

Septembre - décembre 2026

Le Programme

Lieu ressources



parentalité

Les groupes d'échanges et d'entraide entre parents

Premiers pas de parents

Ateliers, échanges et rencontres pour les futurs parents et parents de jeunes enfants autour de l'arrivée du bébé :

- Atelier Massage parent-bébé (0-6 mois)
- Echanges autour des pleurs du nourrisson
- Accompagner la diversification alimentaire
- La motricité de la naissance aux premiers pas (futurs parents - 6 mois)
- Découvrir les couches lavables

Présentation, dates et inscriptions sur le site.

Grandir avec mon tout petit

Un groupe d'échange destiné aux parents d'enfants de la naissance à 3 ans.

Jeudi 8 octobre, 5 novembre et 3 décembre de 18h30 à 20h - Sur inscription

Mon enfant a deux maisons

Un groupe d'échange destiné aux parents séparés
Jeudi 15 octobre, 5 novembre, 26 novembre et 17 décembre de 18h30 à 20h - Sur inscription

Ensemble en Famille

Atelier d'éveil parents-enfants (1-3 ans)

Pour les parents et leurs enfants à partir de 9h30
Les vendredis en période scolaire - Sur inscription
Et aussi samedi 10 octobre (0-4 ans)

Atelier Sophrologie en duo (6-10 ans)

Samedi 10 octobre - Sur inscription

Lieu d'accueil enfants-parents (0-6 ans)

L'Echappée Bell' à la Mdq la Bellangerais
Tous les mardis en période scolaire
Entre 9h et 12h - Accueil libre
Ouvert également le mardi 20 octobre

Prendre soin de soi pour prendre soin de son enfant

Echanges autour des besoins et des émotions du parent, pour accompagner son enfant avec disponibilité et sérénité.

Jeudi 15 octobre, 26 novembre et 3 décembre
Sur inscription - de 18h30 à 20h

Mon ado et moi

Echanges autour de ce que chacun vit et découvre avec son ado

Vendredi 16 octobre, 13 novembre et 11 décembre de 12h15 à 13h45 - Venez avec votre pique-nique
Sur inscription

"Parents connectés - Les réseaux Sociaux

Jeudi 15 octobre, de 18h30 à 20h30
Sur inscription

Les services aux familles

Médiation familiale

Parents séparés - Familles en conflit
02 30 03 95 80 - Sur rendez-vous

Questions de Parents

Des consultations parentalité portées par des psychologues, ouvert à tous parents
Sur rendez-vous

Stop harcèlement en milieu scolaire

Des consultations pour les jeunes aux prises avec une situation de harcèlement en milieu scolaire et leur famille. Sur rendez-vous

Espace ressources de la Maison des familles

Rencontre, information, orientation...
Sur demande



Udaf 35

1 rue du Houx à Rennes

Tél : 02 30 03 95 60

www.udaf35.fr

Du lundi au vendredi

De 9h à 12h30 et de 14h à 17h

(Sur rdv les jeudis matin et vendredis après-midi)

