



PROGRAMMATION PRINTEMPS 2018

Période d'inscriptions du 2 au 5 avril.

155, rue Léonard, Mont-Tremblant QC J8E 3K1
Activités à Ste-Agathe au **10 rue St-Antoine**
(Centre de pédiatrie sociale Cœur des Laurentides)

CE SERA UN PLAISIR DE VOUS ACCUEILLIR!

Pour participer à nos activités, vous devez être membre au coût de 20\$/an. La carte de membre est valide du 1er septembre au 31 août de chaque année. Vous devez également vous inscrire auprès de l'équipe, soit par téléphone au **819 425-5407** ou en personne, pour toutes les activités (sauf pour les Petits-déjeuners).

2 NOUVEAUTÉS À LA MFN CE PRINTEMPS!

PPEG (Pères présents, enfants gagnants) ainsi que **SMASH** (Service de Motivation à l'Adoption de Saines Habitudes de vie) verrons le jour à Tremblant. Consultez la section « descriptif de nos activités » pour en savoir davantage.

■ MONT-TREMBLANT ■ SAINTE-AGATHE-DES-MONTS

LUNDI AM	MARDI AM	MERCREDI AM	JEUDI AM	VENDREDI AM
CUISINE COLLECTIVE 30 avril, 14 mai & 11 juin 9 h à 15 h	HALTE-RÉPIT (0-6 ANS) Du 17 avril au 7 juin 9 h à 11 h 30	LES PETITS-DÉJEUNERS DE LA FAMILLE Du 11 avril au 6 juin 9 h à 11 h (avec intervenant pour les déjeuners)	HALTE-RÉPIT (0-6 ANS) Du 17 avril au 7 juin 9 h à 11 h 30 ou 9 h à 15 h	
	LES PETITS-DÉJEUNERS DE LA FAMILLE Du 24 avril au 5 juin 9 h à 11 h (avec intervenant pour les déjeuners)	LES PETITS-DÉJEUNERS DE LA FAMILLE Du 11 avril au 6 juin. 11 h à 12 h (sans intervenant pour salle de jeux)	SMASH 12-26 avril, 3-10-31 mai & 7 juin 9 h 30 à 11 h 30	
	LES PETITS-DÉJEUNERS DE LA FAMILLE Du 24 avril au 5 juin 11 h à 12 h (sans intervenant pour salle de jeux)		OLO 19 avril, 17 mai & 14 juin 11 h à 14 h 30	
	CUISINE COLLECTIVE 24 avril, 8 mai & 5 juin 9 h à 15 h		OLO 12 avril, 10 mai & 7 juin. 11 h à 14 h 30	
LUNDI PM	MARDI PM	MERCREDI PM	JEUDI PM	VENDREDI PM
	RENCONTRE D'ÉQUIPE 3-17 avril, 1-15-29 mai, 13 juin 2018 Fermé de 13 h 30 à 15 h 30		HALTE-RÉPIT (0-6 ANS) Du 17 avril au 7 juin 12 h 30 à 15 h	
	PÈRES PRÉSENTS, ENFANTS GAGNANTS À compter de la semaine du 8 avril XX h à XX h		PÈRES PRÉSENTS, ENFANTS GAGNANTS À compter de la semaine du 8 avril XX h à XX h	

NOUS SOMMES OUVERTS DU LUNDI AU JEUDI DE 9 H À 16H !

La Maison de la Famille est ouverte pour les familles pour une pause allaitement ou biberon, le comptoir d'échange, utiliser la salle de jeux lorsqu'elle est disponible et rencontrer d'autres familles et enfants. Vous êtes les bienvenus!

Il peut arriver que la MFN soit fermée à certaines heures/jours lorsque nous sommes à l'extérieur en activités, en rencontre d'équipe ou en formation, etc. Il est préférable de nous appeler avant de vous rendre ou de consulter notre babillard extérieur.



DESSCRIPTIF DE NOS ACTIVITÉS

■ MONT-TREMBLANT

■ STE-AGATHE-DES-MONTS

OLO TREMBLANT / STE-AGATHE

Programme Œuf-Lait-Orange : échange, soutien professionnel, cuisine santé à moindre coût, trucs-conseils, en collaboration avec le CLSC. Le groupe se donne une fois par mois et une halte est disponible sur réservation.

HALTE-RÉPIT

Laisser vos petits (0-6ans) à une équipe qui en prendra bien soin, vous permettant ainsi de participer à nos activités ou de prendre un répit bien mérité! Apporter collation et lunch identifiés au nom de l'enfant.

Réservation OBLIGATOIRE

à compter de 9h le mercredi, pour la semaine qui suit. Ex. : le 11 avril pour la semaine du 17 avril. (\$ selon revenu familial).

CUISINE COLLECTIVE TREMBLANT / STE-AGATHE

C'est plus que de bons repas... du plaisir, des rencontres, de nouvelles recettes à 1\$ la portion... Pas cher... pas cher! DÉPÔT de 20\$ DEMANDÉ POUR RÉSERVER VOTRE PLACE. Halte disponible avec réservation.

PÈRES PRÉSENTS, ENFANTS GAGNANTS (GRATUIT)

Ateliers conviviaux autour d'un « p'tit snack » pour les pères seulement. Vous souhaitez trouver des réponses sur la paternité et vous interroger sur le modèle que vous avez reçu et que vous voulez transmettre à vos enfants? Plusieurs thèmes seront abordés : le père face à l'autorité, comment faire équipe avec la mère, la place du père aujourd'hui! Le groupe débutera dans la semaine du 8 avril 2018, à raison d'un soir par semaine, pendant 10 semaines.

PETITS-DÉJEUNERS DE LA FAMILLE À TREMBLANT / STE-AGATHE

La Maison de la Famille vous offre le petit déjeuner avec salle de jeux disponible pour vos enfants. L'activité se déroule une fois par semaine et des ateliers-échanges sur des sujets variés sont au menu. Aucune inscription ni réservation n'est nécessaire. Contribution volontaire demandée.

Thématiques :

Prévention de la noyade : 11 avril
La sexualité chez les enfants : 8-9 mai - Assemblée générale annuelle : 6 juin

ACTIVITÉS FAMILIALES

La Maison de la Famille vous invite une fois par mois à se joindre à elle afin de faire une activité en famille à moindre coût. Inscription et paiement obligatoires pour réserver vos places à prix spécial!

SMASH

Lors de ces 6 rencontres, vous aurez la chance de rencontrer une nutritionniste, une kinésiologue ainsi qu'une infirmière qui vous donneront des astuces pour adopter de saines habitudes de vie au quotidien, vous motiver, vous rédiger un plan d'action personnalisé et de vous fixer des objectifs réalistes. Halte-garderie gratuite pour les personnes inscrites. Téléphonnez-nous avant le 5 avril.

Services de **Motivation** à l'adoption de saines habitudes de vie



SMASH Choisir la santé

ACTIVITÉS FAMILIALES

SORTIE CINÉMA EN FAMILLE : Quoi de mieux en attendant les beaux jours qu'une petite sortie cinéma en famille ! **Le 15 avril à 14 h 30.** Inscription avant mardi le 10 avril. Film à venir. 5\$ pour les 20 premières inscriptions. 9\$ pour les suivants. **Suivez-nous sur FB pour connaître le film qui sera à l'affiche pour la représentation.**

MILLE PÂTES : Le restaurant Mille Pâtes offre à nouveau les lundis soirs des soupers gratuits pour les membres de la Maison de la Famille. Venez déguster des plats de pâtes fraîches, une salade et du pain maison. Les breuvages non alcoolisés seront aussi offerts gratuitement. Et tout cela exclusivement pour servir les membres de la MFN.

Prochaines dates : 3 avril, 7 mai, 4 juin et 9 juillet.

UNE SOIRÉE D'INSCRIPTION À RABAIS (- 10%) AURA LIEU LE JEUDI 31 MAI DE 14H À 19H

Date du camp d'été 2018 : du 26 juin au 2 août, soit du lundi au jeudi, de 9h à 15h30. Surveillez les détails à venir pour les heures ainsi que les tarifs 2018.

PIÈCE THÉÂTRE « MARGO AU RODÉO » : En collaboration avec la Municipalité de La Conception, La Maison de la famille du nord vous invite à une pièce de théâtre, pour toute la famille, **le 26 mai à 11 h.** Profitez-en pour mettre votre chapeau de cowboy et/ou un foulard au cou, hi-ha ! Ensuite il vous sera possible de pique-niquer sur les lieux. Dehors s'il fait beau, sinon dans la salle municipale. Après le spectacle un cadeau sera offert aux enfants pour souligner "la lecture en cadeau".

Pour vous inscrire, vous devez téléphoner à la Maison de la famille au 819-425-5407. **GRATUIT**



CHANGEMENT DE SAISON POUR LE COMPTOIR DE VÊTEMENTS

À compter du mardi 10 avril, les vêtements pour les saisons de printemps et d'été seront en place dans le comptoir afin que vous puissiez venir y jeter un coup d'œil.

SUIVEZ NOTRE PROGRAMMATION PAR



MAISONDELAFAMILLEDUNORD.COM OU NOTRE INFOLETTRE !

Infolettre de la MFN tous les 1ers mercredis du mois.