



Liste des lieux utiles pour les parents

LA GROSSESSE ET L'ALLAITEMENT

Les lieux clés

Le CHU de Nantes et son Lactarium: Le lactarium accueille les mamans et répond aux appels téléphoniques pour conseiller, soutenir les parents. Ouvert tous les jours, de 10h30 à 16h (sauf jours fériés). *Informations complémentaires au 02 40 08 34 82. Hôpital mère-enfant – maternité: 38 boulevard Jean-Monnet à Nantes.*

Les PMI: contacter le centre le plus proche des chez vous pour rencontrer sages -femmes et puéricultrices. *La liste des PMI de votre secteur se trouve juste en dessous dans l'encadré L'alimentation de l'enfant..*

Les ateliers et moments d'échanges

Allo Allaitement 44: 4 mamans bénévoles vous répondent par téléphone .RDV sur cette page pour connaître leurs coordonnées <http://alloallaitement44.fr/contact/reseau-telephonique/> L'association organise également 5 temps d'échanges autour de l'allaitement une fois par mois sur tout le département. *Pour tout savoir : <http://alloallaitement44.fr/rencontres/calendrier/>*

L'ALIMENTATION DE BEBE

Les PMI lieux clés pour en parler

CMS Ste Luce

2 rue Jules Verne
02 40 25 61 69

CMS St Herblain Bourg

128 bld François Mitterrand
44800 SAINT-HERBLAIN
02 40 86 00 80

CMS Bugallière

9 rue du Pont Marchand
44700 Orvault
02 40 63 09 41

CMS St Servan

6 rue de Saint Servan
44800 SAINT-HERBLAIN
02 40 46 46 06

CMS Couëron

76 Boulevard de l'Europe
02 40 86 10 77

CMS Plaisance

Allée de l'Ille
44700 Orvault
02 40 76 41 45

CMS l'Angevinière

9 bis avenue de l'Angevinière
44800 SAINT-HERBLAIN
02 40 63 58 02

CMS La chapelle sur Erdre

Espace Méridis
2 rue Martin Luther King
02 40 29 75 57

LES LIEUX ET TEMPS D'ÉCHANGE AVEC DES PROFESIONNELS OU ENTRE PARENTS

Les lieux d'accueil Parents/Enfant sont des espaces de rencontres, de paroles et de jeux pour les enfants jusqu'à 4 ans, accompagnés de leurs parents, grands-parents ou assistante maternelle. L'accueil est gratuit et sans inscription. Il en existe 3 sur ce secteur:

- **Pap, Mam et moi:** à Couëron . Ouvert à tous les mardis et jeudis de 9h15 à 12h15 – plus d'infos au Centre Pierre-Legendre - 02 40 86 13 42. 11, rue de Verdun (derrière la CPAM) au rez-de-chaussée de la résidence Beauregard.
- **La Marelle:** à St Herblain. Ouvert à tous les Lundis et vendredi de 15 h à 17 h 30. Le Carré des services, 15 rue d'Arras . Renseignements :02 28 25 26 27
- **Mikado:** à St Herblain. Ouvert à tous les Mardis de 15 h 00 à 17 h 30 et jeudis de 9 h 00 à 11 h 30 . Espace petite enfance, 19 avenue de l'Angevinière– Renseignements: 02 28 25 26 27



Liste des lieux utiles pour les parents

LES ACTIONS POUR TOUTE LA FAMILLE

Les ateliers cuisine

Les marmites du monde: Un atelier de cuisine pour échanger des recettes du monde, se rencontrer et passer un moment convivial et gourmand. Le Mardi de 9h30 à 13h30 . *Pour plus d'informations: Centre socioculturel du Sillon, 12 bis avenue des Thébaudières à St Herblain - 02 28 25 26 80. Tarif adhésion 10€.*

Centre socioculturel du Soleil Levant: Plusieurs ateliers cuisines sont proposés une fois par mois : Cuisinez malin, Cuisine du monde et Cuisine indienne. *Plus d'informations au 02 28 25 26 90 - 44, rue de la Blanche à St Herblain.*

Centre socioculturel de la Bernardière: Une fois par moi venez découvrir une nouvelle recette. *Plus d'informations au 02 28 25 22 90 - 11, rue de Dijon à St Herblain.*

Centre Henri Normand: Plusieurs ateliers cuisine sont à découvrir entre adultes ou en familles. *Plus d'informations au 02.40.38.31.99 - Place des Cités à COUERON La Chabossière*