

Lundi

03
24

Partage de savoir-faire : Couture débutantes

Venez vous initier à la couture. Animé par Nadège, maman.

03 : 9h30-11h30
24 : 14h-16h

Lundi

03
17

Marche dynamique 10h-11h30

Un atelier pour se reconnecter à soi et aux autres : bouger, souffler, partager, discuter entre parents

03 : Voie Verte, Tourcoing
17 : Canal du Halot, Tourcoing

Les enfants en poussette sont les bienvenus. Les lieux choisis sont adaptés aux PMR.

Lundi

03

Atelier socio-esthétique 10h-16h

Comment prendre soin de soi pour améliorer sa confiance et avoir une image de soi positive. N'oubliez pas les produits de beauté que vous utilisez au quotidien ainsi que votre repas du midi. Animé par Malika Charabi du CIDFF et Karine, intervenante MDP



Jeudi

06, 13
,
20, 27

Café des parents 9h-11h

Venez échanger entre parents, vous ressourcer, prendre un temps pour vous.



Jeudi

06

Les mains à la terre 14h - 15h30

Profitez d'un moment de bien-être en manipulant la terre et en réalisant un objet personnel. Co-animé par Alexia, maman, et Karine, intervenante.



Vendredi

07

"J'ai rendez-vous avec moi" 9h30 - 11h

A travers des outils simples (respiration, visualisation), je découvre comment prendre soin de moi. Animé par Stéphanie Levasseur, thérapeute.



Vendredi

07, 14,
21, 28

Partage de savoir-faire : Couture 14h-16h

Venez vous perfectionner à la couture et réaliser un projet qui vous tient à cœur. Animé par Nadège, maman.



MDP59200

Gratuit sur inscription auprès de la Maison des Parents MRT

✉ maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

☎ 03.74.49.08.27

📍 49 rue de Lille - 59200 Tourcoing

Vendredi

07
21

Théâtre d'impro

17h30-19h

Parents, venez développer la créativité qui est en vous, dans une ambiance détendue et conviviale et rentrez chez vous libérés des tensions du quotidien.

Animé par Sandra, intervenante.



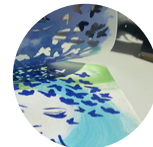
Lundi

10

Voyage créatif : Explorez votre créativité intérieure

9h30-11h30

Une belle invitation à se reconnecter avec soi-même avec un temps d'échanges entre parents, le tout dans un cadre bienveillant. Animé par Karine, psychopraticienne.



Jeudi

13

Apprendre à mieux respirer

9h15-10h45

Nouveauté

Découvrez des exercices respiratoires, outils pour gérer le stress, la charge mentale, installer le calme. Animé par Valérie Samyn, sophrologue.



Jeudi

13
27

Marche dynamique

13h30-16h

Un atelier pour se reconnecter à soi et aux autres : bouger, souffler, partager, discuter entre parents

13 : Parc du Hautmont, Mouvaux
27 : Bords de Lys, Halluin

Les enfants en poussette sont les bienvenus. Les lieux choisis sont adaptés aux PMR.



Jeudi

13
27

Partage de savoir-faire : Crochet

14h-16h

Venez vous initier ou vous perfectionner au crochet et discuter entre parents. Animé par Nadège, maman



Lundi

17 et 24

Comprendre ce que je ressens

9h30 - 11h30

Nouveauté

Explorez en douceur vos émotions, vos ressentis avec des outils comme l'auto hypnose, l'EFT, la respiration, facilement utilisables de manière autonome dans votre quotidien.

Atelier en deux séances.

Co-animé par Stéphanie Levasseur, thérapeute et Karine, psychopraticienne



Et toujours la possibilité de rencontres individuelles avec ou sans rendez-vous au plus proche de chez vous !

Suivez-nous !



Gratuit sur inscription auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :

✉ maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

☎ 03.74.49.08.27

📍 49 rue de Lille - 59200 Tourcoing

Maison
DES PARENTS



Jeudi

20

Médiation Familiale : "Et si parler devenait plus simple !"

14h-16h

Venez découvrir comment la médiation familiale peut apaiser les conflits et restaurer le dialogue. Animé par Carine Sablon du CIDFF



Vendredi

21

"Entre femmes"

9h30 - 11h30

Un espace de liberté où chacune peut prendre de soin de soi dans le partage et le soutien d'un groupe de femmes. Animé par Stéphanie Levasseur, thérapeute



Vendredi

28

Gérer les conflits avec mon ado

9h30 - 11h30

"Je te dis non parce que je t'aime". Découvrez des outils pour faire face aux difficultés rencontrées auprès de vos enfants adolescents, en abordant des situations concrètes. Animé par Marie Decottignies, praticienne en psychopédagogie



Au plus près des parents !

- Rencontre des futurs et jeunes parents à **Am-Stram-Miam à Croix** : Samedis 08 et 22
- Présentation de la MDP à la **maternité du CH Dron** : jeudi 06 de 13h à 13h30
- Ciné-débat sur l'interculturalité (film qui traite de l'exil) à **l'Avant Poste à Roubaix** mercredi 12 novembre à 13h30/ départ à 13h de la MDP
- Café des Parents à **l'école Mère Térèse de Roubaix** : jeudi 20 de 8h30 à 10h30

Rencontre avec les parents au service des consultations gynéco Malatray du CH Tourcoing.

Jeudi 13
de 14h à 16h

Futurs parents, parents, venez partager vos préoccupations et échanger avec les professionnelles de la Maison des Parents

Café papa/co-parent à la maternité du Centre hospitalier de Tourcoing.

Vendredi 28
de 14h à 15h

Salle des papas de la maternité

Suivez-nous !



MDP59200

Gratuit sur inscription auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :

✉ maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

☎ 03.74.49.08.27

📍 49 rue de Lille - 59200 Tourcoing

Maison
DES PARENTS



Mercredi

05

Exposition MUba parent/bébé

10h-11h

Rdv MDP 9h45

18 mois- 2 ans

Partagez avec votre tout-petit la découverte de l'exposition "Eugène Leroy, peintures et dessins", accompagnés par Séléné, médiatrice culturelle. La visite sera suivie d'un temps d'atelier parent/bébé pour explorer et expérimenter ensemble.

MUba

Eugène Leroy | Tourcoing



Mercredi

05
26

Après-midi jeux de société et goûter

14h-16h

A partir de 4 ans

Venez partager un moment complice entre parents et enfants à travers le jeu, pour favoriser les échanges et renforcer les liens familiaux... le tout sans écran.
Animé par Sandra, intervenante



Mercredi

05

Marche Futurs et jeunes parents

16h30-17h30

Pour s'aérer l'esprit tout en discutant entre futurs et jeunes parents, venez marcher avec vos petits, le long du Canal du Halot . Rdv devant le lycée Gambetta, côté Canal.
Animé par Aline, intervenante



Samedi

08

Bulles Sonores

9h30-10h30

0 - 4 ans

Les Bulles Sonores sont une invitation à profiter d'un instant suspendu avec votre enfant autour de la musique.

Animé par Laëtitia Gallego, intervenante au conservatoire de Tourcoing

 Tourcoing



Mercredi

12

Jardinage : allons au Potago !

10h30-11h30

Dès 3 ans

Nouveauté

Connaissez-vous le carré potager à proximité de l'Hospice d'Havré ? Marie Christine, Stéphanie et Nicole invitent parents et enfants à profiter d'un moment ensemble autour du jardin (calendrier des semis, plantations...). Ce premier atelier sera dédié à la plantation de bulbes qui sortiront de terre au printemps.



Mercredi

12
26

"Jouons en français"

16h-17h30

Dès 6 ans

Nouveauté

Atelier destiné aux familles primo-arrivantes ou qui parlent peu le français.

A travers des jeux et des mouvements, les parents pourront partager un moment privilégié avec leurs enfants tout en découvrant la langue française.

Animé par Caroline Lamarque, médiatrice culturelle



Suivez-nous !



Gratuit sur inscription auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :

 maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

 03.74.49.08.27

 49 rue de Lille - 59200 Tourcoing



Au mois de Novembre à la Maison des Parents...

Mercredi

26

Atelier Do It Yourself

10h-11h

A partir de
4/5 ans

Venez en famille fabriquer un baume à l'arnica pour les coups et les bleus. "Bon pour la planète, bon pour le porte-monnaie".

Pensez à ramener votre pot de 50ml type crème pour le visage.

Animé par la Maison de l'eau, la pêche et la nature de Roubaix



Jeudi

27

Lecture au kamishibai

10h-11h

0 - 4 ans

Le Kamishibai est une lecture de contes d'origine japonaise avec un petit théâtre. Partagez ce moment privilégié avec votre tout-petit.

Animé par Véronique Myter, lectrice



Samedi

29

Eveil des sens : motricité et sensibilité corporelle 10h-11h

Atelier à destination des enfants porteurs de TSA et de leurs parents

3 - 12 ans

Partagez avec votre enfant un moment privilégié : bougez, jouez, échangez, expérimentez avec lui. Animé par Céline Ostyn, accompagnante éducative et Valérie, intervenante



Au mois de novembre, la Maison des Parents, c'est aussi :

- Des permanences d'écoute pour les enfants victimes de violences conjugales tous les lundis matins et un mardi matin sur deux (prise de rdv au 06.15.86.97.01)
- Des séances d'ostéopathie par l'association Ostéo-Partage : jeudis 6 et 20 (prise de rdv au 06.31.36.02.79)
- Un Copil Forum Handicap et Parentalité : Jeudi 06
- Un café des Parents avec les Papillons Blancs : lundi 17
- Des ateliers MIAM : vendredis 07, 14 et 21; mardi 25
- Une action "Bien vivre avec soi et les autres" par l'association PRISME (gestion du stress et des émotions, renforcer sa confiance ou son estime de soi...).

Suivez-nous !



Gratuit sur inscription auprès de la Maison des
Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :



maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr



03.74.49.08.27



49 rue de Lille - 59200 Tourcoing



Au mois de Novembre, à la Maison des Parents...

Pour les professionnels

Café

des partenaires



Déjeuner

des partenaires



Le mardi 11 étant férié, il n'y aura pas de café des partenaires en novembre.

Mardi 25/11 de 12h à 14h
à la Maison des Parents avec les Cités Educatives.

Ramenez votre repas pour échanger entre professionnels en toute convivialité.

SAVE THE DATE !

4^{ème} édition du Forum

Parentalité et Handicap

"Face à la réalité, éclairez mon chemin !"

Gratuit en accès libre

Pour les parents et les professionnels

✉ maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

Jeudi 04 décembre

de 9h00 à 17h00

Salle des Fêtes - Mairie de Tourcoing
10 place Victor Hassebroucq

Inscription possible
en scannant le QR code
ou par mail !



Tourcoing



Gratuit sur inscription auprès de la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing :

✉ maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr

☎ 03.74.49.08.27

📍 49 rue de Lille - 59200 Tourcoing





Du lundi au vendredi de **8h30 à 18h**

Le samedi de 9h à 12h

Permanence téléphonique en continu sur ces horaires



**Maison des Parents de la Métropole
Roubaix-Tourcoing**



49 rue de Lille - 59200 Tourcoing



maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr



03.74.49.08.27

MDP59200



Maison des Parents du Valenciennois



9 rue du Prince de Tingry, 59300 Douai



maisondesparents.valenciennes@epdsae.fr



03.27.19.05.93

MDP59300



Maison des Parents du Cambrésis



228 rue de Saint Quentin, 59540 Caudry



maisondesparents.caudry@epdsae.fr



03.74.51.00.64

MDP59540



Maison des Parents du Douaisis



361 rue d'Arras, 59500 Douai



maisondesparents.douai@epdsae.fr



03.27.86.89.28

MDP59500

Le

saviez-vous

?

Journée internationale des droits de l'enfant



Le 20 novembre, on célèbre la Journée internationale des droits de l'enfant. Cette date marque l'adoption de la Convention internationale des droits de l'enfant par l'ONU en 1989.

👨👩 Chaque enfant a le droit d'être protégé, écouté, soigné, éduqué... mais aussi d'être entouré de parents ou d'adultes bienveillants qui l'aident à grandir en confiance.

💬 En tant que parent, chaque geste du quotidien contribue à faire vivre ces droits : écouter, encourager, poser un cadre, valoriser... autant d'actes simples qui nourrissent l'estime de soi et le sentiment de sécurité de l'enfant.

Votre avis compte pour nous !



Maison
DES PARENTS



Nord
le Département est là