



ENSEMBLE en LIEN

Une saison d'activités pour les familles

"Ensemble, en lien" est un projet né de la volonté de rassembler et d'impliquer largement, sur notre territoire, différents publics autour d'actions liées à l'enfance et à la parentalité.

Aussi, de février à juin, un large panel d'activités gratuites s'offrira aux familles, dans divers lieux et sur différents créneaux, afin de partager des ateliers artistiques, des spectacles, rencontrer différents acteurs locaux lors d'un forum ou encore partager des moments festifs...

Un vaste programme pour faire des expériences, apprendre, jouer, se rencontrer, éveiller les enfants, soutenir les familles, élargir notre regard et nos pratiques, dans la joie d'être ensemble, en lien !

activités avec pastilles de couleurs, sur inscriptions !

FEVRIER

Vendredi 6 Spectacle pour adultes
« Ma non-violence ordinaire »
Espace Culturel de Quingey 20h30
en partenariat avec Association Hissez Haut

Samedi 7 Atelier d'échanges autour du spectacle "Ma non-violence ordinaire"
Espace Culturel de Quingey 9h30-12h30 Contact : 07 85 20 36 70

Jeudi 26 Médiation animale
Multi accueil d'Arc et Senans 9h30

Samedi 28 Atelier danse parents/enfants
Salle des fêtes de Liesle de 10h à 11h

MARS

Mercredi 4 Ludothèque
Salle des fêtes d'Arc et Senans de 9h30 à 11h30

Lundi 9 Cercle de parents
Relais Petite Enfance de Quingey 9h30 - 11h30

Vendredi 13 Médiation animale
Micro Crèche de Quingey 9h30

Mercredi 18 Atelier peinture
Médiathèque de Quingey 15h-16h maternelles 16h-17h primaires

Vendredi 20 Forum Parentalité
Espace Culturel de Quingey de 15h à 19h30

- De nombreux stands d'informations pour toute la famille avec des professionnels de l'enfance pour vous orienter et vous accompagner
- Des animations pour petits et grands

Lundi 23 Atelier peinture
Multi Accueil d'Arc et Senans 9h30

Samedi 28 Danse parents/enfants
Salle des fêtes de Liesle 10h à 11h

Lundi 30 Atelier peinture
Multi Accueil d'Arc et Senans 9h30

AVRIL

Mercredi 1er Circomotricité
Gymnase de Quingey de 9h à 10h et de 10h30 à 11h30

Jeudi 2 Atelier peinture
Espace culturel de Quingey de 10h à 11h

Vendredi 3 Les p'tits bouquins
Médiathèque de Quingey de 10h à 11h

Vendredi 24 Massages bébés
Relais de Quingey de 9h à 10h et de 10h à 11h

Samedi 25 Cercle de parents
Relais de Quingey de 9h30 à 11h30

Lundi 27 Atelier peinture
Micro crèche de Quingey 9h30

MAI

Lundi 4 Atelier peinture
Micro crèche de Quingey 9h30

Mardi 5 Atelier peinture
Salle des fêtes de Chay 9h30 - 11h30

Lundi 18 Cercle de parents
Relais de Quingey de 9h30 à 11h30

Vendredi 29 Spectacle pour les petits
"Le tour de mon jardin"
Salle des fêtes d'Arc et Senans 17h15

JUIN

Vendredi 5 Les p'tits bouquins
Médiathèque de Quingey de 10h à 11h

Vendredi 5 Grande fête de fin de projet
Antic et Thé (repli à l'Espace culturel en cas de pluie) de 17h à 19h00
Nombreux espaces de jeu pour toute la famille, cirque, musique, exposition...

ENSEMBLE en LIEN

Une saison d'activités pour les familles

Un projet rendu possible par le soutien du dispositif "Tous famille" de la CAF du Doubs. Il a été initié et piloté par:

Le Relais Petite Enfance
de la communauté de Communes Loue Lison secteur de Quingey
03 81 63 72 05 relais.quingey@famillesrurales.org

La Micro crèche "La Souris verte"
de Quingey
09 65 40 12 29 quingey.microurisverte@francas-doubs.fr

Le multi accueil "Les Doudous"
d'Arc et Senans
03 81 59 09 48 arcetsenans.ma@francas-doubs.fr

en partenariat avec
 La médiathèque de Quingey
03 81 63 88 57 lesmotsdeloue.mediatheque@gmail.com

« ! » **Merci de vous inscrire auprès des structures en fonction des pastilles de couleur ci-dessus que vous retrouverez dans le programme au dos**

CERCLES DE PARENTS

ANIMÉS PAR UNE INFIRMIÈRE PUÉRICULTRICE

DES ÉCHANGES, DE L'ÉCOUTE,
DU PARTAGE D'EXPÉRIENCES



RELAIS PETITE ENFANCE
D'AVANNE
11 RUE DE L'EGLISE 25720
AVANNE-AVENEY



• LE 3 AVRIL DE 9H30 À 11H30
• LE 4 MAI DE 9H30 À 11H30
• LE 5 JUIN DE 9H30 À 11H30

RELAIS PETITE ENFANCE DE
QUINGEY
3 PLACE SAINT-MARTIN 25440
QUINGEY

• LE 9 MARS DE 9H30 À 11H30
• LE 25 AVRIL DE 9H30 À 11H30
• LE 18 MAI DE 9H30 À 11H30

POUR TOUS LES PARENTS D'ENFANT-S DE MOINS DE 3 ANS

GRATUITS

SUR INSCRIPTION AU : **06.43.50.11.02**



Les Cercles de parents sont des temps d'échange destinés aux familles avec enfants de 0 à 3 ans, pour les accompagner dans les premières années de parentalité.

Ils sont animés par une infirmière puéricultrice qui aborde, selon les besoins et les attentes des parents présents, de nombreux sujets : les difficultés de sommeil, la gestion des émotions, les étapes de la diversification alimentaire, l'accompagnement de l'allaitement, les difficultés relationnelles et éducatives, les activités d'éveil et les ressentis des parents.

Cette action s'adresse à tout parent, quelle que soit sa situation.

Les séances durent deux heures. Cela peut être plus court si les familles le désirent,

En résumé, C'est quoi les Cercles de parents ?

- Une bulle d'échanges au bénéfice des jeunes et futurs parents
- La possibilité de rencontrer d'autres familles, de partager ses questionnements, ses doutes ou ses difficultés et d'y trouver des pistes de réponses, des ressources autour de soi
- Un temps de partage convivial, dans la bienveillance et le non jugement
- Un moment qui fait du bien, qui peut ressourcer lorsque l'on se sent isolé, épuisé
- Ces temps sont accessibles gratuitement à tous les parents ayant un enfant de moins de 3 ans.
- Les futurs parents sont également les bienvenus.

La présence d'une professionnelle puéricultrice apporte une dimension supplémentaire de prévention, d'information et de ressources, notamment autour de la santé, du développement de l'enfant et de la parentalité.

Se familiariser avec des gestes favorisant le bien-être de votre bébé...

Gratuit!

ENSEMBLE en LIEN

Une saison d'activités pour les familles

MASSAGES BÉBÉS

VENDREDI
24 AVRIL
 DE 9H À 10H
 DE 10H À 11H

RELAIS PETITE ENFANCE QUINGEY PLACE ST MARTIN

Avec Marion de "Sur le nuage de Thélia"

Sur inscription :

arcetsenans.ma@francas-doubs.fr

03 81 59 09 48

Le programme complet d'Ensemble en lien ici

ASSOCIATION FAMILIALE Cal de Doubs

TOUS FAMILLE POUR ET AVEC LES PARENTS

Relais petite enfance

Familiales rurales

les francas

La Bourde Verte

Le massage pour les bébés offre de nombreux bienfaits, à la fois physiques et émotionnels.

Il favorise la détente et améliore la qualité du sommeil. Grâce au toucher doux et rassurant, le bébé se sent en sécurité, ce qui renforce le lien affectif avec ses parents. Le massage stimule aussi la circulation sanguine, soutient le développement musculaire et aide le bébé à mieux prendre conscience de son corps.

C'est un moment privilégié de partage, de calme et de bien-être, essentiel à son épanouissement.

Les massages pour bébé comportent des bienfaits pour les enfants, mais aussi pour les parents.

Masser son bébé permet de développer sa relation avec lui et contribue à son développement

Le massage est un moment privilégié qui vous permet de mieux connaître votre bébé.



Développer adresse, motricité et agilité en jouant avec son tout petit...



Une saison d'activités pour les familles



**CIRCOMOTRICITÉ
AVEC NILS**

**LE 1ER AVRIL
DE 9H À 10H
DE 10H30 À 11H30**

GYMNASÉ DE QUINGEY

Sur inscription :

relais.quingey@famillesrurales.org

03 81 63 72 05

quingey.mclausourisverte@francas-doubs.fr

09 65 40 12 29



Les activités de cirque peuvent être abordées par les tout-petits avec des exercices adaptés à leur âge.

Ils développent ainsi leur agilité et leur confiance en eux.

Cet atelier invite les tout-petits à explorer leur corps à travers le jeu, la motricité et les manipulations.

Rouler, grimper, lancer, s'équilibrer, sauter, se suspendre... autant d'expériences qui stimulent la coordination, l'équilibre et la confiance en soi.

Une activité ludique qui nourrit à la fois le développement psychomoteur, l'estime de soi et le lien parent-enfant.



Gratuit!

Découvrir l'Art par l'expérience dès tout petit...

**ENSEMBLE
en LIEN**

Une saison d'activités pour les familles

**ATELIERS
PEINTURE**

MERCREDI 18 MARS
Médiathèque Quingey
15-16h : maternelles
16h-17 : primaires

JEUDI 2 AVRIL
Espace culturel Quingey
10h-11h :
0-3 ans accompagnés

MARDI 5 MAI
Espace culturel Quingey
10h-11h
(temps de jeu de 9h30 à 11h30)
0-3 ans accompagnés)

Médiathèque :
03 81 63 88 57
lesmotsdelaloue.mediathèque@gmail.com
Relais Petite Enfance
03 81 63 72 05
relais.quingey@famillesrurales.org

Le programme complet d'Ensemble en lien ici :





Les ateliers peinture pour les tout-petits sont une formidable occasion de découvrir le monde à travers les couleurs et les sensations. En manipulant la peinture avec leurs mains ou des outils adaptés, les enfants développent leur motricité fine et leur coordination. Ces moments favorisent aussi l'expression des émotions et la créativité, sans recherche de résultat, mais dans le plaisir d'explorer. La peinture stimule les sens, encourage la curiosité et aide les tout-petits à gagner en confiance. C'est un temps ludique et bienveillant qui soutient leur développement tout en respectant leur rythme.

Cet atelier est également proposé aux familles de la micro crèche et du Multi accueil. Toutes les créations seront exposées le 05 juin lors de la grande fête des tout petits.



Découvrir et prendre soin des animaux dès tout petit...

**ENSEMBLE
en LIEN**
Une saison d'activités pour les familles

**MÉDIATION
ANIMALE
À LA MICRO CRÈCHE**

VENDREDI 13 MARS

DE 9H30 À 10H30

avec Sylvie Large

Le programme complet
d'Ensemble en lien ici :



**ENSEMBLE
en LIEN**
Une saison d'activités pour les familles

**MÉDIATION
ANIMALE
AU MULTI ACCUEIL**

LUNDI 26 FÉVRIER

DE 9H30 À 10H30

avec Sylvie Large

Le programme complet
d'Ensemble en lien ici :



La médiation animale est une activité douce qui permet aux jeunes enfants de rencontrer des animaux dans un cadre sécurisé et bienveillant. La présence de l'animal rassure, apaise et aide l'enfant à se sentir en confiance.

Grâce à ces moments de partage, les tout-petits développent leur sensibilité, leur curiosité et leur capacité à communiquer. Toucher, observer et interagir avec l'animal favorise l'éveil sensoriel et émotionnel. La médiation animale encourage aussi l'empathie, le respect du vivant et aide les enfants à mieux gérer leurs émotions. Ces instants précieux contribuent au bien-être, à l'épanouissement et au développement harmonieux des plus jeunes.



S'exprimer et créer de la complicité par le corps avec son tout petit...

Gratuit!

**ENSEMBLE
en LIEN**

Une saison d'activités pour les familles

**DANSE
PARENTS
ENFANTS
0-3 ANS**

SAMEDI 28 FÉVRIER
Salle de fêtes de Liesle
10h-11h :

SAMEDI 28 MARS
Salle des fêtes de Liesle
10h-11h

Le programme complet
d'Ensemble en lien ici : 

Relais Petite Enfance
03 81 63 72 05
relais.quingey@famillesrurales.org



La danse parents-enfants est un moment privilégié de partage et de complicité. À travers le mouvement et la musique, le parent et l'enfant se connectent autrement, sans mots, dans un espace de plaisir et de liberté.

Danser ensemble permet à l'enfant de développer sa motricité, son sens du rythme et sa créativité, tout en renforçant sa confiance en lui. Pour le parent, c'est l'occasion d'être pleinement présent, à l'écoute et de créer un lien affectif fort avec son enfant. Ces instants de danse favorisent l'expression des émotions, la détente et le bien-être de toute la famille. Ils contribuent à nourrir la relation parent-enfant et à construire des souvenirs précieux, dans la joie et le mouvement



Le p'tit tour de mon jardin, un spectacle musical joyeux et festif pour les tout- petits et toute la famille.

Le spectacle vivant offre aux tout-petits une première rencontre magique avec l'art et l'imaginaire. À travers les couleurs, les sons, les mouvements et les émotions, l'enfant découvre le monde de manière sensible et ludique. Assister à un spectacle stimule la curiosité, l'éveil sensoriel et l'attention des jeunes enfants.

Ces moments favorisent aussi l'expression des émotions et développent l'imaginaire, tout en respectant le rythme et la sensibilité de chacun.

Le spectacle vivant est un temps de découverte et de partage qui contribue à l'épanouissement et au bien-être des tout-petits, en ouvrant dès le plus jeune âge la porte à la culture et à la créativité.

la ludothèque propose des espaces de “jeu libre” adapté aux tout petits.

Le jeu libre est un moment essentiel pour le développement des tout-petits.

En jouant à leur rythme, sans consignes imposées, les enfants explorent, découvrent et expérimentent le monde qui les entoure.

Ces moments favorisent la créativité, l’imagination et la confiance en soi et permet aussi de développer la motricité, la concentration et la capacité à résoudre des problèmes, tout en respectant le rythme de chaque enfant.

Enfin, le jeu libre est un temps de plaisir et de liberté, où l’enfant apprend à se connaître, à exprimer ses émotions et à interagir avec les autres dans la joie et la curiosité.

Laissez-lui du temps pour créer quand il joue librement !

Cet atelier est proposé sans inscription.

L'accès est libre et gratuit.

Découvrir l'Art par l'expérience dès tout petit...

ENSEMBLE en LIEN

Une saison d'activités pour les familles

ATELIERS PEINTURE À LA MICRO CRÈCHE

**LUNDI 27 AVRIL
LUNDI 4 MAI
DE 9H30 À 10H30**

avec Estelle N'Gouah
de l'Atelier Corps et Graphique

Le programme complet d'Ensemble en lien ici :

Cal du Doubs TOUS FAMILLE Quingey Familles rurales Relais les Francas Le Bourlet Vert



**Grande fête de fin d'année
vendredi 05 juin
de 17h à 19h
Programme en cours
infos à venir prochainement**

