



Maison de la Famille
de Lotbinière

Heures d'ouverture de la Maison :

Lundi au vendredi: 9 à 16h

**** 2017 – HIVER - PRINTEMPS ****

Gratuit ! Pour toutes les familles

Halte-garderie gratuite sur inscription

Information et inscription : 418-881-3486



Chouette & Pirouette

Un matin de semaine, de 9 à 11h, l'équipe d'éducatrices vous invite à des Ateliers-découvertes Parents-Enfants 0-5 ans.

- Activités parent-enfant
- Collation
- Détente, échanges entre parents (pendant que les enfants s'amuse)

Début :

Mardi 24 janvier	à Lotbinière	Centre Chartier
Mercredi 25 janvier	à Laurier-Station	Complexe récréatif, 2 ^e étage
Jeudi 26 janvier	à St-Gilles	Salle municipale
Vendredi 27 janvier	à St-Apollinaire	Maison de la Famille



Bébé-Câlin

L'arrivée d'un premier bébé est un grand événement.

lun. 13 à 15 h

Nous vous proposons 6 ateliers-découvertes entre Parent et bébé

Offerts à St-Narcisse 6, 13, 20, 27 févr., 13 et 20 mars

- Activités de stimulation
- Informations et discussions sur différents thèmes
- Documentation

Activités et services gratuits pour toutes les familles

81, rue Rousseau, St-Apollinaire, G0S 2E0 t : 418-881-3486
maisonfamillelotbiniere@globetrotter.net // www.maisonfamillelotbiniere.com



17, 18 janv.
19 à 21h30

Trucs et stratégies pour parents, dans l'aide aux devoirs
(français, mathématiques) Animatrice : Micheline Boulé



27 janv.
vend. 11h30 à 13h30

Le vendredi de... Linda Martineau reçoit (soupe-repas)
Comment je me suis sorti de l'alcoolisme : Elle vous raconte son expérience, comment c'est possible de s'en sortir et répond ouvertement à vos interrogations au sujet de cette maladie des émotions.



28 janv.
sam. 9 à 11h30

En famille avec Papa
Construction d'un château de neige – Plaisirs d'hiver de St-Flavien



30 janv.
lun 13 à 14h30

Expérience physique (Yoga) avec Aline Falardeau
S'arrêter, se connecter, s'éclairer 30 janv., 6, 13, 20, 27 févr., 13, 20, 27 mars, 3, 10 avr.



1^{er} févr.
mer 19 à 20h30

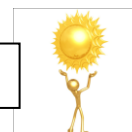
Les mercredis Parents à partir de vos préoccupations
Avec vous ! C'est quand vous voulez avec Jacques Lacroix, t.s. pendant 30 ans au CLSC
1, 8, 15, 22 févr., 1, 8, 15, 22, 29 mars, 3, 10, 17, 24, 31 mai



7 févr.
mar 19 à 21 h

L'Intégral 2 - Techniques puissantes pour arriver à ses buts
Animateur : Bertrand Huot, m.a.
En 3 étapes de 4 rencontres... à partir du 7 février
Programme personnalisé de croissance personnelle, 18 ans et plus

Complet



10 févr.
vend. 18h30 à 20h30

Événement spécial : À vos frigos!
Trucs pratiques pour contrer le gaspillage alimentaire à la maison
Animé par un expert en gaspillage alimentaire du «fonds Éco-IGA» et un chef de la Tablee des Chefs



17 et 24 févr.
vend 9 à 10h30

Événement spécial : 2 ateliers de premiers soins
Pour la vie au quotidien : premiers soins pour bébés et enfants



24 févr.
vend. 11h30 à 13h30

Le vendredi de... Roseline Guité reçoit (soupe-repas)
Partager des trucs maison



25 févr.
sam. 10 à 16h

En famille avec Papa
Construction d'un château de neige – Festival du Flocon St-Agapit



31 mars
vend. 11h30 à 13h30

Le vendredi de... Irène Côté reçoit (soupe-repas)
Comment vivre les différences qui nous dérangent



Activités et services gratuits pour toutes les familles

81, rue Rousseau, St-Apollinaire, G0S 2E0 ☎ : 418-881-3486
maisonfamillelotbiniere@globetrotter.net // www.maisonfamillelotbiniere.com



- mer 19 à 21h
- Vie de famille ... Amour et discipline**
4 ateliers pour parents d'enfants 6-12 ans
- 5 avr.** Dans ma famille, je suis d'abord une personne
- 12 avr.** À partir de maintenant, j'agis au lieu de réagir et j'apprivoise la colère
- 19 avr.** Mon rôle parental et la discipline au cœur de ma famille
- 26 avr.** Communication saine et résolution de conflits.
- 28 avr.** **Le vendredi de... Mireille Gélinas reçoit** (soupe-repas)
- ven. 11h30 à 13h30 Les jardins communautaires, ça me plaît
- 13 mai** **Familles en fête** Marche festive des familles à la Maison de la Famille de Lotbinière.
- sam. 9h30 à 12h
- 26 mai** **Les vendredis de... Monique Allard reçoit** (soupe-repas)
- vend. 12 à 13h30 Fêter nos anniversaires
- Juin** **SEMAINE QUÉBÉCOISE DE LA PATERNITÉ – JUIN 2017**
- Pêche en herbe**
Apprendre à pêcher – Descente des canards à Leclercville
- Su-Père Soccer –** St-Apollinaire



**AUTRES SERVICES **



Écoute accompagnement
Individu, couple, parent
Mieux surmonter les difficultés



Consultation professionnelle brève
Avocat – notaire – médiation- orientation

Dans nos locaux également :

12 janv. **Accès-Loisirs – Inscriptions** jeu 13h30 à 18h30
6 avr

Activités et services gratuits pour toutes les familles

81, rue Rousseau, St-Apollinaire, G0S 2E0 ☎ : 418-881-3486
maisonfamillelotbiniere@globetrotter.net // www.maisonfamillelotbiniere.com

