

**Activité thématique** : Selon la saison, activité parent-enfant sur le thème de l'heure!

**Astuces de Nanny** : Notre intervenante 0-5 ans attend parents et enfants pour partager un déjeuner et ensuite, les enfants s'en vont à la halte-garderie et on aborde les sujets chauds de la parentalité! Discipline, repas, dodo; venez pour connaître les trucs de notre intervenante et pour partager les vôtres avec les autres parents.

**Ateliers culinaires parent-enfant** : Venez cuisiner avec votre enfant! Quelle belle façon de passer du temps de qualité! Une rencontre par mois, coût minime.

**Cours de cuisine St-Ferréol** : Cours de cuisine s'adressant aux élèves de l'école Cap-des-Neiges 1.

**Épicerie** : Aide alimentaire sous forme d'épicerie.

**Karibou** : Activité parent-enfant qui inclue diverses activités touchant le développement global des enfants. Une belle manière aussi de renforcer le lien parent-enfant!

**Les cuisines** : Cuisinez en groupe et dans le plaisir et économisez par la même occasion! Les participants planifient et cuisinent des recettes pour nourrir leur famille.

**Les sorties** : Lieu de rassemblement à l'activité même. Possibilité de covoiturage et de coût!

**P'tits succès** : Projet en collaboration avec l'école des Beaux-Prés. S'adresse à des élèves de la maternelle et leurs parents. Ateliers visant le développement des conditions favorables à l'apprentissage.

**Triple P Pratiques parentales positives** : Programme de soutien aux parents et aux familles visant à développer les compétences parentales. Il y a deux niveaux offerts :

- Ensemble de 3 conférences sur la parentalité. Il n'est pas nécessaire d'assister à une pour assister à une autre.
- Série de 8 rencontres (4 en groupe, 3 au téléphone, puis 1 dernière en groupe), pour parents d'enfants de 0 à 12 ans.

# Calendrier d'activités

## JUILLET 2018



RESSOURCES  
FAMILIALES  
CÔTE DE BEAUPRÉ

*mon espace  
famille*

Prenez note que notre halte-garderie est ouverte du mardi au vendredi de 8h à 17h pour du répit parental. Le service est gratuit lorsqu'il permet aux parents de participer aux activités de l'organisme.

# Juillet 2017

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Sam/Dim
					1 *Fête du Canada*
2 FÉRIÉ	3	4 Cuisine créative (10h-14h)  Cuisine Clair de lune (17h30-21h30)	5	6 Cuisine Mamans Granoles (9h-16h)	7  8
9	10	11	12  Cuisine Cooktard (17h30-21h30)	13 Cuisine Familia (9h-16h)	14  15
16	17	18  Cuisine Clair de lune (17h30-21h30)	19	20 Cuisine Mamans Granoles (9h-16h)	21 *  22 *
23 Réunion d'équipe (11h) Épicerie RFCB, bénévoles (13h45)	24 Épicerie RFCB (15h-19h)	25	26	27 Cuisine Familia (9h-16h)	28  39
30	31 Cuisine créative (10h-14h)				