# PROGRAMMATION PRINTEMPS 2022

CENTRE
Marie Eve

# LA MISSION DE NOTRE ORGANISME

OFFRIR ACCUEIL ET SOUTIEN À LA FEMME PENDANT LA GROSSESSE ET AU COURS DES DEUX PREMIÈRES ANNÉES SUIVANT LA NAISSANCE. TOUS NOS SERVICES SONT GRATUITS

# NOTRE CLIENTÈLE

LES FEMMES ENCEINTES OU AVEC DES ENFANTS ENTRE 0-2 ANS, PEU IMPORTE LEUR SITUATION FAMILIALE OU FINANCIÈRE ET QUI DÉSIRENT ÉCHANGER AVEC D'AUTRES MÈRES ET/OU AVOIR UN SUIVI PSYCHOSOCIAL PERSONNALISÉ.

# LE TERRITOIRE DESSERVI

NOUS DESSERVONS 20 VILLES DANS LES BASSES-LAURENTIDES.

**MRC RIVIÈRE-DU-NORD ET MIRABEL NORD**

SAINT-JÉRÔME | SAINTE-SOPHIE | MIRABEL NORD
SAINT-HYPPOLITE | SAINT-COLOMBAN | PRÉVOST

**MRC THÉRÈSE-DE-BLAINVILLE**

BLAINVILLE | SAINTE-THÉRÈSE | BOISBRIAND | ROSEMÈRE
BOIS-DES-FILION | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES | LORRAINE

**MRC DEUX-MONTAGNES ET MIRABEL SUD**

SAINT-EUSTACHE | DEUX-MONTAGNES | OKA | SAINT-PLACIDE | MIRABEL SUD
SAINTE-MARTHE-SUR-LE-LAC | SAINT-JOSEPH-DU-LAC | POINTE-CALUMET

# NOS SERVICES EN BREF

### AIDE PSYCHOSOCIALE PERSONNALISÉE

- RENCONTRE INDIVIDUELLE À DOMICILE OU EN VISIOCONFÉRENCE
- SUIVIS TÉLÉPHONIQUES
- CLAVARDAGE PAR FACEBOOK

### DÉPANNAGE MATÉRIEL

- LAIT, COUCHE, NOURRITURE POUR BÉBÉ
- VÊTEMENTS DE MATERNITÉ ET BÉBÉ
- ÉQUIPEMENTS POUR BÉBÉ

### ATELIERS DE GROUPE EN PRÉSENTIEL (VOIR L'OFFRE DANS LES PAGES SUIVANTES)

- ATELIERS HEBDOMADAIRES EN PRÉSENCE ET EN VISIOCONFÉRENCE
- ACTIVITÉS PONCTUELLES
- HALTE-GARDERIE GRATUITE PENDANT LES ATELIERS (0-5 ANS)

**VOUS DEVEZ PRENDRE RENDEZ-VOUS POUR APPORTER DES DONS MATÉRIELS**

# TABLE DES MATIÈRES

LES  ATELIERS SONT OFFERTS DANS LE RESPECT DES MESURES GOUVERNEMENTALES EN PRÉSENTIEL, EN HYBRIDE ET EN VISIOCONFÉRENCE POUR LA SESSION PRINTEMPS.

5
MAMAN SOLEIL

7
0-6 MOIS

9
6-12 MOIS

11
12-24 MOIS

13
CUISINE

14
CROQUE LA VIE

15
JARDIN

16
DÉJEUNER OLO

18
DÉJEUNERS

MRC RIVIÈRE-DU-NORD ET MIRABEL NORD

# MAMAN SOLEIL

EN HYBRIDE

**COURS PRÉNATAUX** POUR FEMMES SEULEMENT. CE PROGRAMME EST ANIMÉ PAR DES ACCOMPAGNATRICES DU CENTRE AINSI QUE PAR DIFFÉRENTS PROFESSIONNELS DU CLSC (INFIRMIÈRE, NUTRITIONNISTE ET MARRAINE D'ALLAITEMENT ).

CHAQUE VENDREDI DE 13H15 À 15H15
DU 22 AVRIL AU 10 JUIN 2022

**THÈMES ABORDÉS :**

BIEN MANGER POUR MON BÉBÉ AVEC LA NUTRITIONNISTE DU CLSC - BIEN S'ADAPTER AUX CHANGEMENTS LE TRAVAIL ET L'ACCOUCHEMENT

INSCRIPTION POUR LA SESSION
450-491-1494 POSTE 7

## ANIMATRICE

CATHERINE
ACCOMPAGNATRICE

# MAMAN SOLEIL

EN HYBRIDE

**COURS PRÉNATAUX** POUR FEMMES SEULEMENT. CE PROGRAMME EST ANIMÉ PAR DES ACCOMPAGNATRICES DU CENTRE AINSI QUE PAR DIFFÉRENTS PROFESSIONNELS DU CLSC (INFIRMIÈRE, NUTRITIONNISTE ET MARRAINE D'ALLAITEMENT).

CHAQUE VENDREDI DE 13H15 À 15H15
DU 22 AVRIL AU 10 JUIN 2022

**THÈMES ABORDÉS :**

BIEN MANGER POUR MON BÉBÉ AVEC LA NUTRITIONNISTE DU CLSC - BIEN S'ADAPTER AUX CHANGEMENTS
LE TRAVAIL ET L'ACCOUCHEMENT

INSCRIPTION POUR LA SESSION
450-491-1494 POSTE 5

## ANIMATRICE

MARILOU,
ACCOMPAGNATRICE

# DELIMA 0-6 MOIS

EN HYBRIDE

CET ATELIER PERMET DE RECEVOIR DE L'INFORMATION CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE BÉBÉ DE 0 À 6 MOIS. VOUS POURREZ PARTAGER ET DISCUTER DE SUJETS QUI VOUS INTÉRESSENT AVEC D'AUTRES MAMANS. VENEZ POSER VOS QUESTIONS, EXPRIMER VOS INQUIÉTUDES ET PARTAGER LES PETITS BONHEURS DE VOTRE QUOTIDIEN! **L'ATELIER SE FAIT DANS UNE APPROCHE BIENVEILLANTE ET DE PARENTALITÉ POSITIVE.**

CHAQUE MARDI DE 13H15 À 15H15
DU 19 AVRIL AU 14 JUIN 2022

INSCRIPTION POUR LA SESSION DE 9 SEMAINES
450-491-1494 POSTE 5

## ANIMATRICES

GINETTE,
ACCOMPAGNATRICE

JULIE,
ACCOMPAGNATRICE

**THÈMES ABORDÉS :**

LE LIEN ATTACHEMENT - LE MASSAGE POUR BÉBÉ
LE DÉVELOPPEMENT MOTEUR - LES TEMPÉRAMENTS
LES PETITES MALADIES - LA COMMUNICATION
LA ROUTINE - L'ALIMENTATION

MRC RIVIÈRE-DU-NORD ET MIRABEL NORD

# DELIMA 0-6 MOIS

EN HYBRIDE

CET ATELIER PERMET DE RECEVOIR DE L'INFORMATION CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE BÉBÉ DE 0 À 6 MOIS. VOUS POURREZ PARTAGER ET DISCUTER DE SUJETS QUI VOUS INTÉRESSENT AVEC D'AUTRES MAMANS. VENEZ POSER VOS QUESTIONS, EXPRIMER VOS INQUIÉTUDES ET PARTAGER LES PETITS BONHEURS DE VOTRE QUOTIDIEN! **L'ATELIER SE FAIT DANS UNE APPROCHE BIENVEILLANTE ET DE PARENTALITÉ POSITIVE.**

CHAQUE JEUDI DE 13H15 À 15H15
DU 21 AVRIL AU 16 JUIN 2022

INSCRIPTION POUR LA SESSION DE 9 SEMAINES
450-491-1494 POSTE 7

**THÈMES ABORDÉS :**

LE LIEN ATTACHEMENT - LE MASSAGE POUR BÉBÉ
LE DÉVELOPPEMENT MOTEUR - LES TEMPÉRAMENTS
LES PETITES MALADIES - LA COMMUNICATION - LA ROUTINE - L'ALIMENTATION

**ANIMATRICE**

JULIE-ANNE
ACCOMPAGNATRICE

EN HYBRIDE

# DELIMA 6-12 MOIS

CET ATELIER PERMET DE RECEVOIR DE L'INFORMATION CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE BÉBÉ DE 6 À 12 MOIS. C'EST UNE OCCASION DE PARTAGER ET DE DISCUTER DE SUJETS QUI VOUS INTÉRESSENT. VOUS POURREZ RENCONTRER D'AUTRES MAMANS, POSER VOS QUESTIONS, EXPRIMER VOS INQUIÉTUDES ET PARTAGER LES PETITS BONHEURS DE VOTRE QUOTIDIEN. **L'ATELIER SE FAIT DANS UNE APPROCHE BIENVEILLANTE ET DE PARENTALITÉ POSITIVE.**

CHAQUE JEUDI DE 13H15 À 15H15
DU 21 AVRIL AU 16 JUIN 2022

INSCRIPTION POUR LA SESSION DE 9 SEMAINES
450-491-1494 POSTE 5

## ANIMATRICES

GINETTE
ACCOMPAGNATRICE

DANICA
STAGIAIRE

MARILOU,
ACCOMPAGNATRICE

**THÈMES ABORDÉS :**

VIVRE EN RELATION - NOURRIR L'ESTIME DE MON ENFANT - L'ART DE COMMUNIQUER - LE JEU
LA DISCIPLINE - SÉCURISER L'ENVIRONNEMENT DE BÉBÉ - LE GARDIENNAGE

EN HYBRIDE

# DELIMA 6-12 MOIS

CET ATELIER PERMET DE RECEVOIR DE L'INFORMATION CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE BÉBÉ DE 6 À 12 MOIS. C'EST UNE OCCASION DE PARTAGER ET DE DISCUTER DE SUJETS QUI VOUS INTÉRESSENT. VOUS POURREZ RENCONTRER D'AUTRES MAMANS, POSER VOS QUESTIONS, EXPRIMER VOS INQUIÉTUDES ET PARTAGER LES PETITS BONHEURS DE VOTRE QUOTIDIEN. **L'ATELIER SE FAIT DANS UNE APPROCHE BIENVEILLANTE ET DE PARENTALITÉ POSITIVE.**

CHAQUE MARDI DE 13H15 À 15H15
DU 19 AVRIL AU 14 JUIN 2022

INSCRIPTION POUR LA SESSION DE 9 SEMAINES
450-491-1494 POSTE 7

## ANIMATRICE

DANIELLE,
ACCOMPAGNATRICE

**THÈMES ABORDÉS :**

VIVRE EN RELATION - NOURRIR L'ESTIME DE MON ENFANT - L'ART DE COMMUNIQUER - LE JEU LA DISCIPLINE - SÉCURISER L'ENVIRONNEMENT DE BÉBÉ - LE GARDIENNAGE

EN HYBRIDE

# DELIMA 12-24 MOIS

CET ATELIER PERMET DE RECEVOIR DE L'INFORMATION CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE BAMBIN DE 12 À 24 MOIS TOUT EN VOUS METTANT DE L'AVANT, VOUS COMME FEMME. TRANQUILLEMENT, DÉVELOPPEZ DES STRATÉGIES POUR RÉÉQUILIBRER VOTRE VIE PERSONNELLE, AMOUREUSE ET FAMILIALE TOUT EN ÉCHANGEANT AVEC D'AUTRES MÈRES.

CHAQUE MARDI DE 9H30 À 11H30
DU 26 AVRIL AU 14 JUIN 2022

INSCRIPTION POUR LA SESSION DE 8 SEMAINES
450-491-1494 POSTE 5

**EXEMPLE DE THÈMES ABORDÉS :**

PRENDRE DU TEMPS POUR SOI - LA SEXUALITÉ - L'AMITIÉ - LE COUPLE - LE BUDGET

## ANIMATRICES

JULIE
ACCOMPAGNATRICE

GINETTE,
ACCOMPAGNATRICE

EN HYBRIDE

# DELIMA 12-24 MOIS

CET ATELIER PERMET DE RECEVOIR DE L'INFORMATION CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE BAMBIN DE 12 À 24 MOIS TOUT EN VOUS METTANT DE L'AVANT, VOUS COMME FEMME. TRANQUILLEMENT, DÉVELOPPEZ DES STRATÉGIES POUR RÉÉQUILIBRER VOTRE VIE PERSONNELLE, AMOUREUSE ET FAMILIALE TOUT EN ÉCHANGEANT AVEC D'AUTRES MÈRES.

CHAQUE MARDI DE 9H30 À 11H30
DU 26 AVRIL AU 14 JUIN

INSCRIPTION POUR LA SESSION DE 8 SEMAINES
450-491-1494 POSTE 7

**EXEMPLE DE THÈMES ABORDÉS :**

PRENDRE DU TEMPS POUR SOI - LA SEXUALITÉ - L'AMITIÉ - LE COUPLE - LE BUDGET

## ANIMATRICES

CATHERINE
ACCOMPAGNATRICE

JULIE-ANNE,
ACCOMPAGNATRICE

# ATELIER DE CUISINE

EN PRÉSENCE

CET ATELIER, S'ADRESSANT AUX FEMMES ENCEINTES, VOUS PERMETTRA D'APPRENDRE À CUISINER DES REPAS SANTÉ ET ÉCONOMIQUES, POUR UNE GROSSESSE EN SANTÉ. C'EST AUSSI L'OCCASION DE SOCIALISER ET DE DÉVELOPPER DES LIENS AMICAUX AVEC D'AUTRES FEMMES QUI DEVIENDRONT MÈRES, TOUT COMME VOUS ! APRÈS CHAQUE ATELIER, VOUS ÊTES INVITÉES À PARTAGER LE REPAS CUISINÉ AVEC LES AUTRES MAMANS ET L'ÉQUIPE DE TRAVAIL.

UN VENDREDI SUR DEUX
DU 22 AVRIL AU 3 JUIN 2022
DE 9H30 À 12H45

## ANIMATRICE

GINETTE,
ACCOMPAGNATRICE

INSCRIPTION EN CONTINU JUSQU'À L'ACCOUCHEMENT
450-491-1494 POSTE 5

EN PRÉSENCE

# CROQUE LA VIE

CET ATELIER DE CUISINE A POUR OBJECTIF DE VOUS OUTILLER À PRÉPARER DES REPAS SAINS À PARTIR D'ALIMENTS DISPONIBLES PRINCIPALEMENT DANS LES ORGANISMES OFFRANT DES DÉPANNAGES ALIMENTAIRES. C'EST ÉGALEMENT L'OCCASION DE LIER DE NOUVELLES RELATIONS D'AMITIÉ.

CHAQUE VENDREDI DE 9H00 À 12H00
DU 22 AVRIL AU 17 JUIN 2022

EN COLLABORATION AVEC LE BOURGEON

Le Bourgeon
centre de périnatalité sociale

## ANIMATRICES

MARIE-LUCE,
ACCOMPAGNATRICE

INSCRIPTION POUR 9 ATELIERS
450-491-1494 POSTE 7

EN PRÉSENCE

# LE JARDIN LES MÈRES-VEILLEUSES

CE PRINTEMPS, VENEZ PROFITER DU JARDIN COLLECTIF AU POINT DE SERVICES DE SAINT-EUSTACHE! ENRICHISSEZ VOS CONNAISSANCES AU SUJET DU JARDINAGE TOUT EN VOUS LIANT D'AMITIÉ AVEC D'AUTRES MAMANS. BIENVENUE AUX ENFANTS!

Jardin des
MÈRES-VEILLEUSES
Par le Centre Marie Eve

POUR PLUS D'INFORMATIONS:
450-491-1494 POSTE 5

CONFÉRENCES, ATELIERS DE CUISINE ET RÉUNIONS VARIÉES À VENIR. RESTEZ À L'AFFÛT SUR NOTRE PAGE FACEBOOK!

## ANIMATRICES

GINETTE
ACCOMPAGNATRICE

JULIE,
ACCOMPAGNATRICE

MARILOU,
ACCOMPAGNATRICE

EN PRÉSENCE

# DÉJEUNERS OLO

L'ACTIVITÉ EST ANIMÉE PAR UNE NUTRITIONNISTE ET EST OFFERTE POUR LES MAMANS ENCEINTES QUI SONT INSCRITES DANS LE PROGRAMME OLO. LORS DE L'ATELIER, UN DÉJEUNER SANTÉ EST OFFERT AUX MAMANS, CHAQUE MÈRE RENCONTRE EN INDIVIDUEL LA NUTRITIONNISTE AFIN DE FAIRE UN SUIVI PERSONNALISÉ.

LE MERCREDI 27 AVRIL, 25 MAI ET LE MARDI 21 JUIN DE 9H30 À 11H00

INSCRIPTION VIA LE PROGRAMME OLO AVEC LE CISSS

## ANIMATRICES EN ALTERNANCE

EN PRÉSENCE

# DÉJEUNERS OLO

L'ACTIVITÉ EST ANIMÉE PAR UNE NUTRITIONNISTE ET EST OFFERTE POUR LES MAMANS ENCEINTES QUI SONT INSCRITES DANS LE PROGRAMME OLO. LORS DE L'ATELIER, UN DÉJEUNER SANTÉ EST OFFERT AUX MAMANS, CHAQUE MÈRE RENCONTRE EN INDIVIDUEL LA NUTRITIONNISTE AFIN DE FAIRE UN SUIVI PERSONNALISÉ.

LE MERCREDI 27 AVRIL, 25 MAI ET LE MARDI 21 JUIN DE 9H30 À 11H00

INSCRIPTION VIA LE PROGRAMME OLO AVEC LE CISSS

## ANIMATRICES EN ALTERNANCE

EN PRÉSENCE



# DÉJEUNERS DES 4 JEUDIS

DES MAMANS SE RÉUNISSENT AU CENTRE AUTOUR D'UN BON DÉJEUNER POUR SIMPLEMENT DISCUTER ENSEMBLE PENDANT QUE LES ENFANTS SONT PRIS EN CHARGE PAR DES BÉNÉVOLES QUI SONT PRÉSENTES. NOUS FOURNISSONS LE DÉJEUNER ET VOUS LES SUJETS DE DISCUSSIONS! LES DÉJEUNERS SE DÉROULERONT SELON LES MESURES SANITAIRES EN VIGUEUR.

CHAQUE JEUDI DU 28 AVRIL AU 16 JUIN 2022
DE 9H30 À 11H00

INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR TÉLÉPHONE CHAQUE SEMAINE À PARTIR DU LUNDI 9H00

450-491-1494 POSTE 7

## ANIMATRICES

ELIANE,
STAGIAIRE

DANIELLE,
ACCOMPAGNATRICE

EN PRÉSENCE

# DÉJEUNERS DU MERCREDI

CDES MAMANS SE RÉUNISSENT AU CENTRE AUTOUR D'UN BON DÉJEUNER POUR SIMPLEMENT DISCUTER ENSEMBLE PENDANT QUE LES ENFANTS SONT PRIS EN CHARGE PAR DES BÉNÉVOLES QUI SONT PRÉSENTES. NOUS FOURNISSONS LE DÉJEUNER ET VOUS LES SUJETS DE DISCUSSIONS! LES DÉJEUNERS SE DÉROULERONT SELON LES MESURES SANITAIRES EN VIGUEUR.

LE MERCREDIS 13 ET 27 AVRIL, 4 ET 11 MAI 2022
DE 9H30 À 11H30

PLACES LIMITÉES

INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR TÉLÉPHONE CHAQUE SEMAINE À PARTIR DU JEUDI DE LA SEMAINE PRÉCÉDENTE À 9H

450-491-1494 POSTE 6

## ANIMATRICES

LORI KIM
STAGIAIRE

PRISCILLIA,
ACCOMPAGNATRICE

# NOUS JOINDRE

POINT DE SERVICES MRC RIVIÈRE-DU-NORD/MIRABEL NORD
450-491-1494 POSTE 7

POINT DE SERVICES MRC THÉRÈSE-DE-BLAINVILLE
450-491-1494 POSTE 6

POINT DE SERVICES MRC DEUX-MONTAGNES/MIRABEL SUD
450-491-1494 POSTE 5

WWW.CENTREMARIEEVE.CA
FACEBOOK.COM/CENTREMARIEEVE

CHAQUE POINT DE SERVICES A UN COMPTE FACEBOOK POUR COMMUNIQUER AVEC L'ÉQUIPE DES ACCOMPAGNATRICES. DEMANDEZ-NOUS COMMENT DEVENIR NOTRE AMIE FACEBOOK. :-)

# BONNE SESSION !

CONSEIL DES PRÉFETS ET DES ÉLUS
RÉGION DES LAURENTIDES
*76 municipalités, 650 000 Québécois*

KIWANIS SAINT-EUSTACHE

TOUS COMPLICES pour notre COMMUNAUTÉ

*Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides*
Québec

FONDATION DUFRESNE & GAUTHIER

20 ANS 2001 2021