



Lundi

6 Juillet

De 15h à 17h
**LA MAISON
DES 1000 JOURS
VOUS ACCUEILLE
AU TÉLÉPHONE**

**Nous vous retrouvons
pour les ateliers et
les animations
dès mardi matin
à Barberey et à Bouilly !**

*Les ateliers et les
animations de l'après-midi
seront reportés en cas de
fortes chaleurs et de
vigilance canicule orange.
N'hésitez pas à nous
contacter pour
tous renseignements.*



Mardi

7 Juillet

BARBEREY
Salle des fêtes
De 9h30 à 11h30
**MATINÉE FESTIVE
C'EST L'ÉTÉ !**

Ateliers d'éveil autour de
l'été et de la plage suivi
d'un pique-nique
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec l'équipe du Réseau
petite enfance de Troyes
Champagne Métropole

BOUILLY
De 14h à 17h
**CONSULTATION
ALLAITEMENT
EN INDIVIDUEL**

Sur RDV
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice
diplômée en Allaitement
Maternel

Mercredi

8 Juillet

VILLECHÉTIF
Salle des fêtes
De 9h30 à 11h30
**MATINÉE FESTIVE
C'EST L'ÉTÉ !**

Ateliers d'éveil autour de
l'été et de la plage suivi
d'un pique-nique
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec l'équipe du Réseau
petite enfance de Troyes
Champagne Métropole

BOUILLY
De 9h30 à 10h15
COCON MUSICAL
De 0 à 7 mois - Sur inscription
De 10h45 à 11h30
**ÉVEIL SONORE &
SENSORIEL**
Dès 8 mois - Sur inscription
avec Chloé Lucquin
La Fabrique des P'tits Bonheurs

Jeudi

9 Juillet

SAINT-LYÉ
De 10h à 12h
**INITIATION
AU PORTAGE
PHYSIOLOGIQUE**
En pré et post-natal
Sur inscription
avec Laura Brocq
Sage-femme libérale

De 9h à 10h30
BALADE NATURE
Marche et bien-être
parents & bébés
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

De 15h30 à 17h
**MAMANS AU NATUREL :
CRÉEZ VOS SOINS
BEAUTÉ MAISON**
Création & astuces de produits
de beauté fait maison
Pour les mamans
Sur inscription
avec Anaïs, Maman des
1000 jours d'Elena et Olivia

Vendredi

10 Juillet

**LUSIGNY
SUR-BARSE**
De 9h à 11h
BALADE NATURE
Marche et bien-être
parents & bébés
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci

De 14h à 15h30
**ALLAITER ET TRAVAILLER
C'EST POSSIBLE !**
Atelier d'informations
et d'échanges
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice
diplômée en Allaitement
Maternel

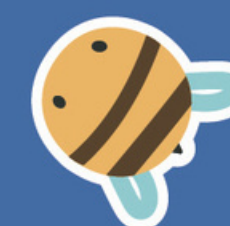
De 14h à 15h30
INFO MODE D'ACCUEIL
Atelier d'informations
et d'échanges
Sur inscription
avec Emilie Sobaco
Educatrice de jeunes enfants

Samedi

11 Juillet

BOUILLY
De 9h30 à 11h
BULLES & PINCEAUX
Aquarelle entre parents et
temps d'échanges autour
du "lâcher prise"
Pour les parents
Sur inscription
avec Zoé Hérard
Psychologue

De 10h à 11h30
**LA MAISON EST
OUVERTE AUX 1000
RENCONTRES !**
Jeux libres pour
les petits & les grands
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice



Lundi

**INFOS DE LA MAISON
DES 1000 JOURS**

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

13 Juillet

15 Juillet

16 Juillet

17 Juillet

18 Juillet

**De 15h à 17h
LA MAISON
DES 1000 JOURS
VOUS ACCUEILLE
AU TÉLÉPHONE**

**Nous vous retrouvons
pour les ateliers et
les animations
dès mercredi matin
à Lusigny-sur-Barse !**

*Les ateliers et les
animations de l'après-midi
seront reportés en cas de
fortes chaleurs et de
vigilance canicule
orange.*

*N'hésitez pas à nous
contacter pour
tous renseignements.*



LE SAVIEZ-VOUS ?

La peau des bébés est
fragile et très sensible
aux rayons du soleil.

L'exposition au soleil
est déconseillée
pour les plus jeunes.
Nous vous conseillons de
profitez du beau temps et
de bébé en restant à
l'ombre, surtout si bébé a
moins d'un an.

Quand bébé grandit,
continuez d'éviter le soleil
entre 12h et 16h, surtout
entre les mois de mai et
d'août. En France
métropolitaine, c'est le
moment où les rayons du
soleil sont les plus forts.

Même si bébé est bien
protégé du soleil, pensez
à lui donner à boire
régulièrement quand il fait
chaud pour éviter les
risques de déshydratation.

<https://www.1000-premiers-jours.fr>

**LUSIGNY
SUR-BARSE**

**De 9h à 10h30
ÉVEIL À LA NATURE**

De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec *Jérôme Sauget*
Educatrice spécialisée

TROYES

**De 10h à 11h30
SE Baigner en
SÉCURITÉ**

**Prévention des
risques aquatiques**
Pour toute la famille
Sur inscription
avec *M. Souvais*,
Brigadier-Chef, Officier de
Prévention et
Le Lieutenant Godon

SAINT-LYÉ

**De 10h à 11h
BULLE DE DOUCEUR
Massages Bébé**
De 0 à 12 mois - Sur inscription
avec *Camille Legrand*
Infirmière du Département

**De 9h à 12h
CONSULTATION
ALLAITEMENT
EN INDIVIDUEL**

Sur RDV
avec *Chloé Mekouci*

**LUSIGNY
SUR-BARSE**

**De 14h30 à 16h
MATERNITÉ & NUTRITION
BIEN MANGER
DE LA GROSSESSE
AU POST-PARTUM**

Sur inscription
avec *Charlotte Siodos*
Diététicienne Nutritionniste

**LA CHAPELLE
SAINT-LUC**
**De 10h à 11h30
SE Baigner en SÉCURITÉ**

**Prévention des
risques aquatiques**
Pour toute la famille
Sur inscription

**LUSIGNY
SUR-BARSE**

**De 9h30 à 11h30
DÉCOUVERTE DU
SNOEZELEN :
UNE APPROCHE
MULTISensorielle !**

Dès 3 mois - Sur inscription
avec *Anaïs Joly*
Infirmière spécialisée

**De 14h à 16h
JE SOUHAITE
ALLAITER MON BÉBÉ,
JE M'INFORME POUR
BIEN DÉMARRER !**

**Atelier d'informations
& d'échanges**
Pour les futurs parents
Sur inscription
avec *Chloé Mekouci*
Infirmière Puéricultrice

TROYES
**De 10h à 11h30
SE Baigner en SÉCURITÉ**

**Prévention des
risques aquatiques**
Pour toute la famille
Sur inscription

**LUSIGNY
SUR-BARSE**

**De 10h à 11h30
BABY GYM**
**Parcours de motricité
et Baby Yoga en famille**

Pour les enfants ayant
acquis la marche
Sur inscription
avec *Angie Gorgeret*
Kinésithérapeute &
Nathalie Monin-Furigo
Psychomotricienne

**De 10h à 11h30
LECTURES SAUVAGES**
Espace de lecture libre
De 0 à 3 ans - Sur inscription
avec *Chloé Mekouci*
Infirmière Puéricultrice

**RENDEZ-VOUS
LE LUNDI 10 AOÛT
POUR LA SUITE
DES ATELIERS !**

Contact : *Chloé Mekouci*
Tél. : 06 66 59 47 25

Mail : maison1000jours@troies-cm.fr



Lundi

10 Août

**De 15h à 17h
LA MAISON
DES 1000 JOURS
VOUS ACCUEILLE
AU TÉLÉPHONE**

**Nous vous retrouvons
pour les ateliers et
les animations
dès demain à Bouilly !**

*Les ateliers et les
animations de l'après-midi
seront reportés en cas de
fortes chaleurs et de
vigilance canicule orange.
N'hésitez pas à nous
contacter pour
tous renseignements.*



Mardi

11 Août

BOUILLY
De 9h30 à 11h30
**ÉVEIL À LA NATURE &
ATELIER COLLAGE
DES 1000 HERBES**

De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

De 14h à 17h
**CONSULTATION
ALLAITEMENT
EN INDIVIDUEL**
**Accompagnement &
conseils pour un
allaitement serein et
respectueux
de vos choix**
Sur RDV
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice
diplômée en Allaitement
Maternel

Mercredi

12 Août

**LUSIGNY
SUR-BARSE**
De 9h30 à 11h30
**LA MAISON EST
OUVERTE AUX 1000
RENCONTRES !**

**Jeux libres et d'eau pour
les petits & les grands**
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

De 9h30 à 10h15
BÉBÉS BULLES
Lecture & Musique
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Isabelle & Frédérique
de la Médiathèque

Jeudi

13 Août

SAINT-LYÉ
De 9h30 à 11h30
**LA MAISON EST
OUVERTE AUX 1000
RENCONTRES !**

**Jeux libres et d'eau pour
les petits & les grands**
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

De 15h30 à 17h
ÉVEIL SENSORIEL
**Découverte des sons &
manipulation des
instruments**
De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

Vendredi

14 Août

**LUSIGNY
SUR-BARSE**
De 9h à 11h
BALADE NATURE
**Marche et bien-être
parents & bébés**
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

De 15h30 à 17h
**PARCOURS DE
MOTRICITÉ**
De 6 mois à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

**INFOS DE LA MAISON
DES 1000 JOURS**

La Maison
des 1000 jours
est un lieu convivial
et chaleureux.

Entièrement gratuite
et libre d'accès,
la Maison des 1000
jours offre un cadre
bienveillant et est
ouverte à tous !

C'est un **lieu ressource**
d'informations
permettant de
favoriser les rencontres
entre les parents, les
futurs parents et les
familles au cours
des **1000 premiers
jours de l'enfant**
(du 4^e mois de la
grossesse aux 3 ans
de l'enfant).



INFOS DE LA MAISON DES 1000 JOURS

Comment bien hydrater votre bébé quand il fait chaud ?

Proposez à boire à votre bébé aussi souvent que possible.

Quand bébé est nourri uniquement avec du lait maternel, proposez lui le sein aussi souvent qu'il le demande.

La composition du lait s'adapte aux besoins en eau de votre bébé.

Quand bébé est nourri avec du lait infantile ou qu'il a une alimentation diversifiée (généralement à partir de 4 mois), nous vous conseillons de lui proposer de l'eau à boire régulièrement entre les biberons même s'il ne manifeste pas sa soif.



INFOS DE LA MAISON DES 1000 JOURS

Quand il fait très chaud on peut lui proposer de l'eau au moins toutes les heures dans la journée et lors des réveils la nuit.

Quand bébé a une alimentation diversifiée, on continue à lui proposer toutes les familles d'aliments, y compris les produits laitiers, comme le yaourt qui est source d'hydratation. Pour les fruits et légumes, on privilégie ceux qui sont riches en eau, comme la pastèque, le melon, les fraises, la tomate, le concombre...
On peut aussi proposer des soupes froides à bébé.

L'eau est la seule boisson indispensable. Evitez les boissons sucrées.

<https://www.1000-premiers-jours.fr>

Mercredi

19 Août

ESTISSAC De 9h30 à 11h30 ÉVEIL À LA NATURE & ATELIER COLLAGE DES 1000 HERBES

De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

Jeudi

20 Août

SAINT-LYÉ De 9h30 à 11h30 ÉVEIL À LA NATURE & ATELIER COLLAGE DES 1000 HERBES

De 0 à 3 ans
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice

De 14h à 16h JE SOUHAITE ALLAITER MON BÉBÉ, JE M'INFORME POUR BIEN DÉMARRER ! Atelier d'informations & d'échanges

Pour les futurs parents
Sur inscription
avec Chloé Mekkouci
Infirmière Puéricultrice
diplômée en Allaitement
Maternel

Vendredi

21 Août

LUSIGNY SUR-BARSE De 10h à 12h PAPOTE & RELAXATION Temps d'échange autour du post-partum suivi d'un temps de relaxation-hypnose

Pour toutes les mères
Sur inscription
avec Cécile Gaspard
Sage-femme libérale

De 9h à 12h CONSULTATION ALLAITEMENT EN INDIVIDUEL Sur RDV avec Chloé Mekkouci Infirmière Puéricultrice

De 15h30 à 17h PEINTURE AU YAOURT Dès 9 mois Sur inscription avec Rachel, Maman des 1000 jours d'Henry

Samedi

22 Août

SAINT-LYÉ De 9h30 à 11h30 SENSIBILISATION AUX PREMIERS GESTES D'URGENCE CHEZ LES NOURRISSONS ET LES ENFANTS

Pour toute la famille
Sur inscription
avec LA CROIX BLANCHE

RENDEZ-VOUS LE MARDI 1^{ER} SEPTEMBRE POUR LA SUITE DES ATELIERS !

MAISON DES 1000 JOURS



Lusigny-sur-Barse

16 rue de la Jonchère
Mercredi et vendredi
9h-12h / 14h-17h *

Saint-Lyé

9 route de Grange-l'évêque
Jeudi
9h-12h / 14h-17h *

Estissac

rue de la République
Mardi
9h-12h / 14h-17h *

Bouilly

2 rue des Combattants
d'AFN
Lundi
9h-12h / 14h-17h *
*en dehors de ces horaires, sur RDV



Chloé Mekkouci
06 66 59 47 25
maison1000jours@troies-cm.fr

Retrouvez tout
le programme en
scannant le QR code