

Programmation

Hiver-printemps 2024

Service

**Les ateliers
"La boîte à outils"**

**Mes couleurs de
mères (\$)**

**Les cuisines
collectives (\$)**

**Les causeries et
brin de jasette**

Description

Série de 9 ateliers qui s'adresse aux parents et à leurs enfants de 18 mois à 5 ans. Le but de la Boîte à outils est que le parent devienne le principal guide de son enfant.

Série de 5 ateliers d'initiation à l'art pictural. Venez créer votre toile portant sur la maternité en étant accompagnée par une artiste.

Les cuisines c'est l'occasion d'apprendre différentes techniques, des trucs et astuces afin d'économiser et de découvrir des aliments et recettes nouvelles.

Lors des causeries, des intervenants se déplacent en nos lieux afin d'offrir des ateliers et séances d'informations. Vous serez invités à échanger sur le contenu des différentes conférences.

Horaire

9h à 11h15
25 janvier/1er, 8,15,22,29 février/
14,21,28 mars

9h à 11h30
26 février/11-25 mars/8-22 avril

9h à 11h15 ou 13h00 à 15h15
31 janvier /14-28 février/20 mars/3-17 avril/
1er -15-29 mai/12 juin

9 février : « Les droits et responsabilités des locataires.
23 février : « L'exploitation sexuelle, partie 2 »
1er mars : Initiation à la méditation.
15 mars : « Connaître le visage de l'itinérance »
5 avril : « La dépendance affective »
12 avril : Initiation au tricot
26 avril : « Comment trouver un équilibre entre mère,
femme et amoureuse? »
10 mai : « La diversité sexuelle et de genre »
24 mai : « Apprendre à s'aimer : estime de soi »
14 juin : « Le sommeil, la suite »

Programmation

Hiver-printemps 2024

Service

Ensemble contre l'inflation alimentaire

Bricolons avec Nath (5\$)

Les p'tits matins

Description

Série de 3 ateliers durant laquelle on pose un regard critique sur nos comportements de consommateur. On y apprend aussi des trucs et astuces pour voir diminuer sa facture d'épicerie.

Laisse aller ta créativité et viens réaliser différents projets artistiques.

Les p'tits matins sont des rencontres qui s'adressent aux parents ayant des enfants âgés entre 0 et 2 ans. On y explore, par le biais de différents médiums, plusieurs différentes thématiques touchant la périnatalité.

Horaire

9h à 11h15

22 janvier : Planifier pour dépenser mieux
29 janvier : Économiser à l'épicerie
12 février : Cuisiner plus = dépensez moins

De 9h à 11h15

26 janvier : Cadre pour accrocher les clés
4 mars (Semaine de relâche) : Aquarium pot Masson et rangement pour crayons
31 mai : Rangement pour ustensiles de cuisine

9h00 à 11h30

24 janvier : Peinture pour bébé sans dégât
7 février : « Faire face aux virus » Invité : Inhalothérapeute du CIUSSSMCQ
21 février : Couture d'une doudou- étiquettes
13 mars : Choisir un service de garde ou une « petite gardienne ou gardien »
27 mars : Bien nourrir mon enfant « difficile » Invitée : Andrée Noël, Nutritionniste.
10 avril : Le sommeil de bébé avec Line Labelle
24 avril : Sécurité en auto avec Molly Richard, TSEP
8 mai : Conseils pour la période post-partum
22 mai : Couture d'un étui à carnet de vaccination
5 juin : Fabrication d'un collier de dentition
19 juin : Promenade au parc

Programmation

Hiver-printemps 2024

Service

Les relevailles et consultations ostéopathiques

Halte-garderie et halte-répit

L'escouade en congé (\$)

Description

Relevailles : Le personnel se déplace à domicile afin d'offrir des services spécifiques répondant aux besoins de la famille (0-1 an).
Ostéopathie : Possibilité pour la mère ou l'enfant de rencontrer une ostéopathe gratuitement

La halte-garderie consiste en l'offre d'un service de garde occasionnel, temporaire, flexible et à temps partiel. Les enfants y vivent des activités stimulantes conçues pour leur bien-être.

Les enfants de 6 à 11 ans vivent différentes activités ludiques, préventives et éducatives et ce, sous la responsabilité de l'équipe d'animation ou encore de personnes ressources invitées.

Horaire

Services offerts sur demande

Halte-garderie : Disponible lors des ateliers s'adressant aux parents
Halte-garderie : Disponible les lundis et jeudis de 9h à 16h.

9h à 12h lors des vendredis pédagogiques

19 janvier : Viens glisser avec nous à la côte de Pierreville
2 février : Fabrique ton savon (on jase d'hygiène!)
16 février : Patinage libre et hockey à la patinoire de St-François-du-Lac
22 mars : Découvrons ensemble l'érablière Bel-La
29 mars : Pédago familiale : chasse aux œufs de Pâques!
19 avril : On s'initie à l'auto-défense avec Patrick Bellerive
3 mai : Viens t'amuser à la MDJ de St-François-du-Lac
17 mai : Pédago familiale : Jimmy Stratosphère en spectacle + brunch! (\$)
7 juin : Fabrique ton outil de gestion de temps

Programmation

Hiver-printemps 2024

Service	Description	Horaire
<p>J'apprends en jouant</p>	<p>Pour les enfants âgés de 18 mois à 5 ans, accompagnés de son parent Activités diverses qui abordent toutes les sphères du développement de l'enfant afin de faciliter l'entrée à la maternelle</p>	<p>9h à 11h00 11-18-25 avril/ 2-9-16-23-30 mai/ 6-13 juin</p>
<p>La semaine de relâche (\$)</p>	<p>Toutes sortes d'activités sont prévues pour cette période de congé scolaire.</p>	<p>Lundi 4 mars : On bricole en famille 9h à 11h30 + Halte-répit 9h à 16h Mardi 5 mars : Avant-midi tout en sciences! Mercredi 6 mars : Cuisine familiale Jeudi le 7 mars : Halte-Répit de 9h à 11h30 + sortie à la piscine en famille de 13h à 15h</p>
<p>Prêt de matériel</p>	<p>Le Lien dispose de 12 trousse d'éveil à la lecture qu'il rend accessible aux familles qui le désirent. Il fait aussi le prêt de raquettes à neige en format adulte et enfants!</p>	<p>Disponible sous réservation</p>
<p>Milieu de vie</p>	<p>Les membres profitent de cet espace pour s'y rassembler, interagir et obtenir du soutien. L'équipe s'assure que l'endroit physique demeure sécurisant et stimulant pour les petits et ouvert et accueillant pour l'ensemble de la famille.</p>	<p>Besoin de support? De jaser? Vous êtes les bienvenus, en tout temps. Venez nous rendre visite.</p>