



Programmation avril 2019

Le Groupe d'entraide maternelle de La Petite Patrie

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.

Mars

Lundi 25 Début des inscriptions pour le mois d'avril

Avril

Mardi	2	9 h 30	GEM cuisiner Les granolas de Léa
Jeudi	4	9 h 30	Matin du GEM <i>pour les mamans</i>
Samedi	6	9 h 30 + 10 h 30	Atelier parent/enfant Éveil musical
Mardi	9	9 h 30 13h30	Conférence L'allaitement et ses défis Atelier parent/enfant Éveil à la lecture
Mercredi	10	13 h 30	Mercredi libre
Jeudi	11	9 h 30	Conférence Reprendre l'exercice avec bébé
Samedi	13	9 h 30	Matin du GEM <i>pour tous</i>
Lundi	15	13 h 30	Conférence Bébé bouffe
Mardi	16	9 h 30 13 h 30	Voyage autour du monde Le Sénégal Atelier Fabrication d'un emballage réutilisable
Mercredi	17	13 h 30	Atelier maman/bébé Yoga
Jeudi	18	9 h 30	Matin du GEM <i>pour tous</i> - Spécial Pâques
Le GEM sera fermé les 19 et 22 avril			
Mardi	23	Début des inscriptions pour le mois de mai 9 h 30	GEM libre
Mercredi	24	13 h 30	Mercredi libre
Jeudi	25	9 h 30	Conférence Éveil au langage



Les activités sont réservées à nos membres.

Vous pouvez le devenir lors de votre première participation 😊

L'adhésion à l'organisme est de 10\$ pour 1 an et de 18\$ pour 2 ans, payable en argent comptant ou par virement Interac.

[\$] *Comme Le GEM tient compte de la réalité financière des familles qui participent à ses activités, les prix sont affichés à titre de contribution suggérée. Nous vous invitons à contribuer honnêtement, à la hauteur de vos moyens.



Les bébés et jeunes enfants (0 à 5 ans) sont toujours les bienvenus au GEM! Vous avez la possibilité de participer à nos activités avec eux ou encore de les confier à nos éducatrices dans notre **halte** (excepté si mention du contraire).

GEM cuisiner

2 avril : Après son délicieux risotto, Léa récidive en venant cuisiner avec vous sa recette de **granolas**! En plus, ça rime!
Prévoir des contenants pour ramener des portions
(Contribution suggérée : 4\$)

Matins du GEM

4, 13* et 18 avril : 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)
*Pour les activités du samedi, nous nous réservons le droit de prioriser les familles qui ne peuvent plus participer à nos activités sur semaine. **La halte n'est pas offerte pour cette matinée.**





Le **18 avril**, nous vous invitons à venir célébrer Pâques (ou la fin de la saison des-roues-de poussettes-qui-pognent-partout!) autour d'un brunch printanier et chocolaté (si le lapin le veut bien).

Ateliers

- 6 avril :** **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.
(Contribution suggérée : 4\$)
- 9 avril:** **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!
(Contribution suggérée : 2\$)
- 16 avril :** **Fabrication d'un emballage réutilisable** | **Monseratt** animera cet atelier. Elle vous guidera dans la réalisation d'un emballage réutilisable en cire d'abeille (pour remplacer la pellicule plastique). Tout le matériel sera fourni. Venez partager un moment de créativité!
(Contribution suggérée : 6\$)
- 17 avril :** **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.
(Contribution suggérée : 4\$)

Mercredis libres

- 10 et 24 avril :** Ce printemps, nous vous invitons à venir profiter librement du GEM pour rencontrer d'autres parents et permettre à votre enfant de socialiser. Vous serez accueillis de 13h30 à 16h par **Emily** qui saura également répondre à vos préoccupations. **Aucune inscription requise**
La halte n'est pas offerte pour cet atelier.
(Gratuit)

Conférences

- 9 avril :** **L'allaitement et ses défis** | **Nourri-Source Montréal** a pour mission de développer une communauté et des environnements favorables afin que les mères qui souhaitent allaiter et leur entourage vivent une expérience positive de l'allaitement. Cette rencontre sera l'occasion d'apporter de l'information concernant les bienfaits, les défis et les ressources en allaitement. Ce sera également un moment pour échanger sur les expériences de chacune
(Contribution suggérée : 4\$)
- 11 avril :** **Reprendre l'exercice avec bébé...et être assidue!** | **Annie Gervais-Massé**, kinésiologue, abordera les défis que comporte le retour à l'exercice physique après une grossesse et un accouchement (et avec un bébé à s'occuper) : les étapes à suivre, les activités à privilégier, la gestion du temps et le manque de sommeil...!
(Contribution suggérée : 4\$)
- 15 avril :** **Bébé bouffe** | **Sophie Lemaire**, nutritionniste au CLSC de la Petite Patrie, animera cet atelier sur la diversification alimentaire des bébés (0-12 mois) et répondra à vos questions. Si vous avez récemment débuté l'introduction des aliments ou si vous vous apprêtez à le faire, cet atelier est pour vous!
La halte n'est pas offerte pour cet atelier.
(Gratuit)
- 25 avril :** **Éveil au langage** | **Michèle De Serres** du Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP) viendra vous faire découvrir comptines, rondes, contes et jeux à faire à la maison pour favoriser l'éveil à la lecture et l'écriture par le vocabulaire, les sons et la motricité.
(Contribution suggérée : 4\$)

Voyage autour du monde

- 16 avril :** La coopération internationale vous intéresse? La solidarité internationale vous connaît? Ou au contraire, vous aimeriez découvrir? **Sarah et Héloïse** vous parleront de leurs nombreuses expériences au **Sénégal**, le pays de la Terenga (cela veut dire Hospitalité). Elles aborderont différents sujets et seront prêtes à répondre à plusieurs questions sur la culture, les régions et les ethnies, la bouffe, les fêtes (musique et danse). Sarah a formé plusieurs groupes de solidarité internationale pendant 5 ans en plus d'y avoir séjourné à trois reprises pour un total de 15 mois. Héloïse y a rencontré son mari sénégalais et y a vécu un total de 2 ans et demi en 4 séjours différents.
(Contribution suggérée : 4\$)

GEM libre

- 23 avril :** Au lendemain d'un jour férié, venez profiter librement du GEM : échanger avec d'autres parents autour d'un café ou encore jouer avec vos enfants dans l'aire de jeux. **Aucune inscription requise**
La halte n'est pas offerte pour cet atelier.
(Gratuit)

Halte-répit | Les P'tits Copains du GEM

Fort de son succès, notre halte-répit des vendredis matin « Les P'tits Copains » est à pleine capacité ce mois-ci. Merci de votre compréhension ☺
Veuillez noter qu'il n'y aura pas de P'tits Copains le 19 avril.