

**Vous avez besoin de souffler,
de trouver une écoute, un soutien
dans votre rôle de parent
ou futur parent ?**

Permanence sur RDV au 03 21 50 69 78
ou espace1000jours@ville-arras.fr
Lundi de 10 h à 12 h
Mardi de 14 h à 17 h
Mercredi de 10 h à 12 h & de 14 h à 17 h
Jeudi de 14 h à 17 h
Vendredi de 14 h à 17 h

Inscription au 03 21 50 69 78
ou espace1000jours@ville-arras.fr
Espace des 1000 jours Boris Cyrulnik
Un lieu ressource et d'échanges pour les parents
et les futurs parents
Pôle Éducatif du Val de Scarpe
7 rue Jean Bodet
62000 Arras



Espace des 1000 jours Boris Cyrulnik

Planning du mois de janvier 2025



62 Pas-de-Calais
Mon Département



Jeudi 9 janvier

Femmes enceintes / Jeunes mamans

Rencontres autour de l'allaitement

Avec Madame LAMARCHE, puéricultrice à la Protection Maternelle Infantile et en partenariat avec une animatrice de la Leche League France

De 14 h à 17 h
Gratuit sur inscription

Jeudi 16 janvier

Futurs parents

Atelier sur les démarches administratives

Selon votre situation familiale pendant votre grossesse et après la naissance de votre enfant

Un agent de l'état civil de la Mairie d'Arras vous invite à un temps d'échange et d'information afin que les formalités administratives soient anticipées.

Nous comptons sur votre présence, n'hésitez pas à préparer vos questions.

De 10 h à 11 h 30
Gratuit sur inscription

Vendredi 17 janvier

Parents / Enfants

Histoires et comptines signées de Jojo

De 14 h 30 à 15 h 30
Gratuit sur inscription



Lundi 20 janvier

Femmes enceintes

Atelier yoga prénatal

Suivie d'une séance de lecture aux Ventres des Mamans

De 14 h 30 à 15 h 30
Gratuit sur inscription

Mercredi 22 janvier

Parents / Enfants

Histoires contées dans une ambiance douce et relaxante

De 15 h à 16 h
Gratuit sur inscription à destination des enfants non marcheurs

Jeudi 23 janvier

Femmes enceintes / Jeunes mamans

Rencontres autour de l'allaitement

Avec Madame LAMARCHE, puéricultrice à la Protection Maternelle Infantile et en partenariat avec une animatrice de la Leche League France

De 14 h à 17 h
Gratuit sur inscription

Vendredi 24 janvier

Parents / Enfants

Atelier lecture

Avec Le CAMSP d'Arras des PEP 62

De 10 h 30 à 11 h 30
Gratuit sur inscription



Lundi 27 janvier

Parents / Enfants

Atelier bien être

Découverte et explication sur les bienfaits de l'auto massage chez le jeune enfant et mise en pratique de l'auto massage ou Do in et le massage de la « pizza »

De 15 h à 16 h
Gratuit sur inscription

Les professionnels de l'Espace des 1000 jours de la Ville d'Arras ont le plaisir de vous annoncer la reprise des Groupes de Pairs Aidance, action phare de l'Espace des 1000 jours, pour notre plus grande satisfaction !

L'idée est d'offrir un espace aux futurs parents ou parents ayant des enfants quasiment du même âge pour se retrouver et partager des expériences, discuter et s'entraider.

Si vous êtes futurs parents, on vous convie à des groupes de pairs tous les mardis de semaines impaires de 14 h 30 à 16 h à compter du 14 janvier 2025.

Si vous êtes des parents d'enfants âgés entre 3 et 9 mois, on vous propose de se rencontrer tous les jeudis de semaines paires de 10 h à 11 h 30 à compter du 9 janvier 2025.

Si vous êtes les parents d'enfants âgés entre 9 et 15 mois, on vous donne rendez-vous tous les mardis de semaines impaires de 10 h à 11 h 30 à compter du mardi 14 janvier 2025.

Si vous êtes les parents d'enfants âgés de 15 mois et plus, on vous invite à nous retrouver tous les mardis de semaines paires de 10 h à 11 h 30 à compter du 7 janvier 2025.