



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h à 12h <b>Halte-garderie</b>	9h à 12h <b>Halte-garderie</b>	9h à 12h <b>Halte-garderie</b>	9h30 à 12h <b>Préparation à l'école</b> Enfant 3-5 ans	9h à 12h <b>Halte-garderie</b>	
	9h à 12h <b>Accueil libre</b> <i>Parent - enfant 0-5 ans</i>		9h à 12h <b>Accueil libre</b> <i>Parent - enfant 0-5 ans</i>	10h à 12h <b>Trottineurs</b> <i>Parent - enfant 1-2 ans</i>	9h à 12h <b>Bouger pour grandir</b> <i>Parent - enfant 0-5 ans</i>
9h30 à 11h30 <b>Café-causerie</b> <i>parent</i>	9h30 à 11h30 <b>Atelier de ressourcement</b> <i>Mères</i>	9h30 à 12h <b>Maternité-Vitalité</b> <i>Femme enceinte</i>		9h30 à 12h <b>Maternité-Vitalité</b> <i>Femme enceinte</i>	9h30 à 12h <b>Sport et Impro</b> <i>8-10 ans</i>
9h30 à 12h <b>Atelier d'éveil</b> <i>2-3 ans</i>		9h à 15h <b>Un temps pour toi</b> <b>Un temps pour moi</b> <i>Enfant 4-5 ans scolaire</i>	9h à 13h <b>Un temps pour toi</b> <b>Un temps pour moi</b> <i>Enfant 2-5 ans</i>		10h à 12h <b>J'attends bébé</b> <i>Couple</i>
9h30 à 11h30 <b>Groupe de soutien</b> <i>Parent</i>	9h30 à 12h30 <b>Refuge pour grandir</b> <i>Enfant 2-5 ans</i>	9h30 à 12h30 <b>Refuge pour grandir</b> <i>Enfant 2-5 ans</i>		9h30 à 16h <b>Refuge pour grandir</b> <i>Enfant 2-5 ans</i>	

13h à 16h <b>Halte-garderie</b>		13h à 16h <b>Halte-garderie</b>	13 h à 16h <b>Halte-garderie</b>		
13h à 16h <b>Accueil libre</b> <i>Parent - enfant 0-5 ans</i>		13h à 15h <b>Jasons bébés</b> <i>Parent - enfant de 0-12 mois</i>	13h à 15h <b>Jasons bébés</b> <i>Parent - enfant de 0-12 mois</i>		13h à 17h <b>Aventure Plein air</b> <i>Enfant de 6-9 ans</i>
		<b>Accompagnement à la naissance</b> <i>individuel ou couple</i>			<b>Activités familiales de fin de semaine</b> <i>Horaire et lieux à déterminer</i>

			13h à 15h <b>Atelier de ressourcement</b> <i>Mères</i>	<b>Activités familiales du vendredi</b> <i>Horaire et lieux à déterminer</i>	
		<b>Sorties du mercredi dans le quartier</b> <i>Horaire et lieux à déterminer</i>	16h30 à 18h30 <b>Le club des filles</b> <i>Enfant 8-10 ans</i>	16h30 à 18h30 <b>Club des 6-8 ans</b>	

**ATELIERS AU CHALET DU PARC PAINTER (260 Rue Marcotte, Saint-Laurent, QC H4N 1A5)**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9h30 à 12h <b>Préparation à l'école</b> <i>Enfant 3-5 ans</i>		9h à 11h30 <b>Halte-garderie</b>		
	15h30 à 18h <b>Club des 6-8 ans</b>				

Sur réservation

Sur demande

Sur inscription

Activités familiales

## DESCRIPTIF DES ATELIERS

- Bouger pour grandir** *Sur réservation*  
Réservez le vendredi de 11h à 11h30 poste 521  
Matériel et espace de jeu sont ouverts pour jouer, bouger ensemble et rencontrer d'autres familles.
- Accueil libre** *Sur réservation*  
Lundi : réservez le lundi de 11h à 12h poste 521  
Mardi : réservez le lundi de 11h à 12h poste 521  
Jeudi : réservez le mercredi de 14h à 15h poste 521  
Venez jouer dans un milieu stimulant pour votre enfant.
- Jasons bébés** *Sur réservation et sur inscription*  
Jeudi : réservez le mercredi de 11h à 12h poste 521  
Moment d'échange pour enrichir votre expérience parentale.
- Trottineurs** *Sur inscription*  
Moments d'échange et de jeux parents-enfants.
- Un temps pour toi/Un temps pour moi** *Sur inscription*  
Accueil et stimulation pour enfants à besoins particuliers.
- Refuge pour grandir** *Sur inscription*  
Activités de stimulation précoce pour les enfants dont les parents sont nouveaux arrivants au Québec. Ayant un statut de réfugié, en attente de statut ou demandeur d'asile
- Préparation à l'école** *Sur inscription*  
Les enfants développent leurs habiletés en vue d'une entrée scolaire réussie.
- Halte-garderie** *Sur réservation*  
Les enfants s'épanouissent dans un environnement stimulant et adapté à leurs besoins.
- Club des 6-8 ans** *Sur inscription*  
Un temps après l'école pour faire ses devoirs et se garder actif, dans le plaisir de faire ensemble.
- Club des filles** *Sur inscription*  
Un temps après l'école pour se garder active et dans le plaisir de faire ensemble.
- Sport et Impro** *Sur inscription*  
Un espace pour créer, bouger et favoriser son épanouissement.
- Aventure Plein air** *Sur inscription*  
Temps de jeu actif en extérieur.

- Atelier de ressourcement** *Sur inscription*  
Les mamans jasant, prennent soin d'elles et apprennent à être bien dans leur corps.  
**Halte-garderie disponible.**
- Maternité-Vitalité** *Sur inscription*  
Un temps de créativité, un lieu pour bouger, se reposer et pour partager son expérience unique.  
**Halte-garderie disponible.**
- J'attends bébé en couple** *Sur inscription*  
Partage d'expériences, ressources et outils corporels pour bien vivre la grossesse et l'accouchement.
- Groupe de soutien** *Sur inscription*  
Ce lieu de parole permet aux parents d'enfants à besoins particuliers d'échanger et de partager leurs expériences.
- Café-causerie (aux 2 semaines)** *Sur réservation*  
Réservez le vendredi de 11h à 11h30 poste 521  
Un moment privilégié autour d'un café entre parents pour partager et échanger. Halte-garderie disponible.

## SERVICES OFFERTS

- AGENTES DE MILIEU 0-5 ANS**  
Informations et ressources sur le quartier, contactez :  
**Nathalie** 514 333-8989 poste 538, 438 926-3819 ou  
**Sindy** 514 333-8989 poste 534, 438 926-3629
- BAZAR 3e jeudi et vendredi du mois**  
Pour vous inscrire téléphonez le lundi précédant à partir de 8h30 au 514 333-8989 poste 324.
- PRÊT D'ÉQUIPEMENTS POUR BÉBÉ**  
Aide matérielle pour futurs parents.
- SUIVIS MÉDICAUX DE GROSSESSE**  
Vous êtes enceinte ? Vous traversez une période difficile ? Appelez-nous !
- SERVICES AUX RELEVAILLES** *Sur référence*



# Venez nous voir!



**Toute une gamme  
d'activités gratuites.**

**1159 avenue Sainte-Croix, 2e étage,  
Saint-Laurent, H4L 3Z2  
À l'arrière du stationnement  
du CLSC de Saint-Laurent  
Bus 121 et 171**

**Informations et inscriptions**

514 333-8989 poste 521



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
9 a.m. to 12 p.m. <b>Daycare</b>	9 a.m. to 12 p.m. <b>Daycare</b>	9 am to 12 pm <b>Daycare</b>	9 :30 a.m. à 12 p.m. <b>Lets Get Ready For School</b> <i>Children 3-5 years old</i>	9 am to 12 pm <b>Daycare</b>	
	9 a.m. à 12 p.m. <b>Parent-Child Drop-In</b> <i>Parent-child 0-5 years old</i>		9 a.m. à 12 p.m. <b>Parent-Child Drop-In</b> <i>Parent-child 0-5 years old</i>	10 a.m. to 12 p.m. <b>Toddler's Play Group</b> <i>Parent-child 1-2 years old</i>	9 a.m. to 12 p.m. <b>Move to Grow</b> <i>Parent-child 0-5 years old</i>
9:30 a.m. to 11:30 a.m. <b>Coffee-Meetings</b> <i>Parents</i>	9:30 a.m. to 11:30 a.m. <b>Self-Care Workshop for Mothers</b> <i>Mothers</i>	9:30 a.m. à 12 p.m. <b>Maternity-Vitality</b> <i>Pregnant Women</i>		10 a.m. to 12 p.m. <b>Maternity-Vitality</b> <i>Pregnant Women</i>	9:30 a.m. to 12 p.m. <b>Sports and Impro</b> <i>Children 8-10 years old</i>
9:30 a.m. to 12 p.m. <b>Early Learning Play Group</b> <i>2-3 years old</i>		9:30 a.m. to 3 p.m. <b>A time for you</b> <b>A time for me</b> <i>Children 4-5 years old</i>	9 a.m. to 1 p.m. <b>A time for you</b> <b>A time for me</b> <i>Children 4-5 years old</i>		10 a.m. to 12 p.m. <b>Expecting Baby</b> <i>Couples</i>
9:30 a.m. to 11:30 a.m. <b>Support Group</b> <i>Parents</i>	9 :30 a.m. to 12 :30 p.m. <b>A safe place to grow</b> <i>Children 2-5 years old</i>	9:30 à 12:30 <b>A safe place to grow</b> <i>Children 2-5 years old</i>		9:30 a.m. to 4 p.m. <b>A safe place to grow</b> <i>Children 2-5 years old</i>	

9 a.m. to 12 p.m. <b>Daycare</b>		9 a.m. to 12 p.m. <b>Daycare</b>	9 a.m. to 12 p.m. <b>Daycare</b>		
1 p.m. to 4 p.m. <b>Parent-Child Drop-In</b> <i>Parent-child 0-5 years old</i>		1 p.m. to 3 p.m. <b>Baby and Me</b> <i>Parent-Child 0-12 Months</i>	1 p.m. to 3 p.m. <b>Baby and Me</b> <i>Parent-Child 0-12 Months</i>		1 p.m. to 5 p.m. <b>Outdoor Adventure</b> <i>Children 6-9 years old</i>
		<b>Accompaniment at birth</b> <i>individual or couple</i>			<b>Weekend family activities</b> <i>Schedule and location TBD</i>

			13 p.m. to 15 p.m. <b>Self-Care Workshop for Mothers</b> <i>Mothers</i>	<b>Friday's family activities</b> <i>Schedule and location TBD</i>	
		<b>Wednesday's family activities</b> <i>Schedule and location TBD</i>	4:30 p.m. to 6:30 p.m. <b>The Girls' Club</b> <i>Children 8-10 years old</i>	4:30 p.m. to 6:30 p.m. <b>Club of 6-8 year old</b> <i>Children 6-8 years old</i>	

**ACTIVITIES AT PARC PAINTER (260 Marcotte Street, St. Lawrence, QC H4N 1A5)**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
	9:30 a.m. to 12 p.m. <b>Lets Get Ready For School</b> <i>Children 3-5 years old</i>		9 a.m. to 11:30 a.m. <b>Daycare</b>		
	3:30 p.m. to 6 p.m. <b>Club of 6-8 year-old</b> <i>Children 6-8 years old</i>				

On reservation

dates to be determined

by registration

family activities

## WORKSHOPS DESCRIPTION

- Move to Grow** *On Reservation*  
Call to reserve Fridays from 11 a.m. to 11:30 a.m. at ext. 521  
Materials and play area are open to play, move together and meet other families.
- Open activity** *On Reservation*  
Call to reserve at ext. 521  
For Monday- call Monday from 11 a.m. to 12 p.m.  
For Tuesday- call Monday from 11 a.m. to 12 p.m.  
For Thursday-call Wednesday from 2 p.m. to 3 p.m.  
Come play in a stimulating environment for your child
- Baby and Me** *On reservation and registration*  
Call to reserve Thursday: Wednesdays from 11 a.m. to 12 p.m. at ext. 521  
A time of exchange to enrich your parenting experience.
- Drop-In Daycare** *On Reservation*  
Call Friday from 10 a.m. to reserve at  
Children thrive in a stimulating environment adapted to their needs.
- Toddler's Play Group** *On registration*  
Moments of exchange and parent-child games.
- A Time for You/A Time for Me** *On Registration*  
Home and stimulation for children with special needs.
- A safe place to Grow** *On Registration*  
Stimulating early learning activities for kids whose parents are refugee claimants or without status.
- Let's Get Ready For School** *On Registration*  
Children develop their skills for a successful school entry.
- Club des 6-8 ans** *On Registration*  
Un temps après l'école pour faire ses devoirs et se garder actif, dans le plaisir de faire ensemble.
- Drop-In Daycare** *On Reservation*  
Call Friday from 10 a.m. to reserve at  
Children thrive in a stimulating environment adapted to their needs.
- Club des filles** *Sur inscription*  
Un temps après l'école pour se garder active et dans le plaisir de faire ensemble.

- Sport et Impro** *Sur inscription*  
Un espace pour créer, bouger et favoriser son épanouissement.
- Outdoor Adventure** *Sur inscription*  
Temps de jeu actif pour découvrir la nature.
- Self-Care Workshop** *On registration*  
Moms talk, take care of themselves and learn to be well in their bodies. **Daycare available.**
- Maternity-Vitality** *On registration*  
A time of creativity, a place to move, rest and share one's unique experience. **Daycare available.**
- Expecting Baby as a Couple** *On registration*  
Take some time as a couple to get ready to better welcome your baby. Share thoughts, resources, and exercises to fully experience pregnancy and childbirth.
- Support Group** *On Registration*  
Share your experience and resources with other parents of children with special needs.
- Coffee-Meetings (every 2 weeks)** *On reservation*  
A special moment around coffee and a snack to share experiences with other parents. Call to reserve Friday from 11:30 a.m to 12:00 p.m at ext. 521 **Daycare available**

## SERVICES OFFERED

- OUTREACH WORKERS 0-5 YEARS**  
Neighborhood information and resources, contact: **Nathalie** 514 333-8989 ext. 538, 438 926-3819 or **Sindy** 514 333-8989 ext. 534, 438 926-3629
- BAZAR 3rd Thursday and Friday of the month**  
Call to register the previous Monday from 8:30 a.m. at 514 333-8989 ext. 324.
- BABY EQUIPMENT LOAN**  
Material helps for future parents
- MEDICAL PRENATAL FOLLOW-UP**  
Are you pregnant? Are you going through a difficult time? Call us!
- POSTPARTUM SUPPORT** *By reference*



**Come see us !**



**A Wide Range of free activities!**

**1159 Sainte Croix avenue, 2nd floor  
In the back of the parking lot of the  
CLSC of Saint Laurent  
Buses 121 and 171**

**Information & registration**

514 333-8989 ext. 521