



Programme de Septembre 2026

L'Espace Rencontre vous accueille jusqu'aux 3 ans de votre enfant tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45

sauf le vendredi après midi

Maison des 1 000 premiers jours Grasse - 04 89 04 58 80 – 1000joursgrasse@departement06.fr - 12, Bld Carnot 06 130 GRASSE

Lundi 31 août	Mardi 01 septembre	Mercredi 02 septembre	Jeudi 03 septembre	Vendredi 04 septembre
Nous sommes ouverts..... Venez profitez d'un temps de jeux avec votre enfant et échanger avec d'autres parents à l'Espace Rencontre 	10h30-12h00 Portage physiologique - Cycle 1 <i>Découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage.</i> Sur inscription, futurs parents et nouveaux  15h30-16h30 Bulle sensorielle collective des petits <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens</i> Sur inscription, bébés de 4 à 18 mois	09h00-12h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous Exceptionnel 09h00-12h00 Réflexologie plantaire collective Avec Céline <i>Venez vous initier et pratiquer les gestes pour soulager les inconforts notamment les poussées dentaires de vos bébés</i> Sur inscription, bébés de 6 à 12 mois  14h30-16h00 Atelier « grossesse en mouvement » <i>Activité physique adaptée aux femmes enceintes</i> Sur inscription et avec certificat médical Exceptionnel 14h30 – 16h00 Réflexologie plantaire collective Avec Céline <i>Venez vous initier et pratiquer les gestes pour soulager les inconforts notamment l'inconfort digestif de vos tous petits</i> Sur inscription, bébés de moins de 6 mois	09h30 – 11h30 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs 09h00-12h00 Consultation allaitement Avec Estelle, consultante en lactation <i>Ne restez pas seule en cas de problématiques autour de l'allaitement maternel</i> Sur rendez-vous 10h30 – 12h00 Sophrologie collective Avec Jessica, sophrologue <i>Un moment de sérénité pour vous accompagner à mieux gérer les difficultés de sommeil pendant votre grossesse</i> Sur inscription, Femmes enceintes (Pensez à prendre une serviette et un plaid)  14h30-17h00 Le Cocon des tout petits <i>Vous êtes tout juste parent.....venez avec votre bébé partager ce moment. Lumière tamisée, ambiance apaisante et temps d'échange</i> Accueil libre, bébés de moins de 3 mois	09h00 – 12h00 Permanence Sage femme / allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents 10h00-11h30 «Papote et Popote, Les petits boulangers » <i>A la découverte des aliments au travers des textures et du plaisir de manger.</i> Sur Inscription, enfants à partir de 18 mois 
L'équipe de la Maison vous accueille sans rdv tous les jours de 09h30 à 12h et de 14h30 à 16h45 sauf le vendredi après midi				

 Programme de Septembre 2026 L'Espace Rencontre vous accueille jusqu'aux 3 ans de votre enfant tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45 sauf le vendredi après midi Maison des 1 000 premiers jours Grasse - 04 89 04 58 80 – 1000joursgrasse@departement06.fr - 12, Bld Carnot 06 130 GRASSE				
Lundi 07 septembre	Mardi 08 septembre	Mercredi 09 septembre	Jeudi 10 septembre	Vendredi 11 septembre
Matinée Exceptionnelle 09h00-13h00 Ateliers gestes d'urgence Le SDIS 06 propose une initiation aux gestes de 1^{ers} secours à destination des futurs parents, parents mais aussi grands parents d'enfants de moins de 3 ans. Sur inscription, créneaux de 1h 09h00 – 12h00 Permanence Sage femme / allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents Nouveau 14h30 - 16h00 La gym douce prénatale inspirée du Yoga <i>Venez découvrir une pratique corporelle adaptée à travers des exercices simples axés sur le travail du souffle et de mouvements fluides. Un moment pour vous aider à relâcher vos tensions et à mieux vous sentir dans votre corps.</i> Sur inscription, femmes enceintes. Nouveau 15h00 – 16h00 Signe avec moi (1/3) Avant de parler Votre bébé a déjà beaucoup à dire ! <i>Venez découvrir la pratique des signes associées à la parole pour mieux comprendre ses besoins, ses émotions, favoriser votre lien de confiance et partager de beaux moments de complicité.</i> Sur inscription, bébés de 6 à 12 mois	10h00-11h30 Le Sommeil, parlons-en Avec Giulia, consultante en sommeil <i>Venez décrypter les spécificités du sommeil de vos tout petits de moins de 3 mois</i> Sur inscription, futurs parents et enfants de moins de 3 mois 10h30 – 12h00 Atelier Portage Avec Michelle, <i>Découverte des bienfaits et des techniques de portage culturel tout âge ou physiologique à partir de 3 mois.</i> Sur inscription 14h30 – 16h00 Post partum et 4^{ème} trimestre de grossesse; Comprendre bébé, s'équiper et s'organiser <i>Comprendre les besoins de bébé et la physiologie du post partum. Repartez avec des clés concrètes (organisation, fatigue, soutien) pour vivre vos premières semaines en toute sérénité. Nous ferons également le point pour vous y retrouver dans la jungle du matériel de puériculture.</i> Sur inscription, futurs parents	<i>Nous sommes ouverts.....</i> <i>Venez profitez d'un temps de jeux avec votre enfant et échanger avec d'autres parents à l'Espace Rencontre</i>	09h30 – 11h30 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs 14h30-17h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous 14h30-17h00 Le Cocon des tout petits <i>Vous êtes tout juste parent.....venez avec votre bébé partager ce moment. Lumière tamisée, ambiance apaisante et temps d'échange</i> Accueil libre, bébés de moins de 3 mois	09h00 – 12h00 Permanence Sage femme / allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents 10h-11h30 Le Café des Parents avec Ponpom <i>Une pause conviviale pour échanger librement sur votre quotidien de parents: Sécurité du couchage, gestion des pleurs et autres préoccupations</i> Sur inscription, futurs parents et parents 10h00 – 11h30 Comment ça marche: A la découverte de la verticalité » Avec Julia, psychomotricienne <i>Observer, comprendre et accompagner le développement psychomoteur de votre enfant</i> Sur inscription, pour les enfants de 12 à 20 mois ou marcheurs débutants 14h00 - 17h00 Bien être par l'ostéopathie Avec Agnès <i>Apporter un mieux-être global à la femme enceinte et du confort chez le tout-petit</i> Sur rendez vous 13h30 -17h00 Thérapeutique Bain Bébé Avec Cécile, infirmière Puéricultrice <i>Une rencontre par l'eau, la parole, l'écoute et le geste.....Un espace d'expression émotionnelle et physique pour le nouveau né et ses parents</i> Sur rendez-vous et orientation d'un professionnel de santé
L'équipe de la Maison vous accueille sans rdv tous les jours de 09h30 à 12h et de 14h30 à 16h45 sauf le vendredi après midi				



Programme de Septembre 2026

L'Espace Rencontre vous accueille jusqu'aux 3 ans de votre enfant tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45

sauf le vendredi après midi

Maison des 1 000 premiers jours Grasse - 04 89 04 58 80 – 1000joursgrasse@departement06.fr - 12, Bld Carnot 06 130 GRASSE

Lundi 14 septembre	Mardi 15 septembre	Mercredi 16 septembre	Jeudi 17 septembre	Vendredi 18 septembre
10h00 -11h30 Manger autrement Avec Romain, diététicien <i>Préparons ensemble des financiers pour le goûter et échangeons autour de l'alimentation de votre enfant</i> Sur inscription, enfants de 1 à 2 ans  Nouveau 15h00 – 16h00 Signe avec moi (2/3) Avant de parler Votre bébé a déjà beaucoup à dire ! <i>Venez découvrir la pratique des signes associées à la parole pour mieux comprendre ses besoins, ses émotions, favoriser votre lien de confiance et partager de beaux moments de complicité.</i> Sur inscription, bébés de 6 à 12 mois	09h30 -10h30 Bulle sensorielle collective des Grands <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens</i> Sur inscription, enfant de 18 mois à 36 mois. 	 14h30-16h00 Grossesse en mouvement <i>Activité physique adaptée aux femmes enceintes</i> Sur inscription et avec certificat médical	09h30 – 11h30 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs Sur rendez-vous 10h00 -11h00 Petits yogis et grands modèles <i>Participez et partagez un moment complice parent-enfant d'initiation au yoga. Découvrir son corps, jouer avec le mouvement et se relaxer avec le parent comme modèle</i> Sur inscription, enfants de 8 à 18 mois 10h00 - 12h00 puis 14h00-17h00 Haptonomie Avec Geneviève <i>Papa, maman, venez me rencontrer in-utéro</i> Sur rendez-vous 14h30 – 17h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous 13h30- 15h00 / 15h00 – 16h30 Portage physiologique - Cycle 1 / Cycle 2 <i>Découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage/ Renforcement des pratiques et des techniques du portage</i> Sur inscription, futurs parents et nouveau-nés 14h30-17h00 Le Cocon des tout petits <i>Vous êtes tout juste parent.....venez avec votre bébé partager ce moment. Lumière tamisée, ambiance apaisante et temps d'échange</i> Accueil libre, bébés de moins de 3 mois	09h00-12h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous 09h00 – 12h00 Permanence Sage femme / allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents 10h00 – 11h30 "comment ca marche: mes 1^{ers} déplacements, mes 1^{ères} découvertes » Avec Julia, psychomotricienne <i>Observer, comprendre et accompagner le développement psychomoteur de votre enfant</i> Sur inscription, pour bébés de 6 mois à 12 mois  Nouveau 13h30 -17h00 Hypnose prénatale Avec Emilie <i>Préparez vous à pour mieux gérer vos émotions pendant la grossesse et les contractions de l'accouchement</i> Sur inscription, pour les femmes enceintes
L'équipe de la Maison vous accueille sans rdv tous les jours de 09h30 à 12h et de 14h30 à 16h45 sauf le vendredi après midi				



Programme de Septembre 2026

L'Espace Rencontre vous accueille jusqu'aux 3 ans de votre enfant tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45

sauf le vendredi après midi

Maison des 1 000 premiers jours Grasse - 04 89 04 58 80 – 1000joursgrasse@departement06.fr - 12, Bld Carnot 06 130 GRASSE

Lundi 21 septembre	Mardi 22 septembre	Mercredi 23 septembre	Jeudi 24 septembre	Vendredi 25 septembre
Exceptionnel 09h30 -11h00 Eveil Artistique et Culturel Avec Laurent, médiateur culturel <i>Partons à la recherche des animaux dans les œuvres</i> Sur inscription, enfants de plus de 20 mois 10h00 -11h30 Atelier Détente Périnatale <i>Venez profiter d'un moment de détente alliant travail du souffle et mobilisation douce afin d'apaiser les maux de la grossesse et de retrouver de la mobilité.</i> Sur inscription, femmes enceinte 10h30– 12h30 Sophrologie individuelle Avec Jessica, sophrologue <i>Je me détends et j'apprends à respirer avant l'arrivée de bébé</i> Sur rendez-vous, femmes enceintes (Pensez à prendre une serviette et un plaid) 13h30-16h30 Permanence Sage femme / allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents Nouveau 15h00 – 16h00 Signe avec moi (3/3) <i>Avant de parler Votre bébé a déjà beaucoup à dire ! Venez découvrir la pratique des signes associées à la parole pour mieux comprendre ses besoins, ses émotions, favoriser votre lien de confiance et partager de beaux moments de complicité.</i> Sur inscription, bébés de 6 à 12 mois	09h30 - 12h00 Exceptionnel Tous en cuisine! Cuisine facile, rapide, saine et durable Un événement proposé par le Projet Alimentaire Territorial de la CAPG et animé par Anne sophie nutritionniste Les Nutritives <i>Venez partager un moment convivial autour de la préparation de recettes savoureuses à partir de produits locaux</i> <i>Sur inscription, futurs parents et parents</i> (mais sans la présence de leur enfant, sécurité oblige!!!) 10h00 - 11h00 Le langage avant les mots Avec Christine, orthophoniste <i>Échanges et réponses à vos questions sur l'émergence du langage</i> Sur rendez-vous pour les futurs parents et parents d'enfants jusqu'à 12 mois. 15h00- 16h00 Une histoire au bout des doigts Avec Christine orthophoniste <i>Comptine signée et jouée avec des marionnettes</i> Sur inscription, pour enfant qui ont acquis la station assise	<i>Nous sommes ouverts.....</i> <i>Venez profitez d'un temps de jeux avec votre enfant et échanger avec d'autres parents à l'Espace Rencontre</i> 	09h30 – 11h30 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs 10h00-11h30 Hypnonaissance, Méthode Mongan Avec Emi <i>Engager un travail de lâcher prise et de libération des pensées pour mieux se préparer à devenir parent.</i> Sur inscription, pour les futurs parents et les personnes en projet d'enfant 	09h00 – 12h00 Permanence Sage femme / allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents 10h00 – 11h30 Patouille d'argile, premiers pas dans la matière <i>Atelier de plaisir partagé autour du sensoriel et de la découverte de son corps.</i> Sur inscription, pour enfants de 8 à 18 mois. (Penser à apporter une serviette et un change complet) 10h00 – 11h30 "Comment ça marche: Je découvre mon corps et ses limites » Avec Julia, psychomotricienne <i>Observer, comprendre et accompagner le développement psychomoteur de votre enfant</i> Sur inscription, pour bébés de moins de 6 mois 13h30 -17h00 Thérapeutique Bain Bébé Avec Cécile, infirmière Puéricultrice <i>Une rencontre par l'eau, la parole, l'écoute et le geste.....Un espace d'expression émotionnelle et physique pour le nouveau né et ses parents</i> Sur rendez-vous et orientation d'un professionnel de santé 14h00 - 17h00 Bien être par l'ostéopathie Avec Agnès <i>Apporter un mieux-être global à la femme enceinte et du confort chez le tout-petit</i> Sur rendez vous
L'équipe de la Maison vous accueille sans rdv tous les jours de 09h30 à 12h et de 14h30 à 16h45 sauf le vendredi après midi				



Programme de Septembre 2026

L'Espace Rencontre vous accueille jusqu'à 3 ans de votre enfant tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45

sauf le vendredi après midi

Maison des 1 000 premiers jours Grasse - 04 89 04 58 80 – 1000joursgrasse@departement06.fr - 12, Bld Carnot 06 130 GRASSE

Lundi 28 septembre



13h30-16h30

Permanence Sage femme / allaitement

Avec Marilyn, consultante en lactation
Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel ainsi qu'à votre grossesse
Sur rendez vous, futurs parents et parents

Mardi 29 septembre

10h00-11h30

Portage physiologique - Cycle 1

Découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage.

Sur inscription, futurs parents et nouveau-nés

10h00-11h30

Créarécup, Des déchets aux trésors ...Vive la seconde vie !

Venez partager une activité ludique avec votre enfant avec des objets de récupération aux attraits insoupçonnés !

Sur Inscription à partir de 12 mois



Exceptionnel

14h30 – 16h00

Fées Maison : De la théorie à la pratique!

Comment offrir un environnement sain à votre bébé ? Cet atelier vous aide à repérer et éloigner les différents polluants de la maison. Fabriquez ensuite quelques produits indispensables et durables pour le quotidien et repartez avec vos réalisations

Sur inscription, futurs parents et parents

Mercredi 30 septembre

09h00-12h00

Permanence psychologique

Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales

Sur rendez-vous

Exceptionnel

09h30 – 11h00

Les 5 sens au jardin du MIP

Venez vous ressourcer dans les allées fleuries et partez la découverte d'un parcours polysensoriel

Sur inscription

(RDV 979 Chemin des Gourettes, 06370 Mouans-Sartoux)



Octobre est à venir

1,2,3... Parents *



L'équipe de la Maison vous accueille sans rdv tous les jours de 09h30 à 12h et de 14h30 à 16h45 sauf le vendredi après midi