

## Horaire des activités - Hiver 2026

Du dimanche 25 janvier au samedi 28 mars

### Inscriptions: Dimanche 18 janvier de 15h à 19h

Venez vous inscrire avec votre famille et rencontrer l'équipe.  
Renouvez ou faites votre carte de membre sur place!

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
<b>Matinée musicale</b> De 10h à 11h Enfants de 2 à 5 ans et leurs parents	<b>Psychomotricité</b> De 9h15 à 10h30 ou 10h15 à 11h30 Enfants de 2 à 5 ans et leurs parents <i>Ouvert aux garderies et aux CPE</i>	<b>Psychomotricité</b> De 9h15 à 10h30 ou 10h15 à 11h30 Enfants de 2 à 5 ans et leurs parents <i>Ouvert aux garderies et aux CPE</i>	<b>Programme MIAM!</b> Pour de l'information sur ce délicieux service, consultez le tableau à l'endos		<b>Joujouthèque et Sportothèque</b> De 10h à 12h et de 13h à 15h	
<b>Rencontre d'équipe</b> De 13h à 16h	<b>Milieu de vie</b> (Du temps pour soi) Ouvert à tous De 13h à 16h	<b>Milieu de vie</b> (Du temps pour soi) Ouvert à tous De 13h à 16h			<b>Dimanche</b>	
<b>Atelier de théâtre</b> De 18h à 19h30 Enfants de 8 à 12 ans <i>Inscription pour les sessions hiver et printemps</i> <i>Frais d'inscription de 40\$</i>	<b>Atelier de danse</b> De 18h à 19h Enfants de 6 à 9 ans <i>Inscription pour les sessions hiver et printemps</i> <i>Frais d'inscription de 40\$</i>	<b>Atelier de danse</b> De 19h15 à 20h15 Enfants de 10 à 12 ans <i>Inscription pour les sessions hiver et printemps</i> <i>Frais d'inscription de 40\$</i>	<b>La boîte à outils</b> De 18h30 à 21h 16 ans et plus Ateliers informatifs sur différents sujets	<b>Improvisation 10-11 ans</b> <b>De 16h à 17h</b> <i>Frais d'inscription: 15\$ pour la session</i>  <b>Club Les Slinky-Doo</b> Programme Leadership <b>De 16h à 19h</b> 12 à 17 ans <b>Improvisation 12 à 17 ans</b> De 19h à 20h30 max <i>Inscription pour les sessions hiver et printemps</i> <i>Frais d'inscription de 40\$</i>	<b>Programme PACE</b> Soirées en famille <b>De 18h30 à 20h30</b> Parents et enfants <i>Inscription obligatoire Voir tableau plus bas</i>	<b>Joujouthèque et Sportothèque</b> De 10h à 12h et de 13h à 15h
					<b>Programme PACE</b> Activités familiales <b>Horaires variables</b> Parents et enfants <i>Inscription obligatoire Voir tableau plus bas</i>	

Pour plus d'information, consultez la section « Détails supplémentaires » à l'endos

## PROGRAMME PACE

### LES DIMANCHES : ACTIVITÉS FAMILIALES

22 février De 8h30 à 17h30	Glissades sur tubes de St-Jean-de-Matha	25\$ : 3 à 12 ans 30\$ : 13 ans et plus
22 mars De 9h30 à 17h30	Zoo de Granby en hiver	5\$ : 2 ans 20\$ : 3 à 12 ans 25\$ : 13 ans et plus

### LES VENDREDIS : SOIRÉES FAMILIALES

13 février De 18h30 à 20h30	Resto Cupidoo pour la St-Valentin en famille Au menu: Potage de légumes, lasagne et gâteau au chocolat	5\$ : 3 à 11 ans 15\$ : 12 ans et plus
27 février De 18h30 à 20h30	Soirée BINGO Thématique - Chalet	2\$ par personne (2 ans et plus)
13 mars De 18h30 à 20h30	Soirée KARAOKÉ, VR (Réalité virtuelle) et SWITCH (8 ans et plus)	2\$ par personne
27 mars De 18h30 à 20h30	Soirée CINÉMA en pyjama	2\$ par personne (2 ans et plus)



Téléphone : 514 522-6461  
 Courriel : [info@lamapp.org](mailto:info@lamapp.org)  
 Site internet : [www.lamapp.org](http://www.lamapp.org)  
 Adresse : 3511, rue de Rouen, Montréal, H1W 1L8



SITE WEB  
La MAPP



SITE WEB  
Joujouthèque



Facebook  
La MAPP

## ÊTRE MEMBRE C'EST:

- Avoir accès à une multitude de services pour chacun des membres de la famille,
- Avoir accès à tous les services (sauf Joujouthèque et Sportothèque), activités, sorties, programmes, etc.,
- Avoir la possibilité d'une place au sein du conseil d'administration comme membre utilisateur,
- Avoir une réduction pour la location d'articles et de salles,
- Pouvoir participer à des activités réservées aux membres



## JOUJOUTHÈQUE ET SPORTOTHÈQUE

Samedi et dimanche

De 10h à 12h et de 13h à 15h



Le tarif est de 30\$ pour la famille donnant accès aux services de La Maison À Petits Pas, de la Joujouthèque et de la Sportothèque.

Réouverture: Dimanche 25 janvier

Fermeture: Dimanche 28 mars

Pour plus de détails, écrivez à [joujouthequeshm@lamapp.org](mailto:joujouthequeshm@lamapp.org)

## 50 ans de La MAPP!

L'organisme a besoin de vous pour célébrer sa fête! Nous faisons appel à votre envie de contribuer à cette grande fête communautaire, ainsi qu'à votre temps, vos talents, vos idées, vos contacts!

Plusieurs idées possibles ont été imaginées:

- Un match de hockey sur glace avec des artistes québécois
- Un spectacle de musique
- Un vins et fromage et/ou bières et saucisses
- Un vernissage d'art produit par les enfants
- Des encans silencieux en présentiel et sur le web
- Le FestiFamille avec jeux gonflables et scène dans le parc Lalancette

Contactez-nous dès maintenant par téléphone ou courriel



## ACTIVITÉ PACE

Le Programme d'Action Communautaire pour les Enfants a pour objectif d'aider au développement global sain des enfants. Par des activités où la présence du parent et de l'enfant est obligatoire, celui-ci cherche à:

- Améliorer les compétences parentales, le développement sain et les relations parent-enfant,
- Diminuer l'isolement en participant à des activités avec son enfant
- Améliorer l'estime de soi chez l'enfant en participant à des activités familiales du début à la fin.

En bref, ce sont des activités familiales OBLIGATOIREEMENT ENSEMBLE, mettant l'emphasis sur le développement de l'enfant et les compétences parentales afin d'offrir des moments privilégiés aux familles et ainsi briser l'isolement.

## PROGRAMME MIAM!

De délicieux et réconfortants repas 3 services pour votre famille moyennant une carte-repas :

Nouveaux tarifs

- 10 repas pour 45\$
- 20 repas pour 80\$
- 30 repas pour 105\$



Le menu de la semaine suivante sera expédié par courriel à chaque vendredi à tous les membres inscrits.

Les commandes des repas se font du vendredi au mardi et la récupération des repas commandés se fait le jeudi entre 15h et 18h

Pour connaître la marche à suivre ou pour vous inscrire, contactez Caroline à [caroline@lamapp.org](mailto:caroline@lamapp.org).

## CAMP D'HIVER FAMILIAL

Quand?

Durant la semaine de relâche scolaire du lundi 2 mars au vendredi 6 mars 2026

Combien?

Le prix diffère selon le revenu familial, le nombre de personnes dans la famille et l'âge des enfants. Des subventions sont disponibles pour les familles éligibles.

Rencontre d'informations ouverte à tous:

Mercredi le 28 janvier à 19h  
(3511, de Rouen)

## DÉTAILS SUPPLÉMENTAIRES

### Matinée musicale

Ateliers visant à faire découvrir la musique aux enfants en s'amusant avec des rythmes, des mélodies, des comptines, des instruments de musique et des objets musicaux. Toujours accompagnés d'un parent, les enfants découvriront l'univers musical. Plaisir garanti!

Offert aux parents et aux enfants ainsi qu'aux garderies en milieu familial et aux CPE

### Atelier de théâtre (\$)

Ateliers destinés aux enfants de 8 à 12 ans visant à apprendre les bases de l'art théâtral et à participer à une pièce de théâtre.

Inscription obligatoire aux sessions hiver et printemps

(\$ Frais d'inscription: 40\$

### Atelier de danse 10-12 ans (\$)

Ateliers destinés aux enfants de 10 à 12 ans visant à suivre des rythmes, à apprendre des mouvements, à exécuter une chorégraphie et à participer à un spectacle.

Inscription obligatoire aux sessions hiver et printemps

(\$ Frais d'inscriptions: 40\$

### La boîte à outils

Ateliers, formations ou conférences qui traiteront de différents sujets variés et utiles qui apporteront trucs et conseils pour faciliter la vie des familles. Que ce soit des sujets liés à la vie familiale, au lien parent-ado, aux façons de gérer de son budget ou encore aux manières de faire des repas économiques, tout ce qui sera proposé sera adapté aux besoins des familles.

Informations sur les sujets, les dates et les façons de s'inscrire à venir

### Club Les Slinky-Doo (programme leadership ado) (\$)

Le club Les Slinky-Doo est un rassemblement de jeunes qui souhaitent s'impliquer dans la communauté par des projets d'aide aux citoyens par le biais d'activités de levées de fonds structurées et encadrées par des conseillers jeunesse. Les possibilités sont infinies!

Avec des rencontres développant l'entrepreneuriat et le leadership par le biais d'implications dans des comités, les participants développeront des compétences essentielles pour leur vie future.

Inscription obligatoire aux sessions hiver et printemps

(\$ Frais d'inscriptions: 40\$

### Psychomotricité

Ateliers visant à développer la motricité fine et globale des enfants de 2 à 5 ans par des thématiques hebdomadaires remplies d'aventures qui leurs permettent de bouger et de s'amuser tout en stimulant plusieurs sphères du développement.

Offert aux parents et aux enfants ainsi qu'aux garderies en milieu familial et aux CPE

### Atelier de danse 6-9 ans (\$)

Ateliers destinés aux enfants de 6 à 9 ans visant à suivre des rythmes, à apprendre des mouvements, à exécuter une chorégraphie et à participer à un spectacle.

Inscription obligatoire aux sessions hiver et printemps

(\$ Frais d'inscriptions: 40\$

### Improvisation 10-11 ans (\$)

Ateliers d'initiation à l'improvisation permettant le développement de soi des jeunes de 10 à 11 ans en les aidant à s'exprimer, à développer leur écoute, à créer un sentiment d'appartenance, à favoriser le travail d'équipe, à stimuler leur imagination et bien plus.

(\$ Frais d'inscription pour la session: 15\$

### Milieu de vie

Lieu pour échanger et partager avec d'autres parents, pour permettre aux jeunes enfants de socialiser dans la salle de jeux, pour discuter avec les intervenants sur place, pour recevoir de l'aide sur différentes situations personnelles ou familiales ou tout simplement pour prendre un café et discuter de différents sujets.

Nul besoin de s'inscrire. Simplement se présenter à l'horaire indiquée

### Improvisation 12-17 ans

Ateliers, formation d'équipe et participation à des matchs d'improvisation aidant les jeunes de 12 à 17 ans à s'exprimer, à développer leur écoute, à créer un sentiment d'appartenance, à favoriser le travail d'équipe, à stimuler leur imagination et bien plus.

Les jeunes intéressés aux ateliers d'improvisation doivent participer au club Les Slinky-Doo.

Avec la participation financière de :



Centraide  
du Grand Montréal

