

# Description des services et des activités Automne 2017



## Cuisines collectives

léger coût

Planification et préparation de repas à un faible coût réalisés par les parents pour l'ensemble de leur famille. Les rencontres se déroulent à St-Raymond au Carrefour FM Portneuf, à Pont-Rouge au CERF Volant et à Grondines, au Centre des Roches.

Le lundi ou mardi de 13h15 à 15h15 et le mercredi ou jeudi de 8h30 à 15h00. 1 fois par mois, dès septembre 2017.

## Atelier Grand-dirigé

Gratuit!

Atelier pour le parent et son enfant âgé de 3 à 5 ans permettant d'obtenir de l'information et du soutien vers une rentrée scolaire réussie par le biais d'activités éducatives parent-enfant, d'échanges entre parents et avec des personnes-ressources sur le développement du langage, les saines habitudes de vie, les stratégies éducatives, etc.

*\*En collaboration avec la Table 0-5 ans de Portneuf et Avenir d'enfants.*

Maison de la culture de Donnacona (2<sup>e</sup> étage) : mercredi de 9h00 à 10h30  
Début : 13 septembre 2017

## Les doux câlins

léger coût à Donnacona  
Gratuit à Pont-Rouge

Atelier qui permet au parent de vivre un moment agréable avec son bébé âgé de 0 à 12 mois par le biais d'activités de stimulation parent-enfant, de mini-ateliers d'information et de partage entre parents.

Maison de la culture de Donnacona (2<sup>e</sup> étage) : mardi de 13h30 à 15h00  
Début : 19 septembre 2017

CERF Volant, Pont-Rouge : jeudi de 13h30 à 15h00  
Début : 21 septembre 2017

## Le rendez-vous des parents

Gratuit!

Lieu où les parents peuvent échanger et s'informer selon des thèmes qu'ils auront choisis ensemble (ex : l'alimentation, le développement de l'enfant, les bricolages décoratifs, etc.). Les enfants sont les bienvenus.

CERF Volant, Pont-Rouge : 3 mercredis par mois, de 9h00 à 10h30  
Début : 13 septembre 2017

## Entre papa et moi

léger coût

Rencontre permettant aux enfants âgés de 3 à 6 ans de partager un moment privilégié avec leur papa tout en réalisant un bricolage éducatif et amusant fait en bois.

CERF Volant, Pont-Rouge, de 9h00 à 11h00  
Dimanche, le 15 octobre 2017  
Dimanche, le 19 novembre 2017

## Les mercredis animés

Gratuit!

Rencontres parent-enfant offrant des thèmes et activités variés (ex : popote, bricolage, expérience scientifique, lecture d'un conte). Inscription requise quelques jours avant chaque rencontre. L'animation est suivie d'une période de jeux libres permettant aux parents de jaser entre eux.

CERF Volant, Pont-Rouge : aux deux semaines, de 13h30 à 15h00  
Début : 20 septembre 2017

## 1, 2, 3...grandissons ensemble!

Gratuit!

Atelier s'adressant aux enfants âgés de 18 mois à 3 ans et à leurs parents. Au programme : activités d'éveil et d'exploration, jeux, collation, information et partage entre parents.

CERF Volant, Pont-Rouge : jeudi de 9h00 à 10h30  
Début : 21 septembre 2017

## Les petites découvertes

léger coût à Pont-Rouge  
Gratuit à Saint-Marc

Atelier où les enfants âgés de 3 à 5 ans, accompagnés de leurs parents ou grands-parents, réalisent des apprentissages par l'intermédiaire du bricolage et de l'expérimentation.

CERF Volant, Pont-Rouge : vendredi de 9h00 à 10h30  
Début : 15 septembre 2017

Centre communautaire & culturel, St-Marc-des-Carières : lundi de 13h15 à 14h45  
Début : 11 septembre 2017

*\*\*\* Prêt de jeux éducatifs pour les familles qui participent à l'atelier.*

## Ateliers d'information

Gratuit!

### **La conciliation travail - famille**

Personne-ressource : M<sup>me</sup> Amélie Viel, animatrice-intervenante  
Mercredi, le 11 octobre 2017  
De 9h00 à 10h30 au CERF Volant à Pont-Rouge.

### **Maintenir son couple en santé avec de jeunes enfants**

Personnes-ressources : M<sup>me</sup> Véronique Larivière, sexologue  
M. Hugues Simard, psychologue  
Mercredi, le 25 octobre 2017  
De 19h00 à 21h00 au CERF Volant à Pont-Rouge.

### **La stimulation du langage au quotidien**

Personne-ressource : M<sup>me</sup> Annie Pépin, intervenante en langage  
Mardi, le 21 novembre 2017  
De 9h00 à 10h30 au CERF Volant à Pont-Rouge.

### **Yoga parent-enfant**

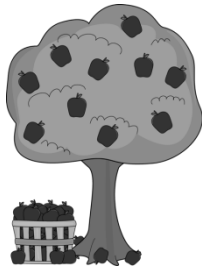
Personne-ressource : M<sup>me</sup> Pauline Chamberland, professeure  
Mardi, le 5 décembre 2017  
De 9h00 à 10h30 au CERF Volant à Pont-Rouge.



**Votre inscription est requise pour  
chacune des activités.**

Carte de membre familiale obligatoire  
au coût de 5.00\$ par année

Début de la session d'automne  
 Pour de plus amples informations



Horaires de bureau

Semaine du 4 septembre 2017

CERF Volant de Portneuf  
 189, rue Dupont, local 171  
 Pont-Rouge (Qc) G3H 1N4

**Nouvelle  
 adresse!!!  
 (Place St-Louis)**

Téléphone: 418-873-4557  
 1-888-873-4557 (sans frais)  
 Fax : 418-873-4135  
 Courriel : cerfvolant@derytele.com  
 Site web : www.cerfvolantdeportneuf.org

Suivez-nous sur  
 Facebook!

Du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30.

Autres services  
 disponibles durant  
 l'année

Coup de pouce maman  
 Centre de documentation  
 Prêt de jeux éducatifs  
 Droits de visite et de sortie

*Prenez note que pour les activités qui demandent une inscription, nous nous réservons le droit de remettre en question la participation d'une famille qui s'absente régulièrement et ceci, afin de laisser la chance à une autre famille d'utiliser les services du CERF Volant.*

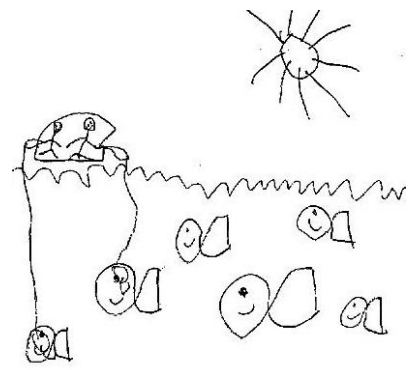


surveillez nos activités spéciales

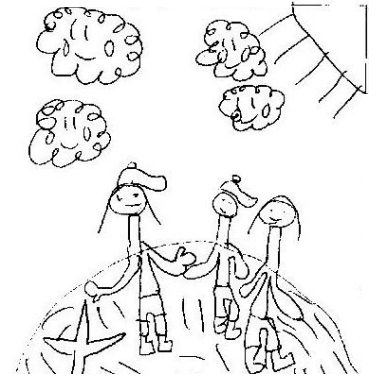
Fête de Noël des familles

Lancement des activités

Services et activités



Dessins réalisés par : Léa-Rose, 6 ans



Annabelle, 8 ans

Automne 2017