

3-6-9-12



Avant 3 ans

L'enfant a besoin de construire ses repères spatiaux et temporels

Jouez, parlez, arrêtez la télé



De 3 à 6 ans

L'enfant a besoin de découvrir ses dons sensoriels et manuels

Limitez les écrans, partagez-les, parlez-en en famille



De 6 à 9 ans

L'enfant a besoin de découvrir les règles du jeu social

Créez avec les écrans, expliquez-lui Internet



De 9 à 12 ans

L'enfant a besoin d'explorer la complexité du monde

Apprenez-lui à se protéger et à protéger ses échanges



Après 12 ans

L'enfant commence à s'affranchir des repères familiaux

Restez disponibles, il a encore besoin de vous !

« J'ai imaginé les repères « 3-6-9-12 » comme une façon de répondre aux questions les plus pressantes des parents et des pédagogues. » Serge Tisseron

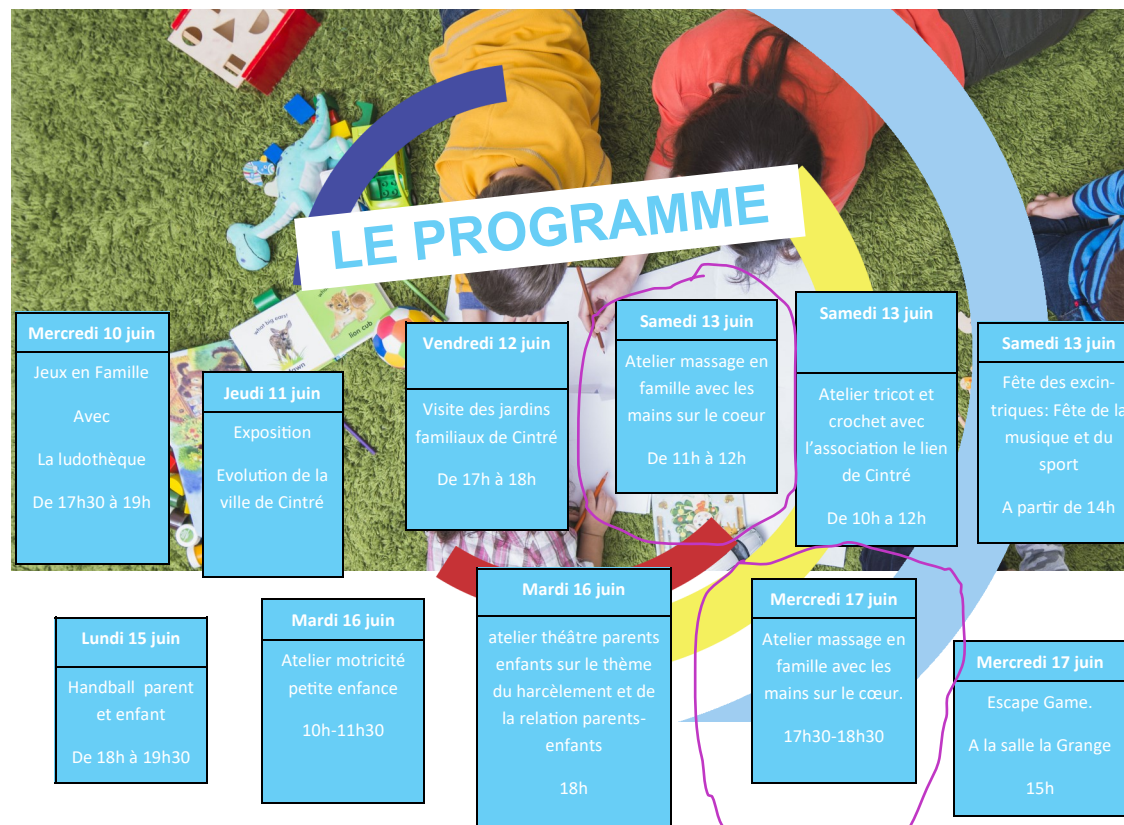
3-6-9-12. *Apprivoiser les écrans et grandir*, Ed. érès

« À tout âge, choisissons ensemble les programmes, limitons le temps d'écran, invitons les enfants à parler de ce qu'ils ont vu ou fait, encourageons leurs créations. »

Du mercredi 10 juin au mercredi 17 juin 2026

LA SEMAINE DES ACTIVITÉS EN FAMILLE

Défis: Réalisez le plus de défis possible en limitant l'utilisation des écrans et en participant aux ateliers.



Mercredi 10 juin ★

Jeux en famille

Viens partager un temps de jeux divers en famille avec la ludothèque du CIAS.

A la salle du lavoir de 17h30 à 19h

Jeudi 11 juin

Exposition évolution de la ville de Cintré

Viens découvrir Cintré il y a des années et l'évolution qu'elle a eu depuis.

A la salle du lavoir de 16h30 à 19h

Vendredi 12 juin ★

Visite des jardins Familiaux

Visite des jardins familiaux et des plantations. De 17h à 18h.

Aux jardins familiaux, auprès des terrains de football.

Samedi 13 juin ★

Atelier tricot- crochet

Atelier en famille: tricot et crochet de 10h à 13h avec l'association le lien de Cintré.

A la salle la grange.

Samedi 13 juin ★

Massage parent-enfant

Technique de massage bien être.

De 11h à 12h

Age préconisé: 3-7 ans mais possibilité de venir en famille.

A prévoir: tapis de sol, couverture et serviette.

Samedi 13 juin

Fête des excintriques

De 14h à 18h: les activités sportives et jeux.

17h: Course a la brouette, venez avec votre brouette décoré si vous le souhaitez.

A partir de 18h commencera la fête de la musique.

Lieu: Parc de la coulée verte

Lundi 15 juin ★

Handball parent et enfant

De 18h à 19h30

A partir de 7 ans

A la salle des sports.

Mardi 16 juin ★

Atelier motricité petite enfance a Cintré le 16 juin, a la maison des parents de 10h -11h30.

Inscription auprès de :

maisondesparents@cias-ouest-rennes.fr

Mardi 16 juin ★

Atelier théâtre

De 18h à 19h, venez participer a un atelier théâtre en famille sur le thème des émotions, des micro-agressions et du harcèlement et de la communication parents-enfants. A partir de 7 ans, a la salle de théâtre.

A la salle du lavoir

Mercredi 17 juin ★

Massage parent-enfant

Technique de massage bien être.

De 17h30 à 18h30

Age préconisé: 8 -11ans mais possibilité de venir en famille.

A prévoir: tapis de sol, couverture et serviette.

La bibliothèque

Et aussi la bibliothèque est ouverte aux publics aux horaires suivants:

Mardi, jeudi et vendredi de 16h30 à 18h30

Le mercredi: 10h-12h et 15h-18h30

Le samedi de 10h à 12h.

Mais aussi:

Retrouvez sur le panneau d'affichage du Pôle et sur le panneau pocket de la mairie l'activité du jour, que vous pouvez réaliser à votre rythme avec vos enfants.

Le jeudi 11 juin, si votre enfant va à la garderie vous pouvez l'inscrire via le QR code sur le créneaux horaires suivant de 17h30 à 18h pour aller voir l'exposition de l'évolution de la ville de Cintré.

De la maternelle au CE2.

Les CM1 et CM2 vont déjà voir l'exposition avec leur classe.

Les lieux d'accueils et d'écoute:

Le LAEP (Lieu d'Accueil Enfants Parents) est ouvert tous les mercredis matin pour les enfants de moins de 4 ans. (jusqu'à 6 ans en cas de fratrie.

Le point accueil famille de la maison des parents est ouvert en accès libre les mercredis de 14h à 17h30 et les vendredis de 09h à 12h30 et sur rendez vous tous les vendredis de 14h à 16h

Lieu: Au Pôle à l'espace Petit bout

QR CODE
INSCRIPTION



Merci aux différentes associations et intervenants pour leur participation.