

OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H00 À 17H00  
FERMÉ DE 12H00 À 13H00

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Comptoir vestimentaire et prêt d'accessoires sur RDV du lundi au jeudi				Soutien psychosocial individuel, de couple et familial (sur RDV)
Atelier de sexologie	Service de répit occasionnel les mardis et mercredis en matinée		Atelier « un jeu d'enfant »	Séances de massothérapie (un vendredi sur deux environ)
Atelier de danse prénatale en matinée	Atelier d'herboristerie	En alternance : Cuisines familiales ou purées maison ou Café-rencontres ou Fêtes	Atelier « La magie du jeu »	
Atelier de tricot	Atelier « Jeux de mots »		Cours de massage pour bébé	Samedi 7 avril à 9h30 : sortie à la cabane à sucre
Atelier de scrapbooking	Atelier « Arc-en-ciel »			
	Séance de portage			

## Aide à domicile



*Besoin de souffler un peu?*

*Offrez vous un service de relevailles à domicile*

☺ *Avec les bons soins d'une aide-maternelle*

Vous souhaitez profiter d'un coup de main dans vos tâches quotidiennes (cuisine, courses, lessive, travaux ménagers légers), ou vous avez tout simplement besoin de vous reposer? Une aide-maternelle peut veiller sur vos tout-petits et aussi vous offrir son soutien pour les soins de bébé.

**Du lundi au vendredi, 50\$ pour un bloc de trois heures**

**► Possibilité de relevailles gratuites pour familles à faible revenu\***

**Pour réservation demandez Colette**

\* Selon les barèmes du seuil de faible revenu des familles des grandes villes, de Statistiques Canada.

### Politique de réservation et de remboursement

- L'inscription à une activité est obligatoire : elle se fait soit par téléphone ou sur place. Les places sont limitées : premier arrivé, premier servi !
- La réservation à un atelier payant se fait seulement sur réception de la totalité du montant (seul l'argent comptant en petites coupures est accepté).
- Nous nous réservons le droit de garder la totalité du montant de toute activité et service payants si vous n'annulez pas dans les sept jours ouvrables avant le début de l'activité ou du service en question et ceci afin d'assurer son bon déroulement.
- Les dates et thèmes des rencontres peuvent changer. Il est important de vérifier la tenue d'une activité à laquelle vous êtes inscrit(e) ou l'horaire d'un rendez-vous.
- En cas d'annulation de la part de l'organisme, nous vous remboursons le montant total de l'atelier.



### Service en sexologie

☺ *Avec Mélissa Santos, stagiaire en sexologie*

**Les lundis et mercredis du 30 janvier au 18 avril**



L'arrivée de bébé est une période de grands bouleversements et bien souvent, la vie sexuelle et affective au sein du couple en prend un coup.

Vous pouvez bénéficier de **rencontres de relation d'aide sur rendez-vous** ou poser vos **questions par courriel** de façon confidentielle à l'adresse suivante : **sexologie\_entremamans@hotmail.ca**

