

Les café-rencontres du mercredi



Réservation obligatoire • Places limitées • Répit offert sur place

Vivre en couple avec des enfants

Gratuit ► **mercredi 21 mars de 13h15 à 15h30**

☺ Avec Marie-France Bertrand, formatrice au CREP

Voici une rencontre pour démystifier l'impact de la présence des enfants sur la vie de couple. Nous aborderons différentes stratégies pour préserver ou améliorer la relation amoureuse, l'intimité et les moments de complicité...



Télé, ordi et tout-petits

Gratuit ► **Mercredi 11 avril de 13h15 à 15h30**

☺ Avec Marie-France Bertrand, formatrice au CREP*

Quel est l'impact des écrans au quotidien sur le développement des jeunes enfants? Voici des pistes de réflexion et des outils pour encadrer et optimiser le temps des tout-petits devant les écrans.



Santé et hygiène dentaire des enfants

Gratuit ► **Mercredi 25 avril de 13h15 à 15h30**

☺ Avec des stagiaires en technique hygiénistes dentaires du

Pour en savoir plus sur le développement de la dentition de votre enfant et les soins à privilégier pour maintenir sa santé dentaire. C'est un rendez-vous!



Pas si compliqué la purée pour bébé

5\$ à la réservation ► **Mercredi 2 mai de 13h15 à 16h00**

☺ Avec Mariève Lafortune, animatrice en périnatalité

Vous souhaitez vous exercer en groupe à la mise en purée de légume débutant. Apportez des contenants pour ramener vos purées «maison».



otre bébé

Apprivoiser son stress

Gratuit ► **Mercredi 16 mai de 13h15 à 15h30**

☺ Avec Marie-France Bertrand, formatrice au CREP*

Vous êtes fatigués, essoufflés, vous souhaitez prendre conscience des sources de stress et de son impact. Partageons ensemble des moyens et attitudes pour une meilleure gestion de nos ressources et nous sentir plus réceptifs à nos propres besoins et ceux de notre enfant.



Réanimation cardio-respiratoire bébé-enfant

30 \$ à la réservation

► **Mercredi 30 mai de 13h00 à 16h15**

☺ Avec Marie Bolduc, instructeur en RCR

Vous souhaitez apprendre et pratiquer les manœuvres efficaces pour aider enfant inconscient ou étouffé? Cette formation de trois heures augmentera votre confiance à agir.



La sécurité chez les tout-petits

Gratuit ► **Mercredi 6 juin de 13h15 à 15h30**

☺ Avec Marie-France Bertrand, formatrice au CREP*

Explorons toutes les dimensions du besoin de sécurité si fondamental au bon développement des tout-petits (la sécurité au niveau du corps, du cœur et de la tête). Échangeons sur les façons de protéger nos tout-petits pour qu'ils grandissent en confiance.



La place et le rôle du père dans l'éducation des tout-petits

Gratuit ► **Mercredi 13 juin de 13h15 à 15h30**

☺ Avec Richard Campeau, formateur au CREP*

À l'occasion de la fête des pères, prenons le temps de réfléchir sur l'importance de l'implication du père dans le développement de l'enfant, sur la différence et la complémentarité qui fait la richesse de la parentalité! *Un gâteau sera servi à la fin de la rencontre en l'honneur des papas.*

