



Programme de Novembre 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 3 novembre | Mardi 4 novembre | Mercredi 5 novembre | Jeudi 6 novembre | Vendredi 7 novembre |
|--|---|---|--|---|
| <p>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>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>10h00 – 11h00 Bulle sensorielle collective Avec Elsa, <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié de stimulations des sens</i> Sur inscription, pour enfant de 18 à 36 mois</p>  | <p>Nouveau 09h30-10h30 Massage bébé (1/3) Avec Katia <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription, pour bébé de 4 à 12 mois</p> <p>11h00-12h30 Massage bébé (1/3) Avec Katia <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription, pour bébé de 1 mois ^{1/2} à 4 mois</p>  |  | <p>09h30 – 12h00 « Pirouette galipette » <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs</p>  |  |
| <p>13h30 – 16h30 Permanence allaitement <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel</i> Sur rendez vous, pour futurs parents et parents</p> | <p>13h30-15h00 Portage physiologique - Cycle 1 <i>Atelier de découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage.</i> Sur inscription, pour futurs parents et parents de nouveaux-nés</p> <p>14h30 -16h30 Bulle sensorielle individuelle <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié des stimulations des sens</i> Sur inscription, pour bébé à partir de 2 mois</p> | <p>14h30 - 16h00 Atelier « grossesse en mouvement » Avec Fanny, Master 2 en APA <i>Activité physique adaptée aux femmes enceintes (à partir du 3ème mois de grossesse)</i> Sur inscription et avec certificat médical</p> | <p>14h00-17h00 Bien être par la réflexologie plantaire Par Céline, <i>Apporter un mieux-être global à la femme enceinte et du confort chez le tout-petit</i> Sur rendez vous</p> | <p>13h30 – 17h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</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 Novembre 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 10 novembre | Mardi 11 novembre | Mercredi 12 novembre | Jeudi 13 novembre | Vendredi 14 novembre |
|--|--|--|---|--|
| <p>09h00 – 12h00 Permanence allaitement <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel</i> Sur rendez vous, pour futurs parents et parents</p> <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, pour femmes enceintes</p>  | <p>C'est un jour férié...La maison est fermée aujourd'hui</p> | <p>09h00 – 12h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous</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, pour futurs parents</p>  | <p>Exceptionnel 10h00-11h30 Mon premier «Papote et Popote» <i>J'accompagne mon enfant qui grandit dans ses besoins de découverte des aliments au travers des textures et du plaisir de manger.</i> Sur inscription, pour enfants de 6 à 18 mois</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, pour femmes enceintes</p> | | | <p>14h00-17h00 Haptonomie Avec Geneviève <i>Papa, maman, venez me rencontrer in-utéro</i> Sur rendez-vous, pour futurs parents</p> <p>15h00 – 16h30 «J'explore ma créativité» <i>Fabriquons ensemble une pâte à modelée « maison » pour le plaisir des petits et des grands.</i> Sur inscription, pour enfants de 18 à 36 mois</p> | <p>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> <p>L'espace rencontre est fermé exceptionnellement cette après midi</p> |
| <p>L'équipe de la Maison vous accueille sans RDV tous les jours de 9h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h45</p> | | | | |




Programme de Novembre 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 17 novembre | Mardi 18 novembre | Mercredi 19 novembre | Jeudi 20 novembre | Vendredi 21 novembre |
|---|--|---|--|---|
| <p>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>Nouveau 09h30-10h30 Massage bébé (2/3) Avec Katia <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription, pour bébé de 4 à 12 mois</p> <p>11h00-12h30 Massage bébé (2/3) Avec Katia <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription, pour bébé de 1 mois ^{1/2} à 4 mois</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>Nouveau 10h00-11h30 Le Sommeil, parlons-en Avec Giulia, consultante en sommeil <i>Venez décrypter les spécificités du sommeil des enfants de 3 à 18 mois</i> Sur inscription</p>  | <p>Exceptionnel 09h30 – 11h00 Découverte et exploration sensorielle <i>Venez faire une découverte « sens-ationnelle » avec le Musée de la Parfumerie de Grasse</i> Sur inscription, à partir de 6 mois.</p> <p>10h00 - 11h30 Atelier cuisine Avec Romain, diététicien <i>Préparons ensemble un « Carotte-cake » et échangeons autour de l'alimentation de votre enfant</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>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>L'espace rencontre est fermé exceptionnellement cette après midi</p> | <p>09h00– 12h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</i> Sur rendez-vous</p>  <p>Nouveau 14h00– 16h00 Café Futurs Parents <i>Bien débuter l'allaitement : Les clés pour un démarrage en confiance.</i> Sur inscription, pour femmes enceintes</p> |

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



Programme de Novembre 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 24 novembre | Mardi 25 novembre | Mercredi 26 novembre | Jeudi 27 novembre | Vendredi 28 novembre |
|--|--|---|---|--|
| <p>Nouveau 09h30-10h30 Massage bébé (3/3) Avec Katia <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription, pour bébé de 4 à 12 mois</p> <p>11h00-12h30 Massage bébé (3/3) Avec Katia <i>Un moment privilégié avec mon bébé autour du toucher-masser</i> Sur inscription, pour bébé de 1 mois ^{1/2} à 4 mois</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, pour femmes enceintes</p> <p>13h30 – 16h30 Permanence allaitement <i>Un moment dédié au questionnement et au suivi de l'allaitement maternel</i> Sur rendez vous, futurs parents et parents</p> | <p>09h30 – 10h30 Portage physiologique - Cycle 1 <i>Découverte et apprentissage des techniques et bienfaits du portage.</i> Sur inscription, Futurs parents et nouveau-nés</p> <p>10h00 – 11h00 Vos langues sont une chance Avec Christine, orthophoniste <i>Échanges et réponses à vos questions autour du bilinguisme</i> Sur inscription, futurs parents et enfants jusqu'à 18 mois (familles bilingues uniquement)</p> <p>10h45 – 12h15 Portage physiologique - Cycle 2 <i>Renforcement des pratiques et des techniques du portage</i> Sur inscription, dès la naissance</p>  <p>15h30- 16h30 Le langage avant les mots Avec Christine, orthophoniste <i>Échanges et réponses à vos questions autour de l'émergence du langage chez le tout petit</i> Sur inscription, futurs parents et parents d'enfants de moins de 12 mois</p> | <p>L'espace rencontre est ouvert toute la journée</p>  | <p>09h30 – 12h00 «Pirouette galipette» <i>Plaisir partagé au travers du mouvement</i> Accueil libre pour les enfants marcheurs</p>  <p>15h00 – 16h30 Le Café des Parents <i>Une pause conviviale pour échanger librement sur nos préoccupations de parents ou futurs parents.</i> Sur inscription</p> |  <p>13h30 – 15h30 Bulle sensorielle individuelle <i>Je partage avec mon enfant un moment privilégié des stimulations des sens</i> Sur rendez vous, bébés à partir de 2 mois</p> <p>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> <p>15h30 – 17h00 Permanence psychologique <i>Rencontre individuelle autour de vos préoccupations conjugales et parentales</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