

Instants parents

Printemps 2026



**Découvrir,
échanger,
partager**

Gratuit

Coordonné par le Réseau d'écoute,
d'appui et d'accompagnement
à la parentalité (Reaap)

Vivre et grandir ensemble

**Vie et
Boulogne** communauté
de communes

Soirée d'ouverture

Instants

parents

Vendredi 27 mars

18h30-21h30 • Espace Eden, La Genétouze

Parce qu'être parent, ça s'apprend, se partage et se vit au quotidien, Instants Parents revient pour une 3^e édition pleine de rencontres, d'échanges et de moments à vivre en famille.

Imaginé avec les acteurs de la parentalité du territoire, cet événement propose un programme varié, ouvert à tous les parents et toutes les personnes intéressées, sur plusieurs communes : ateliers autour de la motricité du tout-petit ou jeux en famille, conférences interactives sur les limites ou l'alimentation, cafés-parents dédiés au numérique ou à l'adolescence...

Feuilletez le programme, choisissez vos rendez-vous en fonction de vos envies et de vos possibilités et venez nous rencontrer dès la soirée d'ouverture le 27 mars !

Conférence gesticulée **Être parent : un manège à sensations fortes !**

19h30-21h30

Tout public

Une conférence gesticulée autour de sketches de Florence Foresti, c'est pour vous, c'est bientôt !

« Le parc, les mamans calmes... », Florence Foresti campe le rôle de la mère dépassée, folle, drôle, qui en a ras le bol. Rôle, même s'il est caricatural pour nous faire rire, qui nous rappelle forcément certaines scènes vécues en tant que parent.

Alors comme être parent, c'est tout sauf simple, on va d'abord en rire. Et si le cœur vous en dit, on va rebondir sur les sketches qu'on aura visionnés. On va se questionner. Pas pour trouver le modèle ou le bon protocole, il n'y en a pas. Mais pour comprendre ce qui se joue dans l'interaction entre vous et votre enfant ou votre ado. Quel message explicite j'envoie ? Quel message implicite j'envoie ? Sont-ils les mêmes ?

Est-ce que ça donne le résultat attendu ?

Si oui, on ne touche à rien.

Si la réponse est non, alors on tentera d'identifier ce qui génère l'inverse de ce que nous voulons et nous épuise.

Et nous construirons ensemble de nouvelles réponses...

Partant(e)s ? Au plaisir de partager ce moment avec vous !

Émilie Michel, psychopraticienne en thérapie brève et formatrice des professionnels de la petite enfance et de l'adolescence

i **Flashez le QR code pour vous inscrire •**
CC Vie et Boulogne • 02 51 98 16 13



i **Sur inscription**



Forum parentalité

18h30-19h30

Rencontrez en toute convivialité les acteurs parentalité du territoire* autour d'un verre et de planches apéritives. Venez échanger sur leurs missions, vos besoins, vous informer et vous inscrire sur les actions Instants parents !

Grand jeu : 2 lots à gagner ! À vous de jouer : les réponses se cachent sur les stands. Tirage au sort en fin de conférence.

*Areams : médiation familiale, Institut médico éducatif d'Aizenay ; Mairies Aizenay, Falleron, Palluau ; Maison départementale des adolescents ; Conseil départemental (Protection maternelle et infantile) ; Solidavie ; structures jeunesse du territoire ; Communauté de communes Vie et Boulogne (Lieu d'accueil enfants parents, Relais petite enfance ; Conseil numérique ; Réseau des médiathèques) ; Union départementale des associations familiales (Udaf)

Découvrir et s'informer

Cadre et limites : des repères pour se positionner

Deux conférences vivantes animées par
Sophie Burgaud, éducatrice de jeunes enfants
et psychopraticienne, qui proposera un éclairage
réaliste, rassurant et concret sur l'éducation
des enfants de 0 à 11 ans.





Focus 0-6 ans

Mar. 28 avril • 20h-22h

Parents

Salle de La Martelle, Le Poiré-sur-Vie

Pourquoi le cadre est essentiel à la sécurité et au développement du jeune enfant ?

Comment poser des limites sans cris et culpabilité quand l'enfant escalade, jette, tape, s'oppose... ?

Autorité, fermeté, violence, quelles différences ?

i Relais petite enfance, LAEP la P'tite escale • 02 51 98 16 13



Focus 6-11 ans

Mar. 2 juin • 20h-22h

Parents

Salle des Sarments d'or, Falleron

Comment poser un cadre sécurisant sans s'épuiser quand les enfants grandissent et gagnent en autonomie ?

Devoirs, écrans, repas, coucher... : comment réagir quand l'enfant ne respecte pas les règles, proteste, négocie ?

Comment favoriser la coopération au quotidien ?

i Mairie de Falleron • 02 51 35 50 91



i Sur inscription

Journée Alimentation de l'enfant

Mercredi 15 avril

Salle de La Martelle, Le Poiré-sur-Vie



Cuisine saine et joyeuse

Parents-enfants (3-12 ans)

10h-12h

Atelier pour une alimentation saine et durable animé par Christine Gain, de Nature, équilibre et harmonie.

12h-13h30

Repas collectif des préparations cuisinées lors de l'atelier

i Centre social Solidavie • 07 63 67 54 43

Atelier : Les 5 sens et les saveurs

Parents-enfants (3-12 ans)

15h30-17h30

Conférence : Comment favoriser le plaisir de manger chez l'enfant ? **Comment agir et réagir face à ses comportements alimentaires ?**

18h30-20h30

Atelier et conférence animés par Marie-Claire Thareau, nutritionniste

i Flashez le QR code ci-dessous pour vous inscrire •
Mairie Le Poiré-sur-Vie • accueilenfance@lepoiresurvie.fr •
02 51 31 80 14



i Sur inscription

Se rencontrer et échanger

Être parent à l'heure du numérique

Parents

Ven. 10 avril • 9h30-11h • Centre social, Aizenay

Un moment convivial pour se retrouver entre parents, échanger, partager et se soutenir dans l'aventure d'être parent aujourd'hui à l'heure du numérique, avec la conseillère numérique Vie et Boulogne et la référente famille du centre social d'Aizenay

 **Centre social Aizenay • 1 rue Monseigneur Gendreau • 02 51 94 53 90 • accueilccas@mairie-aizenay.fr**

Être parent, des hauts et des bas

Futurs et jeunes parents

Ven. 10 avril • 14h30-16h • Maison départementale des solidarités et des familles, Le Poiré-sur-Vie

Vous venez d'être parents, ou vous allez le devenir. Cet événement est source de changements qui vous impactent tous de manière différente. C'est l'occasion de partager avec nous vos ressentis, vos attentes...

 **PMI (Département de la Vendée) • 02 28 85 74 40**

 **Sur inscription**



Les troubles DYS* et TDAH**

Parents et enfants

Sam. 25 avril • 10h-12h • Médiathèque Aizenay

Un temps convivial de partage et d'écoute entre parents, avec en parallèle un espace dédié aux enfants, encadré par l'association Apedys 85

**i Réseau des médiathèques • 02 51 31 88 41 •
aizenay@biblio-vieetboulgne.fr**

Mon ado chamboule tout

Parents

Mar. 26 mai • 18h30-20h45 • Maison citoyenne, Palluau

Parce que l'adolescence est une étape riche en changements et en questionnements pour toute la famille, échangez et partagez votre vécu avec d'autres parents. Atelier animé par des professionnelles de l'Union départementale des associations familiales de la Vendée (Udaf)

i Mairie Palluau • 06 26 47 94 84 • maison.citoyenne@palluau.fr

*Troubles spécifiques du langage et des apprentissages

**Troubles déficits de l'attention avec ou sans hyperactivité

Passer du temps avec son enfant

Connaissez-vous la P'tite escale ?

Parents et enfants 0-3 ans

**Mar. 14 avril • 9h30-12h • Médiathèque,
Saint-Denis-La-Chevasse**

Découvrez ou redécouvrez le Lieu d'accueil enfants parents sur une autre commune !

LAEP la P'tite escale • 06 17 64 85 29

Découvrez le service en vidéo en flashant le QR code ci-contre



Motricité grandeur nature

Parents et enfants 0-6 ans

(fratries bienvenues)

**Jeu. 23 avril ■ 10h30-16h ■ Parc Chanterelle
(Salle Delaroze en cas d'intempéries), Palluau**

Bouger, grimper, sauter... dans un environnement ludique, en extérieur, où les enfants développent leurs capacités physiques tout en s'amusant.

**Relais petite enfance Vie et Boulogne •
PMI (Département de la Vendée) • 02 28 85 76 40**

Toucher massage®

Parents et nourrissons 0-6 mois

**Lun. 27 avril ■ 10h-11h30 - 14h30-16h ■
Maison départementale des solidarités
et des familles, Le Poiré-sur-Vie**

Atelier découverte du massage, parce qu'on peut masser bébé sans être un super héros.

i PMI (Département de la Vendée) • 02 28 85 74 40

Éveil des tout-petits

Parents et enfants 0-3 ans

**Mar. 5 mai ■ 10h-11h30 ■ Salle communale
(derrière la mairie), Beaufou**

**Jeu. 21 mai ■ 10h-11h30 ■ Salle communale n°4
(sous la mairie), Les Lucs-sur-Boulogne**

Ateliers d'éveil pour vos petits explorateurs !
Partagez avec votre enfant un temps de jeu,
de découverte et d'échange.

i PMI (Département de la Vendée) • 02 28 85 74 40

i Sur inscription

Jouons ensemble...

Parents et enfants 8-11 ans

Jeu. 16 avril • 10h15-11h45 • IME, Aizenay

L'Institut médico éducatif d'Aizenay vous ouvre ses portes pour partager un temps de jeux entre enfants et adultes

i IME Aizenay • 02 51 36 18 16

Fête du jeu

Tout public

Mer. 27 mai • 10h-12h30 - 14h-18h •

Salle Les Quatre Rondes, Aizenay

La ludothèque d'Aizenay fête le jeu ! Plongez en famille dans l'univers des *Contes et légendes du monde* avec des animations et des jeux pour petits et grands.

Ludothèque Aizenay • 02 51 06 55 96



Soirées conviviales au sein des espaces jeunesse

Parents, jeunes de plus de 10 ans

Ven. 10 avril • 18h-22h • Aizenay, Falleron

Mar. 21 avril • 18h-22h • La Genétouze

Mer. 22 avril • 18h-22h • Bellevigny (Belleville)

Jeu. 23 avril • 18h-22h • Les Lucs-sur-Boulogne

Jeu. 23 avril • 19h-21h • Palluau

Ven. 24 avril • 19h-23h • Le Poiré-sur-Vie

Parents et ados, venez découvrir l'espace jeunesse de votre commune, échanger avec les animateurs et défier les autres familles autour du célèbre jeu *Une famille en or* !

 **Inscrivez-vous à l'espace jeunesse de votre commune**

Contes en duo

Parents et enfants 8-14 ans

Ven. 24 avril • 10h30-12h • Maison citoyenne Palluau

Les contes traditionnels nous sont tous familiers... et si on s'amusaient à les transformer ? En duo (parent/enfant) ou en trio (parents/enfant), laissez libre cours à votre imagination pour inventer et raconter des contes revisités.

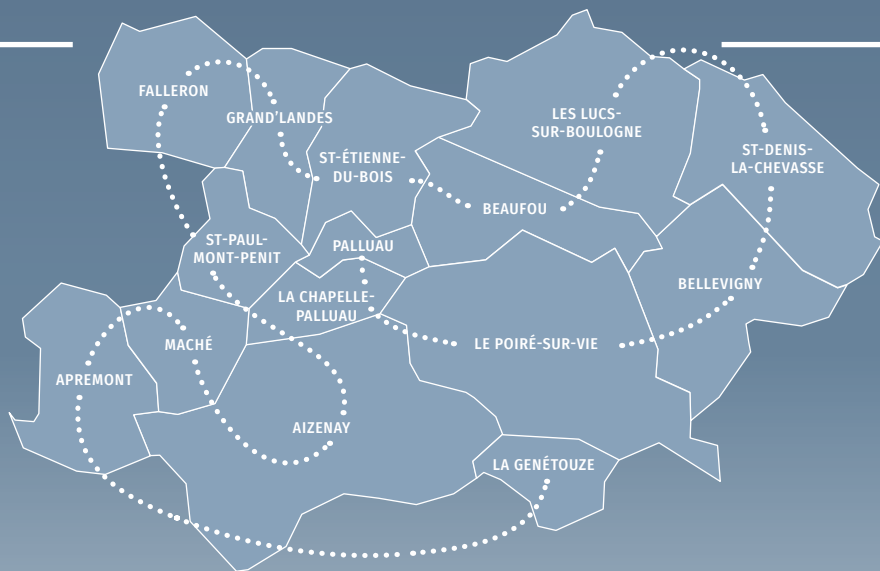
 **Mairie Palluau • 06 26 47 94 84 • maison.citoyenne@palluau.fr**

 **Sur inscription**

À vos agendas

Ven. 27/3 18h30-21h30	Soirée d'ouverture Forum parentalité Conférence gesticulée Être parent, un manège à sensations fortes !	Parents	La Genétouze
Ven. 10/4 9h30-11h	Café-parents Être parent à l'heure du numérique	Parents	Aizenay
Ven. 10/4 14h30-16h	Café-parents Être parent, des hauts et des bas	Futurs et jeunes parents	Le Poiré-sur-Vie
Ven. 10/4 18h-22h	Soirée Espace jeunesse	Parents / Ados +10 ans	Aizenay, Falleron
Mar. 14/4 9h30-12h	Accueil La P'tite escale	Parents / Enfants 0-3 ans	St-Denis-la-Chevassse
Mer. 15/4 10h-12h	Atelier cuisine	Parents / Enfants 3-12 ans	Le-Poiré-sur-Vie
Mer. 15/4 15h30-17h30	Atelier Les 5 sens et les saveurs	Parents / Enfants 3-12 ans	Le-Poiré-sur-Vie
Mer. 15/4 18h30-20h30	Conférence L'alimentation de l'enfant	Parents	Le-Poiré-sur-Vie
Jeu. 16/4 10h15-11h45	Atelier Jouons ensemble à l'IME	Parents / Enfants 8-11 ans	Aizenay
Mar. 21/4 18h-22h	Soirée Espace jeunesse	Parents / Ados +10 ans	La Genétouze
Mer. 22/4 18h-22h	Soirée Espace jeunesse	Parents / Ados +10 ans	Bellevigny (Belleville)

Jeu. 23/4 10h30-16h	Atelier Motricité grandeur nature	Parents / Enfants 0-6 ans	Palluau
Jeu. 23/4 18h-22h	Soirée Espace jeunesse	Parents / Ados +10 ans	Les Lucs-sur-Boulogne
Jeu. 23/4 19h-21h	Soirée Espace jeunesse	Parents / Ados +10 ans	Palluau
Ven. 24/4 10h30-12h	Contes en duo	Parents / Enfants 8-14 ans	Palluau
Ven. 24/4 19h-23h	Soirée Espace jeunesse	Parents / Ados +10 ans	Le Poiré-sur-Vie
Sam. 25/4 10h-12h	Café-parents DYS et TDAH	Parents / Enfants	Aizenay
Lun. 27/4 10h-11h30 14h30-16h	Atelier Toucher massage®	Parents / Bébés 0-6 mois	Le Poiré-sur-Vie
Mar. 28/4 20h-22h	Conférence Cadre et limites : des repères pour se positionner Focus 0-6 ans	Parents	Le Poiré-sur-Vie
Mar. 5/5 10h-11h30	Atelier Éveil des tout-petits	Parents / Enfants 0-3 ans	Beaufou
Jeu. 21/5 10h-11h30	Atelier Éveil des tout-petits	Parents / Enfants 0-3 ans	Les Lucs-sur-Boulogne
Mar. 26/5 18h30-20h45	Atelier Mon ado chamboule tout !	Parents	Palluau
Mer. 27/5 10h-12h30 14h-18h	Fête du jeu	Tout public	Aizenay
Mar. 2/6 20h-22h	Conférence Cadre et limites : des repères pour se positionner Focus 6-11 ans	Parents	Falleron



Les actions se déroulent sur
tout le territoire, pensez à covoiter !

**La Communauté de communes
remercie l'ensemble des personnes
et des structures qui ont participé
à la construction de ce projet.**

Si vous souhaitez rejoindre le Reap,
contactez-nous :
02 51 31 52 59
parentalite@vieetboulogne.fr

Directeur de publication : **Guy Plissonneau**, Président • Création graphique : **Kolk.fr** •
Photos : **AdobeStock**, **CCVB** • Impression : **IGO, Le Poiré-sur-Vie** • Mars 2026

