



# Programmation février 2019

Le Groupe d'entraide maternelle de La Petite Patrie

## Janvier

Lundi 28 10 h 00 Début des inscriptions pour le mois de février

## Février

Mardi 5 Équipe en formation, aucune activité!

Mercredi 6 13 h 30 Atelier maman/bébé | Yoga

Jeudi 7 9 h 30 Atelier | Initiation à l'aquarelle

Samedi 9 9 h 30 + 10 h 30 Atelier parent/enfant | Éveil musical

Mardi 12 9 h 30 Conférence | La physiothérapie familiale

Atelier | Comptines

Mercredi 13 13 h 30 Mercredi libre

Jeudi 14 9 h 30 Matin du GEM de la St-Valentin pour les mamans

Mardi 19 9 h 30 Conférence | Testament et mandat de protection

Mercredi 20 13 h 30 Mercredi libre

Jeudi 21 9 h 30 GEM cuisiner | Le risotto de Léa

Samedi 23 9 h 30 Matin du GEM pour tous

Lundi 25 10 h 00 Début des inscriptions pour le mois de mars

Conférence | Bébé bouffe

Mardi 26 9 h 30 Conférence | Développement de l'enfant par le jeu

Mercredi 27 13 h 30 Mercredi libre

Jeudi 28 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.

## Ateliers

6 février : 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\$)

7 février : Initiation à l'aquarelle | Karine Martineau des ateliers artistiques Imagine, viendra vous guider dans la réalisation d'une aquarelle à partir d'une photo ou d'une image de votre choix. (4\$)

9 février : 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\$)

12 février : Comptines | Des comptines dansées aux jeux de doigts, en passant par quelques berceuses, venez chanter avec Emily et découvrir cette belle façon d'interagir avec votre enfant. (2\$)

28 février : 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\$)

## Conférences

12 février : La physiothérapie familiale | Monica, physiothérapeute, viendra vous faire un survol des problématiques les plus fréquentes rencontrées en physiothérapie chez les femmes (grossesse, accouchement), les nouveaux parents (= nouvelles douleurs !) et les bébés (plagiocéphalie, torticolis congénital, développement moteur). (4\$)



**19 février :** **Kit de survie pour ma petite famille: un testament et un mandat de protection notariés !** | Thuy Nam Tran Tran, notaire, animera cette conférence. Notre instinct de protection est décuplé lorsqu'on fonde une famille : des produits d'hygiène naturels aux légumes biologiques, du petit cochon en porcelaine au REEE, nous faisons beaucoup pour nos enfants. Alors pourquoi ne pensons-nous pas à les protéger également en cas de coups durs! Un accident (mortel ou très handicapant) est si vite arrivé; or nous n'avons laissé aucune instruction, aucun document qui permet d'alléger le fardeau du parent survivant ni la prise en charge efficace de nos petits amours par la famille, ni même d'organiser nos soins si nous sommes vivants mais inaptes (coma, Alzheimer, etc.). Il est temps de se poser les bonnes questions et de prendre les bonnes décisions pour soi, pour son conjoint, pour nos enfants! **(4\$)**

**25 février :** **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-répét n'est pas offerte pour cet atelier.**

**26 février :** **Développement de l'enfant par le jeu** | Michèle De Serres du Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP) viendra vous aider à comprendre la place du jeu dans le développement de votre enfant, vous outiller pour développer des attitudes favorables à la stimulation et favoriser la créativité. Vous expérimenterez également différents types de jeux **(4\$)** **La halte-répét n'est pas offerte pour cet atelier.**

## Mercredis libres

---

**13, 20 et 27 février :** 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

---

**14 et 23 février :** 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)**



Le 14 février, nous soulignerons la St-Valentin lors d'un déjeuner en formule chocolaté!

## GEM cuisiner

---

**21 février** Léa viendra cuisiner avec vous et vous partager son irrésistible recette de risotto à la courge!  
**Prévoir des contenants pour ramener des portions (4\$)**

## Halte-répét | Les P'tits Copains du GEM

---

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