# Agglo Nantaise
# NORD LOIRE

# LISTE DES LIEUX UTILES POUR LES PARENTS

## LA GROSSESSE ET L'ALLAITEMENT

### LES LIEUX CLES

Le CHU de Nantes et son Lactarium: Le lactarium accueille les mamans et répond aux appels téléphoniques pour conseiller, soutenir les parents. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h (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 de chez vous pour rencontrer sages-femmes et puéricultrices gratuitement (voir liste des PMI ci-dessous)

### LES ATELIERS ET TEMPS D'ECHANGE

Les consultantes en lactation : professionnelles de l'allaitement, elles accompagnent les femmes pendant tout l'allaitement, de sa préparation pré-natale, à la dernière tétée en passant bien sûr par les tous premiers instants de la naissance. Elle sait reconnaître les pathologies liées à l'allaitement et comprendre et soutenir les femmes là où elles en sont de leur projet d'allaitement : difficultés de mise en place, reprise du travail, sevrage.

- **Consultantes en lactation du Conseil départemental :** Appeller la PMI de votre secteur pour avoir plus d'information.
- **D'autres professionnels existent sur le département,** renseignez-vous auprès de la maternité ou de votre médecin.

## L'ALIMENTATION DE BEBE : Les PMI, lieux clefs pour en parler

**EDS Couëron-St Herblain**
**Site St servan**
6 rue de Saint Servan à SAINT-HERBLAIN
02 40 46 46 06

**EDS Couëron-St Herblain**
**Site de l'Angevinière**
9 bis avenue de l'Angevinière à SAINT-HERBLAIN
02 40 63 58 02

**EDS Couëron-St Herblain**
**Site Couëron**
76 Boulevard de l'Europe
02 40 86 10 77

**EDS Ste Luce**
2 rue Jules Verne
02 40 25 61 69

**EDS ORVAULT – site Bugallière**
9 rue du Pont Marchand
02 40 63 09 41

**EDS ORVAULT – site Plaisance**
Allée de l'Ille
02 40 76 41 45

## LES BONS PLANS

Too good to go et Phenix (et d'autres): sont des applications mobile qui mettent en relation les utilisateurs avec des boulangeries, des restaurants, des super-marchés et d'autres magasins... afin de proposer des invendus à prix réduits sous forme de paniers. N'hésitez pas a aller voir ce qui est proposé près de chez vous !

# Agglo Nantaise
# NORD LOIRE

# LISTE DES LIEUX UTILES POUR LES PARENTS

## LIEUX D'ECHANGE AVEC DES PROFESSIONNELS OU ENTRE PARENTS

**Ce sont des espaces où il est possible d'échanger avec des professionnels, de rencontrer d'autres parents, futurs parents et/ou de jouer avec ses enfants. Ils sont ouverts à tous et ne nécessitent ni rendez-vous, ni formalités et le plus souvent ils sont gratuits. Certains peuvent demander une petite participation financière symbolique. Renseignez-vous!**

- **Part'âges:** Centre Socioculturel Associatif Bugallière, 10, rue Pont Marchand à Orvault. Tél: 02 40 63 44 45
Ouvert tous les jeudis de 16 à 18h30 (sauf jours fériés et en août).
- **Le Serpentin:** Espace petite enfance: 126, bd François Mitterrand à Saint-Herblain. Tél: 02 28 25 26 27
Ouvert le mardi et le jeudi de 15 h à 17 h 30.
- **La Marelle:** Le Carré des services, 15 rue d'Arras à St Herblain. Tél:02 28 25 26 27
Ouvert à tous les Lundis et vendredi de 15 h à 17 h 30.
- **Mikado:** Espace petite enfance, 19 avenue de l'Angevinière à St Herblain. Tél: 02 28 25 26 27
Ouvert le lundi et le jeudi de 9 h à 11 h 30.
- **Pap, Mam et moi:** Résidence Beauregard, 11 rue de Verdun à Coueron . Tél: 02 40 86 13 42
Ouvert les Mardis, Jeudis et Vendredis de 9h15 à 12h15, y compris pendant les vacances scolaires.
- **Roule galette:** Maison de la Petite Enfance et de la Parentalité,37, avenue de la Ferrière à Orvault. Tél : 02 40 40 21 34
Ouvert tous les mercredis, de 9h à 12h.
- **LAEP la chapelle sur erdre :** Boulevard de l'Hôpitau. Tél: 02 40 29 71 29 ou 02 40 29 73 36
Ouvert les lundis hors vacances scolaires de 9h à 12h.
- **Les pâtes au beurre:** Maison de l'enfance, Rue des Argonautes à Carquefou. Tél : 02 40 16 06 52
Ouvert le vendredi 16h30 à 18h30. Fermé pendant les vacances scolaires
- **Préambule:** Espace la Morvandière, 23, rue de Mauves à Thouaré-sur-Loire. Tél: 02 40 68 08 11
Ouvert le mercredi de 9h15 à 12h30 et le 1er mercredi des vacances scolaires (hors vacances d'été et de Noël).
- **La Farandole:** Salle Dagorne, 17 Rue Jean Moulin, à Sainte-Luce-sur-Loire . Tél: 02 40 68 16 60
Ouvert le lundi matin de 9h15 à 11h15.( horaires différents durant les vacances)

## LES ACTIONS POUR TOUTE LA FAMILLE

**Centre Henri Normand:** Place des Cités à COUERON. Plus d'informations au 02.40.38.31.99
Plusieurs ateliers cuisine sont à découvrir entre adultes ou en familles.
**Centre socioculturel sillon de bretagne :** 12 bisavenue des thébaudières à St herblain.
Propose un atelier cuisine " Marmites du monde" le mardi de 9h30 à 13h30. Plus d'informations au 02 28 25 26 80
**Centre socioculturel du Soleil Levant:** 44, rue de la Blanche à St Herblain.
Plusieurs ateliers cuisines sont proposés une fois par mois. Plus d'informations au 02 28 25 26 90

**Centre socioculturel de la Bugallière :** 10 rue du pont marchand à Orvault.
Propose un atelier cuisine 2 fois par mois le mardi de 9h30 à 14h. Plus d'infos au 02 40 63 44 45
**LAEP Roule galette:** 37, avenue de la Ferrière à Orvault.
La PMI propose un atelier motricit le mardi matin de 9h30 à 11h jusqu'en décembre . Plus d'informations au 02 76 64 25 70
**EDS de Saint Servan:** 6 rue de Saint Servan à SAINT-HERBLAIN.
La PMI propose un atelier motricité une à deux fois par mois . Plus d'information au 02 40 46 46 06

***D'autres ateliers sont peut-être disponibles près de chez vous, n'hésitez pas à vous renseigner!***

www.programme-malin.com