










**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>27</p> <p align="center"><i>27 février au 4 mars: Semaine de relâche — Voir la Programmation spéciale !!</i></p>	<p>28</p>	<p>1</p> <p>8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes <b>(Local Lapierre)</b> 9h30-11h30 Bambineries <b>(Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</b> 9h30-15h30 Répit Gardiennage <b>(Local Lapierre)</b> 13h30-15h00 Ciné chocolat <b>(Local Gouin)</b></p> 	<p>2</p> <p>8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes <b>(Local Lapierre)</b> 9h30-11h30 Petit Chef (6-12 ans) <b>(Local Lapierre)</b></p> <p>9h30-15h00 Sortie Plein Air au Centre de la nature </p> <p>10h00-12h00— Atelier de conversation <b>(Local Lapierre)</b></p>	<p>3</p> <p>9h00-15h00 Support éducatif <b>(Local Gouin)</b> 9h30-11h30 Bambineries <b>(Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</b> 9h30-15h30 Répit Gardiennage <b>(Local Lapierre)</b></p>	<p>4</p> <p>9h30-11h30 Mon samedi y'a pas de parents (6-8 ans) <b>(Local Monselet)</b> 13h30-15h30 Mon samedi y'a pas de parent (9-12 ans) <b>(Local Monselet)</b></p> 
<p>6</p> <p>8h30 à 12h00 et de 13h 00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes <b>(Local Lapierre)</b> 9h30-16h00 Rencontres de soutien en individuel <b>(Local Gouin)</b> 9h30 –11h30 Initiation à la cuisine <b>(Local Gouin)</b> 9h30-15h30 Répit gardiennage <b>(Local Lapierre)</b> 13h30-15h30 Yoga après-midi <b>(Local Gouin)</b></p> 	<p>7</p> <p>8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes <b>(Local Lapierre)</b> 9h30-11h30 Yoga matin <b>(Local Gouin)</b> 9h30-11h30 Bambineries <b>(Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</b> 9h00-15h00 Support éducatif <b>(Local Gouin)</b> 13h30-15h30 Massage pour bébé <b>(Local Monselet)</b> 15h45-17h15 Aide aux devoirs <b>(Local Monselet)</b> 9h30-15h30 Répit gardiennage <b>(Local Lapierre)</b></p>	<p>8</p> <p>8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes <b>(Local Lapierre)</b> 9h30-11h30 Bambineries <b>(Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</b> 9h30-11h30 Cuisine découverte <b>(Local Gouin)</b> 13h30-15h50- Halte allaitement <b>(Local Gouin)</b> 15h45-17h15 Aide aux devoirs <b>(Local Monselet)</b> 9h30-15h30 Répit gardiennage <b>(Local Lapierre)</b></p> 	<p>9</p> <p>9h30-11h30 Bambineries <b>(Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</b> 9h30-11h30 Bien nourrir mon bébé <b>(Local Gouin)</b> 10h00-12h00— Atelier de conversation <b>(Local Lapierre)</b> 15h45-17h15 Aide aux devoirs <b>(Local Monselet)</b></p> 	<p>10</p> <p>8h30 à 12h00 et de 13h 00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes <b>(Local Lapierre)</b> 9h00-15h00 Support éducatif <b>(Local Gouin)</b> 9h30-11h30 Bambineries <b>(Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</b> 9h30-15h30 Répit gardiennage <b>(Local Lapierre)</b></p>	<p>11</p> <p>9h30-11h30 Mon samedi y'a pas de parents (6-8 ans) <b>(Local Monselet)</b> 13h30-15h30 Mon samedi y'a pas de parent (9-12 ans) <b>(Local Monselet)</b></p> 



**Voici nos quatre points de service:**


1. Local Gouin: 4828, boul. Gouin Est  
2. Local Lapierre: 11 975, av. Lapierre app. 101-102  
3. Chalet du parc St-Laurent: 11612, rue Salk  
4. Espace Jeunesse: 3705, rue Monselet





**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><b>13</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h30-11h30 Initiation à la cuisine (Local Gouin)            9h30-16h00 Rencontres de soutien en individuel (Local Gouin)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            13h30-15h Cuisine collective –Planification (Local Gouin)            18h00-20h00 Autour d'une coupe (Salon Chief K)</p> 	<p><b>14</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet / chalet parc St-Laurent)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            13h30-15h30 Massage pour bébé (Local Monselet)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p>	<p><b>15</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet / chalet parc St-Laurent)            9h30-15h Cuisine collective (Local Gouin)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)</p>	<p><b>16</b>            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet / chalet parc St-Laurent)            9h30-11h30 Cuisine découverte (Local Gouin)            10h00-12h00— Atelier de conversation (Local Lapierre)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p>	<p><b>17</b>            8h30 à 12h00 et de 13h 00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)</p> 	<p><b>18</b>            9h30-11h30 Mon samedi y'a pas de parents (6-8 ans) (Local Monselet)            13h30-15h30 Mon samedi y'a pas de parent (9-12 ans) (Local Monselet)</p> 
<p><b>20</b>            8h30 à 12h00 et de 13h 00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h30-16h00 Rencontres de soutien en individuel (Local Gouin)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            13h30-15h30 Yoga après-midi (Local Gouin)</p> 	<p><b>21</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            9h30-11h30 Yoga matin (Local Gouin)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet / chalet parc St-Laurent)            13h30-15h30 Massage pour bébé (Local Monselet)</p>	<p><b>22</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)            9h30-11h30 Cuisine découverte (Local Gouin)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p> 	<p><b>23</b>            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)            9h30-11h30 Cuisine découverte (Local Gouin)            10h00-12h00— Atelier de conversation (Local Lapierre)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p>	<p><b>24</b>            8h30 à 12h00 et de 13h 00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)</p> 	<p><b>25</b>            9h30-11h30 Mon samedi y'a pas de parents (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>
<p><b>27</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h30-15h Cuisine collective –Planification (Local Gouin)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            9h30-16h00 Rencontres de soutien en individuel (Local Gouin)            13h30-15h30 Yoga après-midi (Local Gouin)            18h00-20h00 Autour d'une coupe (Salon Chief K)</p> 	<p><b>28</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin)            9h30-11h30 Yoga matin (Local Gouin)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet / chalet parc St-Laurent)            9h30-15h30 Répit gardiennage (Local Lapierre)            13h30-15h30 Massage pour bébé (Local Monselet)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p>	<p><b>29</b>            8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)            9h30-15h Cuisine collective (Local Gouin)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p>	<p><b>30</b>            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)            10h00-12h00— Atelier de conversation (Local Lapierre)            15h45-17h15 Aide aux devoirs (Local Monselet)</p>	<p><b>31</b>            8h30 à 12h00 et de 13h 00 à 16h00 Soutien aux familles immigrantes (Local Lapierre)            9h00-15h00 Support éducatif (Local Gouin)            9h30-11h30 Bambineries (Local Monselet /chalet parc St-Laurent)</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.




**Concours du Mois de la Nutrition**

Au mois de mars, chaque fois que vous participerez à une activité vous recevrez un coupon qui vous donnera la chance de gagner un panier aliments frais.

Tirage le 29 mars !



 4828 Boul. Gouin Est

**VOLET ENFANT**

**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



**RÉPIT GARDIENNAGE**

**(enfants de 3 mois à 5 ans)** Vous vous sentez fatigués et au bord de l'épuisement? Le service de Répét 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

**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)**

SAMEDIS 9H30-11H30 :Groupe des 6-8 ans  
SAMEDIS 13H30-15H30 :Groupe des 9-12 ans

**AIDE AUX DEVOIRS**

Service de tutorat pour la réussite scolaire des jeunes du primaire **LOCAL MONSELET (3705, rue Monselet)**

**MARDIS À JEUDI : 15H45 À 17H15**



 [www.entrepents.org](http://www.entrepents.org)

**VOLET PARENT**

**CUISINE COLLECTIVE**

Venez cuisiner des repas rafraîchissants et échanger des recettes avec autres familles

**LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est) Lundi et Mercredi: de 9h00-14h00**

**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 9H30-11H30**

**CUISINE DÉCOUVERTE**

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 Mardi / MOIS DE 9H30-11H30**

**VOLET IMMIGRATION**

Nous accompagnons les familles nouvellement arrivées dans la société d'accueil, afin de faciliter leur intégration à Montréal-Nord .

**LOCAL LAPIERRE (11 975 avenue Lapierre, app. 102) :**

**Du lundi au jeudi de 8h30 à 16h00**

**ATELIER DE CONVERSATION**

L'activité a pour objectif de développer la langue française chez les familles nouvellement arrivées au Québec autour de différentes thématiques .

**LOCAL LAPIERRE (11 975 av. Lapierre, app. 102) :**

**BIEN NOURRIR MON BÉBÉ**

Venez cuisiner des PLATS nutritives et saines, en plus de vous informer sur l'alimentation du bébé. **LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est) : JEUDIS DE 9h30-11h30**

**YOGA PARENTS**

Venez apprendre des postures simples et des techniques de respirations et concentration. Prenez un moment de détente pour vous.

**LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est) LES MARDIS 9H30-11H30 et 14h-15h30**

**RENCONTRES DE SOUTIEN EN INDIVIDUEL**

Besoin de parler à quelqu'un de ce que vous vivez ? Samantha responsable du volet Parents, vous attend au local Gouin. Halte-garderie disponible pour les enfants 0-5 ans. **LOCAL GOUIN (4828, boul. Gouin Est) : LUNDIS DE 09H00-16H00**