



Programmation janvier 2019

Le Groupe d'entraide maternelle de La Petite Patrie

Janvier

Lundi	7	10 h 00	Début des inscriptions pour le mois de janvier
Mercredi	9	13 h 30	Mercredi libre
Jeudi	10	9 h 30	Matin du GEM <i>pour les mamans</i>
Samedi	12	9 h 30 + 10 h 30	Atelier parent/enfant Éveil musical
Mardi	15	9 h 30	GEM parler Survivre à l'hiver avec bébé!
Mercredi	16	13 h 30	Atelier maman/bébé Yoga
Jeudi	17	9 h 30	GEM cuisiner Les barres tendres d'Annie
Mardi	22	9 h 30	Conférence Médicaments en vente libre et problèmes de santé pédiatriques mineures
		13 h 30	Atelier Fabrication d'un sac à collation réutilisable
Mercredi	23	13 h 30	Mercredi libre
Jeudi	24	9 h 30	Matin du GEM <i>pour tous</i>
Samedi	26	9 h 30	Conférence Construire l'estime de soi de son enfant
Lundi	28	10 h 00 13 h 30	Début des inscriptions pour le mois de février Conférence Bébé bouffe
Mardi	29	9 h 30	Voyage autour du monde La Chine
Jeudi	31	9 h 30	Atelier parent/enfant Éveil à la lecture

Pour informations, inscriptions et confirmations : 514.495.3494

Vous devez confirmer votre présence la veille de chaque activité avant midi par téléphone ou via notre page Facebook. Après ce délai, la place que vous aurez préalablement réservée sera offerte à une personne sur notre liste d'attente.

[\$] Les prix affichés* sont pour les membres du GEM.

L'adhésion à l'organisme est de 10\$ pour 1 an et de 18\$ pour 2 ans.

*Le GEM tient toujours compte de la réalité financière des familles qui participent à ses activités.

Mercredis libres

9 et 23 janvier : Durant toute la période automne/hiver, nous vous invitons, sur le même principe que les GEM libre, à venir au GEM pour rencontrer d'autres parents et permettre à votre enfant de socialiser. Vous serez accueillis par une marraine du GEM qui saura également répondre à vos préoccupations. **(Gratuit) Aucune inscription requise**

Matins du GEM

10 et 24 janvier : Déjeuners informels et chaleureux permettant les échanges et le partage entre parents et la socialisation de vos enfants dans l'aire de jeux si vous le désirez ! Les déjeuners « pour les mamans » sont réservés à celles-ci alors que ceux « pour tous » sont ouverts à toute la famille (papas, grands-parents...). **(Gratuit)**

Ateliers

12 janvier : Éveil musical | Christiane Lemieux de chez MooMooMusica animera cet atelier dans lequel les enfants de 0 à 5 ans exploreront la musique par le chant, le mouvement, la danse et la manipulation de certains instruments. Des comptines, des histoires musicales sont au programme ainsi que l'initiation au rythme et au tempo. **(4\$)**

16 janvier : Yoga maman/bébé | Lysiane, professeure de yoga, animera cet atelier mensuel où vous serez invitées à venir pratiquer le yoga avec bébé (0-10 Mois) et ce, quel que soit votre niveau. Tapis fournis. Vêtements souples et confortables requis. Il est préférable de ne pas avoir mangé 1 heure et demie avant le début de l'atelier. **(4\$)**

22 janvier : Fabrication d'un sac à collation réutilisable | Monseratt animera cet atelier de couture pour débutants et intermédiaires. Elle vous guidera dans l'utilisation de la machine à coudre et d'autres outils liés à la couture pour la création d'un sac à collation réutilisable. Tout le matériel sera fourni. Venez partager un moment de créativité! **(6\$)**

31 janvier: Éveil à la lecture | Catherine d'Anjou, conteuse au programme « Contact » des Bibliothèques de Montréal, animera cet atelier d'éveil à la lecture (0-5 ans) et vous fera découvrir le plaisir des livres. **(2\$)**



GEM parler

15 janvier : Rencontres thématiques pour se donner l'occasion d'échanger, de discuter et de ventiler sur des sujets qui nous intéressent et nous préoccupent. Ce mois-ci, nous partagerons nos bons plans d'activités et nos astuces pour contrer l'hivernation avec bébé. **(2\$)**

GEM cuisiner

17 janvier Annie viendra cuisiner avec vous et vous partager sa recette de barres-tendres délicieuses à adapter selon vos besoins, que ce soit pour une randonnée, pour la boîte à lunch ou pour un petit boost d'énergie!
Prévoir des contenants pour ramener des portions (4\$)

Conférences

22 janvier : **Médicaments en vente libre et problème pédiatriques mineures** | Sophie, pharmacienne, parlera avec vous de l'utilisation des divers médicaments disponibles en vente libre utilisés en pédiatrie et des problèmes de santé courants rencontrés chez nos tous petits, en plus de répondre à vos questions. **(2\$)**

26 janvier : **Construire l'estime de soi de son enfant** | Une conférencière du Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP) viendra vous présenter différentes astuces et des moyens d'applications concrètes pour favoriser une bonne estime de soi chez votre enfant. **La halte-répit n'est pas offerte pour cet atelier. (4\$)**

28 janvier: **Bébé bouffe** | Sophie Lemaire, nutritionniste au CLSC de la Petite Patrie, animera cet atelier sur l'alimentation des bébés (0-12 mois) et répondra à vos questions. **(Gratuit) La halte-répit n'est pas offerte pour cet atelier.**

Halte-répit | Les P'tits Copains du GEM

Forte de son succès, notre halte répit « Les P'tits Copains » est à pleine capacité ce mois-ci. Merci de votre compréhension 😊