

**Parents, Professionnels**, cette newsletter vous est destinée.

Vous y trouverez des **ressources autour de la Parentalité** sur votre territoire.

N'hésitez pas à nous transmettre toutes remarques ou informations à partager.

## Les parents ont la parole

*« Ma grossesse s'est passée sans encombre...*

*J'étais dans la joie, la préparation, la projection. Je n'ai eu aucun problème de santé. Mon accouchement en revanche a été long et difficile. Et on m'a tout de suite enlevé mon bébé pour ne me le ramener que de nombreuses heures plus tard. Les deux premières semaines cet enfant me semblait étranger. Je ne le connaissais pas. J'étais sidérée. Je n'étais pas préparée à ça.*

*Mon mari était à l'aise. Cela m'a aidé. Mais j'aurais eu besoin d'être accompagnée. J'ai eu le sentiment d'être une mauvaise mère... »*

*« J'ai deux enfants de 2ans et demi et 2 mois. Je suis un papa qui aide mais jamais vraiment assez selon ma compagne. Elle me reproche de ne pas être autant investi qu'elle. Je viens d'une famille où les femmes s'occupaient seules de la maison. Moi je m'implique. Alors c'est dur d'entendre ça. Et puis on est tellement fatigués, épuisés. Elle me dit que je devrais lire ou regarder des vidéos sur la parentalité. Moi j'ai juste envie de confier les enfants et qu'on parte en vacances ! Parce que la grande fait des crises depuis peu et là j'ai juste l'impression que je vais explorer ou m'écraser.»*

*Julie et Christine*



# A vos agendas



## - LES POINTS ÉCOUTE EVS ALBERT CALMETTE FRONTIGNAN

Tél : 04 67 03 43 58

- Famille le jeudi de 8h30 à 12h30 animé par l'EPE sur RDV tél : 04 67 03 43 58
- Jeunes le mercredi de 14 h à 18 h animé par le PEPA sur RDV tél : 04 67 60 86 46

## - POINT ÉCOUTE PARENTS, ENFANTS, ADOLESCENTS À SÈTE

ASSOCIATION Être au monde Tél 07 81 92 60 71

## - LES CAFÉS DES PARENTS FRONTIGNAN

Coorganisés par l'EVS Albert Calmette et FLR. Lieu :

Au coin des filles : les jeudis 13 avril, 11 mai, 15 juin de 17h15 à 18h15.

## - LA MATINÉE DES BÉBÉS

Médiathèque Montaigne : Tous les mardis de 10h à 12h

Médiathèque Mitterrand et Médiathèque Malraux :

Tous les jeudis de 9h à 12h30

## - LES COINS OÙ L'ON CAUSE (CAFÉ DES PARENTS) DU CENTRE SOCIAL DU CCAS DE SÈTE :

A la ludothèque 1,2,3 Jouons 1 Bd Daniele Casanova de 10 h à 12 h,

- Le lundi 3 avril « L'équilibre alimentaire »
- Le lundi 22 mai « La question du langage »
- Le lundi 12 juin « Grossesse multiple »

A la ludothèque Ile aux jeux, Immeuble le Lamparo Ile de Thau de 10 h à 12 h,

- Le mardi 18 avril « La question du langage »
- le mardi 16 mai « Sport et santé »
- Le mardi 20 juin « Le développement moteur de l'enfant »

A la ludothèque Froment, 9 rue Robespierre de 10 h à 12h

- Le vendredi 14 avril « Sport et santé »
- Le vendredi 12 mai « Grossesse multiple »
- Le vendredi 9 juin « La séparation, la violence chez le petit enfant »

## - ASSOCIATION PLANÈTE PARENTS DE FRONTIGNAN :

Permanence téléphonique Mardi et vendredi matin 06.25.09.28.10

## -ASSOCIATION FEMMES EN LANGUEDOC ROUSSILLON FL

Renseignements au : 04 34 53 54 62

## - ASSOCIATION CARMA FAMILY

### « DU DÉSIR D'ENFANTS AUX PREMIERS PAS DE PARENTS »

Vivez votre maternité avec confiance et sérénité Permanence téléphonique Du Lundi au vendredi de 9h30 à 16h30 Tél 07 60 75 68 95 [contac@car-ma.fr](mailto:contac@car-ma.fr)

## ASSOCIATION L'INSTANT PARTAGÉ

19 grande rue à Gigean



# A vos agendas



## - LE SERVICE « LES LIEUX DU LIEN »

- A Frontignan La Peyrade, toute la semaine,  
9 route de Balaruc, tél : 09 51 83 80 54  
- A Sète, le vendredi matin  
Centre Social les Voûtes, rue Révolution  
Et Mairie annexe Ile de Thau.

## - RÉSEAU THAU PARTENARIAT PETITE ENFANCE

Réunion Parents et professionnels de la petite enfance du Bassin de Thau, le mardi 18/04/2023 de 13h30 à 16h30  
au Thaurus à Mèze autour du thème :  
« Observer, favoriser et soutenir la communication de l'enfant. »

## LA FÊTE DE L'IMAGINAIRE À BALARUC-LE-VIEUX

le Dimanche 09 avril 2023 de 10:00 à 18:00 100% gratuit

## - CORSO FLEURI DE MÈZE:

Lundi 01 mai 2023 de 14:30 à 18:30  
Lundi 08 mai 2023 de 14:30 à 18:30

## - LUDOTHEQUE EN GOGUETTE

Médiathèque Balaruc-Les-Bains  
Mercredi 03 mai 2023  
de 10:00 à 12:00 et de 14:00 à 17:00 Suivez les ludothécaires  
de la médiathèque Montaigne et leurs grands  
jeux en bois, sur les routes de l'agglomération !  
Entrée libre

## - MÉDIÉVALES À L'ABBAYE SAINT-FÉLIX-DE-MONTCEAU

Gigean  
Dimanche 21 mai 2023  
de 10:00 à 20:30  
gratuit

## - A FÊTE DU PRINTEMPS

Marseillan  
du mercredi 05 au lundi 10 avril 2023,

## - LE PRINTEMPS DES PETITS AU SEIN DES SIX MÉDIATHÈQUES DE SAM

Un festival dédié aux enfants de la naissance à 6 ans  
Du 1er avril au 13 mai  
Programme sur [www.mediatheques.agglopoie.fr](http://www.mediatheques.agglopoie.fr)

## - FÊTE MONDIALE DU JEU EN FAMILLE « CONTES ET LÉGENDES » VENEZ DÉGUISÉ !

Gratuite et libre d'accès  
Samedi 13 mai de 14 h à 19h, Parc de la Pierrerie, rue du Moulin à vent à Sète.



# LES BESOINS DU BÉBÉ ET DE SES PARENTS

« Les 1000 premiers jours de la vie d'un enfant sont extraordinaires. Avant même sa naissance et jusqu'à l'âge de deux ans, son corps et son cerveau se développent de façon spectaculaire. Sa santé, son bien-être, ses relations commencent déjà à se construire.

Pendant cette période, les enfants sont très sensibles aux milieux où ils grandissent et à leurs premières expériences de vie. Cela influence durablement leur développement. C'est pour cela qu'il est important de faire au mieux pour répondre à leurs besoins essentiels. On sait aujourd'hui qu'un enfant a surtout besoin de beaucoup d'attention, d'une bonne alimentation et d'un environnement sain et sûr.

Les 1000 premiers jours sont aussi un moment important dans la vie des parents. L'entourage ainsi que les professionnels de santé et de la petite enfance jouent alors un rôle essentiel d'aide et de conseil tout au long de cette période. »

« Être parent est une tâche intense et exigeante en partie parce que nos enfants peuvent nous demander ce que personne d'autre ne pourrait ou ne voudrait nous demander. Ils nous voient de plus près que quiconque, ils nous tendent constamment un miroir où nous regarder. Ce faisant, ils nous donnent la chance de nous voir autrement, de nous interroger consciemment sur ce que peuvent nous apprendre nos rapports avec eux. Cette conscience nous permet alors de faire des choix qui favoriseront la croissance interne de nos enfants en même temps que la nôtre. Notre interdépendance nous permet d'apprendre et de grandir ensemble. »

Myla et Jon Kabat-Zinn

\*Sources Commission des 1000 jours

## UNITE DE SOINS AMBULATOIRES PARENTS-BEBES MAISON DES PARENTS-BÉBÉS

Le service pédopsychiatrie des Hôpitaux du Bassin de Thau a ouvert une Unité de Soins Ambulatoires Parents-Bébés (USAPB) sous la responsabilité médicale des Docteurs Catherine LAMOULIE et Anne DEBOURDEAU en septembre 2021.

Structure nouvelle de prévention secondaire et de soins spécifiques dans la période des 1000 premiers jours, de la grossesse jusqu'aux deux ans de l'enfant, ce lieu propose des soins adaptés aux souhaits et besoins des familles en situation de vulnérabilité psychique, avec le souci d'être au plus près de cette période de bouleversement émotionnel.

Petite maison, proche de l'hôpital (en haut du parking du personnel), Ouverte deux jours par semaine, les lundis et les jeudis de 9h00 à 18h00, avec une équipe constituée de deux pédopsychiatres, d'une psychologue clinicienne, d'une puéricultrice, d'une psychomotricienne, d'une assistante sociale et d'une secrétaire médicale afin de pouvoir proposer des soins renforcés à une même famille si nécessaire.

La première rencontre pour accueillir les familles se fait deux jours par semaine : les lundis de 9h00 à 10h30 et les jeudis de 16h30 à 18h00, après un échange avec un professionnel autour de la grossesse et de la petite enfance qui nous a contacté après avoir fait un travail de repérage. Le travail de partenariat est un outil indispensable complémentaire aux missions de secteur de pédopsychiatrie.

Nous faisons partie du secteur de pédopsychiatrie de Sète et du Bassin de Thau qui reçoit les familles de Sète, de Frontignan, Vic-la-Gardiole, Balaruc les Bains et le Vieux, Mèze, Bouzigues, Villeveyrac, Loupian, Poussan, Montbazin et Gigean. Nous avons décidé avec l'accord du secteur de pédopsychiatrie de Béziers de recevoir aussi les familles d'Agde et de Marseillan car nombreuses sont celles suivies durant la grossesse et qui accouchent à Sète.

Les soins spécifiques proposés aux futurs parents et familles avec leurs bébés sont des groupes de femmes enceintes, des groupes de parents avec leurs enfants, des observations thérapeutiques, un travail de guidance interactive avec des moments filmés et travaillés avec les parents ce qui peut se faire sur le lieu de soins ou au domicile.

Par ailleurs, nous sommes une équipe ressource pour les professionnels de la petite enfance en proposant un travail de réflexions partagées et/ou de formation auprès des LAEP et des crèches.

Docteurs Catherine LAMOULIE, Anne DEBOURDEAU

Tel : 04 30 84 13 70 Hôpital St Clair, Bd Camille Blanc Sète

usapb@ch-bassindethau.fr

# LES LIEUX ACCUEIL ENFANTS/PARENTS ( LAEP) DU BASSIN DE THAU



## SETE

3 LAEP :

HORAIRES ET CONTACTS PAR  
TÉL OU SITE DE LA VILLE

### CENTRE-VILLE

1,2,3 JOURS !

tél 04 99 04 77 14

### CHÂTEAU VERT FROMENT

tél 04 67 53 28 40

### L'ILE DE THAU

L'ILE AUX JEUX

04 67 18 84 78

## GIGEAN

"LES CANAILLOUS"

sur RDV au tél 04 67 69 00 81

Le mercredi de 8 h 30 à 12 h 30,  
salle des associations.

## FRONTIGNAN LA PEYRADE

"LE JARDIN DE MATHIEU",

- Les lundis de 15 h à 18 h à l'EVS,  
Citée Calmette, 7 imp des Merles
- Les mercredis de 14 h 30 à 17 h à la  
Maison de la solidarité, 12 av Jean Moulin

Contact : laep@frontignan.fr

ou par Tél pour le lundi

au 04 67 53 47 04

et pour le mercredi de 14 h à 14 h30

au 04 67 18 54 80.

## MÈZE

"BABILLAGES"

Jardin André Montet, rue Privat  
le lundi de 14 h à 18 h et les mercredis  
de 8h30 à 12h30 dans les locaux d  
l'Accueil de Loisirs Périscolaire  
(ALP) de l'école Germaine

Coty - Rue Guy Soulé (hors vacances  
scolaires) accès libre sans RDV, pour  
renseignements

Tél : 04 67 43 60 67

## BALARUC

LES BAINS

« BALARONDE »

mercredi de 9h à 12 h espace Louise Michel

## MARSEILLAN

« LAEP / LUDO THÈQUE

LA PARENT'AISE »

LIEU D'ACCUEIL ENFANTS / PARENTS

(0 À 6 ANS)

ouvert les jeudis de 9h à 12h  
(hors vacances scolaires)

LUDO THÈQUE (0 À 6 ANS)

Ouvert les jeudis de 11h à 17h  
(hors vacances scolaires)

située 2bis Boulevard Pauline BUISSON."



## ▶ LETTRE À UN JEUNE PARENT : CONSEILS POUR FAIRE GRANDIR LES ENFANTS

*Catherine Gueguen , Ed Les arènes, 2020*



▶ [HTTPS://WWW.PERINATALITE-OCCITANIE.FR/](https://www.perinatalite-occitanie.fr/)  
[HTTPS://WWW.1000-PREMIERS-JOURS.FR/FR](https://www.1000-premiers-jours.fr/fr)



## ▶ PODCAST JOURNAL D'UN NOUVEAU-NÉ

*Les Pieds sur terre-France Culture*

<https://www.franceculture.fr/emissions>

[les-pieds-sur-terre/journal-dun-nouveau-ne-15-la-rencontre](https://www.franceculture.fr/emissions/les-pieds-sur-terre/journal-dun-nouveau-ne-15-la-rencontre)



## ▶ LE PODCAST DES MATERNELLES

*France Télévisions*

<https://www.lamaisondesmaternelles.fr/tag/podcast>



## Présentation du réseau parentalité

En partenariat avec la CAF, les villes de Sète et de Frontignan ont créé un poste de coordination parentalité ayant pour objectifs principaux :

- Identifier, valoriser les ressources, et actions du territoire en termes de parentalité.
- Mobiliser les parents comme acteurs et force de proposition.

Cette newsletter est un outil destiné à répondre à ces objectifs.



## CONTACTS

- Fabienne Belogradoff, coordonnatrice parentalité  
Sète et Bassin de Thau [fbelogradoff-ccas@ville-sete.fr](mailto:fbelogradoff-ccas@ville-sete.fr)

- Joanne Millet, coordonnatrice parentalité  
Frontignan et Bassin de Thau [j.millet@frontignan.fr](mailto:j.millet@frontignan.fr)