



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>1 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Initiation à la cuisine (local Gouin) 13h30-16h00 Y'A personne de parfait (local Gouin) 13h30- 15h30 Cuisine collective (zoom-virtuel) 18h00-20h00 Comprendre mon ado <u>Volet Pères</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>2 9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 13h30-15h30- Massage pour bébé (local Monselet) 17h30-19h30 Comprendre mon ado <u>Volet Parents</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>3 9h00-15h00 Cuisine collective (local Gouin) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre)</p> 	<p>4 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-12h00 Purée pour bébé (Local Gouin) 9h30-11h30 Autour d'un café (Local Lapierre)</p> 	<p>5 9h-15h Support éducatif (local Gouin) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent)</p> 	<p>10h-12h Mon samedi y'a pas de parent (6-8 ans) (local Monselet) 13h30-15h30 Mon samedi y a pas de parents (9-12 ans) (local Monselet)</p> 
<p>8 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Initiation à la cuisine (local Gouin) 13h30-16h00 Y'A personne de parfait (local Gouin) 13h30-14h30 Atelier d'information: gestion du stress (zoom-virtuel) 18h00-20h00 Comprendre mon ado <u>Volet Pères</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>9 9h-15h Support éducatif (Local Gouin) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 13h30-15h30- Massage pour bébé (local Monselet) 17h30-19h30 Comprendre mon ado <u>Volet Parents</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>10 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Cuisine découverte (local Gouin)</p> 	<p>11 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-12h00 Purée pour bébé (Local Gouin) 9h30-11h30 Autour d'un café (Local Lapierre)</p> 	<p>12 9h-15h Support éducatif (local Gouin) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent)</p> 	<p>13 10h-12h Mon samedi y'a pas de parent (6-8 ans) (local Monselet) 13h30-15h30 Mon samedi y a pas de parents (9-12 ans) (local Monselet)</p> 
<p>15 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Initiation à la cuisine (local Gouin) 13h30-16h00 Y'A personne de parfait (local Gouin) 18h00-20h00 Comprendre mon ado <u>Volet Pères</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>16 9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 13h30-15h30- Massage pour bébé (local Monselet) 17h30-19h30 Comprendre mon ado <u>Volet Parents</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>17 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Cuisine découverte (local Gouin) 13h30-14h30 Atelier d'information: Programme subvention couches lavables (zoom-virtuel)</p> 	<p>18 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-12h00 Purée pour bébé (Local Gouin) 9h30-11h30 Autour d'un café (Local Lapierre)</p> 	<p>19 9h-15h Support éducatif (local Gouin) 9h30-15h30 Répit 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent)</p> 	<p>20 10h-12h Mon samedi y'a pas de parent (6-8 ans) (local Monselet) 13h30-15h30 Mon samedi y'a pas de parent (9-12 ans) (local Monselet) 17h jusqu'au dimanche 11h Répit dodo (local Gouin)</p> 

Nos quatre points de services:

1. Local Gouin: 4828, boul. Gouin Est
2. Local Lapierre: 11 975, rue Lapierre app. 101-102

3. Chalet du parc St-Laurent: 11612, rue Salk
4. Local Monselet : 3705, rue Monselet





Novembre

Heures d'ouverture du lundi au vendredi

8h30-12h et 13h-16h30



Pour information et inscription : (514) 329-1233 poste 0

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>22 9h30-15h30 Répét 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Initiation à la cuisine (local Gouin) 13h30-16h00 Y'A personne de parfait (local Gouin) 13h30-15h30 Cuisine collective (zoom-virtuel) 18h00-20h00 Comprendre mon ado <u>Volet Pères</u> (Zoom-virtuel)</p>  	<p>23 9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin) 9h30-15h30 Répét 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 13h30-15h30- Massage pour bébé (local Monselet) 17h30-19h30 Comprendre mon ado <u>Volet Parents</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>24 9h00-15h00 Cuisine collective (local Gouin) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-15h30 Répét 3 mois à 5 ans (local Lapierre)</p>  	<p>25 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 9h30-12h00 Purée pour bébé (Local Gouin) 9h30-11h30 Autour d'un café (Local Lapierre)</p> 	<p>26 9h-15h Support éducatif (local Gouin) 9h30-15h30 Répét 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent)</p> 	<p>27 10h-12h Mon samedi y a de parents (6-8 ans) (local Monselet) 10h00-12h00 Papas à bord (Chalet St-Laurent)  13h30-15h30 Mon samedi y a pas de parents (9-12 ans) (local Monselet)</p> 
<p>29 9h30-15h30 Répét 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-12h Initiation à la cuisine (local Gouin) 13h30-15h30 Cuisine collective (zoom-virtuel) 18h00-20h00 Comprendre mon ado <u>Volet Pères</u> (Zoom-virtuel)</p> 	<p>30 9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin) 9h30-15h30 Répét 3 mois à 5 ans (local Lapierre) 9h30-11h30 Bambineries (local Monselet Ou chalet parc St-Laurent) 13h30-15h30- Massage pour bébé (local Monselet) 17h30-19h30 Comprendre mon ado <u>Volet Parents</u> (Zoom-virtuel)</p>	   	 	  	

VOLET PARENT-ENFANT

BAMBINERIES (parents et enfants 0-5 ans)

Venez vous amuser avec votre enfant dans un environnement stimulant. On bouge, on apprend et on bricole.

LOCAL MONSELET (3705, rue Monselet)
MARDIS AU VENDREDIS DE 9H30-11H30
CHALET DU PARC ST-LAURENT (11612, rue Salk)
MARDIS AU VENDREDIS DE 9H30-11H30



MASSAGE POUR BÉBÉ (parents et enfants 0-12 mois)

Apprenez des techniques de massage qui soulageront les maux de votre bébé, diminueront ses coliques et favoriseront un meilleur sommeil.

MARDIS 13H30-15H30 (3705, rue Monselet)



DEUX ATELIERS D'INFORMATION PAR ZOOM

Gestion du stress :

Lundi 8 novembre 13h30-14h30

Programme de subvention couches lavables :

Mercredi 17 novembre 13h30-14h30

VOLET ENFANT

RÉPIT GARDIENNAGE

(enfants de 3 mois à 5 ans)

Vous vous sentez fatigués et au bord de l'épuisement? Le service de Répit gardiennage vous donne du temps pour relaxer ou pour régler des urgences pendant que vos enfants s'amuse.

LOCAL LAPIERRE (11 975 rue Lapierre, app. 101) :

LUNDIS De 9h30-15h30

MARDIS De 9h30-15h30

MERCREDIS De 9h30-15h30

VENDREDIS De 9h30-15h30

RÉPIT DODO (enfants de 9 mois à 5 ans)

Ce service de gardiennage vous offre une soirée et une nuit par mois de repos en toute quiétude, pendant que vos enfants sont accueillis dans un milieu sécuritaire et dynamique. Fratrie acceptée jusqu'à 9 ans

1 FIN DE SEMAINE / MOIS : SAMEDI 17H AU DIMANCHE 11H (4828, boul. Gouin Est)



SUPPORT ÉDUCATIF «EN ROUTE VERS L'ÉCOLE »

(enfants de 3-5 ans)

Ce programme de préparation à l'école est destiné aux enfants qui ne fréquentent pas de milieu de garde à temps plein. Toutes sortes d'activités sont offertes pour stimuler leur plein développement.

LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est)

MARDIS DE 9H-15H

VENDREDIS DE 9H-15H



MON SAMEDI Y'A PAS DE PARENT

(enfants de 6-12 ans)

Vos jeunes âgés de 6 à 12 ans auront droit, eux aussi, à leurs rendez-vous spéciaux ! Des activités pour bouger, cuisiner ou créer leur seront offertes la fin de semaine. Il y en aura pour tous les goûts !

LOCAL MONSELET (3705, rue Monselet)

SAMÉDIS 10H-12H : Groupe des 6-8 ans

SAMÉDIS 13H30-15H30 : Groupe des 9-12 ans



VOLET PARENT

AUTOUR D'UN CAFÉ (parents d'enfants 0-12 ans)

Voici un lieu d'échange pour les parents. Autour d'un café, venez faire de belles rencontres et discuter des sujets qui vous préoccupent. Une halte-garderie sera offerte durant l'activité.

LOCAL LAPIERRE (11 975 rue Lapierre, app. 102) : **JEUDI DE 9H30-11H30**

COMPRENDRE MON ADO (PARENTS de préados et adolescentEs de 10 à 17 ans)

Vous manquez d'outils pour aider vos ados? Nos soupers-conférences vous informeront sur des sujets comme la toxicomanie, les gangs de rue, la gestion des conflits, etc.

ACTIVITÉ VIRTUELLE SUR ZOOM: MARDIS DE 17H30-19H30

COMPRENDRE MON ADO (PÈRES de préados et adolescentEs de 10 à 17 ans)

Voilà une version spéciale de conférences dédiées aux pères. Venez vous outiller et partager vos questions avec d'autres papas de préados et adolescentEs.

ACTIVITÉ VIRTUELLE SUR ZOOM: LUNDIS DE 18H00-20H00

Y'A PERSONNE DE PARFAIT (parents d'enfants 0-5 ans)

Venez apprendre sur la discipline, le sommeil et la santé des enfants de 0-5 ans, tout en découvrant des stratégies.

LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est) : **LUNDIS DE 13H30-16H00**

INITIATION À LA CUISINE (femmes enceintes et parents d'enfants 0-5 ans)

Cette offre d'ateliers pratiques de cuisine vous permettra d'apprendre quelques techniques et astuces, tout en développant le goût de popoter.

LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est): **LUNDIS 9H30-12H (cuisine)**

PURÉE POUR BÉBÉ (femmes enceintes et parents d'enfants 0-1 an)

Venez cuisiner des purées nutritives et saines, en plus de vous informer sur l'alimentation du bébé.

LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est) : **JEUDIS DE 9H30-12H**

CUISINE DÉCOUVERTE (parents d'enfants 0-5 ans)

Cet atelier vous offre l'occasion de découvrir des saveurs tout en gagnant de nouvelles connaissances en cuisine.

LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est)

1 MERCREDI/MOIS DE 9H30-12H

CUISINE COLLECTIVE

Voici une belle manière de découvrir de nouvelles techniques culinaires tout en cuisinant des plats sains et économiques.

ACTIVITÉ VIRTUELLE SUR ZOOM:

1 LUNDI / MOIS DE 13H30-15H30 (planification)

LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est)

1 MERCREDI/MOIS DE 9H-15H (cuisine)

