière libre et sans inscription, des enfants de la naissance à 6 ans accompagnés de leur(s) parent(s) ou d'un adulte référent. Cette structure, adaptée à l'accueil de jeunes enfants, constitue un espace de jeu libre pour les enfants et un lieu de parole pour les parents. Elle est ouverte sur des temps déterminés par des accueillants (professionnels et/ou bénévoles) formés à l'écoute et garants des règles de vie spécifiques à ce lieu.

**Accès libre, anonyme et gratuit de la naissance à 6 ans**



## Chez Mamuse

Pôle Enfance  
Multi-Accueil Familial L'Arche de Julii  
460 avenue du XV<sup>e</sup> Corps  
à Fréjus  
04 83 95 40 33/35

**2 jeudis par mois : 14h-16h**

Téléphonez à la PMI au numéro  
ci-dessus pour connaître le planning

## Chez Mamuse

Centre Petite Enfance  
200 avenue du 8 mai 1945  
à Saint-Raphaël  
04 83 95 40 33/35

**2 jeudis par mois : 14h-16h**

Téléphonez à la PMI au numéro  
ci-dessus pour connaître le planning



## Les Chenilles

61 avenue du Commandant Charcot  
à Saint-Raphaël  
04 94 82 92 81

Lundi : 9h30-11h  
Mercredi : 9h30-11h  
Vendredi : 9h30-11h30

## Le Loft Pédagogique

58 Résidence Hermès  
avenue de Lattre de Tassigny  
à Fréjus  
04 94 83 27 83

Mercredi 10h-17h  
Vendredi 10h-17h  
Samedi 10h-14h



## Le Petit Pont d'Epafa

397 avenue de l'Agachon  
Entrée : av. JF Kennedy - Bât C1  
à Fréjus  
04 94 17 15 72 / 06 95 38 36 57

Lundi : 9h-12h  
Mardi : 14h-18h  
Mercredi : 9h-12h  
Jeudi : 9h-12h

## Le temps d'une parenthèse

99 boulevard Louis Pasteur  
à Puget-sur-Argens  
06 68 53 13 81

Lundi : 9h30-11h30  
Mercredi : 15h30-17h30

