

INSCRIVEZ-VOUS !

L'inscription à un ou plusieurs ateliers de ce 2^e semestre 2026 (septembre à décembre) se fait via un formulaire en ligne en scannant le QR code ci-contre.

Après inscription, vous serez contacté-e par téléphone pour confirmer votre participation. Si l'atelier est complet, vous serez prioritaire pour la prochaine session prévue au prochain trimestre (juillet-septembre).

Les co-parents sont les bienvenus ! Merci de signaler leur présence dans le formulaire.

Les places sont limitées pour garantir la qualité des échanges.

Tous ces ateliers sont OFFERTS.

Merci d'honorer votre participation après votre inscription. En cas d'empêchement, prévenez !

CONTACT

Nouara LE LHUERN
Puéricultrice / référente
parcours Santé de la
femme et périnatalité
CPTS du Val d'Orge
06 67 31 70 58



Conception graphique © Patrick Tuong

cptsvaldorge.fr



Ateliers
offerts

DEVENIR PARENT :

UNE AVENTURE QUI SE VIT ACCOMPAGNÉE

Ateliers du 2^e semestre 2026 (SEPT. - DÉC.) de soutien à la parentalité pour parents et futurs parents

- 1- Santé grossesse et perturbateurs endocriniens 
- 2- Café des parents « Préparer l'arrivée de bébé » 
- 3- Premiers secours pédiatriques (0-3 ans) 

Plus d'infos : cptsvaldorge.fr

Inscrivez-vous ici !

Ces ateliers sont ouverts aux habitant.e.s du Val d'Orge (Villemaison-sur-Orge, Morsang-sur-Orge, Sainte-Geneviève-des-Bois, Saint-Michel-sur-Orge, Montlhéry, Villiers-sur-Orge, Fleury-Mérogis, Longpont-sur-Orge) ou aux personnes suivies par un professionnel de santé exerçant sur ces communes.



DEVENIR PARENT : UNE AVENTURE QUI SE VIT ACCOMPAGNÉE

Du début de la grossesse jusqu'aux 2 ans de l'enfant, vous vivez une période déterminante pour le développement et la santé de votre enfant, mais aussi pour votre bien-être en tant que parent.

Cette période, aussi belle soit-elle, peut soulever de nombreuses questions :
« **Comment bien me préparer ? Quels sont les bons réflexes à adopter ? Comment concilier mon nouveau rôle avec mes autres responsabilités ?** »
Il est normal de se sentir parfois incertain ou d'avoir besoin de repères.

Un accompagnement pris en charge et bienveillant

La CPTS du Val d'Orge, avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé et en partenariat avec l'Assurance Maladie, propose aux parents et futurs parents des ateliers de soutien à la parentalité offerts.

Ces temps d'échange sont animés par des professionnels de santé formés à la périnatalité (médecins, puéricultrices, sage-femmes...). Ils se déroulent en petits groupes, dans un cadre sécurisant et respectueux, où chacun peut s'exprimer librement.

Objectifs

- Vous informer sur le suivi de grossesse et les premiers mois avec bébé ;
- Vous transmettre des informations pratiques et des gestes de prévention ;
- Créer un espace d'écoute et de partage d'expériences ;
- Vous apporter des réponses concrètes à vos interrogations ;
- Renforcer vos compétences parentales et votre confiance.

À qui s'adressent ces ateliers ?

- Femmes enceintes et futurs co-parents ;
- Parents d'enfants de 0 à 3 ans

... et habitant.e.s du Val d'Orge (Villemoisson-sur-Orge, Morsang-sur-Orge, Sainte-Geneviève-des-Bois, Saint-Michel-sur-Orge, Montlhéry, Villiers-sur-Orge, Fleury-Mérogis, Longpont-sur-Orge) ou aux personnes suivies par un professionnel de santé exerçant sur ces communes.



3 ATELIERS COMPLÉMENTAIRES PROPOSÉS

Santé grossesse et perturbateurs endocriniens 10-12 16h-18h30

Vous attendez un bébé et vous vous posez des questions ? Votre suivi de grossesse vous semble parfois difficile à comprendre ? Quels produits utiliser pendant la grossesse ? Comment protéger votre bébé des perturbateurs endocriniens ? Maternité, sage-femme, suivi en ville : comment s'y retrouver ? Parce qu'attendre un bébé ne devrait pas rimer avec mille questions sans réponse, cet atelier s'adresse aux futurs parents.

- **Jeudi 17 sept., 26 nov. et 10 déc.** à la Clinique de l'Yvette - Maternité à Longjumeau ;
- **Jeudi 24 sept., 8 oct., 19 nov. et 17 déc.** à la Médiathèque Jacques Prévert à Villiers-sur-Orge.

Café des parents « Préparer l'arrivée de bébé » 8 9h30-11h

Le café des parents est un espace d'écoute et de partage pour pouvoir poser TOUTES vos questions, même celles qui vous semblent « bêtes ». Des réponses claires et bienveillantes seront apportées par des professionnels de santé autour de multiples sujets : sommeil, allaitement, pleurs, retour à la maison, émotions, fatigue, organisation, couple, reprise du travail... Il sera aussi l'occasion de rencontrer d'autres parents qui vivent la même chose que vous dans un cadre convivial !

- **Mercredi 23 sept.** à la Médiathèque Louis Aragon à Morsang-sur-Orge ;
- **Mercredi 7 oct.** à la Médiathèque Andrée Chédid à Villemoisson-sur-Orge ;
- **Mercredi 4 nov.** à la Médiathèque Olivier Léonhardt à Sainte-Geneviève-des-Bois ;
- **Mercredi 25 nov.** à la Salle des jardins partagés à Morsang-sur-Orge ;
- **Mercredi 2 déc.** au Relais de la Petite Enfance à Montlhéry.



Premiers secours pédiatriques (0-3 ans) 6 9h30-12h30

Les accidents domestiques sont la première cause d'accidents chez les 0-3 ans : étouffement, chute, brûlure, convulsion... Et pourtant, la plupart peuvent être évités ou maîtrisés si vous savez quoi faire. Cet atelier permet à tout parent de reconnaître les signes d'alerte qui nécessitent d'agir vite, de pratiquer les gestes qui sauvent, et à faire face aux petits bobos du quotidien.

- **Mercredi 30 sept., samedi 7 nov., mercredi 18 nov.** à la Médiathèque Andrée Chédid à Villemoisson-sur-Orge ;
- **Samedi 10 oct. et 12 déc.** à la Maison de la Petite Enfance à Morsang-sur-Orge ;
- **Mercredi 14 oct.** au Relais de la Petite Enfance à Montlhéry ;
- **Mercredi 16 déc.** à la Médiathèque Olivier Léonhardt à Sainte-Geneviève-des-Bois.

