



Escale Famille Le Triolet

514-252-0289 accueil@escalefamilleletriolet.org

www.escalefamilleletriolet.org

Janvier 2019

Bonne année 2019
Pour la nouvelle année, nos meilleurs vœux vous accompagnent, santé joie et prospérité pour tous.

Thème de la halte-garderie 0-5 ans Les plaisirs d'hiver

Journées complètes pour les 0-36 mois
11 janvier: Les habits de neige
25 janvier: La chasse aux flocons
31 janvier: Petits scientifiques

Journées complètes pour les 2-5 ans
11 janvier: Profitons de l'hiver (activités extérieures) **8 h30 à 15h**
25 janvier: Piscine Annie Pelletier
31 janvier: Bibliothèque Langelier + heure de conte

Rendez-vous cigogne: Halte-allaitement
 Infirmière du CIUSSS de l'est de Montréal
 ainsi qu'une marraine d'allaitement de Nourri-source **11 janv 13h à 16h**

Rendez-vous cigogne:
 Marie-France Bertrand: Eveil à la lecture **18 janv 13h à 16h**

Y'APP (Y'a personne de parfait)
15 janvier: Attachement et sécurité: Le lien d'attachement parent-enfant. Le développement de la confiance en soi. La sécurité de l'enfant à la maison et à l'extérieur
22 janvier: Discipline positive: Les comportements dérangeants chez l'enfant. Les limites et les règles dans la famille. Être un parent positif pour amener l'enfant à coopérer.
29 janvier: Grandir en santé: L'alimentation: qualité et quantité. Des trucs pour favoriser le sommeil. L'apprentissage de la propreté.

Johane Rigali 15-22-29 janv 5-12 fév 9h à 11h30

Crédit: c'est dans mon intérêt d'y voir
 Programme Mes finances Mes choix **L'ACEF de l'est 24 janv 18h à 20h**

Venez assister à cet atelier pour être en mesure de mieux expliquer le fonctionnement du crédit, évaluer son poids dans le budget ainsi qu'identifier les comportements responsables à adopter pour favoriser un budget sans crédit.

Halte-bouffe
 Atelier de cuisine pour ceux qui aiment cuisiner, apprendre et passer un bon moment en compagnie de d'autres parents.
Pour 5\$ vous repartirez à la maison avec au moins un repas de 2 portions.
 Inscrivez-vous pour les thématiques suivantes:

Les Cuistots (cuisine parent/enfant) Desserts aux légumes **Audrey Dupont 24 janv 8h30 à 11h30**

Variez les protéines **Audrey Dupont 31 janv 8h30 à 15h**

Halte-parents **Nathalie Chalifoux 9-16-23-30 janv 8h30 à 11h30**

Halte-parents - Invité spécial: Zéro déchet, oui mais comment?
 On commence l'année du bon pied et on fait un premier pas pour avoir de meilleures habitudes environnementales. Venez découvrir ce qu'est le zéro déchet et comment on peut faire notre part, de la réflexion à la confection d'un sac de compost... et bien plus encore!

Madeleine Gauthier Eco-Quartier MHM 23 janv 9h à 11h30

5 à 7 Jasette!
 Venez partager un repas et rencontrer l'équipe l'Anonyme/Tandem
 Parce que la peur ne devrait jamais être un frein aux sorties, voyons ensemble ce qui permettrait à toutes personnes de circuler en confiance dans notre ville.

L'Anonyme Tandem 14 janv 17 à 19h

Fête familiale hivernale
Atelier de cirque: Initiation à la jonglerie. Soupe, chocolat chaud et plusieurs surprises! 0 à 99 ans, venez-vous amuser avec nous! Et surtout, invitez vos voisins et vos amis!

Parc St-Donat 19 janv 10h30 à 14h30

Club de marche PAZAPA Un minimum de 3 participants est requis afin que l'activité ait lieu **Nathalie Chalifoux 9-16-23-30 janv 13h15 à 14h30**

Conseil d'administration 17 janv 9h à 11h30

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDRDI	SAMEDI
Nous sommes un point de chute pour les boîtes de fruits et légumes frais du Sésame. Faites des économies Réservez et payez avant le: 18 janvier 2019 pour récupérer le: 24 janvier 2019 Petite: \$8.00 Moyenne: \$12.00 Grande: \$18.00 Prochaine réservation 1er février/livraison 7 février			2 	3 	4 	5
6	7	8	9 	10	11 	12
13	14 	15 	16 	17 	18 Commande 	19
20	21	22 	23 	24 Réception 	25 	26
27	28	29 	30 	31 		