



# 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 les puéricultrices et les sages-femmes. *La liste des PMI de votre secteur se trouve juste en dessous dans l'encadré L'alimentation de l'enfant.*

## L'ALIMENTATION DE BEBE

### Les PMI lieux clés pour en parler

**CMS Rezé Pont Rousseau**

31 rue Aristide Briand  
44400 REZE  
02.53.59.67.50

**CMS de Saint Jean de Boiseau**

15 rue Pierre Mendès France  
02 40 65 64 34

**CMS de Bouguenais**

1 rue Edmond Bertreux  
02 40 32 03 03

**CMS de Vertou**

rue de la garenne  
02 40 34 20 38

**CMS Henri Mainguet**

15 rue Henri Mainguet  
44230 St Sébastien sur Loire  
02 40 80 57 08

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

**Le K'fé des parents:** Une fois par mois, un temps d'échange est proposé aux parents encadré par une thérapeute psychocorporelle. Inscription conseillée. *Plus de renseignement en contactant le Centre socio-culturel Ragon au 02.28.25.29.40 - 9, rue du Vivier à REZE.*

**La Pause Parent-enfant:** Envie de partager, besoin de se ressourcer, recherche d'adresses utiles... Dans un espace convivial, le Centre socioculturel Loir et seil de Rezé vous propose une écoute, des temps d'échanges, des accompagnements, un lieu ressource... Entrée libre, participation au petit déjeuner (brioche, thé...). Le mercredi matin en dehors des vacances scolaires, de 9h à 12h. Vous pouvez venir avec vos enfants (coin pour les petits). *Plus d'informations : 02 40 84 45 50 - Maison du Port-au-Blé, 2 rue de Véga à Rezé.*

**Ludi Mini:** Temps d'accueil parents-enfants de 0 à 3 ans. gratuit. Venez partager un temps d'échange avec d'autres parents et/ou de jeu avec votre enfant. Ouvert les mercredis et vendredis de 9h30 à 11h30, au Centre Socio-Culturel Ragon à Rezé. Inscription obligatoire. *Plus d'infos au 02.28.25.29.44.*

# Liste des lieux utiles pour les parents

## LES ACTIONS POUR TOUTE LA FAMILLE

### Les ateliers cuisine

**Aux saveurs partagées – Maison pour tous** : Les participants choisissent en amont les recettes qui seront concoctées lors de l'atelier culinaire (un entrée, un plat et un dessert). 1 fois par mois 9h – 12H . Une participation est demandée lors de l'inscription, selon conditions de ressources (entre 1.50 € et 3.50 €). *Plus d'informations: 2, rue Célestin Freinet à Bouguenais 02 40 32 02 12.*

**Cuisine en famille- Maison pour tous** : préparation d'un goûter ou d'un repas adapté aux enfants. Un atelier à chaque vacances scolaires. Sur inscription avec petite participation financière.

*Plus d'informations: 2, rue Célestin Freinet à Bouguenais 02 40 32 02 12.*

**Echanges culinaires – CSC Jaunais Blordière**: Echanges et réalisations de recettes avec dégustation ou repas en fin de séance ! 1 séance mensuelle. Le mardi de 18h30 à 20h30 ou le jeudi 20h-22h. *Plus d'informations: 31 Chemin Bleu - 44400 Rezé - Tél. 02 28 44 40 00.*

**Atelier cuisine** : Le Centre socioculturel Ragon à Rezé propose un atelier cuisine , venez échanger votre savoir-faire en cuisine et partager un repas.

*Pour plus d'informations sur les ateliers cuisines contacter le centre au 02.28.25.29.40 - 9, rue du Vivier à REZE.*