



Activités pour les Jeunes Parents de 24 ans et moins (Tous les mardis à 13h30)

C'est gratuit ! Réserve ta place !

- 26 Novembre** Yoga postnatal.
- 3 Décembre** Café-causerie (sujet : Le rôle de parents)
- 10 Décembre** On va diner au Resto !
- 17 Décembre** Fête de Noël avec la maison de la famille
(Sur inscription, horaire de 10h30-14h30)

Vacances de Noël

- 7 Janvier** Après-midi cinéma.
- 14 Janvier** Café-causerie (sujet : Le sommeil de bébé)
- 21 Janvier** Moment détente massage et relaxation.
- 28 Janvier** On va dîner au resto!
- 4 Février** Les plantes médicinales et le post-partum.
- 11 Février** Promenade active avec-poussette selon la température.
- 18 Février** Cuisine collective.



**Il est possible d'inscrire tes enfants (de 11 mois à 5 ans) à la halte-garderie
durant les activités**

Appelle Naima si tu veux avoir plus d'informations 450-665-6510