

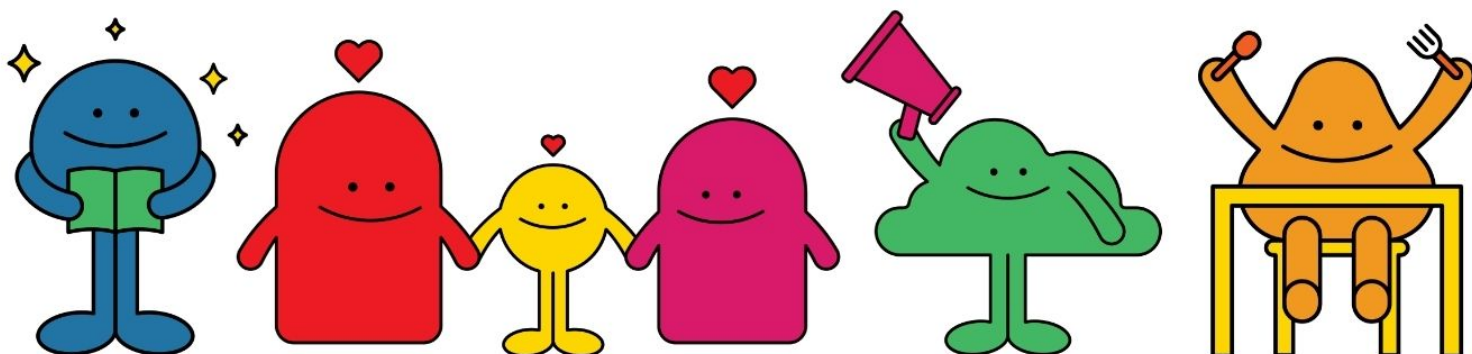
**HANDICAP | BIEN - ETRE PARENTAL | TRANSMISSION
| FAMILLE | NUMERIQUE | BIENVEILLANCE**

Parcours parentalité
Proposé par les Centres Sociaux

" Parents apaisés, enfants épanouis "

du 4 mai au 1er juin 2026

Le bien-être et le répit parental



**Groupes de parole | Sorties
culturelles | Ateliers | Sport**

Renseignements et inscriptions auprès
du Centre Social Lavoisier 01 64 83 60 40

Inscription obligatoire

+ d'infos
Centre Social Lavoisier
01 64 83 60 40
2 rue Joachim de Bellay - Melun 77000



Programmation

ateliers - rencontres - temps d'échange - répit

Lundi 4 Mai

Atelier Gestion des émotions

de 14h à 16h
Animé par Epsilon
Public adulte

Jeudi 7 Mai

Massage Rebozo

14h - 16h
Animé par Julie cœurvolant - EJE
Public adulte

Mardi 12 Mai

Relaxation

de 14h à 15h
Animé par Annabelle Delroux
Public adulte

Parents connectés

de 15h15 à 16h15
Atelier numérique animé par PEP77
Public adulte

Lundi 18 Mai

Atelier sportif

de 14h à 15h
Animé par Julie - Ufolep
Public adulte

Mardi 19 Mai

“La balade qui fait du bien”

Marche douce à Melun

de 14h à 16h
Encadrée par l'équipe du Centre Social
Public adulte

Mercredi 6 Mai

Journée sport famille

de 14h à 16h
Animée par l'équipe Ufolep
Public famille

Lundi 11 Mai

“Les femmes au moyen âge”

Château de Fontainebleau

de 10h à 16h
Encadrée par l'équipe du Centre Social
Public adulte

Mercredi 13 Mai

“Créer ses produits ménagers”

de 10h à 12h
Animé par Aissatou - Bénévole
Public famille et adulte

Mardi 19 Mai

Sortie à Paris

Visite et bateaux mouches

de 10h à 16h
Encadrée par l'équipe du Centre Social
Public adulte

Mercredi 20 Mai

“Créer ses produits de beauté”

de 10h à 12h

Animé par Aissatou - Bénévole

Public famille et adulte

Vendredi 22 Mai

“Gestes qui sauvent, gestes qui rassurent : le guide pratique des parents”

de 14h à 16h

Animé par l'Ufolep

Public famille et adulte

Mardi 26 Mai

Sortie à Paris

visite et bateaux mouches

de 10h à 16h

Encadrée par l'équipe du Centre Social

Public adulte

Jeudi 28 Mai

“Parent organisé, vie équilibrée : astuces au quotidien”

Groupe d'échange

de 14h15 à 15h45

Encadré par Yvan Orio - philosophe

Public adulte

Lundi 1er Juin

Atelier gestion des émotions

de 14h à 16h

Encadré par Epsilon

Public adulte

Jeudi 21 Mai

Massage Rebozo

14h - 16h

Animé par Julie Coeurvolant - EJE

Public adulte

Samedi 23 Mai

Entr'Aidants

Groupe d'échange

de 10h à 12h

Animé par Léa Salettes - Infirmière

Adulte aidants et Parent d'enfants

en situation de handicap

Mercredi 27 Mai

“Entretenir son logement pour vivre sereinement”

Trucs et Astuces

de 14 à 18h

En partenariat avec Trois Moulins Habitat

Public Famille

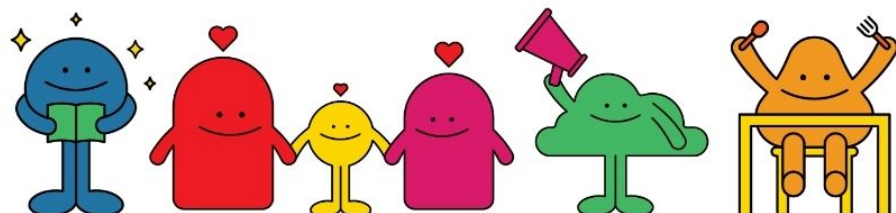
Vendredi 29 Mai

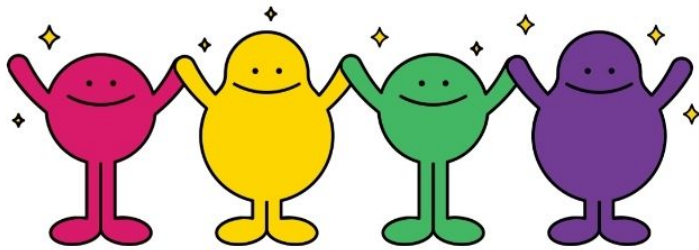
Soirée festive - Repas partagé

19h - 22h

Encadrée par l'équipe du Centre Social

Public adulte





ENVIE DE PARTICIPER ? COMMENT S'INSCRIRE ?

1> J'HABITE MELUN

2> JE M'INSCRIS :

- PAR TELEPHONE 01 64 83 60 40

- A L'ACCUEIL DU CENTRE SOCIAL LAVOISIER

OU

- A L'ACCUEIL DES CENTRES SOCIAUX :

Centre Social de la Boussole

→ 01 64 09 72 92

Centre Social Robert Schuman

→ 01 64 52 48 21

Centre Social Montaigu - Maison Picot

→ 01 64 09 30 15

ATTENTION !

→ LES PLACES SONT LIMITÉES

→ ENCORE PLUS DE RDV ET DES RENCONTRES AU PROGRAMME DE VOTRE CENTRE SOCIAL

→ LES ACTIVITÉS SONT OUVERTES À TOUS LES MELUNAIS

Envie de partager votre expérience ou encore être force de proposition sur les thématiques, n'hésitez pas à vous présenter auprès de l'accueil de votre Centre Social !