



Info-famille Communic'Action

Mars 2013

Bulletin d'information pour les familles du territoire de la MRC Papineau, secteur est de la Vallée-de-la-Lièvre, Buckingham et Masson-Angers

Ce qui se passe dans ma communauté



Allez hop!

Session printemps 2013
Parcours d'activités physiques et ateliers créatifs

Parents- Enfants

Allez hop !
vise à créer un milieu stimulant où les parents et leurs enfants de 3 à 6 ans ont l'occasion de s'amuser en participant collectivement à des activités diversifiées en interaction avec la communauté.

Informations inscriptions:
819-428-3583
poste 1207

Où ? : à la Salle Dany-Legault à Chénéville

Quand ? Les dimanches du 24 mars au 5 mai de 10h à 11h30 a.m.

Frais d'inscription pour la session :
25 \$ parent(s) accompagné(s) d'un enfant
40 \$ parent(s) accompagné(s) de plus d'un enfant

www.ville.cheneville.qc.ca



VOTRE STRATÉGIE

Une recette gagnante
Planifiez - Achetez - Cuisinez - Savourez



nutrition2013.ca

Découvrez des astuces, des recettes et bien plus avec votre appareil mobile.



Capsules du mois

Mars, mois de la nutrition!

Visitez le site www.nutrition2013.ca et vous y trouverez une foule d'informations inspirantes pour votre santé et celle de vos enfants!

20 mars, journée des diététistes/nutritionnistes

Vous avez une question concernant l'alimentation de votre famille?
Le 20 mars, en téléphonant au **1-866-233-3310** vous pourrez parler directement à un(e) diététiste/nutritionniste qui se fera un plaisir d'échanger avec vous!

Rappelez-vous que saine alimentation peut rimer avec plaisir!

Pour recevoir l'info-famille : infofamilleCVA@gmail.com ou 819.427.6258.1075



Calendrier d'activités pour les familles ayant des enfants âgés de 0 à 5 ans

Détails des activités au bas de la page

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	25	26 Les Trottoyeurs Fête des mots	27 Créateurs en herbe	28	1 Contes pyjamas	2
3	4	5 Les Trottoyeurs Fête des mots	6 Créateurs en herbe	7 Tic Tac Toc	8 Contes pyjamas	9
10	11	12 La diète des enfants en santé! Fête des mots	13 Créateurs en herbe	14 Tic Tac Toc	15 Contes pyjamas	16
17	18	19 Les Frimousseries Fête des mots	20 Créateurs en herbe	21 Tic Tac Toc	22 Contes pyjamas	23
24 Allez Hop!	25	26 Les Frimousseries Fête des mots	27 Créateurs en herbe	28 Tic Tac Toc	29 Contes pyjamas	1
20 : Journée des diététiciens/nutritionnistes						
25 au 28 : Période d'inscription aux activités de la Maison de famille Vallée-de-la-Lièvre						

Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre 819-281-4359 inscriptions requises
www.mdf-valleedelalievre.ca/Programmes/0a5ans.php

Les Frimousseries : Activités variées parents/enfants 0-6 mois 9h30-11h30
Les Trottoyeurs : Activités variées parents/enfants 12-24 mois 9h30-11h30
Tic Tac Toc : Bricolages et jeux parents/enfants 2-5 ans 9h-11h

Maison de la famille Petite-Nation 819-983-4384 gratuit

Créateurs en herbe : Activités de création parents/enfants 2-5 ans 9h30-11h30

Bibliothèque Bernard Lonergan (Buckingham) 819-986-4212 inscriptions requises
www.gatineau.ca/page.asp?p=quoi_faire/bibliotheque/activites_enfants/heures_contes

Fête des mots : Une heure de plaisir pour les enfants âgés de 3 à 5 ans 9h-10h
Contes pyjamas : Une heure de plaisir pour les enfants âgés de 3 à 7 ans 18h30-19h30

Municipalité de Chénéville 819-428-3583 #1207 inscriptions requises
www.ville.cheneville.qc.ca

Allez Hop! : Activités physiques et ateliers créatifs parents/enfants 3-6 ans 10h-11h30

Alliance Alimentaire 819-983-1714 gratuit
www.alliancealimentairepapineau.com

La diète des enfants en santé! : Atelier théorique et pratique en cuisine 13h