



Programmation de février 2020

Le Groupe d'entraide maternelle de La Petite Patrie

Pour informations 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.



Prenez note qu'en cas de fermeture d'écoles pour cause de tempête, le GEM sera fermé aussi!

Janvier

Jeu 23 Sortie de la programmation de février+ inscriptions en ligne (jusqu'au 27 janvier, 9h)

Février

Mardi	4	9 h 30 à 11 h 30	Conférence L'hygiène dentaire des 0-5 ans et de la femme enceinte
		13 h 30 à 15 h 30	Atelier parent/bébé Éveil au langage
Jeu	6	9 h 30 à 11 h 30	Matin du GEM pour tous avec d'la visite!
		14 h à 15 h	Atelier maman/bébé Yoga
Samedi	8	9 h 30 à 10h30 / 10h 30 à 11 h 30	Atelier parent/enfant Éveil musical
Lundi	10	9 h 30 à 11 h 30	GEM'écoute
Mardi	11	9 h 30 à 11 h 30	GEM parler On s'arrête, on en jase (*Série de 2 ateliers)
		13 h 30 à 15 h 30	Atelier Fabrication d'un mobile pour bébé
Mercredi	12	13 h 30 à 16 h	Mercredi libre
Jeu	13	9 h 30 à 11 h 30	GEM cuisiner Le tiramisu de Charline et Rosalia
		13 h 30 à 15 h 30	Atelier Jeux et bonbons
Lundi	17	13 h 30 à 15 h 30	Conférence Bébé bouffe
Mardi	18	9 h 30 à 11 h 30	Conférence Parlons de transition écologique
		13 h 30 à 14h 30 / 14h30 à 15 h 30	Atelier parent/enfant Éveil musical
Jeu	20	Sortie de la programmation de mars + inscriptions en ligne (jusqu'au 24, 9h)	
		9 h 30 à 11 h 30	Matin du GEM pour les mamans
		14 h à 15 h	Atelier maman/bébé Yoga
Samedi	22	9 h 30 à 11 h 30	Conférence Être un parent cyberfuté
Lundi	24	13 h 30 à 15h30	GEM'écoute
Mardi	25	9 h 30 à 11 h 30	GEM lire Le premier jour du reste de ma vie
		13 h 30 à 14h 30 / 14h45 à 15 h 45	Atelier parent/bébé Massage
Mercredi	26	13 h 30 à 16 h	Mercredi libre
Jeu	27	9 h 30 à 11 h 30	GEM'inspire 2 pour 1 : la réalité des parents de jumeaux
		14 h à 15 h	Atelier parent/enfant Éveil à la lecture

Les inscriptions à nos activités se déroulent durant une période limitée. Un formulaire en ligne est rendu disponible sur notre page Facebook, et envoyé à nos membres.

Pour vous inscrire en dehors de cette période, il suffit de nous appeler : 514-495-3494!

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.

[\$] *Bien que le GEM tienne toujours compte de la réalité financière des familles qui participent à ses activités, les frais sont affichés à titre de contributions demandées.



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).

Conférences

4 février :

La santé dentaire des 0-5 ans et des femmes enceintes | Deux étudiantes à la technique en hygiène dentaire du Collège de Maisonneuve animeront cet atelier d'information. Elles aborderont : la saine alimentation de la femme enceinte, les soins d'hygiène dentaire à apporter aux nouveau-nés et aux jeunes enfants, les moyens de prévenir la carie de la petite enfance, comment choisir une bonne suce et les techniques et outils pour maintenir une bonne santé dentaire. (Contribution demandée: 4\$)

17 février :

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-répét n'est pas offerte pour cet atelier. (Gratuit)

***ATTENTION : Les inscriptions à cet atelier se font désormais directement auprès du CLSC au 514 273-4508 p. 3350



- 18 février:** **Parlons de transition écologique** | La transition écologique vous intéresse mais vous souhaitez en connaître davantage ? Vous aimeriez échanger sur ce sujet ? **Chloé Dodinot** et **Gabrielle Van Durme**, 2 mamans qui travaillent pour l'organisme **Solon** (OBNL œuvrant en transition écologique dans Rosemont - La Petite-Patrie) viendront vous jaser de ce vaste sujet et des actions que l'on peut mener collectivement pour créer des milieux de vie conviviaux, solidaires et écologiques. **(Contribution demandée: 4\$)**
- 22 février :** **Être un parent cyberfuté** | Une intervenante du **CREP** (Centre de ressources éducatives et pédagogiques) viendra vous offrir un espace de réflexion sur la gestion des écrans au quotidien. Elle vous aidera à comprendre l'impact des écrans sur le développement de l'enfant et vous offrira des outils pour vous approprier votre rôle de parents dans la gestion des écrans. *****Pour cette conférence, nous favoriserons des familles n'ayant pas la possibilité de venir au GEM durant la semaine. La halte-répit n'est pas offerte pour cet atelier. (Contribution demandée : 4\$)**

Ateliers

- 4 février :** **Éveil au langage** | Une intervenante du **CREP** (Centre de ressources éducatives et pédagogiques) vous fera 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 demandée : 4\$)**
- 6 et 20 février :** **Yoga maman/bébé** | **Mahila**, professeure de yoga, animera cet atelier 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 demandée : 4\$)**
- 8 et 18 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. **(Contribution demandée : 4\$)**
*****Pour l'atelier du samedi 8, nous favoriserons des familles n'ayant pas la possibilité de venir au GEM durant la semaine.**
- 11 février :** **Fabrication d'un mobile pour bébé** | **Anne-Sophie Gauclin** de chez **Foehn Kids** vous guidera dans la réalisation d'un mobile qui peut être aussi utilisé comme décoration murale. Vous apprendrez un point de couture simple et vous pourrez personnaliser votre mobile à l'aide d'une belle sélection de retailles et de tissus recyclés. **(Contribution demandée : 10\$)**
- 13 février :** **Jeux et bonbons** | Venez découvrir avec **Janie** plusieurs jeux de cartes à jouer entre amis ou en famille! Ambiance ludique et bonbons vous réchaufferont le cœur (rien de moins). De plus, l'occasion sera parfaite pour partager vos classiques en la matière. **(Contribution demandée : 2\$)**
- 25 février :** **Massage pour bébé (0-10 mois)** | **Annie Lemarbre**, instructrice en massage pour bébé, vous enseignera différentes techniques de massage adaptées dans une atmosphère de calme et de détente. **Amenez une petite couverture pour bébé et une petite serviette pour vos mains (Contribution demandée : 4\$)**
- 27 février :** **Éveil à la lecture** | Une 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 demandée : 4\$)**

Matins du GEM

- 6 et 20 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) MAIS vous devez participer intégralement à la corvée de vaisselle!**
- ***Le 6 février, nous aurons d'la visite : Caroline d'Alternative Naissance viendra nous présenter l'aboutissement des Zines, une série de livrets thématiques sur la période prénatale et post-natale destinés (entre autres) aux parents !**

GEM'Écoute

- 10 et 24 février :** Ton vécu de la maternité est plus dur que ce que tu avais imaginé? Peu importe la situation que tu traverses, viens échanger en toute confidentialité. Tu peux venir accompagnée de ton/tes enfant(s) si tu le souhaites. **Maud** et une bénévoles **d'Écoute Entraide** seront là pour vous accueillir. **Attention, il y a deux GEM'Écoute par mois, un en matinée et l'autre en après-midi**
Aucune inscription requise
La halte n'est pas offerte pour cet atelier. (Gratuit)

GEM parler

- 11 février :** 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 entamons une discussion **qui se déroulera en 2 rencontres** au sujet du stress. Nous ferons collectivement ressortir ses causes et ses effets sur nous et nos enfants en plus de dégager des solutions individuelles et collectives pour réduire l'anxiété et le stress. La 2^e rencontre se tiendra le 24 mars 2020 à 9h30. **Nous encourageons fortement votre participation aux 2 😊**
(Contribution demandée : 2\$)

Mercredis libres

- 12 et 26 février :** Nous vous invitons à venir profiter librement du GEM pour rencontrer d'autres parents et permettre à votre enfant de jouer et socialiser dans notre aire de jeux. Vous y serez accueillis de 13h30 à 16h par **Laëtitia** ou **Caroline** qui sauront également répondre à vos préoccupations.
Aucune inscription requise
La halte n'est pas offerte pour cet atelier.

GEM cuisiner

- 13 février :** **Charline** et **Rosalie** viendront vous accompagner dans les étapes de la confection d'un délectable tiramisu!
Prévoir des contenants pour ramener des portions. (Contribution suggérée : 4\$)

GEM lire

- 25 février :** Le club de lecture du GEM vous propose la lecture d'un titre (roman, essai, bande-dessinée) pour ensuite venir en discuter et échanger autour d'un breuvage chaud et de douceurs. Ce mois-ci, nous proposons la lecture d'un roman de **Virginie Grimaldi**: **Le premier jour du reste de ta vie**, disponible en plusieurs exemplaires dans le réseau des bibliothèques de Montréal. **(Contribution suggérée : 2\$)**

GEM'inspire

- 27 février :** **Caroline, Catherine** et **Mélisande** viendront vous relater avec humour et résilience (!) leurs expériences **de la maternité avec des jumeaux**. Elles vous partageront leurs bons (et moins bons coups), leurs défis au quotidien et surtout « quoi ne pas dire à des parents de jumeaux »! Cet atelier vise des échanges inspirants et s'adresse à tous, autant à des parents de jumeaux, qu'à des parents souhaitant en apprendre un peu plus sur cette réalité! **(Contribution suggérée : 4\$)**