

Description des activités au www.espacefamille.ca. Affiliation membre requise pour les activités, sauf si mentionné (15\$ par année par famille).

Programme Accès Famille : Rabais de 50 % sur les tarifs pour les familles à faible revenu. Appelez-nous pour vérifier votre éligibilité.

CAUSERIES & CONFÉRENCES gratuites et sans inscription

Pour partager entre parents et s'outiller grâce aux conférences une semaine sur deux. Apportez un fruit !

Sur place : Mairaine d'allaitement Nourri-Source, stagiaire en sexologie, monitrice de portage, pros en tricot et bien plus !

Déjeuner-Causerie	Café-Causerie dans l'est
Tous les mercredis du 3 avril au 26 juin, 9h à 12h À Espace-Famille Villeray (7378, rue Lajeunesse), Local 210 Conférence aux deux semaines* Café, bagels et halte-garderie, avec conférence* aux deux semaines	Tous les jeudis du 4 avril au 20 juin, 13h à 16h Au Chalet de Normanville (7480, rue de Normanville) Conférence aux deux semaines* Café-collation, contribution volontaire
10 avril, 9h30 Mieux gérer son stress grâce à la respiration	18 avril, 13h30 Épicerie santé pour budget serré
24 avril, 9h30 Vers une meilleure collaboration parent-enfant	2 mai, 13h30 À venir
8 mai, 9h00 Fête de mères ! Venez-vous faire gâter pour l'occasion	16 mai, 13h30 Co-équipiers père-mère : oser exister et laisser l'autre exister
22 mai, 9h30 À venir	30 mai, 13h30 Quand ton recyclage devient jouets !
5 juin, 9h30 Kid power : Leur enseigner la sécurité sans leur faire peur	13 juin À venir
12 juin, 9h00 Assemblée générale annuelle Votre présence est importante !	

* Programmation sur Facebook ou espacefamille.ca/conferences. Les horaires et sujets peuvent changer à l'occasion.

HALTE-GARDERIE

Notre halte-garderie offre un répit pour les parents afin de se reposer ou pour prendre un peu de temps pour soi-même. Nos éducatrices prennent soin de vos poupons et proposent des activités éducatives adaptées à leur stade de développement. **Coordonnatrice** : Carole Beauvais. **Éducatrices** : Ana Izvoreanu et Catalina Monterroza. **Tarifs** : 7\$/demi-journée, 15\$/journée complète.

	Dates	Horaire	Durée	Tarif
Lundi (3 mois à 5 ans)	1 ^{er} avril au 17 juin (Fériés : 22 avril, 20 mai)	Lundi 9h00 à 15h45	10 semaines	150 \$
Mardi (3 à 18 mois)	2 avril au 18 juin	Mardi 13h00 à 15h45	12 semaines	84 \$
Jeudi (3 mois à 5 ans)	4 avril au 20 juin	Jeudi 9h00 à 15h45	12 semaines	180 \$
Vendredi occasionnel (3 mois à 5 ans) Places « à la carte ». Réservez votre place dès 8h45 une semaine à l'avance.	5 avril au 21 juin (Férié : 19 avril)	Vendredi 9h00 à 15h45	1 journée	15\$

RELEVAILLES (Soutien à domicile pour les nouveaux parents)

Une accompagnante périnatale vient à domicile une fois par semaine pendant 3 heures pour offrir répit, information et soutien à la famille dans la bienveillance et le respect. Ce service s'adresse aux parents de Villeray (code postaux : H2E, H2P, H2R) qui viennent d'avoir un bébé. Le service peut-être gratuit selon certains critères. *Communiquez avec nous pour savoir si vous êtes éligible.* **Coordonnatrice** : Laetitia Cadusseau.

Activités

Dates

Heures

Détails

Tarif

Avril

Éveil au langage (6 à 15 mois) Au Chalet de Normanville Ophélie Clermont	1 ^{er} avril au 13 mai (Férié: 22 avril)	Lundi 9h00 à 10h30	6 semaines Au Chalet de Normanville (7480, rue de Normanville)	45 \$
Éveil au langage (16 mois à 5 ans) Ophélie Clermont	1 ^{er} avril au 13 mai (Férié: 22 avril)	Lundi 10h45 à 12h15	6 semaines Au Chalet de Normanville (7480, rue de Normanville)	45 \$
Méthode Bonapace Carole Jones	10 et 17 avril	Mercredi 18h30 à 21h00	2 rencontres	400\$ (reçus aux fins d'assurances)
Conférence : Estime de soi de l'enfant Marie France Bertrand	17 avril	Mercredi 18h30 à 20h30	1 conférence	GRATUIT pour tous Inscription requise
Séance de photos Pascale Lecompte	14 avril	Dimanche 9h40 à 15h40	1 séance. Plages horaires toutes les 20 minutes.	55 \$
Jalousie et rivalités fraternelles Marie France Bertrand	25 avril	Jeudi 18h30 à 20h30	1 rencontre	25\$
Y'APP (Y'a personne de parfait) pour les pères	29 avril au 13 mai	Lundi 18h00 à 20h30	3 rencontre	GRATUIT pour tous Inscription requise
Espace-Bedon (Rencontres prénatales) Carole Jones	29 avril au 10 juin	Lundi 18h00 à 21h00	6 rencontres Au Chalet de Normanville (7480, rue de Normanville)	66\$ par personne, 50 % de rabais pour le 2 ^{ème} parent
Massage pour bébés (0-12 mois) Anne Desgeorges	29 avril au 3 juin Relâche : 27 mai	Lundi 13h00 à 14h30	5 semaines	60 \$
Couture avec bébé Fauve Du Tilly Lefebvre	30 avril au 4 juin	Mardi 10h30 à 12h00	6 semaines	66 \$
Tricot avec bébé Francine Aynié	30 avril au 4 juin	Mardi 13h00 à 15h00	6 semaines	45 \$

MAI

Fabrication d'une trousse d'été maison (crème solaire et chasse-moustique) Theresia Breu	1 ^{er} mai	Mercredi 13h30 à 15h30	Atelier de fabrication de produits naturels - 1 atelier	45 \$
Yoga prénatal/Jour Dominique Dominique	1 ^{er} mai au 5 juin	Mercredi 15h30 à 16h30	6 semaines	66 \$
Yoga prénatal/Soir Dominique Dominique	1 ^{er} mai au 5 juin	Mercredi 18h00 à 19h00	6 semaines	66 \$
RCR et secourisme du bébé Dominic Vautier	4 mai	Samedi 9h15 à 16h45	1 journée	75 \$
Stimulation-bébé (6 à 12 mois) Carole Jones	6 mai au 17 juin Férié : 20 mai	Lundi 9h30 à 10h30	6 semaines	45 \$
Conférence : Préparation (des parents) à l'entrée à la maternelle Marie France Bertrand	8 mai	Mercredi 18h30 à 20h30	1 soir	GRATUIT pour tous Inscription requise
Stop aux crises/Atelier Filiozat (version accélérée) Marie France Bertrand	9 mai	Jeudi 18h30 à 20h15	1 soir	25\$

Langage des signes Anne Desgeorges	9 au 16 mai	Jeudi 10h00 à 11h30	2 semaines	60 \$
À la découverte du potentiel de mon bébé (8 mois et moins) Carole Jones	9 au 23 mai	Jeudi 10h00 à 11h30	3 semaines	45 \$
Mise en forme avec bébé (2 à 9 mois) Jahika Jelonek	9 mai au 13 juin	Jeudi 13h00 à 14h00	6 semaines	66 \$
Sommeil des bébés Anne Desgeorges	9 au 30 mai	Jeudi 13h00 à 14h30	4 semaines	60 \$
Éveil musical (5 à 24 mois) Jean-Christophe Germain	10 mai au 14 juin	Vendredi 13h30 à 14h30	6 semaines	66 \$
Salsa-Bachata (2 à 9 mois) Julie Girard ou Sara Essafi	10 mai au 14 juin	Vendredi 9h30 à 10h30	6 semaines	66 \$
Yoga postnatal Jennifer Ackad	17 mai au 21 juin	Vendredi 9h30 à 10h30	6 semaines	66 \$
Portage dorsal/Avancé (6 mois et +) Claudia Joyal	22 mai	Mercredi 13h30 à 15h30	1 atelier	5 \$
Intro aux couches lavables Agathe Crozet	23 mai	Jeudi 18h30 à 20h30	1 atelier	GRATUIT pour tous Inscription requise
Discipline positive Marie France Bertrand	26 mai	Dimanche 9h30 à 16h45	1 journée	Membres : 70 \$ Non-membre : 100 \$

Autres services offerts :

- **prêt de livres** (prénatal, sommeil, attachement, alimentation, etc.)
- **subventions de 150\$ à l'achat de couches lavables** – en partenariat avec l'arrondissement de Villeray-St-Michel-Parc-Extension
- **boutique** (couches lavables, produits pour bébés et mamans) et petite **fripierie** 1\$
- **pèse-bébé** en libre-service
- commissaire à l'**assermentation**

Espace-Famille Villeray a pour mission de contribuer au mieux-être des futurs parents et des familles avec de jeunes enfants (0-5 ans) en valorisant le rôle parental et en favorisant le lien d'attachement parent-enfant par une approche globale, préventive et respectueuse.

Dernière mise à jour : 5 avril 2019