

**7 JUILLET**

## Nourrir son bébé

- Alimentation de la femme enceinte et allaitante
- Avoir le choix entre le sein ou le biberon
- Réfléchir avant le séjour à la maternité
- Mise en place de l'allaitement maternel, que faut-il savoir ?
- Apports sur l'allaitement artificiel et compositions des différents laits
- Sevrage
- Diversification...

*Animée par une diététicienne et un pédiatre*

**22 SEPTEMBRE**

## De la naissance aux 1<sup>er</sup> pas

- Maturation neurologique : Pourquoi chacun son rythme ? À quel âge va-t-il s'asseoir, marcher ? ...
- Doit-on stimuler ou laisser faire ?
- Des repères et des clés simples pour mieux comprendre les étapes du développement du bébé et rassurer les parents.

*Animée par une psychomotricienne*

**13 OCTOBRE**

## Matériel de puériculture et d'éveil

- Comment faire le tri dans la « jungle » du matériel de puériculture
- Comment aménager l'espace de bébé pour accompagner son éveil et son jeu

*Animée par une psychomotricienne*

**17 NOVEMBRE**

## Prendre soin du bébé

- Pleurs graves ou pas graves ?
- Fièvre
- Maladies saisonnières courantes ou plus graves
- Anxiété des parents face à la maladie du bébé
- Vaccinations
- Pharmacie de base à avoir à la maison
- Soins de puériculture
- Gestes de prévention
- Avantages et limites des médecines alternatives...

*Animée par un pédiatre*

**8 DÉCEMBRE**

## Devenir parent

- Couple conjugal
- Couple parental
- Le couple après la grossesse et l'arrivée d'un enfant
- Être parent pour la 1<sup>ère</sup> fois
- Changement de place à l'arrivée du bébé
- Cadre familial
- Transmissions familiales
- La famille aujourd'hui : recomposée, monoparentale, homoparentale
- Rôle du père, son positionnement, la paternité
- Autorité, responsabilité, engagement
- Relation parents/grands-parents
- Sexualité après bébé

*Animée par une psychologue*

# Ici... on est parent

## Rencontres thématiques

Futurs parents et parents de jeunes enfants



**2026**  
Inscription  
conseillée

**Manosque**  
HAUTE-PROVENCE

## Informations

Accueil sur réservation conseillée, sans participation financière.

Renseignements :  
06 75 04 11 74 - 04 92 70 35 77  
parentalite@ville-manosque.fr

Lieux des rencontres :  
Lieu d'Accueil Enfants-Parents  
« Patati Patata »

Place Marcel Pagnol - Manosque  
Mardi soir - de 17h30 à 19h30

ville-manosque.fr

© Conception service communication Ville de Manosque 2026 - Ne pas jeter sur la voie publique.



**Manosque**  
HAUTE-PROVENCE

## Le projet

Porté et piloté par la ville de Manosque, en partenariat avec le Pôle Mère Enfant du Centre Hospitalier, il s'adresse aux futurs et nouveaux parents du bassin manosquin.

Il s'agit de proposer des rencontres entre parents et futurs parents, avec l'éclairage d'un professionnel, autour d'un thème lié à la parentalité.

Afin de favoriser la qualité des échanges entre adultes, il est préférable que l'enfant ne soit pas présent.  
Afin de ne pas surcharger les groupes, les professionnels, autre que les intervenants, ne sont pas admis.

## 20 JANVIER

### Autour de la naissance

- Les signes d'alerte de l'accouchement
- Vécu de la grossesse et de la naissance
- Grossesses à risque, grossesses gémellaires
- L'accouchement (péridurale, voie basse, césarienne)
- Quand bébé arrive plus tôt que prévu
- Le corps après la grossesse et les suites de l'accouchement (douleurs, transit, montée de lait, hémorroïdes...)
- Vaccins avant la grossesse
- Les compétences du bébé, comment est-il en relation, que voit-il, que ressent-il ? Les soins au bébé à la naissance et pendant les 1<sup>er</sup> jours de sa vie
- Le bain de bébé
- Aspect administratif (déclaration, sécurité sociale, CAF)
- comment habiller son enfant en fonction des saisons et de la température

*Animée par  
une sage-femme  
et une infirmière  
puéricultrice*

## 10 FÉVRIER

### Prendre soin du bébé

- Vraies et fausses urgences
- Pleurs, fièvre
- Angoisse des parents face à la maladie du bébé
- Maladies saisonnières courantes ou plus graves
- Vaccinations
- Piqûres d'insectes, morsures
- Voyager avec bébé
- Pharmacie de base à avoir à la maison
- Soins de puériculture
- Gestes de prévention
- Avantages et limites des médecines alternatives....

*Animée par  
un pédiatre*

## 24 MARS

### Le sommeil du bébé

- Bébés : tous différents face au sommeil
- Parents : tous différents face aux enfants
- Quand va-t-il faire ses nuits ?
- Dort-il trop ou pas assez ?
- Quand dormira-t-il dans son lit ?
- Le sommeil des parents
- Fatigue, enlèvement, stratégies qui fonctionnent ou ne fonctionnent pas...

*Animée par  
un psychologue*

## 28 AVRIL

### Confier son enfant

- Reprise du travail
- Les repères autour de bébé
- Se séparer de son enfant pour le confier à d'autres
- Période d'adaptation en mode d'accueil en crèches ou chez une assistante maternelle
- Guichet unique

*Animée par  
une psychologue  
et une éducatrice  
de jeunes enfants*

## 19 MAI

### Accueillir son bébé

- Rentrer à la maison et vivre les 1<sup>er</sup> jours avec bébé
- Bouleversement émotionnel
- Aspect psychologique autour de l'accouchement
- Baby blues et dépression post partum
- Passer de deux à trois ; Fratrie
- Santé environnementale
- Organisation de la chambre

*Animée par  
une psychologue  
et une infirmière  
puéricultrice*

## 16 JUIN

### Bébé comprend tout

- Comment gérer les émotions des enfants
- Qu'est-ce qu'il ressent des émotions de ses parents
- Que peut-on dire aux enfants de notre vie quotidienne, nos vies familiales
- Ce qui nous arrive ou nous est arrivé
- Raconter à l'enfant mais comment, à quel moment et pourquoi ?
- Qu'est-ce-que ça lui fait, nous fait ?

*Animée par  
une psychanalyste*

*Des questions, des échanges  
entre futurs parents, parents de jeunes enfants et professionnels...*  
**Ces rencontres se déroulent le mardi soir de 17h30 à 19h30 à « Patati Patata ».**

