



# Semaine de la parentalité 2026

Thème : « Etre parent à travers les épreuves de la vie »

Du 30 mai au 06 juin 2026

**Mardi  
2 JUIN**

*18h00 - 19h30 / A l'EAC*

**APÉRO DES PARENTS : « COMMENT PARLEZ DE LA MORT AVEC SES ENFANTS ? »**

Temps d'échanges sur le thème « Comment parlez de la mort avec ses enfants ? » en présence de Marie Leriche, psychologue.

Les enfants peuvent être confrontés, tôt ou tard, à la perte, aux questions sur la vie et la mort, et il est souvent complexe de trouver les mots justes. Cet apéro sera l'occasion d'échanger librement, de partager vos expériences et questionnements, et de découvrir des pistes pour aborder ce sujet avec bienveillance.

Gratuit, sur inscription.

**Mercredi  
3 JUIN**

*9h30 - 11h00 / A l'EAC*

**CAFÉ-RENCONTRE AVEC L'ASSOCIATION SAVOIE DE FEMME**

Venez découvrir l'association SaVoie de Femme, leurs missions et leurs actions. Ce sera aussi l'occasion de s'interroger sur les mécanismes des violences au sein du couple, d'identifier les signaux d'alerte, de déconstruire les idées reçues, et de donner des clés pour réagir, orienter et soutenir une personne concernée

Gratuit, sur inscription.

**Mercredi  
3 JUIN**

*10h - 11h / Au jardin Montmayeur à Aime*

**RACONTINE SUR LE THÈME : « LES P'TITES BÊTES »**

Venez écouter des histoires de p'tites bêtes et de jardin, dans le jardin Montmayeur. L'occasion de passer un moment de qualité parents-enfants (0-6 ans) autour du livre. Accessible aux parents ou enfants malentendants car la racontine sera signée.

Gratuit, sur inscription.

**Mercredi  
3 JUIN**

*14h-17h / En extérieur*

**BALADE CONTÉE « CONTES DE LA MONTAGNE POUR PETITS ET GRANDS ».**

L'EAC vous embarque pour 2h30 de balade (accessible à tous), alternant pauses contées, découverte du territoire environnant et promenade en famille, avec Gilbert Gourraud, Conteur des montagnes. L'occasion de découvrir le patrimoine local avec vos enfants !

Gratuit, sur inscription.





# Semaine de la parentalité 2026

Thème : « Etre parent à travers les épreuves de la vie »

Du 30 mai au 06 juin 2026

**Jeudi  
4 JUIN**

*9h30 - 11h30 / A l'EAC*

## THÉÂTRE INTERACTIF « PARENTS SOLO, PARENTS SOUS L'EAU »

A destination de tous les parents en situation monoparentale. Venez partager votre vécu de parent en situation monoparentale, et trouver collectivement des leviers pour mieux faire face au quotidien. Dans la joie et la bonne humeur !

Gratuit, sur inscription

**Jeudi  
4 JUIN**

*13h30 - 15h00 / A l'EAC*

## GROUPE D'ÉCHANGES ET DE RELAXATION ENTRE PARENTS « ATELIER SOPHRO ».

Pour permettre aux parents de prendre du recul sur leurs difficultés parentales, de renforcer l'estime de soi et de partager des astuces pour être plus sereins au quotidien. A destination de tous les parents du territoire.

Gratuit, sur inscription.

**Jeudi  
4 JUIN**

*A 20h / Au cinéma d'Aime*

## SOIRÉE CINÉ : PROJECTION-DÉBAT DU FILM "PAPA OU MAMAN"

Et si on parlait de séparation... avec humour et émotion ? Le film "Papa ou Maman" est une comédie piquante et rythmée, aussi drôle que grinçante. Entre conflits absurdes et situations décalées, ce film nous rappelle que derrière chaque séparation, il y a des histoires humaines, complexes... La projection sera suivie d'un échange avec un médiateur familial et une psychologue de l'UDAF (Union Départementale des Associations Familiales).

Gratuit. Possibilité de s'inscrire en amont ou de se présenter sur place le jour J (sous réserve de place disponible).

**Samedi  
6 JUIN**

*10h00 - 11h30 / A la salle Grenette à BSM*

## ATELIER D'INITIATION AU SELF-DEFENSE POUR LES FEMMES

Se sentir en sécurité, gagner en confiance, apprendre à réagir : ça s'apprend. L'EAC vous propose un atelier d'initiation au self-défense spécialement conçu pour les femmes, accessible à toutes, sans prérequis. Dans un cadre bienveillant et sans jugement, vous découvrirez des techniques simples et efficaces pour faire face à des situations du quotidien. En partenariat avec le Club de Savate Boxe Française de Bourg Saint Maurice.

Gratuit. Sur inscription. Covoiturage ou transport possible depuis l'EAC.

