

# Horaire des activités - Printemps 2025

Du dimanche 13 avril au samedi 5 juin

**Inscriptions:** Jeudi 10 avril de 15h à 19h

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p><b><u>Matinée musicale</u></b></p> <p>De 10h à 11h</p> <p>Enfants de 0 à 4 ans et leurs parents</p>	<p><b><u>Psychomotricité</u></b></p> <p>De 9h15 à 10h30 ou 10h15 à 11h30</p> <p>Enfants de 2 à 5 ans et leurs parents</p> <p><i>Ouvert aux garderies et aux CPE</i></p>	<p><b><u>Psychomotricité</u></b></p> <p>De 9h15 à 10h30 ou 10h15 à 11h30</p> <p>Enfants de 2 à 5 ans et leurs parents</p> <p><i>Ouvert aux garderies et aux CPE</i></p>			<p><b><u>Joujouthèque et Sportothèque</u></b></p> <p>De 10h à 12h et de 13h à 15h</p>
<p><b><u>Rencontre d'équipe</u></b></p> <p>De 13h à 16h</p>	<p><b><u>À Bientôt Les Amis! (ABLA)</u></b></p> <p>Parents et enfants de 4 et 5 ans</p> <p>Préparation à la maternelle</p> <p>De 13h à 16h</p> <p>Les 7, 14, 21 et 28 mai</p>	<p><b><u>Milieu de vie (Du temps pour soi)</u></b></p> <p>Ouvert à tous</p> <p>De 13h à 16h</p>	<p><b><u>Programme MIAM!</u></b></p> <p>Pour de l'information sur ce délicieux service, consultez le tableau à l'endos</p>		<p><b><u>Joujouthèque et Sportothèque</u></b></p> <p>De 10h à 12h et de 13h à 15h</p>
<p><b><u>Art en familles</u></b></p> <p>De 18h à 19h30</p> <p>Atelier parents et enfants (8 ans et plus)</p> <p><i>5\$ par personne pour la session</i></p>	<p><b><u>Santé bien-être (physique et mental)</u></b></p> <p>De 18h à 19h30</p> <p>Ateliers parents-enfants (8 ans et plus)</p>	<p><b><u>La boîte à outils</u></b></p> <p>De 18h30 à 21h</p> <p>16 ans et plus</p> <p>Ateliers informatifs sur différents sujets</p>	<p><b><u>Club Les Slinky-Doo</u></b></p> <p>Programme Leadership</p> <p>De 17h à 19h</p> <p>Ouverture des portes à 16h30</p> <p>12 à 17 ans</p> <p><i>Frais d'adhésion: 15\$</i></p> <p><b><u>Improvisation</u></b></p> <p>De 19h à 20h30 max</p>	<p><b><u>Programme PACE</u></b></p> <p>Soirées en famille</p> <p>De 18h30 à 20h30</p> <p>Parents et enfants</p> <p><i>Inscription obligatoire Voir tableau plus bas</i></p>	<p><b><u>Programme PACE</u></b></p> <p>Activités familiales</p> <p>De 10h à 16h</p> <p>Parents et enfants</p> <p><i>Inscription obligatoire Voir tableau plus bas</i></p>
<p><b><u>Atelier de théâtre</u></b></p> <p>De 18h à 19h30</p> <p>Enfants de 8 à 12 ans</p> <p><b><u>COMPLET</u></b></p> <p><i>Suite de l'atelier de la session hiver</i></p>	<p><b><u>Atelier de danse</u></b></p> <p>De 18h à 19h</p> <p>Enfants de 6 à 12 ans</p> <p><b><u>COMPLET</u></b></p> <p><i>Suite de l'atelier de la session hiver</i></p>				
<p>Pour plus d'information, consultez la section « Détails supplémentaires » à l'endos</p>					

## PROGRAMME PACE

### LES DIMANCHES : ACTIVITÉS FAMILIALES

<p><b>18 mai</b></p> <p>De 10h30 à 17h</p>	<p>UPLA au Mont St-Grégoire (Grand parcours aérien extérieur de trampolines)</p>	<p>Gratuit - 0 à 2 ans (accompagné d'un adulte payant 30\$)</p> <p>30\$ - 3 à 64 ans</p> <p>10\$ - Accompagnateur non-participant</p>
--	--	---

### LES VENDREDIS : SOIRÉES FAMILIALES

<p><b>25 avril</b></p> <p>De 18h30 à 20h30</p>	<p>BINGO Thématique Beach Party</p>	<p>2\$ par personne (2 ans et plus)</p>
<p><b>2 mai</b></p> <p>De 18h30 à 20h30</p>	<p>Soirée cinéma</p>	<p>2\$ par personne (2 ans et plus)</p>
<p><b>16 mai</b></p> <p>De 19h à 20h30</p>	<p>Éducazoo</p>	<p>10\$ - 4 à 17 ans</p> <p>5\$ - Adulte</p>
<p><b>30 mai</b></p> <p>De 18h30 à 20h30</p>	<p>Pique-nique et jeux en famille</p>	<p>2\$ par personne (2 ans et plus)</p>



## 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

## 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 OBLIGATOIREMENT ENSEMBLE, mettant l'emphase sur le développement de l'enfant et les compétences parentales afin d'offrir des moments privilégiés aux familles et ainsi briser l'isolement.*



## 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 13 avril**  
Fermeture: **Samedi 7 juin**

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



## PROGRAMME MIAM!

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

**10 repas pour 40\$**  
**20 repas pour 70\$**  
**30 repas pour 90\$**

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).



**Dimanche 15 juin 2025**

**AGA  
(Assemblée  
Générale Annuelle)**

**Informations à venir**

## CAMP D'ÉTÉ FAMILIAL

**Quand?** Du lundi 14 au vendredi 18 juillet 2025

**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 OBLIGATOIRE:**  
**Mercredi le 23 avril 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*

### À Bientôt Les Amis! (ABLA)

4 ateliers pour les parents et leurs enfants de 4 et 5 ans qui a pour but la préparation à la maternelle, autant pour les parents que pour les enfants, par des ateliers stimulants, des activités éducatives et des discussions sur des sujets liés à l'entrée scolaire. Mardis 7, 14, 21 et 28 mai de 13h à 16h.

*Inscriptions obligatoires aux 4 ateliers. Places limitées.*

### Art en familles (\$)

Ateliers parent-enfant visant à réaliser des projets artistiques développant l'imagination et la créativité. Ces ateliers artistiques permettent l'initiation à différentes techniques tout en s'amusant, en passant du temps de qualité et de vivre dans le moment présent.

*5\$ par personne pour la session. Les enfants doivent être accompagnés d'un parent*

### 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!

Aves 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.

*Frais d'adhésion: 15\$*

### 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*

### Santé - Bien-être (physique et mental)

Ateliers parent-enfant visant à acquérir de nouvelles connaissances sur les saines habitudes de vie et de développer de nouveaux réflexes pour prendre soin de soi. Par des exercices et des activités intérieures et extérieures tantôt sportives, tantôt relaxantes, les parents et les enfants passeront de bons moments pour bonifier leur bien-être.

*Inscription familiale*

### 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.

### Atelier de danse (\$)

Ateliers destinés aux enfants de 6 à 12 ans visant à suivre des rythmes, à apprendre des mouvements, à exécuter une chorégraphie et à participer à un spectacle.

**Ateliers sur 2 sessions. Aucune inscriptions à la session printemps.**

### 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

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