

O'îlot 'enfants
POUR LES FAMILLES

2025-2026



L'îlot Z'enfants est une asso pour les familles,
qui propose des actions en Sud-Ardèche.

Vous trouverez dans ces pages
nos propositions pour 2025-2026 :

- > les lieux d'accueils
- > les ateliers réguliers
- > les ateliers ponctuels
- > le culturel

Vous trouverez toutes les infos à jour
sur notre site internet :

www.ilotzenfants.fr

Et comme précédemment, les inscriptions
pour les ateliers se font en ligne.

Scannez le QR code, cliquez sur l'atelier auquel
vous souhaitez participer, et laissez-vous guider !



**L'adhésion est obligatoire
pour fréquenter les lieux d'accueil*
et participer aux ateliers.**

C'est 10€ par famille pour une année civile,
et c'est un vrai soutien pour nous !

*sauf L'îlot petits pas

Sommaire

LES LIEUX D'ACCUEIL

- L'îlot petits pas p.2
- Le café des familles p.3
- L'îlot partages p.4
- L'îlot papote *Nouveauté*..... p.5
- Les mères roseaux p.6

LES ATELIERS RÉGULIERS

- Chahut en famille p.7
- Massage et réflexo p.8
- Portage p.9
- Bébé fais-moi signe p.10
- Éveil par le chant et le mouvement p.11
- Couches lavables p.12

LES ATELIERS PONCTUELS

- Parlons écrans p.13
- Crépuscule en forêt p.14
- Écouter et parler de sexualité avec les enfants p.15
- Pop up p.16
- Peinture libre p.17
- Terre p.18
- Les expérimentables p.19
- Danse p.20
- Initiation premiers secours enfant/nourrisson..... p.21
- Tataki-zomé p.22
- Répit parental : cyanotype + atelier nature p.23

LE CULTUREL

- Cinéma Jeune Public p.25
- L'îlot fait sa Kermesse ! p.26

Le prix libre, kézako ?

Nos ateliers sont à prix libre.

Vous ne savez jamais combien mettre dans ces cas-là ?
Nous vous guidons avec un prix indicatif précisé pour chaque atelier.
Il s'agit du coût de revient par personne si les ateliers sont complets.

Toutefois, aucune obligation à participer à cette hauteur !

**Nous vous invitons à définir votre participation financière
aux ateliers en prenant en compte :**

> Vos ressources

Parce que nul·le ne devrait être privé·e de participer
à un atelier pour des raisons financières.

> Les besoins des professionnel·les qui animent l'atelier,

Parce que les intervenant·es sont des professionnel·les rémunéré·es,
qui, en plus du temps de l'atelier, ont aussi tout un travail
de préparation et des besoins matériels.

> Le soutien et la pérennité de cet atelier dans le temps,

Parce que si l'association ne rentre pas dans ses frais
et qu'un atelier devient "trop coûteux", il risque de ne plus être proposé.
Si votre participation est plus basse que le coût indicatif,
la différence sera prise en charge par l'association.

> Le soutien à l'accessibilité à tous·tes !

Une participation élevée en compense une plus basse ;
c'est un acte solidaire qui permet à chacun·e de
participer à hauteur de ses possibilités.

Merci à vous !



L'îlot petits pas

Lieu d'Accueil Enfant/Parent

Un lieu offert aux tout petits de 0 à 4 ans, sous la responsabilité du ou des adulte(s)

qui l'accompagne(nt).

Un espace de détente, de jeux, de paroles et d'échanges dans l'anonymat

et le respect de la confidentialité,

où la fréquentation est libre et gratuite.

LES LIEUX D'ACCUEIL

infos pratiques :



> Pour les enfants de 0 à 4 ans accompagnés

> Lablachère (Maison de l'enfance) :

- Tous les mardis de 9h à 12h* et de 15h à 18h**

> Chambonas (Salle des fêtes) :

Tous les jeudis de 9h à 12h***

> Largentière (Pôle Enfance Jeunesse) :

Tous les vendredis de 9h à 12h***

> Entrée libre et gratuite

* Fermé pendant les vacances de Noël, juillet et août

** Fermé pendant toutes les vacances

*** Fermé pendant les vacances de Noël, et en août

Le café des familles

tout
public

Un café associatif où la rencontre, l'échange, la détente et la convivialité sont proposés pour petits et grands !
Vous y trouverez différents espaces de jeux, de lecture, et de détente adaptés à tous les âges, mais aussi de délicieux gâteaux et boissons !

La programmation :

ESPACE LECTURE avec l'équipe de L'îlot Livres* :

Les premiers samedis du mois

** en partenariat avec Lire et Faire Lire*

L'ÎLOT MOTEUR avec Anthony :

Les troisièmes samedis du mois

Service de prêt de jeux et livres :

Avec un abonnement de 10€/an/famille
vous pouvez emprunter 2 jeux ou livres/famille
pour une durée de 3 semaines max !

infos pratiques

- > Pour tout le monde
- > Tous les samedis d'octobre à mai*, de 15h à 18h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Entrée libre et gratuite

* hors vacances de Noël

L'îlot partages

Grossesse / Naissance / Maternage

Un lieu de rencontres et de partages d'expériences
autour de la grossesse, de la naissance
et du maternage.

Discuter, échanger, papoter autour d'une tisane
la porte est ouverte à L'îlot partages.
Venez quand vous voulez seul·e, en couple
ou accompagné.e.s de vos tout petits
entre 9h30 et 11h30 !

*Avec des parents bénévoles
et des intervenant·es professionnel·les*

infos pratiques :

- > Pour les parents et futurs parents
- > Quatre rendez-vous dans l'année :
Les vendredis, de 9h30 à 11h30
 - Le 10 octobre : L'arrivée d'un frère ou d'une sœur
 - Le 12 décembre : Le sommeil
 - Le 27 février : L'alimentation
 - Le 24 avril : L'allaitement
- > Lablachère (Maison de l'enfance et de la jeunesse)
- > Prix libre, sur inscription

Nouveauté !

L'îlot papote

tout
public

Un lieu d'accueil des familles.

Un espace de jeux, d'infos, de convivialité,
avec oreilles disponibles.

Venez prendre un goûter*, passer un temps
avec votre enfant ou entre parents,
trouver les infos famille du territoire, ...

Bienvenue avec ou sans enfants !

**boissons offertes, goûter à apporter par vos soins !*

infos pratiques :

- > Pour tout le monde
- > Tous les vendredis d'octobre à mai*, de 16h30 à 18h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Entrée libre et gratuite

**hors vacances scolaires*



Les mères roseaux

Seules fortes dans la fragilité

Pour échanger sur le quotidien de chacune,
dans sa différence et avancer ensemble
sur le thème de la monoparentalité.

Public : toutes les femmes seules
avec un ou plusieurs enfants.

*animé par Marion Para
de l'Ecole des Parents et des Educateurs de l'Ardèche*

infos pratiques :

- > Pour les femmes en situation de monoparentalité
- > Le 3e vendredi de chaque mois, de septembre à juin
- > 9h30 à 11h30
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Entrée libre et gratuite

Vous pouvez également retrouver les Mères Roseaux :

- > le dernier jeudi de chaque mois à Aubenas (local de l'EPE)
- > le deuxième jeudi de chaque mois à Vallon Pont d'Arc (ancien collège)
- > le deuxième jeudi du mois à Largentière (Casa Moun)
- > un samedi par mois aux Vans (centre socio-culturel Revivre)

Plus d'infos : epeardeche.fr

Chahut en famille

Enfant
Parent

Chahuter est une des activités favorites des enfants.

Ils aiment se confronter physiquement à un adulte qui les laisse gagner et joue avec drôlerie avec eux.

Le chahut fait surgir le rire et cette décharge émotionnelle permet aux tensions de se relâcher.

C'est une manière agréable de se détendre.

De plus le jeu permet de créer des liens solides et durables, dans l'hilarité générale.

Une occasion de vivre un moment unique en donnant à l'enfant de l'attention concentrée.

C'est le chahut en conscience...

Animé par des bénévoles

infos pratiques :

- > Atelier parent/enfant (2-18 ans)
- > Le deuxième dimanche de chaque mois, d'octobre à avril
- > 10h à 12h
- > Dojo des Vans
- > Prix libre, sur inscription

tout
public

Massage et réflexo

Nous découvrirons ensemble les bienfaits
du massage et les gestes qui viendront soulager
et apaiser votre bébé, ainsi que quelques points
de réflexologie plantaire.

Petite pause tendresse pour s'offrir un moment
détente avec son tout-petit.

*Avec Elodie,
accompagnatrice massage détente bébé Shantala,
et bébé réflexologie plantaire*

infos pratiques :

- > Pour les parents/bébé (0-6mois) et futurs parents
- > 3 séances dans l'année :
Les jeudis 16 octobre / 15 janvier / 2 avril
- > 9h30 à 11h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 15€)
- > Sur inscription

LES ATELIERS RÉGULIERS

Portage

tout
public

Atelier d'initiation : nous aborderons
de manière simple les différents types d'écharpes,
les portes bébés physiologiques,
les nœuds de base, en ventral,
sur le côté et éventuellement dans le dos.
Nous verrons aussi comment porter un enfant
par sa base, et les règles de sécurité.

*Avec Elise Blanc,
Sage-femme*

infos pratiques :

- > Pour les parents/bébé et futurs parents
- > 3 séances dans l'année :
Les jeudis 11 décembre / 5 mars / 28 mai
- > 9h30 à 11h30
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 20€)
- > Sur inscription



Bébé fais-moi signe

Atelier d'initiation.

Votre enfant a des choses à vous dire
avant même de savoir parler.

Grâce aux signes avec les bébés,
votre enfant pourra se faire comprendre autrement.

Venez jouer, chanter et signer lors des ateliers.

*Avec Elodie
de l'association Demain en mains
et le monde s'éveille*

infos pratiques :

- > Pour les parents/bébé (0-2 ans) et futurs parents
- > 3 séances dans l'année :
Les lundis 3 novembre / 2 février / 4 mai
- > 10h à 11h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 10€)
- > Sur inscription

Éveil par le chant et le mouvement

Enfant
-
Parent

Envie de faire une pause avec votre enfant ?

Des tapis, des modules de motricité,
des petits objets à goûter et manipuler,
des comptines, des bercements,...

Un espace pour les enfants de 2 mois à 2 ans.

Retrouvons-nous pour, ensemble, nous poser,
chanter, observer, échanger et nous émerveiller
des compétences des tout-petits
et de leurs avancées...

*Avec Marilyn Maître
de l'association L'îlot Z'enfants*

infos pratiques :

- > Pour les parents/enfants (0-2 ans)
- > 2 cycles de 4 séances :
 - 24 novembre, 1er, 8 et 15 décembre
 - 9, 16, 23 et 30 mars
- > Les lundis de 15h à 16h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille/cycle : 40€)
- > Sur inscription



Couches lavables

*Atelier obligatoire pour bénéficier de la subvention du Sictoba**

Les couches lavables, déjà convaincu-e ?
Ou un peu perdu-e face à ce vaste monde ?

Venez partager votre expérience,
ou poser toutes vos questions.

Nous prendrons le temps de faire le point
sur les idées reçues, de déconstruire des mythes, de parler
modèles, quantité, entretien, avantages et inconvénients.

Objectif : que vous repartiez les idées claires pour vous
lancer dans l'aventure avec sérénité !

*avec Juliette et/ou Marie
de l'association L'îlot Z'enfants*

infos pratiques :

- > Pour les parents et futurs parents
- > 3 séances dans l'année :
Les vendredis 7 novembre, 6 février, 22 mai
- > 14h30 à 16h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Gratuit, sur inscription

Autour des couches lavables :

*Le SICTOBA propose une subvention pour l'achat de couches lavables.

Il propose également de louer des kits d'essais : 15€/mois.

Parlons écrans

Parent

Un temps d'échange autour des écrans, avec un outil de médiation ludique pour échanger entre parents sur la place des écrans dans la famille.

Dans un monde où les écrans sont omniprésents, les parents s'interrogent sur la place à leur accorder sur le plan éducatif et relationnel. Par ailleurs, étant eux-mêmes des modèles pour leurs enfants en matière de pratiques numériques, certaines questions concernent directement leurs propres usages.

*Avec Marion Para
de l'Ecole de Parents et des Educateurs*

infos pratiques :

- > Pour les parents (Mais présence d'enfants possible)
- > Le mardi 7 octobre de 18h30 à 21h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Gratuit*, sur inscription

**(financé par l'EPE)*



Crépuscule en forêt

Venez en famille vous balader en forêt au crépuscule,
à l'heure où les animaux s'agitent.

Partez à la découverte de la faune et de la flore locale
à la tombée de la nuit avec l'association VIE.

Une exploration de la forêt inédite !

*Avec Jérôme
de l'association Vie*

infos pratiques :

- > Pour les familles
- > Le vendredi 17 octobre de 17h30 à 19h30
- > Lablachère
- > Prix libre (Prix indicatif/personne : 5€)
- > Sur inscription

Écouter et parler de sexualité avec les enfants

Parent

Aborder les thèmes de la sexualité avec des enfants
et des ados ne va pas toujours de soi.

Cette journée a pour objectif d'échanger
sur nos représentations, nos questionnements
et de trouver quelques repères
pour nous soutenir dans notre rôle éducatif.

Avec le Planning Familial

A confirmer.

*Intéressé-e par cet atelier ? Vous pouvez vous pré-inscrire,
nous vous enverrons toutes les informations
quand elles seront précisées.*

infos pratiques :

- > Atelier parents
- > Date à préciser (cf notre site internet)
- > Lablachère ou Les Vans
- > Gratuit, sur inscription
- > Coorganisé avec le centre socioculturel Revivre



Pop'up

Vous aimez dessiner, découper, plier, coller?
Alors venez vous initiez au pop up !

Dans cet atelier, vous réalisez un décor/paysage
en papier, mis en relief par le biais de techniques
de base des mécanismes pop up.

Avec Chloé Béguet



infos pratiques :

- > Atelier parents/enfants (6-10 ans)
- > Le samedi 29 novembre de 9h30 à 11h30
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 20€)
- > Sur inscription

Peinture libre

Enfant
Parent

Un atelier de peinture libre à partager avec votre enfant :
un moment joyeux, sans jugement ni attente,
juste pour le plaisir de créer ensemble.

Venez peindre comme ça vient
et savourer l'essentiel : la liberté et la complicité.

*Avec Charlotte Ella Lorio,
artiste peintre*

infos pratiques :

- > Atelier parents/enfants (3-5 ans)
- > Le samedi 6 décembre de 10h à 11h30
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/binôme : 18€)
- > Sur inscription





Terre

Cropetite, de Michel Gay, se passe au temps des Cromagnons. C'est l'histoire d'une petite fille, qui malgré elle, découvre la céramique en se confectionnant la première poupée du monde.

L'atelier propose de se plonger dans cette histoire, de malaxer, étaler, lisser, coller, assembler pour se fabriquer un jouet en terre.

Avec Charline Meyer

infos pratiques :

- > Atelier parents/enfants (3-5 ans)
- > Le samedi 24 janvier de 10h à 11h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 18€)
- > Sur inscription

Les expérimentables

Enfant
-
Parent

Les expérimentables sont cinq tables d'explorations artistiques destinées aux tout petits, à partir de l'âge de 1 an !

Venez en famille explorer, créer, jouer avec les éléments et les couleurs !

Avec Elodie Fossat



infos pratiques :

- > Atelier parents/enfants (1-3 ans)
- > Le jeudi 29 janvier de 9h30 à 11h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 15€)
- > Sur inscription



Danse

Goûtez à la joie de partager un moment de complicité
à travers le mouvement !

Les duos parents-enfants sont invités à s'accompagner,
s'écouter et se regarder dans un espace musical,
ludique et poétique.

La séance s'articule autour de moments dynamiques
et de temps calmes pendant lesquels on découvre
le plaisir de danser ensemble en explorant la coordination,
le sens de l'équilibre, le déplacement
dans l'espace, et le rapport à l'autre.

*Avec Pauline Callewaert
de la Cie IKIGAI*

infos pratiques :

- > Atelier parents/enfants (3-10ans)
- > Le samedi 28 février,
 - 3-5 ans : de 9h30 à 10h30
 - 6-10 ans : de 11h à 12h30
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 15€)
- > Sur inscription

Initiation premiers secours enfant/nourrisson



Vous découvrirez comment prévenir
les accidents domestiques et réagir efficacement
en cas d'urgence, que ce soit face à un étouffement,
une brûlure, une chute, ou une perte
de conscience chez bébé.

Date et intervenant-e à confirmer.

*Intéressé-e par cet atelier ? Vous pouvez vous pré-inscrire,
nous vous enverrons toutes les informations
quand elles seront précisées.*

infos pratiques :

- > Atelier parents
- > Date à préciser (cf notre site internet)
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Gratuit ou à prix libre
- > Sur inscription

Enfant
Parent

Tataki-zomé

Tataki-zomé ? En japonais tataki, c'est battre, marteler, zomé c'est teindre ! Le tataki-zomé est une technique de martelage de végétaux frais sur tissu ou papier mais également un art de se promener, de ralentir le pas.

S'agenouiller pour observer
et récolter des plantes sur son chemin.

Un tissu, une trame libre et blanche
prête à imprimer les plantes sélectionnées.

Observation guidée, initiation à l'art de cueillir,
expérience sensitive et collective.

*Avec Clémentine Tarquini
Des herbes aux Cistes*

infos pratiques :

- > Atelier parents/enfants (3-8 ans)
- > Le samedi 25 avril,
 - 3-5 ans : 10h30-12h
 - 6-8 ans : 14h30-16h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre (Prix indicatif/famille : 15€)
- > Sur inscription

ATELIER RÉPIT

Pour les parents...

Cyanotype

Profite du retour du soleil pour prendre un temps de répit
et essayer une technique ancienne de photographie.

Joue avec les végétaux et la lumière, assemble,
compose et laisse faire la magie !

Aucun prérequis nécessaire.

*Avec Cendrine Pasquier
des ateliers de l'instant*

- > Une solution de garde pour vos enfants
- > Un repas tout prêt à l'issue de l'atelier !

infos pratiques :

- > Atelier parents
- > Le samedi 30 mai, 9h30-12h
- > Repas partagé, préparé par nos soins
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Prix libre ou gratuit, dans l'attente d'un financement ARS
- > Sur inscription

...et pendant ce temps pour vos enfants

Atelier Nature

Si vous le souhaitez, si c'est facilitant pour vous, vos enfants seront pris en charge par deux animatrices et pourront profiter d'un atelier en pleine nature.

Les enfants aussi pourront s'initier au cyanotype avec une version de papier photosensible pré-enduit qui permettra d'imprimer au soleil les silhouettes de plantes printanières même en pleine clairière !

Nous poursuivrons par un temps de jeu libre entre observations naturalistes et petits jeux buissonniers

Avec Mésange et Libellule

infos pratiques :

- > Atelier enfants
- > Le samedi 30 mai, 9h15-12h15
- > Lablachère (Pont mégalithique)
- > Prix libre ou gratuit, dans l'attente d'un financement ARS
- > Sur inscription

Cinéma Jeune Public

Enfant
Parent

Tout au long de l'année, une programmation unique,
éclectique et adaptée à chaque âge.

Une salle presque obscure, un grand écran,
des sièges rouges, un son approprié...

Toutes les conditions réunies pour partager un
véritable moment de cinéma avec les enfants !

**2 séances par mois d'octobre à mai,
les premiers et troisièmes mercredis du mois,
précédées d'un goûter partagé**

**Retrouvez toute la programmation
sur notre site internet !**



infos pratiques :

- > Séances à partir de 3, 4, 5 ou 6 ans
- > 1er et 3e mercredi du mois
 - 16h : goûter partagé (vous emmenez de quoi manger, L'îlot offre les boissons)
 - 16h30 : projection
- > Rosières (Cinéma Le Foyer)
- > Tarif unique : 3€ par spectateur

tout
public

L'îlot fait sa kermesse !

Pour la deuxième année,
L'îlot Z'enfants vous invite à fêter la rentrée !
L'occasion de se présenter, se découvrir, se retrouver,
de vivre ensemble un moment spécial
qui se veut convivial et festif.

*Cette année,
on bulle !*

Au programme :

Jeux, ateliers, maquillage,
la Caravabar pour vous régaler
du goûter jusqu'au soir

et à 16h : spectacle
Sous une pluie d'été
de la Cie Syllabe

infos pratiques :

- > Pour tout le monde !
- > Le samedi 27 septembre, de 15h à 20h
- > Lablachère (Maison de l'Enfance et de la Jeunesse)
- > Gratuit (Spectacle au chapeau)

LE CULTUREL



Impression: ABP Images Services (07200) - 04 75 93 59 06 • Imprim'Vert

Nos partenaires financiers



Association L'îlot Z'enfants

Maison de l'Enfance et de la Jeunesse

534 rue de l'école

07230 LABLACHERE

www.ilotzenfants.fr

 [lilotpourlesfamilles](#)

 [associationLilotZenfants](#)

Juliette Bidart

*(Administration / Coordination L'îlot Partages,
L'îlot Livres, Ciné, Chahut en famille, Ateliers,
Couches Lavables)*

06 23 81 26 50

association.ilotzenfants@gmail.com

Marie Eil

*(Communication / Coordination L'îlot Petits Pas,
Café des Familles)*

06 81 66 76 33

laep.ilotzenfants@gmail.com

parentalite.ilotzenfants@gmail.com

L'îlot Z'enfants, c'est une équipe de 7 salarié.es,
mais aussi des bénévoles sans qui tout cela ne serait rien.

Envie de nous rejoindre ? Contactez-nous !

juliette
06 23 81 26 50

www.ilotzenfants.fr

marie
06 81 66 76 33

