

Programme

SEMAINE DE LA
Parentalité
— 4^E ÉDITION —

**ATELIERS ET
ANIMATIONS**

**30 MAI
> 10 JUIN
2026**



GRATUIT, SUR INSCRIPTION
Pour les parents d'enfants de 0 à 17 ans !



HAUTE TARENTEISE
Communauté de Communes

Samedi 30 mai

10h30 > 12h

Projection de courts métrages

Séance de cinéma parents et enfants de 2 à 6 ans.

Les Arcs Film Festival propose une première expérience cinématographique par la projection de plusieurs courts métrages d'animation autour des thématiques de la nuit, du sommeil et de la peur dans le noir. La projection est accompagnée d'une animation ludique (lecture d'un conte et découverte de la lanterne magique) et d'un temps d'échange avec les familles autour des thématiques. L'évènement se termine par une collation.

- ▶ Cinéma du Cœur d'Or à Bourg Saint Maurice (30 places)
- ▶ Réservation obligatoire auprès de Pascaline MEUNIER : pmleunier@lesarcsff.com

16h > 18h

Ateliers culinaires pour les ados (11-15 ans) et un de leurs parents

Préparation d'un goûter équilibré et échange autour de l'alimentation avec Leslie HAY (diététicienne nutritionniste)

- ▶ Salle du Lounge à Tignespace
- ▶ Pour les ados (11-15 ans) et un de leurs parents (12 places : 6 adultes, 6 jeunes)
- ▶ Inscription auprès de Marilyne TABEY au 06 02 04 37 06



Dimanche 31 mai

14h > 16h

Atelier relaxation

L'association Nature Expression et Création propose aux enfants à partir de 10 ans avec leurs parents une séance d'animation douce à travers des jeux de relaxation et d'expression.

- ▶ Salle Grenette (6 places) à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 06 13 97 32 16 (6 places)



Lundi 1^{er} juin

15h30 > 17h

Atelier culinaire

Animation parents/enfants de 0 à 3 ans : préparation de petits plats et discussion autour de l'alimentation avec Leslie HAY (diététicienne nutritionniste)

- ▶ Relais Petite Enfance (RPE) à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 04 79 07 11 97 ou par mail rpe@hautetarentaise.fr (8 places)

Mardi 2 juin

10h > 11h30

Café parents

Rencontre avec Erick DOMERGUE (médiateur familial) sur la question de la séparation des parents : comment prendre des décisions éclairées à l'égard de la nouvelle organisation familiale à mettre en place ? Comment la médiation familiale peut restaurer le lien familial ?

- ▶ Salle du RDC de l'École de Musique à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 04 79 07 11 97 ou par mail rpe@hautetarentaise.fr

14h30 > 15h30

Atelier d'expression corporelle

L'association Nature Expression et Création propose aux parents et à leurs enfants de 2 à 3 ans un atelier d'exploration corporelle douce et des jeux de mimétisme.

- ▶ Salle Grenette à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 06 13 97 32 16 (6 places)



10h > 11h

Atelier de musique

Atelier parents-enfants de 6 à 10 ans animée par Bénédicte FIELDING (musicothérapeute clinicienne) suivi d'une collation : comment des expériences musicales peuvent faciliter les apprentissages, le développement cognitif et le développement du langage chez l'enfant ?

- ▶ Maison d'Emilien (médiathèque de Sééz)
- ▶ Sur inscription auprès de l'École de Musique : ecoledemusique@hautetarentaise.fr

14h > 17h

Portes ouvertes au SASEP (Service d'Accompagnement Social et Educatif de Proximité)

Moment de convivialité au SASEP qui ouvre ses portes aux familles pour visiter ce lieu de soutien aux parents avec des jeux pour tous les âges et un goûter.

- ▶ SASEP 119 rue de la croix Saint-Maurice à Bourg Saint Maurice
- ▶ Accès libre, sans inscription

14h > 17h

Jeux pour parents et enfants

Les associations Handipep's, Jetzyplu, la Ruchette, La Friche et le service accessibilité de la communauté de communes vous proposent des jeux de société pour tous, des grands jeux extérieurs et des activités artistiques. Essai de matériel adapté. Une exposition : « Faire avec la différence ». Goûter offert.

- ▶ La Friche, quartier des Alpains, allée des artistes à Bourg Saint Maurice
- ▶ Accès libre, sans inscription

15h30 > 16h30

Ateliers parents-enfants (0-3 ans)

Rencontre avec les professionnels de la Petite Enfance du territoire autour d'un goûter et d'un atelier parents-enfants : les missions du Relais Petite Enfance et du Lieu d'Accueil Enfants-Parents.

- ▶ Tignespace
- ▶ Réservation obligatoire auprès du service Petite Enfance de la mairie de Tignes au 04 79 40 06 40 ou petiteenfance@tignes.net

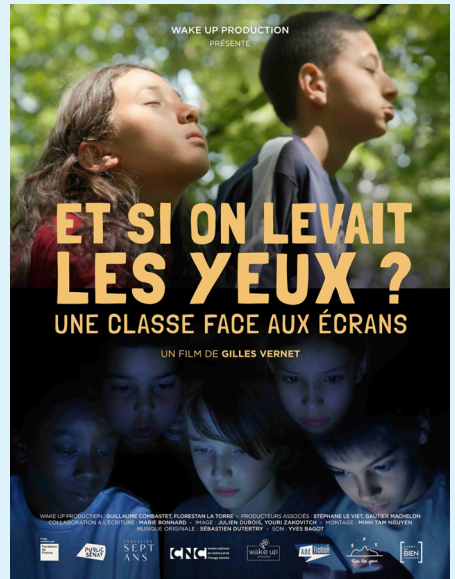


18h30 > 20h30

**Ciné-débat : projection du film
« Et si on levait les yeux ? »**

Le film suit Gilles Vernet, un instituteur, qui pendant un an, engage ses élèves dans une réflexion sur l'impact des écrans dans leur quotidien. Il les accompagne dans une démarche de déconnexion afin de les sensibiliser aux dangers de la surexposition. Après la projection, Gilles Vernet nous racontera en personne son expérience et répondra à toutes vos questions.

- ▶ Cinéma du Cœur d'Or à Bourg Saint Maurice (196 places)
- ▶ Accès libre mais réservation conseillée auprès du service jeunesse : loisirs-jeunesse@hautetarentaise.fr



20h > 21h30

Visioconférence (organisée par La Ruchette)

Saturation, épuisement, stress continu, distanciation affective vis-à-vis de l'enfant, Myriam CASADO VAZQUEZ (fondatrice de la Parentalité Cohérente) vous informe, à travers une visioconférence à destination des jeunes parents, sur les indicateurs du burn-out parental.

- ▶ Accès en scannant le QR code ci-dessous :



Jeudi 4 juin

9h30 > 10h30

Atelier de musique animé par Bénédicte FIELDING (musicothérapeute clinicienne)
Le Relais Petite Enfance invite les parents avec leurs enfants de 0 à 3 ans à découvrir la musique comme un outil favorisant le développement socio-émotionnel, le développement psychomoteur, l'acquisition du langage et la socialisation.

- ▶ Relais Petite Enfance (RPE) à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 04 79 07 11 97 ou par mail rpe@hautetarentaise.fr

16h45 > 22h

Théâtre « En attendant l'ado... »

Pièce de théâtre au ton humoristique et décalé interprétée par PDG COMPAGNIE pour parents/jeunes (de 10 à 18 ans). Bernard et Véro se sentent prêts ! Pas question de se laisser intimider par leur ancien lapinou choupinou devenu ado rebelle. Méthodiques et équipés, ils transforment leur salon en camp retranché, bien décidés à affronter la crise d'ado comme une véritable bataille.

- ▶ salle Chorus à Bourg Saint Maurice
- ▶ Inscription obligatoire <https://lessaintexuperiens.webnode.fr/inscriptions>
- ▶ 16h45 : accueil et stands sur la thématique du lien Parents-Jeunes-Acteurs du territoire
- 17h15 : goûter offert
- 17h45 : spectacle suivi d'un débat parents-ados animé par l'association Les Saintexupériens
- 19h : apéritif & collation ponctués d'animation « éclats de parentalité »

18h > 20h

Atelier d'expression corporelle

L'association Nature Expression et Création propose aux enfants à partir de 10 ans avec leurs parents une séance d'expression corporelle : un moment de détente, de danse en musique, à partager avec son enfant.

- ▶ salle Grenette à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 06 13 97 32 16 (6 places)

Vendredi 5 juin

9h30 > 11h30

Rencontre (organisée par La Ruchette)

Vous êtes parents d'enfants en situation de handicap, un atelier interactif vous est proposé par les représentants de DELTHA Savoie afin de vous faire découvrir tous les champs d'action de l'association et ses structures (IME, SESSAD...) sur le département.

- ▶ Campus Alpin à Bourg Saint Maurice
- ▶ Sur inscription au 04 79 00 46 80

Vendredi 5 juin

9h30 > 11h

Café Papote

Parents et enfants de 0 à 3 ans sont conviés à participer à des ateliers animés par des professionnels de la Petite Enfance qui proposeront un échange de pratiques sur les tout petits.

- ▶ Relais Petite Enfance (RPE) à Bourg Saint Maurice
- ▶ Réservation obligatoire au 04 79 07 11 97 ou par mail rpe@hautetarentaise.fr

Samedi 6 juin

10h30 > 12h30

Ateliers culinaires pour les ados (11-15 ans) et un de leurs parents.

Le restaurant Nalou and Co à Aime nous invite à confectionner un déjeuner asiatique (nems, rouleaux de printemps, Tamago sando). Des jeux autour de l'alimentation proposés par le service Jeunesse de la communauté de communes de Haute Tarentaise animeront le temps de la préparation du repas.

- ▶ Restaurant Nalou and Co à Aime
- ▶ Pour les ados (11-15 ans) et un de leurs parents (10 places : 5 adultes, 5 jeunes)
- ▶ Inscription obligatoire par mail à loisirs-jeunesse@hautetarentaise.fr

Mercredi 10 juin

16h > 17h30

Atelier culinaire parents-enfants de 3 à 10 ans

Préparation d'un goûter équilibré et échange autour de l'alimentation avec Leslie HAY (diététicienne nutritionniste)

- ▶ École primaire de Tignes
- ▶ Inscription obligatoire auprès du secrétariat du service Education-Enfance à seej@tignes.net ou au 04 79 40 03 40 (12 places : 6 adultes, 6 enfants)



Inclusion

Vous êtes parents d'enfants bénéficiaire d'un dossier AEEH (ou en cours de validation), les accueils de loisirs 3-11 ans de la Haute Tarentaise et l'Espace Jeunes (11-17 ans) vous proposent une demi-journée gratuite d'immersion en accueil de loisirs.

- ▶ Prendre contact auprès de Mathilde RUSSEAU (chargée de mission Accessibilité à la communauté de communes de Haute Tarentaise) au 06 75 79 77 10.
- ▶ Vos enfants seront accueillis sur les accueils les mercredis de juin ou pendant les vacances d'été.



Retrouvez toutes les informations sur
www.hautetarentaise.fr

LES PARTENAIRES



Relais Petite Enfance

16 rue Saint Michel
1^{er} étage de l'École de Musique
73700 Bourg Saint Maurice
04.79.07.11.97 - rpe@hautetarentaise.fr
www.hautetarentaise.fr

