

Programmation Automne 2020



Maison
de la FAMILLE
Vallée-de-la-Lièvre

La famille, moi j'y crois !!!

PÉRIODE D'INSCRIPTION

Les inscriptions aux différents programmes auront lieu les semaines du 14 et 21 septembre 2020 de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 16 h, et ce, du lundi au jeudi.

Nos bureaux seront aussi ouverts en soirée, le **lundi 14 septembre** jusqu'à 20 h.

La Maison de la famille se réserve le droit d'annuler un programme si elle reçoit un nombre insuffisant d'inscriptions.

Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre
321, avenue de Buckingham
Gatineau (Québec) J8L 2G4
Tél. : (819) 281-4359
Courriel : maison179@videotron.ca

Pour plus de détails, consultez le site internet de la MDF à www.mdf-valleedelalièvre.ca



La Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre (MDF), soucieuse de se conformer aux mesures sanitaires entourant la COVID-19, innove quant à la distribution de sa programmation pour l'automne 2020.

Pour la toute première fois de son histoire, la MDF distribue sa programmation dans les écoles primaires de son territoire par voie électronique, et ce, grâce à la merveilleuse collaboration du Centre de services scolaire au Cœur-des-Vallées.

Pour les 0-5 ans

Les Frimousseries

Un programme de stimulation pour les tout-petits âgés entre 0-2 ans et leurs parents. Des activités variées qui sauront plaire aux parents et satisfaire le besoin de bouger des petites frimousses. Le programme est offert à deux groupes soit 0 à 6 mois et les Touche-Chats-Tout (Rampeurs et Trottineurs).

Coût : 10 \$ pour la série d'ateliers

Frimousseries 0-6 mois

**Date : Les mardis
du 22 sept. au 27 oct.
Heure : 9 h 30 à 11 h 30**

Les Touche-Chats-Tout

**Date : Les mardis
du 10 nov. au 15 déc.
Heure : 9 h 30 à 11 h 30**

Tic Tac Toc

Vous avez envie de participer à un programme de stimulation intéressant avec votre enfant ? Inscrivez-vous à Tic Tac Toc !!! Des rencontres hebdomadaires où bricolage, jeux éducatifs, jeux libres et comptines sont au rendez-vous.

Une belle façon de passer du temps de qualité avec votre enfant et de lui permettre de rencontrer d'autres bambins de son âge. Les ateliers sont conçus pour les enfants de 2 à 5 ans et ont la particularité d'être animés par les parents.

Date : Les jeudis du 8 octobre au 10 décembre

Heure : 9 h à 11 h

**Coût : 1 enfant - 5 \$, 2 enfants - 8 \$, 3 enfants et plus - 10 \$
pour la session**

Pour les 5-12 ans

Ensemble maître de soi (karaté parent-enfant)

Ce cours s'adresse aux parents et à leurs enfants âgés de 5 à 12 ans. C'est une activité familiale où l'enfant et le parent s'initient aux arts martiaux. Les exercices physiques sont suivis d'un conte favorisant l'apprentissage de valeurs positives. Venez ensemble vivre des moments de plaisir !!! *** Collaboration spéciale de Karaté Cama. ***

Date : Les mercredis du 7 octobre au 9 décembre

Heure : 18 h 30 à 19 h 45

Lieu : Centre communautaire (181, rue Joseph)

Coût : 20 \$ pour la série d'ateliers



Pour les 11-16 ans

Gardien-nes averti-es

La Maison de la famille offre la chance aux adolescent-es de suivre la formation de gardien(ne) averti(e). Voilà l'occasion d'apprendre une foule de trucs et d'acquérir des connaissances pour devenir un-e excellent-e gardien-ne d'enfants.

Date : Les jeudis du
1er oct. au 5 nov.
Heure : 18 h 30 à 20 h
Coût : 30 \$ pour la
série d'ateliers

À noter, l'enfant doit avoir 11 ans au moment de l'inscription.

Pour les 0-12 ans et leurs parents

Samedi-de-Jouer

Un service de répit-gardiennage offert aux parents ayant des enfants âgés entre 0 et 12 ans. Cette activité de qualité permet aux parents d'obtenir un peu de répit et aux enfants de socialiser avec d'autres enfants de leur âge. Le service est offert un samedi sur deux, en matinée ou en après-midi.

Date : Les samedis du 3 octobre
au 5 décembre
Heure : 9 h à 12 h ou 13 h à 16 h
Coût : 3 \$/enfant pour la demi-journée

À moins d'entente avec la direction,
les participants devront défrayer
l'ensemble des frais d'inscription.

Pour les parents

Parents en couleur !!!

Ce programme s'adresse aux parents d'enfants âgés de 5 à 12 ans. Les ateliers se déroulent sous forme de rencontre hebdomadaire où sont abordés les thèmes suivants : l'encadrement des enfants, la communication, la discipline et l'établissement des règles de vie familiale.

Date : Les mercredis
du 6 oct. au 27 oct.
Heure : 19 h à 21 h
Coût : 10 \$ pour la
série d'ateliers

Y'a personne de parfait (Y'APP)

Ce programme s'adresse aux parents d'enfants âgés de 0 à 5 ans. Lors des rencontres, nous abordons les thèmes suivants : le corps, la santé, la sécurité, le développement et le rôle des parents. Venez vous informer et échanger avec d'autres parents !!!

Date : Les vendredis 13 et 27 novembre
Heure : 9 h à 15 h
Coût : Gratuit

* La Maison de la famille offrira une halte-garderie ainsi que le dîner.



Quelques services

Bazar familial

En raison de la pandémie, la Maison de la famille désire vous informer qu'elle se doit d'annuler son Bazar familial.

On se revoit au Bazar familial printanier !!!

Paniers de Noël

Les inscriptions auront lieu du 2 novembre au 2 décembre 2020, et ce, du lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 16 h.

*** Aucune inscription le vendredi !!!

Gardons les Enfants au chaud

*Inscription pour les costumes d'hiver (grandeur 2 à 16 ans)

Projet s'adressant aux familles (petits salariés et prestataires de l'aide sociale) du territoire Vallée-de-la-Lièvre.

Nous vous invitons à venir vous inscrire avant le 30 septembre, et ce, du lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 16 h.

*À l'inscription, les participants devront fournir une preuve de revenu (rapport d'impôt 2019 ou la carte-médicament). De même, veuillez apporter la carte d'assurance-maladie de vos enfants.

Cette année, une contribution financière entre 10 \$ et 20 \$ sera exigée pour chaque costume neuf.

Popote-débrouille et Gardien-nes averti-es

Grâce à la merveilleuse collaboration des écoles primaires du Centre de services scolaire au Cœur-des-Vallées, la Maison de la famille a le privilège d'offrir ses deux programmes après les classes.

Nous vous invitons à surveiller les publicités remises à l'école !!!

Qu'est-ce que le programme Popote-débrouille ?

Les intervenantes de la Maison de la famille invitent les enfants âgés de 5 à 12 ans qui sont seuls à la maison au retour des classes, ou à d'autres occasions, à venir apprendre à cuisiner de façon sécuritaire des collations et des petits plats santé simples et nourrissants.

L'objectif du programme est de permettre aux jeunes d'acquérir des notions de base de sécurité alimentaire, mais aussi de sécurité en général lorsqu'ils sont seuls à la maison. De plus, un atelier est entièrement consacré à l'intimidation chez les jeunes.

