

HIVER 2026

du 12 janvier au 6 mars



LUNDI

CUISINE COLLECTIVE 
(1RE RENCONTRE)
9h30 à 10h30
9 février
AVEC MATHILDE

CONFÉRENCE

13h15 à 15h30
Initiation au budget
23 février
AVEC MATHILDE



MARDI

CUISINE COLLECTIVE 
(2 ÈME RENCONTRE)
9h30 à 13h30
10 février
AVEC MATHILDE

CAFÉ DES ANCIEN.NES

9h30 à 11h30
27 janvier
24 février
AVEC MATHILDE

CONFÉRENCE

13h30 à 15h
Santé menstruelle
3 février
AVEC GÉRALDINE

JE M'ENVOLE VERS L'ÉCOLE

17h30 à 19h
3-10-17-24 février
AVEC JASMINE ET CHANTAL



MERCREDI

CAFÉ-RENCONTRE

9h30 à 11h30
14-21 janvier
4-11-25 février
AVEC MATHILDE

CUISINE BÉBÉ

9h30 à 11h30
28 janvier
18 février
AVEC MATHILDE

CONFÉRENCES

13h30 à 15h
Maladies infantiles
21 janvier
Apprendre en mode
maman
28 janvier
Diversification
alimentaire menée
par l'enfant (DME)

16 février
Voyager avec bébé
25 février

POUR PAPA CUISINE

17h30 à 19h30
21-28 janvier
4-18-25 février
AVEC GÉRALDINE



JEUDI

PARENT-BÉBÉ

9h30 à 11h
15-22-29 janvier
5-12-19-26 février
AVEC GÉRALDINE ET AUDREY

CONFÉRENCE

17h30 à 18h30
Rencontre
d'information sur la
reentrée à la
maternelle
22 janvier
AVEC JASMINE

ACCOMPAGNEMENT AU DEUIL PÉRINATAL

17h30 à 19h30
29 janvier
26 février
AVEC GÉRALDINE ET JASMINE

SECOURISME POUR LES PARENTS

18h à 20h
5 mars
AVEC GÉRALDINE



VENDREDI

HEURE DU CONTE

10h à 11h30
20 février
AVEC SÉVERINE

ACTIVITÉS PARENT-ENFANTS

9h30 à 11h30
Activité bricolage
16 janvier
Activité cuisine
30 janvier
27 février
Déjeuner de la St-
Valentin
13 février
AVEC ALINE / AUDREY / CHANTAL /
PRISCILLA

CONFÉRENCE

9h30 à 11h30
Comprendre le régime
d'union parentale
6 février
AVEC LA FAFMRQ

HALTE-ALLAITEMENT ET CLINIQUE DE PORTAGE

13h15 à 15h15
30 janvier
27 février
AVEC GÉRALDINE
A L'ACHIM



PÉRIODES DE HALTE-RÉPIT:

HALTE-RÉPIT:

- AM: 9H À 11H30
- PM: 13H À 15H30
- JOURNÉE-RÉPIT
9H À 15H30

HALTE-RÉPIT:

- AM: 9H À 11H30
- PM: 13H À 15H30

HALTE-RÉPIT:

- AM: 9H À 11H30
- PM: 13H À 15H30
- JOURNÉE-RÉPIT
9H À 15H30

HALTE-RÉPIT:

- AM: 9H À 11H30
- PM: 13H À 15H30

HALTE-RÉPIT:

- AM: 9H À 11H30

INSCRIPTIONS À PARTIR DU 15 DÉCEMBRE 9H

Pour plus d'informations sur nos activités, n'hésitez pas à aller sur notre site internet au www.stationfamilles.org

INFORMATIONS ET ACTIVITÉS SPÉCIALES

Semaine de relâche
Zoo Ecomuseum
5 mars

Déjeuner de la
Saint-Valentin
13 février à 9h30


Fête hivernale
Avec Concertation
Ville-Emard/ Côte St-Paul
21 février de 10h à 14h
Parc De La Vérendrye

Secourisme (RCR)
pour les parents
5 mars,
entre 18h et 20h



DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS POUR LES PARENTS

 **Café-Rencontre:** Groupe de parents d'enfants de 1 à 5 ans ayant comme objectif de favoriser l'enrichissement de leur expérience parentale.


Café des ancien.nes: Rencontre entre parents anciennement membres de Station-Familles

Halte-allaitement: Rencontres de soutien pour tous les parents.

 **VIP:** Rencontres individuelles avec votre intervenante sur demande.

Accompagnement au deuil périnatal: Rencontres de soutien en groupe, animées par deux intervenantes. Chaque rencontre abordera un thème différent, en lien avec la réalité du deuil périnatal.


 **Conférence:** Rencontre d'information sur une thématique précise afin d'informer et répondre aux questions des parents.


 **Cuisine collective:** Activité pour les parents où, lors de la première rencontre, nous choisissons une recette, puis, lors de la suivante, nous la préparons ensemble et emportons nos plats à la maison.


ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

 **Halte-garderie:** Service de halte-garderie pour les enfants de 0 à 5 ans.

ACTIVITÉS FAMILIALES

 **Parent-bébé:** Dyades parent-bébé de 3 à 12 mois ayant comme objectif de favoriser l'enrichissement de l'expérience parentale, d'augmenter le bien-être du parent et de favoriser l'attachement parent-bébé.

 **Cuisine bébé:** Atelier de cuisine avec et pour bébé. Ensemble nous cuisinons et vous repartez avec vos plats.

 **Activités parent-enfant:** Ateliers parents-enfants permettant de partager un moment privilégié avec son enfant autour de thématiques telle que l'atelier de cuisine.

Heure du conte: Ateliers parent-enfant d'éveil à la lecture.

 **Pour papa:** Rencontres de groupe entre papas autour de différentes activités. Certaines activités auront lieu avec bébé (voir au calendrier).

 **Je m'envole vers l'école:** Information et ateliers de préparation pour l'entrée à la maternelle.

Toutes les inscriptions se font sur Amilia. N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous rencontrez des problèmes



- Activités spécialement adaptées pour les personnes en cours de francisation
- Activities specially adapted for people in the process of francization
- Actividades especialmente adaptadas para personas en proceso de francización
- फ्रैंचाइजेशन की प्रक्रिया में लोगों के लिए विशेष रूप से अनुकूलित गतिविधियाँ

INSCRIPTIONS À PARTIR DU
15 DÉCEMBRE 9H