



Une pour papa,  
une pour maman...

# ÊTRE parents d'un enfant de 4 à 10 ans

## PARTAGER AVEC SON ENFANT

Les loisirs partagés entre les enfants et les parents offrent des moments de détente et de découverte en famille, où chacun transmet à l'autre.

Rire et partager avec son enfant renforce les liens, favorise la complicité et la communication.

Le parent apprend à mieux connaître son enfant, et réciproquement.

Source : Comité Territorial Parentalité de Dax

## Sommaire

LES MODES D'ACCUEIL P2

L'ÉCOLE P3

LA SANTÉ P4

LES LOISIRS P5

# Les modes d'accueil



## ACCUEIL DE LOISIRS SANS HÉBERGEMENT

Accueil les mercredis et petites vacances des enfants de 2 (si scolarisés à Dax) à 12 ans et l'été de 3 à 15 ans

• **Lieux :**

- **Enfants de 2 à 6 ans** au CLAE Robert Badinter – village des Pins (mercredis, petites vacances sauf Noël, et été) et CLAE Gischia (vacances de printemps et d'été)

- **Enfants de 7 à 12 ans** au CLAE Antoine de Saint Exupéry – quartier de Berre (mercredis, petites vacances sauf Noël) et l'été au Centre de loisirs de Boulogne pour les 7-15 ans.

• **Jours et horaires :** mercredi période scolaire de 7h30 à 18h30 et durant vacances scolaires du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30

• **Informations et inscriptions :** Amicale Laïque dacquoise – 05 58 90 04 20 - du lundi au vendredi de 8h à 12h - aldax40@gmail.com www.amicale-laique-ald-dax.fr

• **Tarif :** suivant le quotient familial

## PÔLE RESSOURCES INCLUSION

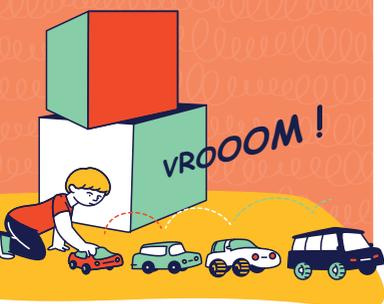
Accompagnement d'enfants avec besoins particuliers et/ ou en situation de handicap pour l'accueil en structure de loisirs (centres de loisirs, colos, assos sportives et culturelles)

Orientation des familles et accompagnement des professionnels

• **Lieu :** La JPA des Landes (Jeunesse en Plein Air) - 3 allée de la solidarité - 40000 MONT DE MARSAN

• **Jours et horaires :** du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30

• **Informations et prise de RDV :** Tel 07 50 37 56 75 (rencontre possible sur tout le département)



Selon votre quotient familial vous pouvez bénéficier d'une aide de la Caf qui varie . Elle est directement versée à l'organisme en présentant votre carte d'identité vacances qui calculera le tarif qu'il vous reste à payer.



Montant du Quotidien Familial (à octobre 2020)	Aide Caf 2021 pour les colonies de vacances (par jour et par enfant)	Aide Caf 2021 pour les centres de loisirs (par enfant)	
		Journée	Mercredi après-midi
De 0 à 449 €	14€	7€	3,50€
De 449,01 à 786€	12€	6€	3€

# L'école

"Internet c'est comme tout, cela s'apprend, et bien mieux en famille. La meilleure façon d'aider ses enfants sur Internet, c'est de s'y intéresser et de passer un peu de temps avec eux devant l'écran, surtout au début."

[internetsanscrainte.fr](http://internetsanscrainte.fr)

Autres sites d'informations :  
[e-enfance.org](http://e-enfance.org)  
[cnil.fr](http://cnil.fr)

## S'INSCRIRE DANS UN ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE

L'inscription de l'enfant se fait en fonction de son lieu de résidence.

- **Jours et horaires sur RDV** : du lundi au vendredi de 8h30 à 11h45
- **Lieu** : direction de l'éducation, Mairie de Dax
- **Informations** : 05 58 56 80 08 - [scolaire@dax.fr](mailto:scolaire@dax.fr)  
[dax.espace-famille.net/dax/index.do](http://dax.espace-famille.net/dax/index.do)

*Pour les parents des autres communes s'adresser à la mairie de son lieu de résidence (cf adresses utiles.)*

## ACCOMPAGNEMENT À LA RÉUSSITE SCOLAIRE

Soutien des parents et des enfants à la réussite scolaire, par le biais de l'aide aux devoirs et d'ateliers de découverte.

Ces ateliers sont proposés sur les territoires de Dax (Gond, Sablar) et Saint-Paul-Lès-Dax.

### Dax Gond (CE2- 3ème) :

- **Lieu** : salle Lesparre - Place Léon Lesparre
- **Jours et horaires** : lundi et vendredi de 17h00 à 18h15

### Dax Sablar (CE2- 3ème)

- **Lieu** : école primaire Simone Veil - quartier du Sablar
- **Jours et horaires** : mercredi de 14h à 17h et samedi de 9h à 12h

### Dax Cuyès (CE2- 3ème) :

*Interventions suspendues le temps des travaux de réhabilitation de la barre commerciale*

### Saint-Paul-lès-Dax (CE2- 3ème) :

- **Lieu** : école primaire Marie Curie
- **Jours et horaires** : mercredi de 14h à 17h et samedi de 9h à 12h
- **Informations et inscriptions** : Amicale Laique dacquoise - 05 58 90 04 20 - [aldax40@gmail.com](mailto:aldax40@gmail.com) - [amical-laique-ald-dax.fr](http://amical-laique-ald-dax.fr)
- **Tarif** : gratuit, adhésion annuelle 9 €



## les 6 catégories de DYS



### Dyslexie

- Trouble du langage écrit
- Difficulté pour identifier les lettres et les mots



### Dyscalculie

- Trouble de l'apprentissage numérique
- Difficulté pour comprendre



### Dyspraxie

- Trouble du développement moteur
- Difficulté pour accomplir certains gestes



### Dysgraphie

- Trouble de l'écriture
- Difficultés pour exécuter certains gestes d'écriture



### Dysorthographe

- Trouble de l'apprentissage
- Difficultés d'acquisition de l'orthographe / grammaire



### Dysphasie

- Trouble du langage oral
- Difficultés de communication

## CONSULTATION MÉDICALE DE L'ENFANT JUSQU'À 18 ANS

Consultations assurées par un médecin pédiatre, sur RDV

- **Lieu** : Centre Hospitalier de Dax-Côte d'Argent, service Pédiatrie, Boulevard Yves du Manoir, Dax.
- **Jours et horaires** : du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.
- **Informations et prise de RDV** : 05 58 91 48 46

## CONSULTATIONS MÉDICO-PSYCHOLOGIQUES POUR ENFANTS ET PARENTS (ENFANTS DE 6 À 12 ANS)

Des consultations sont proposées pour des enfants ayant des troubles du développement psychologique, du comportement, de la relation et de la communication par des médecins psychiatres, psychologue, orthophoniste, psychomotricien, assistante sociale...

- **Lieu** : Centre Médico-Psychologique Infantile - 1 rue Labadie - Hôpital Thermal - Dax
- **Informations et RDV** : 05 58 91 48 59

## CONSULTATION ET THÉRAPIE POUR L'ENFANT EN DIFFICULTÉ SCOLAIRE DE 0 À 20 ANS

Service médico-social du Centre Départemental de l'Enfance, lieu de soins ambulatoires de proximité.

Le CMPP assure l'accueil des enfants, adolescents, jeunes adultes, ainsi que de leurs parents ayant des difficultés d'apprentissages, psychologiques, comportementales ou instrumentales qui peuvent rendre leur adaptation sociale difficile (à l'école, dans la famille...).

- **Lieu** : Centre Médico Psycho Pédagogique, 18 rue des Abeilles, Dax
- **Jours et horaires** : du lundi au vendredi de 8h30 à 16h
- **Informations** : 05 58 74 39 66



# Les loisirs



Fleur de Assia et Yousra pour leur maman Karima

## UN JEU À PARTAGER EN FAMILLE : LA FLEUR DES COMPLIMENTS

Réalisée en famille, elle renforce la confiance et la connaissance de soi, aide à repérer ce que l'autre apprécie, aime chez nous. Cette activité renforce la confiance et la communication parents / enfants.

- 1 : chacun dessine une fleur avec des pétales
- 2 : chacun écrit sur chaque pétale un compliment qu'il veut faire à l'autre
- 3 : chacun offre sa fleur à l'autre.

### JEUX POUR TOUS : ACCÈS LIBRE ET PRÊT

- **Lieu** : Bibliothèque, rue Cazade (ancienne Banque de France)
- **Jours et horaires** : mardi et vendredi de 12h30 à 18h. Mercredi et samedi 10h à 18h. Jeudi matin et dimanche pair de 9h à 12h
- **Informations** : 05 58 74 72 89 - ludotheque@dax.fr - www.dax.fr
- **Tarif** : accès libre et gratuit. Pour le prêt : carte d'adhésion gratuite pour les mineurs et les habitants du Grand Dax, 13 € pour les autres

### SPECTACLES POUR ENFANTS EN FAMILLE LA P'TITE SAISON

Partager des spectacles en famille tout au long de l'année.

- **Lieu** : Atrium de Dax
- **Jours et horaires** : selon programmation
- **Informations et inscriptions** : Office du Tourisme - 05 58 56 86 86 - dax.fr
- **Tarif** : 5 € + 1 € de droit de location

### ATELIERS BIEN-ÊTRE PARENTS-ENFANTS (DE 3 À 6 ANS)

Vivre un moment de bien-être avec son enfant à partir d'exercices de relaxation en ateliers collectifs.

- **Lieu** : Salle de quartier Hondelatte, allée des Primevères - Dax
- **Jours et horaires** : mardi de 17h30 à 18h30
- **Informations et inscriptions** : Maison du Citoyen Municipale 05 24 62 70 38 - centresocialeculturel@dax.fr - dax.fr
- **Tarif** : gratuit, cotisation de 2 € par an et par personne

### ATELIERS BIEN-ÊTRE PARENTS-ENFANTS (À PARTIR DE 6 ANS)

Vivre un moment de bien-être avec son enfant à partir d'exercices de relaxation en ateliers collectifs.

- **Jours et horaires** : vendredi de 17h30 à 18h30
- **Lieu** : Salle de quartier Hondelatte, allée des Primevères - Dax
- **Informations et inscriptions** : Maison du Citoyen Municipale 05 24 62 70 38 - centresocialeculturel@dax.fr - dax.fr
- **Tarif** : gratuit, cotisation de 2 € par an et par personne

### ÉCOUTER DES HISTOIRES 4-6 ANS

- **Lieu** : rue Cazade (ancienne Banque de France)
- **Jours et horaires** : se renseigner à la bibliothèque de Dax
- **Informations et inscriptions** : 05 58 74 72 89 - bibliotheque@dax.fr - dax.fr
- **Tarif** : gratuit.

## Un cake rapidos pour un Pique nique de dernière minute :



1 grosse  
boîte de thon

+



3 oeufs

+



2 c à s de  
concentré  
de tomate

+



100 g de  
fromage râpé

+



100 g de  
farine &  
1 sachet  
de levure  
chimique

+



3 c à s  
d'huile  
d'olive, sel  
et poivre



Préparation : tout mélanger à la fourchette, assaisonner, et faire cuire dans un moule à cake beurré et fariné pendant 45 mn à Th 6 (180°). Et c'est fini, c'est délicieux avec de la mayonnaise !

## ATELIERS LANGUE DES SIGNES (3-6 ANS, 6-8 ANS ET 9-12 ANS)

Jouer avec les signes et commencer à découvrir la langue des signes

- **Jours et horaires** : mercredi
- **Informations et inscriptions** : Association des mains et des signes - 06 38 46 85 31 - [desmainsetdessignes@hotmail.com](mailto:desmainsetdessignes@hotmail.com) [des-mains-et-des-signes.fr](http://des-mains-et-des-signes.fr) [facebook.com/desmainsetdessignes](https://www.facebook.com/desmainsetdessignes)
- **Tarif** : 10 € par atelier, adhésion à l'année de 10 €

## BABY-GYM (3-6 ANS) – L'ENVOLEE DE DAX

Partager un temps d'éveil corporel avec son enfant.

- **Lieu** : L'Envolée de Dax - stade André Darrigade, salle de gym spécialisée, Dax
- **Jours et horaires** : mardi de 17h15 à 18h15 (5-6 ans), en alternance : samedi de 11h à 12h et mercredi 10h30-11h30 (3-4 ans)
- **Informations et inscriptions** : 06 77 16 15 11 - [envoleedax@laposte.net](mailto:envoleedax@laposte.net) - [envoleedax.com](http://envoleedax.com)
- **Tarif** : 92 € /an

## PRATIQUER LA MUSIQUE ET LA DANSE

- Éveil musique et danse (à partir de 5 ans) : éduquer les sens, développer les aptitudes, mise en relation du corps avec le monde sonore, l'espace et le mouvement.

- Initiation musique et danse (à partir de 6 ans) : découvrir le langage musical, les instruments et disciplines ou découvrir le langage corporel.

- **Lieu** : conservatoire municipal de musique et de danse, 2 rue Léon Gischia
- **Informations** : 05 58 74 48 39 - [conservatoire@dax.fr](mailto:conservatoire@dax.fr) [dax.fr/conservatoire-municipal-de-musique-et-de-danse](http://dax.fr/conservatoire-municipal-de-musique-et-de-danse)

## PRATIQUER LES ARTS PLASTIQUES

Dès l'âge de 5 ans, l'école propose de développer la créativité à travers toutes les techniques des arts plastiques : dessin, peinture, collage, volume, mixité des techniques, création numérique...

- **Lieu** : école municipale d'arts plastiques, 3 rue du Palais
- **Informations** : 06 28 69 76 76 - [artsplastiques@dax.fr](mailto:artsplastiques@dax.fr) [ouculture@dax.fr](mailto:ouculture@dax.fr) [dax.fr/inscriptions-ecole-municipale-darts-plastiques](http://dax.fr/inscriptions-ecole-municipale-darts-plastiques)

« Maman de quatre enfants, j'ai l'habitude de faire partir mes enfants en colo l'été depuis 5/6 ans. [...] La colo fait du bien à mes enfants pour se faire de nouveaux copains et gagner en autonomie. Ça leur permet aussi de sortir un peu du quartier. »

Sophie, maman

## LES ACTIVITÉS DE LOISIRS ET SPORTIVES PROPOSÉES PAR LES ASSOCIATIONS

Afin de découvrir ce que le tissu associatif propose, un guide des associations est disponible.

- **Lieu** : Espace de la Vie Associative et Citoyenne, 9 rue de Borda, Dax
- **Jours et horaires** : du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 18h, samedi de 9h à 12h
- **Informations** : 05 58 56 98 21 - vieassociative@dax.fr - dax.fr

## DÉPART EN VACANCES DES ENFANTS

Favoriser le départ en colo ou en centre de loisirs des enfants, informer les familles sur leurs droits aux aides.

- **Lieu** : La JPA des Landes (Jeunesse au Plein Air) - 3, allée de la solidarité - 40000 MONT DE MARSAN - RDV possible sur l'agglomération dacquoise
- **Jours et horaires** : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30
- **Informations** : 05 58 06 89 86 - contact@jpa40.fr - jpa40.fr

## LA COLO POUR TOUS

Partir en séjours de vacances constitue un temps éducatif essentiel dans la vie des enfants, complémentaire à ceux de l'école et de la famille. Il peut être aussi un temps de répit pour les parents.

Source : JPA des Landes

## AIDE AU DÉPART EN COLO

Selon votre quotient familial, une aide peut vous être accordée.

Voir conditions sur [www.landes.fr](http://www.landes.fr) > loisirs-vacances

Renseignements auprès de la Direction de l'éducation de la jeunesse et des sports du département : 05 58 05 40 40 – poste 8523

# 10 conseils de la CNIL pour rester Net sur le Web

## 2 Respecte les autres!

Tu es responsable de ce que tu publies en ligne alors modère tes propos sur les réseaux sociaux, forums... Ne fais pas aux autres ce que tu n'aimerais pas que l'on te fasse.



## 5 Crée-toi plusieurs adresses e-mail!

Tu peux utiliser une boîte e-mail pour tes amis et une autre boîte e-mail pour les jeux et les réseaux sociaux.



## 8 Attention aux mots de passe!

Ne les communique à personne et choisis-les un peu compliqués : ni ta date ni ton surnom!



## 3 Ne dis pas tout!

Donne le minimum d'informations personnelles sur internet. Ne communique ni tes opinions politiques, ni ta religion, ni ton numéro de téléphone...



## 6 Attention aux photos et aux vidéos!

Ne publie pas de photos gênantes de tes amis ou de toi-même car leur diffusion est incontrôlable.



## 9 Fais le ménage dans tes historiques!

Efface régulièrement tes historiques de navigation et pense à utiliser la navigation privée si tu utilises un ordinateur qui n'est pas le tien.

## 1 Réfléchis avant de publier!

Sur internet, tout le monde peut voir ce que tu mets en ligne : infos, photos, opinions.



## 4 Sécurise tes comptes!

Paramètre toujours tes profils sur les réseaux sociaux afin de rester maître des informations que tu souhaites partager.



## 7 Utilise un pseudonyme!

Seuls tes amis et ta famille sauront qu'il s'agit de toi.



## 10 Vérifie tes traces!

Tape régulièrement ton nom dans un moteur de recherche pour découvrir quelles informations te concernant circulent sur internet.

