

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

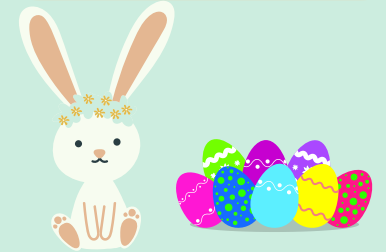
VENDREDI

SAMEDI

LOCAL MONSELET

3705, RUE MONSELET

POUR INFORMATION ET
INSCRIPTION: (514) 329-1233
POSTE 0



1




2

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

3

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

4

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

5

Aide aux devoirs
15h-17h

6

Mon samedi Y'a pas
de parent (6-8 ans)
9h30-11h30

Mon samedi Y'a pas
de parent (9-12 ans)
13h30-15h30

8


Bambinerie
9h30-11h30

Massage pour bébé
13h00-15h00

Aide aux devoirs
15h-17h

9


Bambinerie
9h30-11h30



Aide aux devoirs
15h-17h

10

Bambinerie
9h30-11h30



Aide aux devoirs
15h-17h

11

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

12

Aide aux devoirs
15h-17h



13

Mon samedi Y'a pas
de parent (6-8 ans)
9h30-11h30

Mon samedi Y'a pas
de parent (9-12 ans)
13h30-15h30

15

Bambinerie
9h30-11h30

Massage pour bébé
13h00-15h00

Aide aux devoirs
15h-17h

16

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

17

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

18

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

19

Aide aux devoirs
15h-17h

20

Mon samedi Y'a pas
de parent (6-8 ans)
9h30-11h30

Mon samedi Y'a pas
de parent (9-12 ans)
13h30-15h30

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

22

Bambinerie
9h30-11h30

Massage pour bébé
13h00-15h00

Aide aux devoirs
15h-17h


23

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h


24

Bambinerie
9h30-11h30



Aide aux devoirs
15h-17h

25




Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h

26

Aide aux devoirs
15h-17h



27

Mon samedi Y'a pas
de parent (6-8 ans)
9h30-11h30

Mon samedi Y'a pas
de parent (9-12 ans)
13h30-15h30

29

Bambinerie
9h30-11h30

Massage pour bébé
13h00-15h00

Aide aux devoirs
15h-17h

30

Bambinerie
9h30-11h30

Aide aux devoirs
15h-17h



50^e ÉDITION
Présentée par
Qualité Québec

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE
14-20 avril 2024

fca@q
Fédération des
Centres d'Action Bénévole

fcabq.org

Je bénévol

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1



POISSON D'AVRIL
FERMÉ

2

Bambinerie
9h30-11h30



3

Bambinerie
9h30-11h30

4

Bambinerie
9h30-11h30

5



6

8

Bambinerie
9h30-11h30



9

Bambinerie
9h30-11h30

10

Bambinerie
9h30-11h30



11

Bambinerie
9h30-11h30

12



13

15

Bambinerie
9h30-11h30

16

Bambinerie
9h30-11h30



17

Bambinerie
9h30-11h30

18

Bambinerie
9h30-11h30

19



20

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

22

Bambinerie
9h30-11h30

23

Bambinerie
9h30-11h30



24

Bambinerie
9h30-11h30

25

Bambinerie
9h30-11h30

26



27

29

Bambinerie
9h30-11h30



30

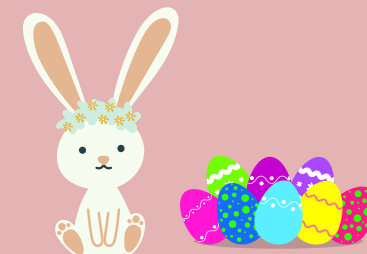
Bambinerie
9h30-11h30



CHALET
SALK

11612, RUE SALK

POUR INFORMATION ET
INSCRIPTION: (514) 329-1233
POSTE 0



**LOCAL
GOUIN**
4828, BOUL.GOUIN EST

POUR INFORMATION ET
INSCRIPTION: (514) 329-1233
POSTE 0

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1



SAISON D'AVEL


FERMÉ

2

Support éducatif
9h00-15h00



3

Y'APP 
De 9h30-12h00

4

Autour des Parents
De 9h30-12h00



5

Support éducatif
9h00-15h00




6


8

9

Support éducatif
9h00-15h00




10

Y'APP 
De 9h30-12h00

Yoga Parents
13h30-15h30

11

Autour des Parents
De 9h30-12h00



12

Support éducatif
9h00-15h00



13


15

Initiation cuisine
9h30 - 11h30


Cuisine collective
Planification
13h30-15h30

16

Support éducatif
9h00-15h00




17

Y'APP 
De 9h30-12h00

18

Autour des Parents
De 9h30-12h00

Cuisine collective
9h30 - 14h00



19

Support éducatif
9h00-15h00



20

Répit dodo
17h samedi jusqu'à
dimanche 11h




SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

22


9h30 - 11h30
Initiation cuisine

23

Support éducatif
9h00-15h00



24

Y'APP 
De 9h30-12h00

25

Autour des Parents
De 9h30-12h00



26

Support éducatif
9h00-15h00



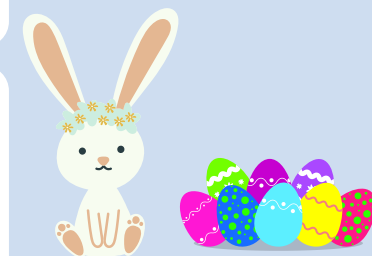
27

29

9h30 - 11h30
Initiation cuisine

30

Support éducatif
9h00-15h00

BÉNÉVOLER
50
CEST BRILLANT!

50^e ÉDITION
Présenté par
Q¹⁰⁰
SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE
14-20 avril 2024

fca@q
Administration des Centres d'action bénévole

fcabq.org

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1



POUSSIN D'AVRIL

FERMÉ

2

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

3

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

4

Cuisine découverte
9h30 -11h30

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

5

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

6

8

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h30



9

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00



10

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00

Atelier de conversation:
Prevention des incendies (SIM)
13h30-15h30


11

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

12

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

13



15

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h30

16

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

17

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

18



Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

19

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

20

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

22

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h30



23

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

24

Atelier de conversation:
Femmes immigrantes
10h00-12h00

Soutien aux familles immigrantes
13h00-16h00

25


9h30 - 11h30
Bien Nourrir mon bébé

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

26

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00

27



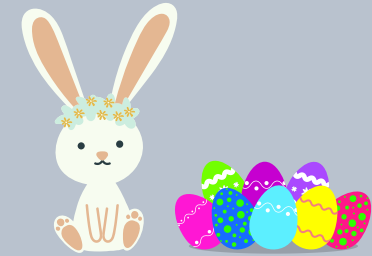
29

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h30



30

Soutien aux familles immigrantes
8h30-12h00 et
13h00-16h00



50^e ÉDITION
Semaine de l'Action Bénévole
14-20 avril 2024

fca@q
Forum des Centres d'Action Bénévole

fca@q.org

Je bénévolais

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1



FERMÉ

2

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



3

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



4



5

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



6

Papa à bord
(Volet Pères)



De 13h00-15h00

Au gymnase de l'école Le Carignan

8

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



9

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



10

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



11

12

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



13

Papa à bord
(Volet Pères)



De 13h00-15h00

Au gymnase de l'école Le Carignan

15

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



16

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



17

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



18



19

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



20

Papa à bord
(Volet Pères)



De 13h00-15h00

Au gymnase de l'école Le Carignan

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

22

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



23

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



24

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



25

26

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



27

Papa à bord
(Volet Pères)



De 13h00-15h00

Au gymnase de l'école Le Carignan

29

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



30

Répit gardiennage
De 9h30-15h30



LOCAL CARIGNAN

11 479, AV. P-M FAVIER

POUR INFORMATION ET
INSCRIPTION POUR RÉPIT
GARDIENNAGE :
(514) 329-1233#0

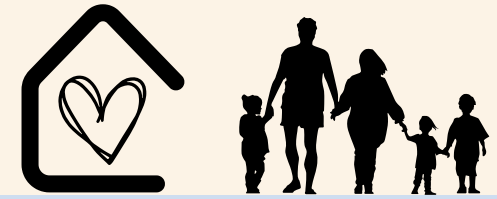


50^e ÉDITION
présenté par
Q¹⁰⁰ Québec
SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE
14-20 avril 2024

fca@q

fca@q.org

Je bénévolo



Volet Parent-enfant

BAMBINERIES

(PARENTS ET ENFANTS 0-5 ANS)

VENEZ VOUS AMUSER AVEC VOTRE ENFANT DANS UN ENVIRONNEMENT STIMULANT. ON BOUGE, ON APPREND ET ON BRICOLE.

LOCAL MONSELET (3705, RUE MONSELET)
LUNDI AU JEUDI DE 9H30-11H30

CHALET DU PARC ST-LAURENT (11612, RUE SALK)
LUNDI AU JEUDI DE 9H30-11H30

MASSAGE POUR BÉBÉ

(PARENTS ET ENFANTS 0-12 MOIS)

APPRENEZ DES TECHNIQUES DE MASSAGE QUI SOULAGERONT LES MAUX DE VOTRE BÉBÉ, DIMINUERONT SES COLIQUES ET FAVORISERONT UN MEILLEUR SOMMEIL.

LOCAL MONSELET (3705, RUE MONSELET)
LUNDIS:13H00-15H00

PAPAS À BORD

(PÈRES ET ENFANTS)

ACTIVITÉ PÈRE-ENFANT QUI VISE À RENFORCER LE LIEN D'ATTACHEMENT TOUT EN FAVORISANT LE DÉVELOPPEMENT GLOBAL DE VOS TOUT PETITS

AU GYMNASSE DE L'ÉCOLE LE CARIGNAN
11 480 BOUL. ROLLAND, MONTRÉAL-NORD, QC H1G 3T9

SAMEDIS: 13H-15H



CÉLÉBRATION DE L'AÏD :
JEUDI LE 11 AVRIL dès 16h
AU 4828 BOUL. GOUIN EST

CABANE À SUCRE :
informations à venir

Volet enfant

PRÉPARONS-NOUS À LA MATERNELLE (ÉTÉ 2024)

CE PROGRAMME DE PRÉPARATION À L'ÉCOLE EST DESTINÉ AUX ENFANTS DE 4-5 ANS QUI N'ONT JAMAIS FRÉQUENTÉ UN SERVICE DE GARDE,

LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST) DU MARDI AU VENDREDI, DE 9H30 À 15H, LE TRANSPORT N'EST PAS FOURNI. DU 8 JUILLET AU 31 AOÛT 2024.

SUPPORT ÉDUCATIF «EN ROUTE VERS L'ÉCOLE »

(ENFANTS DE 3-5 ANS)

CE PROGRAMME DE PRÉPARATION À L'ÉCOLE EST DESTINÉ AUX ENFANTS QUI NE FRÉQUENTENT PAS DE MILIEU DE GARDE À TEMPS PLEIN. TOUTES SORTES D'ACTIVITÉS SONT OFFERTES POUR STIMULER LEUR PLEIN DÉVELOPPEMENT.

LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)
MARDIS DE 9H-15H
VENDREDIS DE 9H-15H

RÉPIT GARDIENNAGE

(ENFANTS DE 3 MOIS À 5 ANS) VOUS VOUS SENTEZ FATIGUÉS ET AU BORD DE L'ÉPUISEMENT? LE SERVICE DE RÉPIT GARDIENNAGE VOUS DONNE DU TEMPS POUR RELAXER OU POUR RÉGLER DES URGENCES PENDANT QUE VOS ENFANTS S'AMUSENT.

CHALET DU PARC CARIGNAN: 11 479, AV P-M FAVIER
LUNDIS DE 9H30-15H30
MARDIS DE 9H30-15H30
MERCREDIS DE 9H30-15H30
VENDREDIS DE 9H30-15H30

MON SAMEDI Y'A PAS DE PARENT

(ENFANTS DE 6-12 ANS)

VOS JEUNES ÂGÉS DE 6 À 12 ANS AURONT DROIT, EUX AUSSI, À LEURS RENDEZ-VOUS SPÉCIAUX ! DES ACTIVITÉS POUR BOUGER, CUISINER OU CRÉER LEUR SERONT OFFERTES LA FIN DE SEMAINE. IL Y EN AURA POUR TOUS LES GOÛTS !

LOCAL MONSELET (3705, RUE MONSELET)
SAMEDIS 9H30-11H30 :GROUPE DES 6-8 ANS
SAMEDIS 13H30-15H30 :GROUPE DES 9-12 ANS

AIDE AUX DEVOIRS

SERVICE DE TUTORAT POUR LA RÉUSSITE SCOLAIRE DES JEUNES DU PRIMAIRE LOCAL MONSELET (3705, RUE MONSELET) DU LUNDI AU VENDREDI : 15H00 À 17H00

Volet parent

CUISINE COLLECTIVE

VENEZ CUISINER DES REPAS RAFRAÎCHISSANTS ET ÉCHANGER DES RECETTES AVEC AUTRES FAMILLES LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)
LUNDI DE:9H30 À 15H ET JEUDI: DE 13H30-15H30

INITIATION À LA CUISINE (FEMMES ENCEINTES ET PARENTS D'ENFANTS 0-5 ANS)

CETTE OFFRE D'ATELIERS PRATIQUES DE CUISINE VOUS PERMETTRA D'APPRENDRE QUELQUES TECHNIQUES ET ASTUCES, TOUT EN DÉVELOPPANT LE GOÛT DE POPOTER.
LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST): LUNDIS 9H30-11H30

CUISINE DÉCOUVERTE

CET ATELIER VOUS OFFRE L'OCCASION DE DÉCOUVRIR DES SAVEURS TOUT EN GAGNANT DE NOUVELLES CONNAISSANCES EN CUISINE. LOCAL LAPIERRE: LES LUNDIS DE 13H30 À 15H30

BIEN NOURRIR MON BÉBÉ

VENEZ CUISINER DES PLATS NUTRITIVES ET SAINES, EN PLUS DE VOUS INFORMER SUR L'ALIMENTATION DU BÉBÉ. LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST) : JEUDIS DE 9H30-11H30

VOLET IMMIGRATION

NOUS ACCOMPAGNONS LES FAMILLES NOUVELLEMENT ARRIVÉES DANS LA SOCIÉTÉ D'ACCUEIL, AFIN DE FACILITER LEUR INTÉGRATION À MONTRÉAL-NORD .
LOCAL LAPIERRE (11975 AVENUE LAPIERRE, APP. 102) : DU LUNDI AU JEUDI DE 8H30 À 16H30

ATELIER DE CONVERSATION

L'ACTIVITÉ A POUR OBJECTIF DE DÉVELOPPER LA LANGUE FRANÇAISE CHEZ LES FAMILLES NOUVELLEMENT ARRIVÉES AU QUÉBEC AUTOUR DE DIFFÉRENTES THÉMATIQUES .
LOCAL LAPIERRE (11975 AV. LAPIERRE, APP. 102) :

YOGA PARENTS

LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)

COMPRENDRE MON ADO

COMPRENDRE LES ENJEUX DES JEUNES ET PRÉPARER LES PARENTS VERS LA TRANSITION VERS L'ADOLESCENCE ET LE SECONDAIRE.
LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN)

AUTOUR DES PARENTS

ATELIERS QUI PERMETTENT AUX PARENTS D'AMÉLIORER LEURS HABILITÉS PARENTALES.
LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)
LES JEUDIS DE 9H30 à 12H

Y'A PERSONNE DE PARFAIT (Y'APP)

ATELIERS QUI PERMETTENT AUX PARENTS D'AMÉLIORER LEURS HABILITÉS PARENTALES.
LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)
LES MERCREDIS DE 9H30 À 12H

