



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

Surveillez nos activités pour  
la semaine de l'amitié du 10 au 15 février



**Papa à bord:**  
Papap-enfants  
Activité spéciale  
Patinage sur glace  
au Centre de la  
nature de Laval  
13h30-15h30



3  
**Cuisine collective**  
9h30-15h00




4  
**Support éducatif**  
9h00-15h00  
**Autour des parents**  
9h30-12h00 à la MCC



**Bambinerie** 5  
1er groupe:  
9h30-11h30  
2 éme groupe  
13h30-15h30  
**Comprendre mon ado**  
17h30-19h30



6



**Support éducatif** 7  
9h00-15h00  
**Activité collective**  
9h30-12h00




8  
**Papa à bord (école le Carignan)**  
13h30-15h30



10  
**Cuisine découverte**  
9h30-11h30



11  
**Support éducatif**  
9h00-15h00  
**Autour des parents**  
9h30-12h00 à la MCC



**Bambinerie** 12  
1er groupe:  
9h30-11h30  
2 éme groupe  
13h30-15h30  
**Comprendre mon ado**  
17h30-19h30



13  
**Bien nourrir mon bébé**  
De 9h30-11h30  
**Planification cuisine collective**  
13h00-15h00




**Support éducatif** 14  
9h00-15h00


*Semaine de l'amitié*




15  
**Activité spéciale papa (jeux d'échecs)**  
10h00-12h00  
**Papa à bord (école le Carignan)**  
13h30-15h30  
**Répit dodo**



17  
**Cuisine collective**  
9h30-15h00



18  
**Support éducatif**  
9h00-15h00  
**Autour des parents**  
9h30-12h00 à la MCC



**Bambinerie** 19  
1er groupe:  
9h30-11h30  
2 éme groupe  
13h30-15h30  
**Comprendre mon ado**  
17h30-19h30



20  
**Bien nourrir mon bébé**  
De 9h30-11h30  
**Planification cuisine collective**  
13h00-15h00



21  
**Support éducatif**  
9h00-15h00



**MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS**

11h30 à 15h30  
à la Maison culturelle et communautaire




**Activité spéciale bénévoles** 24  
10h00-12h00

A tous les bénévoles  
MERCI!

**Cuisine collective**  
9h30-15h00



25  
**Support éducatif**  
9h00-15h00  
**Autour des parents**  
9h30-12h00 à la MCC



**Bambinerie** 26  
1er groupe:  
9h30-11h30  
2 éme groupe  
13h30-15h30  
**Comprendre mon ado**  
17h30-19h30



27  
**Bien nourrir mon bébé**  
De 9h30-11h30  
**Planification cuisine collective**  
13h00-15h00



28  
**Support éducatif**  
9h00-15h00  
**Activité collective**  
9h30-12h00





## Local Monselet

3705, rue Monselet

### BAMBINERIE

(PARENTS ET ENFANTS 0-5 ANS)

LUNDI AU JEUDI DE 9H30-11H30



### MON SAMEDI Y'A PAS DE PARENT

(ENFANTS DE 6-12 ANS)

TOUS LES SAMEDIS

9H30-11H30: GROUPE DES 6-8 ANS

13H30-15H30: GROUPE DES 9-12 ANS



### AIDE AUX DEVOIRS

SERVICE DE TUTORAT POUR DES JEUNES  
DU PRIMAIRE

LUNDI AU JEUDI : 15H15 À 16H15



## Local Carignan

Centre d'activités communautaires  
Le Carignan

11 479, av P-M Favier

### RÉPIT GARDIENNAGE

POUR LES ENFANTS DE 3 MOIS À 5 ANS

LUNDIS DE 9H30-15H30

MARDIS DE 9H30-15H30

MERCREDIS DE 9H30-15H30

VENDREDIS DE 9H30-15H30



## Local Lapierre

11975, avenue Lapierre, app. 102

### VOLET IMMIGRATION

SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT POUR LES  
FAMILLES NOUVELLEMENT ARRIVÉES AU  
QUÉBEC

LUNDI AU JEUDI

DE 9H00-12H00 ET 13H00-16H00



### ATELIER DE CONVERSATION:

PERMET D'ÉCHANGER EN FRANÇAIS ET  
COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DE LA  
SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE

JEUDI 19 FÉVRIER

DE 10H00-12H00

ATELIER: SPÉCIAL (MOIS DE L'HISTOIRE DES  
NOIRS)

JEUDI 27 FÉVRIER

DE 10H00-12H00





### 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  
LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)  
MERCREDI (1ER GROUPE) DE 9H30-11H30  
MERCREDI (2ÈME GROUPE) DE 13H30-15H30

#### 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)  
MARDIS: 13H00-15H00

#### PAPAS À BORD

(PÈRES ET ENFANTS DE 3-8 ANS)

ACTIVITÉ PÈRES-ENFANTS 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  
SAMÉDIS: 13H30-15H30

### Volet enfant

#### PRÉPARONS-NOUS À LA MATERNELLE (ÉTÉ 2025)

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 9H00 À 15H00, JUILLET ET AOÛT 2025.

#### 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)  
SAMÉDIS 9H30-11H30 :GROUPE DES 6-8 ANS  
SAMÉDIS 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 16H30

### 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 DIFFÉRENTS THÉMATIQUES . LOCAL LAPIERRE (11975 AV. LAPIERRE, APP. 102)

#### 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

DES RENCONTRES QUI VISENT À CRÉER UN ESPACE INCLUSIF OU LES PARENTS PEUVENT PARTAGER LEURS EXPÉRIENCES LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)  
LES JMARDIS 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

#### SAMÉDI AMUSANT:

RENCONTRES D'ÉCHANGE ENTRE PAPAS AUTOUR DE JEUX AMUSANTS LOCAL GOUIN (4828, BOUL. GOUIN EST)  
LES SAMÉDIS DE 10H00-12H00

#### MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS

**SAMÉDI 22 FÉVRIER**  
De 11H30 à 15H30

à la Maison culturelle et communautaire de Montréal-Nord  
situé au  
12004, boulevard Rolland  
Montréal (Québec) H1G 3W1

