

L'ESPACE DE VIE SOCIALE VOUS PROPOSE

LES INSTANTS FAMILLES



SPÉCIAL "MOIS DE LA PARENTALITÉ"
PARENT'AISE : LÂCHEZ DU LEST



F a m i l l e



Gratuit
Sans
inscription



Parents, enfants, ... et si on prenait le temps de se retrouver ?

Quatre rendez-vous conviviaux pour échanger, partager et souffler en famille.
Les mardis

13 octobre : "En douceur" (automassages)
20 octobre : "Détente étoilée" (lire et écouter)
27 octobre : "L'alimentation durable"
3 novembre : "Atelier créatif nature"

Réservez ces dates dans vos agendas, on vous prépare de belles surprises !

Scannez-moi pour plus d'infos



Octobre
Novembre
2026

Mois de
la parentalité



PARENT'AISE
Lâchez du lest

Scannez et
consultez
le programme
détaillé !



L'ESPACE DE VIE SOCIALE VOUS PROPOSE

INSTANT FAMILLE EN DOUCEUR

MARDI

13

OCTOBRE

2026

DE 16H30
À 18H30

ACCUEIL DE LOISIRS,
MONTAIN



Famille



Gratuit
Places
limitées

Prendre soin de soi, tout en douceur avec son enfant, atelier mené par **Delphine Pardon**
"Natur'Ailes"

Une invitation à la découverte du massage et de l'automassage : des gestes simples à refaire chez vous, pour relâcher les tensions et se reconnecter. Une ambiance cocooning, légère et bienveillante, pour souffler et repartir apaisé.

Rendez-vous à l'accueil périscolaire de Montain pour un moment suspendu.

***Activité réservée aux familles dont l'enfant est habituellement inscrit à l'accueil de loisirs.**

OCTOBRE ROSE : Tout au long du mois d'Octobre, participez à notre fil rose en portant un vêtement ou un accessoire rose : un beau montage photo sera réalisé.

L'ESPACE DE VIE SOCIALE VOUS PROPOSE

INSTANT FAMILLE DÉTENTE ÉTOILÉE

MARDI

20

OCTOBRE

2026

DE 16H30
À 18H00

ACCUEIL DE LOISIRS,
BLETTERANS



Gratuit
Place
limitées

Famille

Une parenthèse sous les étoiles

Offrez-vous une pause.

**Installez-vous dans notre cocon étoilé : un espace
douillet pour souffler, le temps d'un petit ¼ d'heure, une
petite demi-heure, une petite heure.**

**Sur place, en partenariat avec la médiathèque de
Bletterans : une sélection de lectures du fonds
« facile à lire », des histoires en audio et bien d'autres
surprises pour vous évader avec votre enfant.**

***Activité réservée aux familles dont l'enfant est
habituellement inscrit à l'accueil de loisirs.**

Gaëlle GONIN evs@bressehauteseille.fr 06 85 86 00 98



EVS
ESPACE DE VIE SOCIALE

**Bresse
Haute
Seille**
COMMUNAUTE
DE COMMUNES

L'ESPACE DE VIE SOCIALE VOUS PROPOSE

INSTANT FAMILLE

L'ALIMENTATION DURABLE

MARDI

27

OCTOBRE

2026

DE 16H30
À 18H00



ACCUEIL DE LOISIRS,
SELLIÈRES



Famille



Gratuit
Places
limitées

Vous venez récupérer votre enfant à l'accueil de loisirs, on vous invite à rester un moment avec nous !

Au programme : des activités ludiques et interactives à partager en famille : challenges, quiz, recettes antigaspi...

De quoi passer un bon moment ensemble tout en découvrant des astuces pour cuisiner malin et gaspiller moins.

Un temps convivial, gratuit et ouvert à tous. On vous attend nombreux !

En partenariat avec la Mutualité Française BFC et l'ARS.

***Activité réservée aux familles dont l'enfant est inscrit à l'accueil de loisirs.**

OCTOBRE ROSE : Tout au long du mois d'Octobre, participez à notre fil rose en portant un vêtement ou un accessoire rose : un beau montage photo sera réalisé.

Gaëlle GONIN evs@bressehauteseille.fr 06 85 86 00 98



EVS
ESPACE DE VIE SOCIALE

**Bresse
Haute
Seille**
COMMUNAUTE
DE COMMUNES

L'ESPACE DE VIE SOCIALE VOUS PROPOSE

INSTANT FAMILLE

ATELIER CRÉATIF NATURE

MARDI

03

NOVEMBRE

2026

DE 16H30
À 18H00

ACCUEIL DE LOISIRS,
DOMBLANS



F a m i l l e



Gratuit
Places
limitées

Et si on prenait le temps de créer ensemble, avec ce que la nature nous offre ?

A votre disposition, feuilles, brindilles, pommes de pin, écorces... On transforme ces trésors en œuvres éphémères, couronnes, mobiles ou petits tableaux nature.

Un moment simple et convivial à partager entre parents et enfants, pour observer, manipuler, imaginer... et repartir avec sa création !

Petit goûter offert.

Activité réservée aux familles dont l'enfant est inscrit à l'accueil de loisirs.

OCTOBRE ROSE : Tout au long du mois d'Octobre, participez à notre fil rose en portant un vêtement ou un accessoire rose : un beau montage photo sera réalisé.

Gaëlle GONIN evs@bressehauteseille.fr 06 85 86 00 98



EVS
ESPACE DE VIE SOCIALE

Bresse Haute Seille
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES