

PROGRAMMATION*



Gem JANVIER

*réservée aux membres avec contribution demandée

LUNDI

16

9h30
11h30

Gem  'ÉCOUTE
Cercle de mamans - sans inscription

MARDI

17

9h30
11h30

Matin du Gem 

13h30
15h30

ATELIER PARENT-ENFANT
Éveil au langage

JEUDI

19

10h
11h

ATELIER PARENT-ENFANT
Massage bébé

17h
19h

5 à 7
du Gem 

SAMEDI

21

9h30
11h30

ATELIER PAPA-ENFANT
Bricolage

SPÉCIAL
PAPAS

LUNDI

23

13h30
15h00

CONFÉRENCE
Bébé bouffe

MARDI

24

10h
11h

ATELIER PARENT-ENFANT
Éveil musical

MERCREDI

25

13h30
15h00

Gem  LA CULTURE
Documentaire FIFA - "COMME UNE VAGUE"



Bienvenue
aux
bébés

JEUDI

26


9h30
11h30

CONFÉRENCE - ATELIER 
Comment prévenir l'anxiété chez l'enfant ?

LUNDI

30

13h30
15h30

Gem  'ÉCOUTE
Cercle de mamans - sans inscription

MARDI

31

09h30
11h30

Gem  'PARLER 
La contraception


14h
15h

ATELIER PARENT-ENFANT
Yoga avec bébé

JEUDI

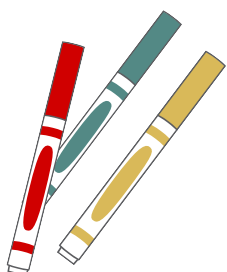
2

9h30
11h30

Matin du Gem 

VENDEDI 3 FÉVRIER

Sortie de la programmation de FÉVRIER avec
les INSCRIPTIONS EN LIGNE jusqu'au 6 FÉVRIER à 9h



OPÉRATION "JE TRIE, le GEM RECYCLE"

TRIEZ VOS FEUTRES USAGÉS &
placez les dans la boîte dédiée à cet effet au GEM.
Nous les enverrons en février pour les recycler.



*Le GEM tient compte de la réalité financière des familles qui participent à ses activités ; les prix sont affichés à titre de contribution demandée ; nous vous invitons à contribuer honnêtement, à la hauteur de vos moyens, merci.

Vous avez la possibilité de participer à nos activités avec vos enfants (0-5 ans) ou encore de les confier aux éducatrices de notre halte garderie.

 Activité avec halte garderie offerte

CONTRIBUTIONS DEMANDÉES = DIFFÉRENTS MODES DE PAIEMENT DISPONIBLES :



DESCRIPTIF DES CONFÉRENCES ET DES ATELIERS

LES NOUVEAUTÉS DU GEM

Gem  **'ÉCOUTE** - en collaboration avec **écoute entraide**

SANS INSCRIPTION

GRATUIT

Venez échanger en toute confidentialité au sein de ce groupe de soutien qui permet aux mères d'avoir un moment pour elles. Que vous viviez un moment difficile, une impression de ne pas y arriver, de vous sentir dépassée par votre (vos) enfant(s), venez au GEM rencontrer Maud (GEM) et Marie-Hélène (Écoute Entraide). Les enfants sont les bienvenus mais il n'y a pas de halte offerte.

LUNDI 16 JANVIER - 9h30 À 11h30 et LUNDI 30 JANVIER - 13h30 À 15h30




ATELIER PAPA-ENFANT BRICOLE AVEC LE CARTON

6\$

Venez rejoindre Marie-Soleil, de la ruche d'art Yelema pour un atelier spécial papa et découvrez la créativité de votre enfant (3-6 ans) en l'aidant à fabriquer la construction de carton de ses rêves !

SAMEDI 21 JANVIER - 09h30 À 11h30

Gem  **LA CULTURE** Documentaire - Comme une vague

GRATUIT


RDV à la Maison de la culture de Rosemont-La Petite-Patrie, ou nous vous proposons d'assister à la projection de "Comme une vague", de Marie-Julie Dallaire. Elle nous amène à la rencontre de scientifiques et d'artistes qui illustrent le lien essentiel entre le rythme, la musique, notre planète, le cerveau et notre humanité collective.

MERCREDI 25 JANVIER - 13h30 À 15h00

LES INCONTOURNABLES DU GEM

Gem  **'PARLER**

4\$

La contraception 


Pascale, notre stagiaire en sexologie, animera cette rencontre sur les moyens de contraception et répondra à vos questions sur le sujet (libido, effets secondaires, sexo,...).

Le tout se déroulera dans un espace sans jugement, afin de poser vos questions.

MARDI 31 JANVIER
09h30 À 11h30

Matin du Gem

GRATUIT

Rencontre informelle permettant de discuter avec d'autres parents et d'encourager la socialisation de vos enfants dans notre aire de jeux. 

Mardi 17 JANVIER - 09h30 À 11h30
Jeudi 2 FÉVRIER - 09h30 À 11h30

5 à 7 du Gem

CONTRIBUTION VOLONTAIRE

Cette soirée, sans enfants, donne l'occasion d'avoir un moment pour soi et d'échanger entre parents en toute convivialité. Si tu as une situation particulière qui t'empêche de faire garder ton/tes enfant(s), n'hésite pas à en parler à Maud : intervention@gem-pp.org.

JEUDI 19 JANVIER - 17H À 19H

NOS CONFÉRENCES À NE PAS MANQUER



Bébé bouffe

GRATUIT

Mélisa Langlois, nutritionniste au CLSC, expliquera la diversification alimentaire des bébés (0-12 mois) et répondra aux questions.

IMPORTANT : Les inscriptions se font auprès du CLSC au 514 273-4508 p. 3350

LUNDI 23 JANVIER - 13h30 À 15h00

Atelier - Comment prévenir l'anxiété chez l'enfant

4\$



Une intervenante du **CREP** CENTRE DE RESSOURCES ÉDUCATIVES ET PÉDAGOGIQUES vous aidera

à développer des stratégies efficaces pour accompagner votre enfant dans la gestion de son stress et ainsi prévenir le développement de l'anxiété.

JEUDI 26 JANVIER - 9h30 À 11h30

LES ATELIERS PARENT-ENFANT(S) DU GEM

ÉVEIL AU LANGAGE

4\$

Une intervenante du



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.

MARDI 17 JANVIER
13h30 À 15h30

MASSAGE BÉBÉ

4\$

Annie Lemarbre enseignera et fera des démonstrations de différentes techniques de massage adaptées à bébé, dans une atmosphère de calme et de détente. Pour 0 à 9 mois - Serviette non fournie, apporter la vôtre, merci.

JEUDI 19 JANVIER
10h À 11h

YOGA BÉBÉ

6\$

Véronique Dubois, yogi et marraine au GEM animera cet atelier. Ce cours renforce le lien maman-bébé, permet de relaxer les tensions et d'encourager le développement moteur. Pour 0 à 9 mois - Tapis de yoga et serviette non fournis.

MARDI 31 JANVIER
14h À 15h

ÉVEIL À LA MUSIQUE

Christiane de chez MooMooMusica animera cet atelier. Les enfants de 0 à 5 ans exploreront la musique par le chant, le mouvement et la manipulation d'instruments. Des comptines et des histoires sont au programme, ainsi que l'initiation au rythme et au tempo.

4\$

MARDI 24 JANVIER - 10h À 11h



LES RENCONTRES AVEC PASCALE, NOTRE STAGIAIRE SEXOLOGUE



Pascale, stagiaire et finissante en sexologie, est présente au GEM pour vous rencontrer sur RDV le vendredi après-midi, en individuel, pour 1h. Épanouissement sexuel post-grossesse, défis affectifs, dialogue dans le couple, contraception, santé mentale, sexuelle et physique sont des sujets possibles pour prévoir une rencontre.

GRATUIT

Pour prendre RDV : boisvert.pascale.2@courrier.uqam.ca