



Centre de la petite enfance Ottawa-Orléans Early Years Centre

MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
9h-11h Porte ouverte Français (0 à 6 ans)	9:00-11:00am English Drop-in (0 to 6 years)	9:30-11:00am Cumberland Drop-in (0 to 6 years) Porte ouverte à Cumberland (0 à 6ans) (1115 Dunning Rd. R.J. Kennedy Arena)	9h-11h Porte ouverte Français (0 à 6 ans)	9:00-11:00am English Drop-in (0 to 6 years)	9:00-11:00am <u>Drop-in (0-6yrs)/ Porte ouverte (0 à 6 ans)</u> <ul style="list-style-type: none"> Sept 17, 24 sept Oct 15, 22, 29 oct Nov 12, 19, 26 nov
1:15-2:45pm Infant Drop-in (0 to 12 months) Porte ouverte pour bébés (0 à 12mois) Special activity / Activité spéciale: <ul style="list-style-type: none"> Oct 24: Infant massage demo 	1:15-2:45pm Infant Drop-in (0 to 12 months) Porte ouverte pour bébés (0 à 12mois) Special activity / Activité spéciale: <ul style="list-style-type: none"> Sept 27: Sleep solutions 		1:30-3:00pm Breastfeeding Support Drop-in & Parenting in Ottawa Drop-in Groupe de soutien à l'allaitement et Carrefour 'Être parent à Ottawa' 		Saturday / Samedi DAD and children Drop-in (0-6yrs) Porte ouverte pour PAPA et enfants (0 à 6 ans) 9:00-11:00am <ul style="list-style-type: none"> Sept 10 sept Oct 1 oct Nov 5 nov

Activités spéciales pendant les portes ouvertes du matin

- Lundi 19 septembre: Discipline positive
- Jeudi 13 octobre: Alphabétisation
- Lundi 14 novembre: Nutrition

Morning Drop-in Special activities

- Tuesday September 13: Positive discipline
- Friday October 14: Literacy
- Friday November 18 : Nutrition



Le Centre sera fermé à ces dates /

The Centre will be closed on the following dates

- September 3 & 5 / 3 et 5 septembre
- September 30 / 30 septembre**
- October 8 & 10 / 8 et 10 octobre

Reminders

- *Please do not take pictures
- *Nut-free and Scent-free environment
- *Please bring indoor shoes

Rappels

- *Milieu sans noix et sans parfum
- *SVP ne pas prendre des photos
- *Apportez des souliers d'intérieur

240 boul. Centrum Blvd. Unit 105, Orléans • 613-830-4357 oeycottawaorleans@crcoc.ca

www.crcoc.ca



For parents or caregivers / Pour parents et responsables de garde:

Registration is required for all workshops 613-830-4357 Inscription requise pour participer aux ateliers

<p>DISCIPLINE THAT LOOKS FOR SOLUTIONS (For parents of children under the age of 6) Children's behavior can cause problems when they do things their parents tell them not to. In this workshop, you will learn an approach to teaching children better behavior by focusing on solutions to those problems instead of on punishment. When children get older, this process encourages self-discipline because they start to participate in finding solutions.</p> <p>English workshop / Atelier en anglais</p>	<p>Wednesday September 21 7:00-9:00pm</p> <p>Facilitator: Betsy Mann, Certified Canadian Family Educator</p>
<p>FANTASTIQUE BAMBIN (atelier de 4 sessions pour parents qui ont des enfants entre 12 mois et 2 1/2ans) Votre petit bébé calme et adorable est maintenant devenu un bambin rempli d'énergie qui dit non et commence à s'affirmer ? Cet atelier de 4 sessions sera une bonne occasion de prendre une pause et de réfléchir à nos pratiques parentales. Notre vie occupée avec un bambin nous pousse souvent à réagir aux situations plutôt qu'à être proactif pour le futur. Nous explorerons divers sujets tels que le développement du bambin, le rôle parental, l'apprentissage par le jeu, le comportement du bambin, la discipline ainsi que l'estime de soi.</p> <p>Atelier en français / French workshop</p>	<p>Mercredi 28 septembre, 12, 26 octobre et 9 novembre 19h-21h</p> <p>Animatrice: Mélanie Couturier, Intervenante auprès de la famille</p>
<p>LA DISCIPLINE AXÉE SUR LES SOLUTIONS (pour parents qui ont des enfants de 6 ans et moins) Le comportement des enfants risque de causer des problèmes quand ils font des choses interdites par les parents. Dans cet atelier, vous apprendrez une approche qui enseigne un meilleur comportement aux enfants en préconisant des solutions à ces problèmes plutôt que des punitions. À mesure que les enfants grandissent, cette approche favorise l'autodiscipline puisqu'ils peuvent commencer à participer à la recherche de solutions.</p> <p>Atelier en français / French workshop</p>	<p>Mercredi le 5 octobre 19h-21h</p> <p>Animatrice: Betsy Mann, Éducatrice agréée du Canada</p>
<p>HOW TO TALK SO KIDS WILL LISTEN AND LISTEN SO KIDS WILL TALK (5-session workshop for parents of children 2 to 6 years only) This series of 5 sessions will focus on positive communication between parents and their children. The strategies presented will help parents encourage their children to deal with their feelings and become more cooperative. Topics covered: dealing with children's feelings, explore alternatives to punishment, ways to praise and support the development of healthy self-esteem.</p> <p>English workshop / Atelier en anglais</p>	<p>Wednesday October 5, 19, November 2, 16 and 30 7:00-9:00pm</p> <p>Facilitator: Rita Tapia, Parent Resource Worker</p>
<p>SIBLING RIVALRY (for parents of children under the age of 6) With the arrival of a second child, parents have to handle a new category of family relationships. How to encourage good feelings between brothers and sisters? Why can't they just be good friends and stop bothering us! This workshop will look at the roots of rivalries and at how parents can build greater harmony in family life.</p> <p>English workshop / Atelier en anglais</p>	<p>Wednesday October 19 7:00-9:00pm Facilitator: Betsy Mann, Certified Canadian Family Educator</p>
<p align="center">HALLOWEEN PARTY / FÊTE DE L'HALLOWEEN</p> <p>Wear your costume and come play at the Early Years Centre for a fun night of Halloween art, games and songs. Pizza dinner will be provided. Déguisez-vous et venez passer une soirée au Centre de la petite enfance à s'amuser, bricoler, jouer et chanter. Souper pizza sera fourni.</p>	<p>Wednesday October 26 Mercredi 26 octobre</p> <p>5h00-7h00</p> 
<p>ANGER IN THE FAMILY : A NECESSARY EVIL ? (for parents of children under the age of 6) What happens when anger explodes in your family? How can you teach your kids to handle their strong emotions, without hurting other people or themselves? This workshop will help you understand where anger comes from, both your children's anger and your own. You'll learn how to manage anger's energy and how to redirect it positively.</p> <p>English workshop / Atelier en anglais</p>	<p>Wednesday November 2 7:00-9:00pm</p> <p>Facilitator: Betsy Mann, Certified Canadian Family Educator</p>
<p>À TROIS ANS, ILS NE PENSENT PAS COMME NOUS (pour parents qui ont des enfants de 2 1/2ans à 4 ans) Même si les enfants d'âge préscolaire peuvent parler en phrases complètes, on ne peut pas s'attendre à ce qu'ils puissent raisonner comme les adultes, contrôler leurs émotions ou gérer leurs relations sociales sans problème. Cet atelier vous aidera à comprendre le développement de votre enfant afin de pouvoir mieux choisir des stratégies de discipline qui fonctionnent.</p> <p>Atelier en français / French workshop</p>	<p>Samedi 5 novembre 9h15-11h15 Animatrice: Betsy Mann, Éducatrice agréée du Canada</p>

For Baby / Pour bébé

Registration is required for all workshops **613-830-4357** Inscription requise pour participer aux ateliers

<p>BABY-WEARING LATIN DANCE (For parents and babies 6 weeks and up) Come learn fun steps to the rhythmic beats of Salsa and other Latin dances. This class is open to everyone, you don't even need to know how to dance! Your baby will love being swayed while in direct contact with you! Be sure to wear comfortable clothing. <u>Bring your own baby carrier to class.</u></p> <p>SALSA PORTAGE (Pour parents et bébés 6 semaines et plus) Venez vous amusez en dansant aux rythmes de la musique Salsa et autres danses latines. Ce cours est ouvert à tous, pas besoin de savoir danser! Votre bébé aura plaisir à se sentir à nouveau bercé, collé en contact direct contre vous. Portez des vêtements confortables pour bouger et <u>apportez votre porte-bébé.</u> English and French workshop / Atelier en anglais et en français</p>	<p>Wednesday September 14 Mercredi 14 septembre 1:30-2:30pm</p> <p>Facilitator/Animatrice: Esther America Dance/Danse</p>
<p>INFANT MASSAGE (Series of 3 workshops for parents and pre-crawling babies) Have fun and learn new parenting skills! Learn effective techniques that support your baby's healthy growth and development. Enjoy time with your baby and other parents! This class is open to infants up to the creeping stage. English workshop / Atelier en anglais</p>	<p>Thursdays September 22, 29 and October 6 10:00-11:00am Facilitator: Rita Tapia, Parent Resource Worker</p>
<p>ACTIVITY IN MOTION- FITNESS BABY AND ME A class that will leave you feeling like a rockstar! You will combine easy to follow cardio moves, all over body strength training - all while you are smiling with your baby! If you'd like to try something different, unique and fun, yet still get a fantastic workout from head to toe, then this class is for you! All fitness levels welcome. We will be using your babies as weights too! English workshop / Atelier en anglais</p>	<p>Wednesday September 28 2:00-3:00pm Facilitator: Heidi Miller, CanFit Pro Certified Personal Trainer</p>
<p>BABY WEARING AFRO-DANCE Baby wearing Afro-Dance is a great workout, and as your baby grows bigger, the workout will intensify! Wear comfortable clothes, bring a water bottle and your baby carrier to the class. The class is done barefoot.</p> <p>AFRO-DANSE BÉBÉ PORTAGE Afro-danse est une classe d'exercice et de danse amusante. Portez des vêtements confortable, apportez une bouteille d'eau et un porte-bébé. La classe se fera pieds nus. English and French workshop / Atelier en français et en anglais</p>	<p>Wednesday October 12 Mercredi 12 octobre 1:30-2:30pm</p> <p>Facilitator/animatrice: Bernadette Betchi, Esther America Dance</p>
<p>MOM & BABY LITTLE LOTUS YOGA™ Regain strength, flexibility and stamina as you bond with your baby in a supportive and welcoming environment. Special time is made for babies to enjoy their own yoga and bond with mom through touch, movement and massage. Please bring your yoga mat (if you have one), a blanket for your baby to sit on and a few favourite toys. <i>This class is designed for infants 6 weeks up to crawling stage</i></p> <p>PETIT LOTUS YOGA™ POUR PARENT ET BÉBÉ Participer à une classe de yoga dans un environnement accueillant pour retrouver force et flexibilité tout en développant l'attachement avec votre bébé. Pendant la classe, bébé pourra également profiter du yoga par le toucher, le mouvement et le massage. Apporter une couverture pour bébé, quelques jouets préférés et votre tapis de yoga (si vous en avez un). <i>Atelier pour bébé de 6 semaines jusqu'à ce qu'il commence à ramper.</i> English and French workshop / Atelier en anglais et en français</p>	<p>Wednesday October 19 Mercredi 19 octobre 2:00-3:00pm</p> <p>Or/ou</p> <p>Wednesday November 16 Mercredi 16 novembre 2:00-3:00pm</p>
<p>PARENT AND BABY FITNESS (For babies 6 weeks and older) Come learn a few tips and tricks to help you get into shape! Use a baby carrier, car seat or your baby (who are old enough to support their head) and work to improve strength, cardiovascular fitness, balance and flexibility. Bond with your baby and meet other new moms. As your baby grows, it will provide you with more resistance, making your workout more challenging!</p> <p>EXERCICE POUR PARENT ET BÉBÉ (Pour bébé de 6 semaines et plus) Venez apprendre quelques exercices afin de vous remettre en forme! Vous pouvez utiliser votre porte-bébé, un siège d'auto ou simplement votre bébé (qui est capable de supporter sa tête) pour faire l'entraînement qui travaillera votre cardiovasculaire, l'équilibre et la flexibilité. Cette classe favorise l'attachement avec votre bébé et vous aurez la chance de rencontrer d'autres mamans. English and French workshop / Atelier en anglais et en français</p>	<p>Wednesday November 2 Mercredi 2 novembre 2:00-3:00pm</p> <p>Facilitator/Animatrice: Mélanie Boissonneault, VitaminM Fitness, Yoga and Fitness Instructor and Personal Trainer, YMCA and CanFit Certified</p>
<p>CHANSONS, COMPTINES ET MESSAGES POUR BÉBÉ (pour parents et bébé de la naissance jusqu'à ce qu'il commence à ramper) Série de 3 semaines. Le massage aide le développement et la croissance de votre bébé et peut également l'aider à mieux dormir. Venez apprendre des techniques simples de massage, des comptines et chansons tout en vous amusant. Atelier en français /French workshop</p>	<p>Jeudi 3, 10 et 17 novembre 13h30 à 14h30 Animatrice : Mélanie Couturier, Intervenante auprès de la famille</p>

More workshops on next page / D'autres ateliers sur la prochaine page



Registration is required for all workshops **613-830-4357** Inscription requise pour participer aux ateliers

SLEEP SOLUTIONS FOUNDATION FOR HEALTHY SLEEP (for parents of newborns up to age 2) Learn all you need to know about the foundations for healthy sleep and how making minor adjustments can help improve your little one's sleep, this class is designed for you! In this 2 hour class we will discuss all the important foundation elements including; Sleep cues (how to tell when your child is ready for sleep), Wake windows (how long they should be awake between sleeps), Learn gentle ways to transition from sleeping in your arms, swing, bouncer, co-sleeping to their own bed, Routines and Schedules (including ideal schedules for different ages), Setting up the optimal environment, How to maximize sleep, Expectations of sleep (how much sleep your child should be getting), Nutrition and how it affects sleep. There will also be time at the end of class for some questions and answers.
Facilitator: Elisa Costanza-Reyes, Holistic Infant and Child Sleep Consultant, Co-Founder of Restful Parenting
English workshop / Atelier en anglais

Thursday October 20
7:00-9:00pm Location:
Charlemagne Preschool Resource Centre,
750 B Charlemagne Blvd.
*****Register by calling : 613-834-0081*****

OR

Wednesday November 30
7:00-9:00pm Location:
EYC, 240 Centrum, Orléans
*****Register by calling : 613-830-4357*****

LES PURÉES MAISON SONT SIMPLES ET DÉLICIEUSES (Pour parents et bébé 0 à 6 mois) Les purées maison sont simples et délicieuses à faire pour votre bébé, mais quand et par où commencer? Nous utiliserons ensemble différentes méthodes pour faire des purées. Nous allons partager des trucs pour rendre la transition du lait au solide amusante et facile. L'atelier se terminera avec une comparaison de la purée commerciale à notre purée maison. Vous serez surpris de voir la couleur, l'odeur et le goût.
Atelier en français / French workshop

Lundi 28 novembre
15h-16h

Animatrice:
Dominik Théoret,
Intervenante auprès de la famille

HOMEMADE BABY FOOD=SIMPLE AND DELICIOUS (For parents and babies 0-6 months) Homemade baby food is simple and delicious for your baby, but how and when to start solids? We will make a few different types of baby purees together with different tools, share tricks to make the transition from milk to solid fun and easy. We will also compare the color, smell and taste of the commercial jarred baby food to homemade delicious baby food.
English workshop / Atelier en anglais

Tuesday November 29
3:00-4:00 pm

Facilitator: Dominik Théoret,
Parent Resource Worker

Toy Lending Library Hours / Heure d'ouverture de la joujouthèque


Monday Lundi	Tuesday Mardi	Thursday Jeudi	Friday Vendredi	Saturday Samedi
11:00-11:30am	11:00-11:30am	11:00-11:30am	11:00-11:30am	11:00-11:30am
2:00-3:30pm	2:00-3:30pm			

CCPRN Child Care Connection

The Child Care Connection Meetings provide an opportunity for caregivers and parents to connect through facilitated meetings where information and resources are presented to all attending. For more information on Child Care Connection or other resources and programs offered by CCPRN :

call 613-749-5211 or www.ccprn.com

6:30-7:30pm September 14 , October 12, November 9



Visit our Satellites – Visitez nos satellites 

La Coccinelle Béatrice Desloges
 1999, avenue Provence
 Orléans
 613-841-2840
www.lacoccinelle.com



Global Child Care Services
 1714 ch. Montreal Rd.
 Ottawa
 613-742-5500
www.gccs.ca



Charlemagne Preschool Resource Centre
 750 B Charlemagne Blvd.
 Orléans
 613-834-0081
www.charlemagnechildcareservices.com

