



Octobre
Novembre
2026

Mois de
la parentalité

PARENT'AISE
Lâchez du lest



Samedi 10 octobre

SPECTACLE "NÜ" CONCERT POUR TOUT PETITS
PAR LA CIE PASSE MONTAGNE
10h00
Médiathèque - Saint-Claude
Gratuit sur inscriptions médiathèque 03 84 45 05 69

Mercredi 14 octobre

● ITINÉRANCE LUDIQUE Parents & Enfants 0-6 ans
9h00 - 10h00
Salle Soezelen/motricité/coin lecture
Maison de la Petite Enfance - Square du Cuchet - Saint-Claude
Gratuit sur inscription par Sms au 06 99 15 90 52

● ATELIER CUISINE Parents & Enfants 3-10 ans
13h30 - 16h00
Accueil de loisirs de Chabot - 15 rue du commandant Vallin - Saint-Claude
Gratuit sur inscription au 03 84 45 47 62 - direction.alchabot@mairie-saint-claude.fr

Samedi 17 octobre

● ÉVEIL MUSICAL Parents & Enfants 0-6 ans
10h30 - 11h30
Médiathèque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription auprès de l'Espace Mosaïque au 03 84 45 22 97

● SIESTE MUSICALE Parents
12h15 - 13h15
Médiathèque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription auprès de l'Espace Mosaïque au 03 84 45 22 97

Samedi 17 & 31 octobre

STAND CAFÉ PAPOTE ET INFOS "RÉPIT PARENTAL" Parents
17/10 : 10h00 - 12h00
Médiathèque - Saint-Claude
31/10 : 9h00-12h00
Centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription auprès de l'Espace Mosaïque au 03 84 45 22 97

Mercredi 28 octobre

● ATELIER CRÉATIF PARENTS / ENFANTS Parents & Enfants
14h00 - 15h00 et 15h00 - 16h00
Centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription auprès de l'Espace Mosaïque au 03 84 45 22 97

● GRANDS JEUX EN BOIS
14h00 - 16h00
Centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
Gratuit et en libre accès

● ATELIER BIEN-ÊTRE PARENTS Parents
16h30 - 17h30
Centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription auprès de l'Espace Mosaïque au 03 84 45 22 97

● SPECTACLE "LE CHEMIN DE PAPIER" Parents & enfants à partir de 1 an
2 représentations
à 10h30 au centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
à 15h30 à la Médiathèque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription au 03 84 45 77 38

Mercredi 28
& Samedi 31 octobre

SOPHROLOGIE PARENT / ENFANT Parents & Enfants
9h30 - 10h30
Centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
Gratuit sur inscription auprès de l'Espace Mosaïque au 03 84 45 22 97

Samedi 31 octobre

Découverte du LAEP (Lieu d'Accueil Enfants - Parents) Parents & Enfants
9h00 - 12h00
Centre social Espace Mosaïque - Saint-Claude
Libre accès

Lundi 12 octobre

ATELIER SNOEZELLEN - 30' Séances à 9h30 et 10h15
Chaussin-Maison partagée
Sur inscription : creche@cc-laplain-jurassienne.com

Mardi 20 octobre

SPECTACLE SENSORIEL DE FLORIALLE
9h45 - 10h45 Dès la naissance
Chaussin - Salle de conférence de la Communauté de communes
Sur inscription : creche@cc-laplain-jurassienne.com

Mardi 27 octobre

ATELIER MASSAGE BÉBÉ Parents et enfants de 0-1 an
14h30
Chaussin - Salle de conférence de la Communauté de communes
Sur inscription : creche@cc-laplain-jurassienne.com

jeudi 05 novembre

CAFÉ DES PARENTS
9h30 à 11h00
Chaussin - Maison partagée
Sur inscription : creche@cc-laplain-jurassienne.com

PLAINE
JURASSIENNE

Mercredi 14 octobre & mardi 3 novembre

CRÉNEAUX LAEP PEPP'S 0 - 6 ans
9h00 à 12h00
Accueil de Loisirs 17 chemin des Vignes - Gendrey
Informations au 06 09 36 16 74 ou laep@jura-nord.com

Mardi 03 novembre

ATELIER DES FAMILLES
9h30 - 11h00
Dampierre
Informations auprès du service PMI de Dole

JURA NORD

Mercredi 21 octobre

● ANIMATION VACANCES : ATELIER FABRICATION FEUILLES, FLEURS, INSECTES avec du carton, tissu et objets déformés
10h - 12h, Café Recyclerie - Orgelet
14h - 16h, Recyclerie - Arinthod
Informations : Adapemont au 03 84 85 47 91

● ATELIER RÉPARATION VÉLOS
15h00 - 17h00
Recyclerie - Clairvaux-les-Lacs
Informations : Adapemont au 03 84 85 47 91

Vendredi 16 octobre

ATELIER QUOI DE NEUF "LE JEU"
9h00 - 11h30
Relais Petite Enfance - Champagnole
Informations : Service PMI Champagnole

Vendredi 06 novembre

ATELIER QUOI DE NEUF "LES ÉMOTIONS DE L'ENFANT"
9h00 - 11h30
Relais Petite Enfance - Champagnole
Informations : Service PMI Champagnole

Mardi 03 novembre

LE COUPLE APRÈS LA NAISSANCE Pour les parents !
20h00 - 22h30
Maison de santé - Champagnole
Gratuit sur inscription : Service PMI Champagnole

CHAMPAGNOLE
NOZEROT
JURA

HAUT JURA
ARCADE

Samedi 10 octobre

JOURNÉE D'OUVERTURE DU MOIS DE LA PARENTALITÉ
10h00 - 16h00
Hauts-de-Bienne : Nombreuses animations tout au long de la journée !

Samedi 17 octobre & 07 novembre

CAFÉ PAPOTE AUTOUR DU QUOTIDIEN FAMILIAL, FATIGUE PARENTALE ET RYTHMES DE L'ENFANT Parents & Enfants accueillis en crèche
10h00 - 11h30
Espace Pavigny - Lons
Multi Accueil Victor Hugo - Lons ou Val de Sorne
Gratuit - inscription conseillée
Informations : RPE au 03 84 47 85 85, Multi Accueil 03 84 25 54 39

Mardi 13 octobre

SOIRÉE CONFÉRENCE DÉBAT "PARCOURS DE SANTÉ DE L'ENFANT"
18h30 - 20h30
Centre Social Pavigny salle 302 - Lons-le-Saunier
Libre et gratuit
Informations : 03 84 47 88 34

Jeudi 15 octobre

INAUGURATION DE LA GRANDE LESSIVE
Ateliers créatifs au sein des crèches les jours précédents
Au sein des crèches - ECLA
Libre et gratuit
Informations : auprès des crèches

Lundi 12 octobre

ATELIER "SOMMEIL ET PLEURS"
19h00 - 20h30
MDS - Hauts-de-Bienne
Informations auprès du service PMI

ECLA
LONS
AGGLOMÉRATION

jeudi 22 octobre

● ATELIER INITIATION MASSAGE BÉBÉ Parents & Bébé
9h30 - 11h00
Maison des solidarités - Lons-le-Saunier
Sur inscription auprès du service PMI de Lons-le-Saunier

● ATELIER CÉRAMIQUE PARENTS - ENFANTS Parents & Enfants
17h00 - 18h00
Espace Pavigny - Lons-le-Saunier
Gratuit sur inscription au RPE 03 84 47 85 85

Jeudi 29 octobre

ATELIER YOGA PARENTS - ENFANTS Parents & Enfants 0-3 ans accueillis en crèches
17h00 - 18h00
Espace Pavigny - Lons-le-Saunier - Gratuit sur inscriptions au RPE 03 84 47 85 85

Mardi 03 novembre

CONFÉRENCE "LE SOMMEIL ET LE RYTHME DES FAMILLES" ANIMÉE PAR PAULINE POMMIER
Heure à préciser
Centre social Pavigny salle 302 - Lons
Accès libre et gratuit - Informations : 03 84 47 85 73

Jeudi 05 novembre

VOYAGE DONORE RELAXANT PARENTS - ENFANTS Parents & Enfants accueillis en crèche
17h00 - 18h30
Espace Pavigny - Lons-le-Saunier
Gratuit - sur inscription au RPE 03 84 47 85 85

samedi 07 novembre

CONFÉRENCE PARTICIPATIVE "FAMILLE, ÉCRANS ET TEMPS DE VIE, TROUVER SON ÉQUILIBRE" Parents & Jeunes à partir de 12 ans
10h00 - 12h00
Atelier canopé - chemin des Dombres - Lons-le-Saunier
Accès libre - Informations : 03 84 47 61 22

BRIN DE CAUSSETTE : "QUOI DIRE OU NE PAS DIRE DEVANT SES ENFANTS"
20h - 21h30
Café Recyclerie - Orgelet
Informations : Adapemont au 03 84 85 47 91

Mercredi 28 octobre

ANIMATION VACANCES : ATELIER CRÉATION DE DÉCORATIONS D'HALLOWEN ET DES PORTRAITS DE SQUELETES
à partir de matériaux récupérés
14h - 16h, Recyclerie - Clairvaux-les-Lacs
Informations : Adapemont au 03 84 85 47 91

PORTE DU JURA

Lundi 12 et Mercredi 14 octobre & lundi 02 Mercredi 04 novembre

DÉCOUVERTE DU LIEU D'ACCUEIL ENFANTS - PARENTS
12/10 et 02/11 : 15h30 - 18h00
Accueil de loisirs - 4 rue de la gare - Cousance
14/10 et 04/11 : 9h00 - 11h30
Maison de l'enfance - 7 allée des capucines - Saint Amour
Libre accès

Mardi 13, mercredi 14, jeudi 15 et vendredi 16 octobre

DÉCOUVERTE DU RELAIS PETITE ENFANCE
9h - 11h00
13/10 : Salle d'activités de la Mairie - Beaufort-Orbagna
14/10 : Salle de motricité de l'école - Vincelles
15/10 : Salle d'activités de l'Accueil de loisirs - Cousance
16/10 : maison de l'enfance - Saint Amour
Libre accès

Mercredi 21 octobre & 28 octobre

UFOBABY - MOTRICITÉ
15h00 - 17h00
4 rue de la gare - Cousance
Gratuit sur inscription au 06 69 94 52 41 ou vie-sociale@ccporteducjura.fr

Mercredi 21 et 28 octobre

LA PARENTHÈSE - ECHANGES ENTRE PARENTS
9h30 - 11h00
Maison de l'enfance - Saint Amour
Gratuit sur inscription au 06 69 94 52 41 ou vie-sociale@ccporteducjura.fr

Mardi 03 & vendredi 06 novembre

BÉBÉ LECTEURS
03/11 : Médiathèque Firmin Gémier - Saint Amour - 9h30-11h00
06/11 : Salle d'activités de l'hôtel de ville - Beaufort-Orbagna - 10h00 - 11h30
Gratuit sur inscription sur le site de la Médiathèque : <https://www.mediathèque.ccporteducjura.fr>

Mardi 13, 20, 27 octobre & 03 novembre

ATELIER CYCLE - MASSAGE BÉBÉ
9h45 - 11h15
Accueil de loisirs - 4 rue de la gare - Cousance
Gratuit sur inscription auprès du service PMI

Jeudi 22 & vendredi 30 octobre

COCON MUSICAL EN FAMILLE
10h00 - 11h00
22/10 : Maison de l'enfance - Saint Amour
30/10 : Salle d'activités - Beaufort-Orbagna
Gratuit sur inscription au 06 69 94 52 41 ou vie-sociale@ccporteducjura.fr

Lundi 26 octobre

LES SENS EN EVEIL DÉCOUVERTE SENSORIELLE
9h00 - 11h00
Maison de l'enfance - Saint-Amour
Gratuit sur inscription à vie-sociale@ccporteducjura.fr au 06 69 94 52 41

Jeudi 29 octobre

NOS MOTS EN MUSIQUE
Ecrire, créer, enregistrer un souvenir en famille
9h30 - 11h30
La Caborde - Montée du Taret - Beaufort-Orbagna
Gratuit sur inscription au 06 69 94 52 41 ou vie-sociale@ccporteducjura.fr

jeudi 05 novembre

TEMPS DE RENCONTRE FUTURS PARENTS / JEUNES PARENTS
14h00 - 16h00
Maison de santé - Saint Amour
Libre accès

STATION LES ROUSSES

Mercredi 21 octobre

JOURNÉE DE RÉPIT, D'ÉCHANGES ET DE SOUTIEN AUX PARENTS CONCERNÉS PAR L'AUTISME ET AUTRES TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT
Animée par l'association ARA39
Toute la journée à partir de 10h00
Chalet de l'école des neiges - Lamoura
Sur inscription au 07 72 88 24 39 ou association.relai.autisme@gmail.com

GRAND DOLE

Lundi 12 octobre

ATELIER PORTAGE BÉBÉ
9h30 - 12h00
Maison des solidarités - Dole
Sur inscription auprès du service PMI de Dole

mardi 13 octobre

ATELIER ALLAITEMENT MATERNEL
9h30 - 11h30
Maison des solidarités - Dole
Sur inscription auprès du service PMI de Dole

Mercredi 14 octobre

ATELIER "OUTILS DU QUOTIDIEN, ORGANISATION ET CHARGE MENTALE"
14h30 - 16h30
Centre social Olympe de Gougues - Mesnils Pasteur - Dole
Sur inscription au 07.61.64.98.02 / 03.63.36.70.13 ou camille.fromont@grand-dole.fr

Mardi 20 octobre

ATELIER PARTAGES ET DÉCOUVERTES
9h30 - 11h30
Saint-Aubin
Sur inscription auprès du service PMI de Dole

Samedi 24 octobre

SPECTACLE L'EXAM'AM (SOLO DE CLOWN)
15h30
Salle Brassens - Mesnils Pasteur - Dole
Libre accès sans inscription (jauge limitée à 100 places)
Informations Maison de la Parentalité au 03 84 82 88 38 ou mdp@dole.org

Vendredi 23 octobre

MIEUX COMMUNIQUER AUTREMENT : DÉCOUVERTE DE LA COMMUNICATION ALTERNATIVE ET AMÉLIORÉE
15h00 - 17h00
Maison de la Parentalité - Dole
Sur inscription au 03 84 82 88 38 ou mdp@dole.org

Mardi 27 octobre

ATELIER "MOMENT DE RÉPIT PARENT-ENFANT"
15h00 - 17h00
Centre social L'Escale - Dole
Sur inscription au 03 84 82 34 84 ou 06 95 21 09 58 ou alexandratramoy@loisirspop.com
Places limitées à 5 duos "parent-enfant"

Samedi 31 octobre

ATELIER - "S'AUTORISER À ÊTRE SOI, DÉPASSER LE MYTHE DU PARENT PARFAIT"
9h30 - 11h30
Maison de la parentalité - 154 av. du Maréchal Juin - Dole
Sur inscription au 03 84 82 88 38 ou mdp@dole.org

jeudi 05 novembre

ATELIER PRÉVENTION DES RISQUES SCOLAIRES
14h00 - 16h00
Maison des solidarités - Dole
Sur inscription auprès du service PMI de Dole

Vendredi 6 novembre

INITIATION MASSAGE BÉBÉ
14h00 - 16h00
Maison des solidarités - Dole
Sur inscription auprès du service PMI de Dole

ARBOIS POLIGNY SALINS

Lundi 12 & mercredi 14 octobre

ATELIER FAMILLES "INITIATION MASSAGE BÉBÉ"
9h30 - 11h30
12/10 : Centre Médico-social - Poligny
14/10 : Maison des solidarités - Arbois
Informations : Service PMI

Mercredi 04 novembre

TEMPS DE PAROLE
Prévention des violences faites aux enfants
20h00 - 22h00
Relais Petite Enfance - Arbois
Gratuit sur inscription au 07 84 15 12 65 ou rpe.coeurdujura@mutualite-39.fr

Mercredi 07 octobre & 04 novembre

TEMPS LIEU D'ACCUEIL PARENTS-ENFANTS
Rencontres, échanges, jeu libre
9h00 - 12h00
Maison de l'enfance - Rue Saint-Roch - Arbois
Accès libre - Informations au 07 84 15 12 65 ou rpe.coeurdujura@mutualite-39.fr

VAL D'AMOUR

Samedi 10 octobre

FORUM LOCAL D'OUVERTURE
"MODE AVION ACTIVÉ, COMMENT SURVIVRE À LA VIE DE FAMILLE SANS PERDRE LA TÊTE ... ET SON SOURIRE !"
10h00 - 12h00
Accès libre

Mercredi 14 octobre

TABLE RONDE "COMMUNICATION BIENVEILLANTE ET PARENTALITÉ : COOPÉRATION, AUTONOMISATION, CONFIANCE EN SOI"
10h00 - 11h30
TABLE RONDE "COMMUNICATION BIENVEILLANTE ET PARENTALITÉ : RIVALITÉS, JALOUSIE DANS LES FRATRIES"
10h00 - 11h30 et 13h30 - 15h00

Mercredi 21 octobre

IMMERSION DANS L'UNIVERS DU LAEP ET RPE
9h00 - 12h00
Accès libre

Samedi 24 octobre

ATELIER "FUTURE OU JEUNE MAMAN"
13h30 - 16h00
ATELIER "MIEUX COMPRENDRE LES BESOINS ÉMOTIONNELS DE SON ENFANT"
9h30 - 11h30

Mercredi 04 novembre

ATELIER BARBOUILLE BÉBÉ
10h00 - 11h00
TEMPS D'ÉCHANGE AUTOUR DU POST-PARTUM
13h00 - 14h00
ATELIER JEUX

Samedi 17 octobre

ATELIER "LA BOÎTE À RYTHMES : ALLÉGER SON QUOTIDIEN SANS S'ÉPUISER"
13h00 - 14h30
ATELIER "SE PARLER POUR S'ENTENDRE, LA COMMUNICATION NON VIOLENTE AU SERVICE DE LA PAIX EN FAMILLE"
10h00 - 11h30

Samedi 24 octobre

CAFÉ DES PARENTS
15h00 - 17h00

Mercredi 21 & 28 octobre

ATELIER D'ÉVEIL CORPOREL
10h00 - 11h00

Samedi 31 octobre

CAFÉ DES PARENTS
10h00 - 12h00
ATELIER PHILO "C'EST QUOI UN BON MOMENT EN FAMILLE ?"
10h00 - 11h30
ATELIER PHILO "PRENDRE LE TEMPS ?!"
13h00 - 14h30

L'ensemble du programme de Val d'Amour se déroulera à la Maison des services 02 rue de l'église Ounans

Tous les événements sont GRATUITS et sur INSCRIPTION. ✱ En accès libre.

INSCRIPTIONS AU 03 84 69 48 23

12, 14 octobre & 02, 04 novembre

LAEP LA PARENT'AISE"
12/10 et 02/11
Locaux de l'Accueil de loisirs - Domblans - 8h30 - 11h30
14/10 et 04/11
Médiathèque - Bletterans - 8h30 - 11h30
Accès libre - Informations au 03 84 44 46 80 ou petiteenfance@bressehautesaieille.fr

13, 15 & 16 octobre

BÉBÉ LECTEUR
9h15 - 11h00 dans plusieurs lieux !
13/10 : Médiathèques de Commenailles et de Hauteroche
15/10 : Médiathèque de Bletterans et de Voiteur
16/10 : Médiathèque de Plaineoiseau et Sellières
Gratuit sur inscription au 03 84 44 46 80 ou petiteenfance@bressehautesaieille.fr

Jeudi 15 octobre

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ ET APÉRO DINATOIRE
A partir de 19h30
Accueil de loisirs - Domblans
Gratuit sur inscription au 03 84 44 46 80 ou petiteenfance@bressehautesaieille.fr

Samedi 17 octobre

JOURNÉE DE L'INCLUSION EN BRESSE HAUTE SEILLE
Découverte du sport adapté et rencontre des partenaires favorisant l'inclusion.
14h00 - 17h00
Sellières : plaine de jeux, école, salle des associations, parc.
Accès libre - Informations au 07 84 59 86 85 ou m.rochet@bressehautesaieille.fr

Vendredi 16 & Samedi 17 octobre

PAUSE DOUCEUR PARENTS & PROS
Découverte yoga, respiration, initiation massage, petite randonnée.
16/10 : 18h30 - 21h30 - Accueil de loisirs - Domblans
17/10 : 14h00 - 17h00 - Sellières
Gratuit sur inscription au 03 84 44 48 45 ou r.mokdad@bressehautesaieille.fr

Mercredi 21 octobre & samedi 24 octobre

L'HEURE DU CONTE
10h30
21/10 : Médiathèques de Sellières et Bletterans
24/10 : Médiathèque de Commenailles
Accès libre
Informations au 03 84 44 04 mediatheque@bressehautesaieille.fr

Samedi 24 & Mercredi 28 octobre

ATELIER CRÉATIF EN FAMILLE
24/10 : 14h30 - 16h30 - Médiathèque - Voiteur
28/10 : 14h30 - 16h30 - Médiathèque Commenailles
Gratuit sur inscription au 03 84 44 14 04 ou mediatheque@bressehautesaieille.fr

Du 26 au 30 octobre

SEMAINE "ZEN ET FUN"
Une semaine pour les jeunes et une soirée "répit parental" pour les parents
08h00 - 18h00
Espace jeunes - Bletterans
Soirée "répit parent" à l'accueil de loisirs de Bletterans sur invitation
Gratuit sur inscription à jeunes@bressehautesaieille.fr

Mardi 13, 20, 27 octobre & Mardi 03 novembre

CAFÉ GOURMAND DE L'ESPACE DE VIE SOCIALE "SPÉCIAL FAMILLES"
Matin ou après-midi (contacter EVS)
Accueil de loisirs
Accès libre - Information au 06 85 86 00 98 ou evs@bressehautesaieille.fr

Lundi 02 novembre

SPECTACLE "LE POTAGER DE FILO"
Compagnie Quart de seconde
9h30 - 10h00 et 10h30 - 11h00
Locaux de l'Accueil de loisirs - Rue de la desserte - Domblans
Gratuit sur inscription au 03 84 44 46 80 ou petiteenfance@bressehautesaieille.fr

Jeudi 05 & vendredi 06 novembre

ATELIER PARENTS - ENFANTS
9h15-10h00 et 10h15 - 11h00
5/11 Accueil de loisirs - Place Orion - Bletterans
6/11 Accueil de loisirs- Rue de la desserte - Domblans
Gratuit sur inscription au 03 84 44 46 80 ou petiteenfance@bressehautesaieille.fr

Samedi 07 novembre

MATINÉE BIEN-ÊTRE - YOGA PARENTS
9h00 - 10h00 et 10h15 - 11h15
Accueil de loisirs - Rue de la desserte - Domblans
Gratuit sur inscription au 03 84 44 46 80 ou petiteenfance@bressehautesaieille.fr