



Programme de Octobre 2025

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

Maison des 1 000 premiers jours Grasse - 04 89 04 58 80 – 1000joursgrasse@departement06.fr

12, Bld Carnot 06 130 GRASSE

Lundi 06 octobre	Mardi 07 octobre	Mercredi 08 octobre	Jeudi 09 octobre	Vendredi 10 octobre
<p>10h00 - 12h00 Bulle sensorielle individuelle <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens</i> Sur inscription à partir de 2 mois</p>  <p>13h30 - 15h00 Massage bébé (1/3) <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription à partir de 2 mois</p> <p>13h30-17h00 Permanence allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents</p>	<p>Nouveau 10h00-11h00 Danse Prénatale Avec Anaïs, Ergothérapeute <i>Améliorer sa posture, favoriser souplesse et mobilité et surtout se faire plaisir, se détendre et se sentir plus en harmonie avec son corps</i> Sur inscription et avec certificat médical</p> <p>10h30 – 12h00 Atelier Portage Avec Michelle, <i>Découverte des bienfaits et des techniques de portage culturel tout âge ou traditionnel à partir de 3 mois.</i> Sur inscription</p> 		<p>L'espace rencontre et Pirouette Galipette sont fermés exceptionnellement ce matin</p>  <p>Nouveau 14h00-17h00 Bien être par la réflexologie plantaire Avec Céline, <i>Apporter un mieux-être global à la femme enceinte et du confort chez le tout-petit</i> Sur rendez vous</p> <p>14:00 – 17h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous</p> <p>15h00-16h00 Bulle sensorielle collective Avec Elsa, <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens</i> Sur inscription à partir de 4 mois</p>	<p>10H00-12H00 Le Café des Parents avec Ponpom <i>Changement de saison, nouvelles questions : comment se préparer à accueillir les petits virus dans de bonnes conditions, avec les conseils avisés de PonPom</i> Sur inscription</p> <p>Nouveau 13h30-17h00 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</p> 

L'équipe de la Maison vous accueille sans RDV tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45



Programme de Octobre 2025

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

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

Lundi 13 octobre	Mardi 14 octobre	Mercredi 15 octobre	Jeudi 16 octobre	Vendredi 17 octobre
<p>10h00 – 12h00 Sophrologie individuelle Avec Sandrine <i>Je me détends et j'apprends à respirer avant l'arrivée de bébé</i> Sur rendez-vous</p>  <p>13h30 – 16h30 Sophrologie individuelle Avec Sandrine <i>Je me détends et j'apprends à respirer avant l'arrivée de bébé</i> Sur rendez-vous</p>	<p>C'est la semaine mondiale de l'allaitement maternel</p> <p>L'espace rencontre est fermé exceptionnellement ce matin</p> <p>10h00 – 11h30 Massage bébé (2/3) <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription à partir de 2 mois</p> <p>Nouveau 10h00-11h30 Le Sommeil, parlons en Avec Giulia, consultante en sommeil <i>Venez décrypter le sommeil des tout petits de 0 à 3 mois</i> Sur inscription</p> <p>14h15-17h00 Permanence allaitement Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents</p>	<p>09h00– 12h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous</p>  <p>Nouveau 14h30 – 16h00 Sophrologie collective Avec Léa <i>Je me détends et j'apprends à respirer avant et après l'arrivée de bébé</i> Sur inscription</p> <p>Exceptionnel 15h30 – 17h00 Atelier Futurs parents Avec Marilyn, consultante en lactation <i>Préparer au mieux son allaitement dès la grossesse</i> Sur inscription</p>	<p>09h30 – 12h00 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs</p> <p>10h00 - 12h00 Haptonomie Avec Geneviève <i>Papa, maman, venez me rencontrer in-utéro</i> Sur rendez-vous</p>  <p>14h00-17h00 Haptonomie Avec Geneviève <i>Papa, maman, venez me rencontrer in-utéro</i> Sur rendez-vous</p>	<p>10h00-11h30 Atelier «Papote et Popote» <i>Goûter, parler, grandir</i> <i>Plaisirs partagés en cuisine</i> Sur inscription à partir de 18 mois</p>  <p>13h30-15h00 Portage physiologique - Cycle 1 <i>Découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage.</i> Sur inscription, futurs parents et nouveau-nés</p> <p>Exceptionnel 15h30 – 17h00 Café parents Avec Estelle consultante en lactation <i>Une pause conviviale pour échanger librement sur vos préoccupations et votre expérience autour de l'allaitement.</i> Sur inscription, en collaboration avec la PMI</p>

L'équipe de la Maison vous accueille sans RDV tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45



Programme de Octobre 2025

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

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

Lundi 20 octobre	Mardi 21 octobre	Mercredi 22 octobre	Jeudi 23 octobre	Vendredi 24 octobre
<p>Nouveau 09h30-12h30 Bien être par l'ostéopathie Par Emma, ostéopathe <i>Apporter un mieux-être global à la femme enceinte et du confort chez le tout-petit</i> Sur rendez-vous</p> <p>15h00-16h00 Bulle sensorielle collective Avec Elsa, <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens</i> Sur inscription à partir de 4 mois</p>	 <p>L'espace rencontre est ouvert toute la journée</p> 	<p>10h00 - 11h30 Atelier cuisine Avec Romain, diététicien <i>Préparons ensemble une recette et échangeons autour de l'alimentation de votre enfant</i> Sur inscription</p> <p>14h30 - 16h00 Atelier « grossesse en mouvement » Avec Fanny <i>Activité physique adaptée aux femmes enceintes (à partir du 3ème mois de grossesse)</i> Sur inscription et avec certificat médical</p>	<p>09h30 – 12h00 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs</p> 	<p>L'espace rencontre est ouvert toute la journée</p> 

L'équipe de la Maison vous accueille sans RDV tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45



Programme du mois d' Octobre 2025

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

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

Lundi 27 octobre

Mardi 28 octobre

Mercredi 29 octobre

Jeudi 30 octobre

Vendredi 31 octobre

Quand jouer à se faire peur devient un plaisir!



13h30 – 16h30
Sophrologie individuelle

Avec Sandrine
Je me détends et j'apprends à respirer avant l'arrivée de bébé
Sur rendez-vous

14h30-16h30
Bulle sensorielle individuelle
Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens

Sur inscription à partir de 2 mois

14h15-17h00
Permanence allaitement
Avec Marilyn, consultante en lactation
Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel
Sur rendez vous, futurs parents et parents

09h30-12h00

Abracadabra ah ah ah!!!!

Un soupçon de magie pour s'éveiller à l'univers des « sorcières » autour des contes et comptines

Accueil libre, en collaboration avec la PMI

10h00 – 11h00

Vos langues sont une chance

Avec Christine orthophoniste

Échanges et réponses à vos questions autour du bilinguisme

Sur inscription, futurs parents et enfants jusqu'à 18 mois (familles bilingues uniquement)

13h30-15h00

Massage bébé (3/3)

Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser

Sur inscription à partir de 2 mois

15h30- 16h30

Le langage avant les mots

Avec Christine orthophoniste

Échanges et réponses à vos questions autour de l'émergence du langage chez le tout petit

Sur inscription, futurs parents et parents d'enfants de moins de 12 mois



09h30 – 11h30

« Pirouette galipette cachette »

Venez expérimenter le plaisir de bouger, de se cacher et de jouer à se faire peur pour leur plus grand bonheur.

Accueil libre pour les enfants marcheurs



10h00 - 12h00

Atelier « J'explore ma créativité »

La "soupe de la sorcière"

Venez patouiller et manipuler tout plein d'ingrédients dans un bouillon verdo�ant mais surtout gluant!!!

Sur inscription à partir de 18 mois



13h30-15h00

Portage physiologique - Cycle 1

Découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage.

Sur inscription, Futurs parents et nouveau-nés



15h00-16h30

Portage physiologique - Cycle 2

Renforcement des pratiques et des techniques du portage

Sur inscription, Parents dès la naissance