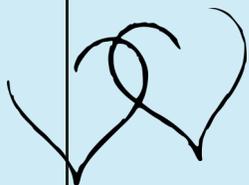


MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
<p><b>9h00 à 11h00</b></p> <p>Porte ouverte Français (0 à 6 ans)</p> <p><b>Rappels</b> *Milieu <u>sans noix</u> et <u>sans parfum</u> *SVP ne pas prendre de photos au Centre *Apporter des souliers d'intérieur</p>	<p><b>9:00-11:00 am</b></p> <p>English Drop-in (0 to 6 years)</p> <p><b>Reminders</b> *<u>Nut-free</u> and <u>Scent-free</u> environment *Please do not take pictures at Centre *Bring indoor shoes</p>	<p><b>9:30-11:00 am</b></p> <p>Cumberland Drop-in (0 to 6 years)</p> <p>Porte ouverte à Cumberland (0 à 6 ans)</p> <p>1115 ch. Dunning Rd. Aréna R.J. Kennedy Arena</p>	<p><b>9h00 à 11h00</b></p> <p>Porte ouverte Français (0 à 6 ans)</p>	<p><b>9:00-11:00 am</b></p> <p>English Drop-in (0 to 6 years)</p>	<p><b>9:00-11:00 am</b></p> <p>Drop-in (0 to 6 years)</p> <p>Porte ouverte (0 à 6 ans)</p> <p>Dec. 9, 16 déc. Jan. 20, 27 janv. Feb. 10, 24 fév.</p>
<p><b>1:15-2:45 pm</b></p> <p>Infant Drop-in (0 to 12 months)</p> <p>Porte ouverte pour bébés (0 à 12 mois)</p>	<p><b>1:15-2:45 pm</b></p> <p>Infant Drop-in (0 to 12 months)</p> <p>Porte ouverte pour bébés (0 à 12 mois)</p>		<p><b>1:00-2:30 pm</b></p> <p>-Breastfeeding Support &amp; Parenting in Ottawa Drop-in -Groupe de soutien à l'allaitement et Carrefour 'Être parent à Ottawa'</p>  		<p><b>Saturday / Samedi</b></p> <p>Children and DAD Drop-in (0 to 6 years)</p> <p>9:00-11:00 am</p> <p>Porte ouverte pour PAPA et enfants (0 à 6 ans)</p> <p>Dec. 2 déc Jan. 6 janv. Feb. 3 fév.</p> 

**Activités spéciales lors des portes ouvertes du matin**

Lundi 11 déc: Bibliothèque publique d'Ottawa  
Lundi 18 déc: Visite du Père-Noël  
Lundi 29 jan: Dépistage dentaire, Santé Publique d'Ottawa  
Jeudi 22 fév: Bibliothèque publique d'Ottawa

**Morning Drop-in special activities**

Tuesday Dec 12: Ottawa Public Library  
Tuesday Dec 19: **Santa Claus**  
Tuesday Feb 20: Dental Screening, Ottawa Public Health  
Tuesday Feb 27: Ottawa Public Library



**Infant Drop-in highlights /**

**Spécialités des portes ouvertes pour bébés**

**December 4: Childcare Options, CCPRN**

Jan 8-9 jan: Sensory Play / Jeu sensoriel  
Jan 15-16 jan: Tummy Time / Temps sur le ventre  
Jan 22-23 jan : Benefits of music / Bienfaits de la musique  
Jan 29-30 jan: Early Literacy / Littératie précoce

**Feb 6 fév: Dental Scening / Dépistage dentaire**

Feb 12-13 fév: Separation anxiety / Anxiété de séparation  
Feb 20 fév: Labour and delivery stories/Histoire d'accouchements  
Feb 26-27 fév: Art with babies / L'Art et les bébés



**Le Centre sera fermé / The Centre will be closed:**

Du 22 déc. à 16h30 et de retour le 3 janv. / From Dec. 22 at 4:30 pm and opening Jan. 3  
Samedi le 13 janv. / Saturday Jan. 13  
Samedi le 17 fév. et lundi le 19 fév. / Saturday Feb. 17 and Monday Feb. 19



# For Fun / Pour le plaisir

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

<p><b>Christmas with your EYC family</b> (Activity geared towards children 2 and up) Your EYC will host a fun Christmas evening for you and your family to enjoy. Wear your pyjamas and come have fun and decorate a ginger bread cookie.</p> <p><b>Noël avec votre famille CPE</b> (Activité conçue pour les enfants âgés de 2 ans et plus) Votre CPE vous prépare une belle soirée sous le thème de Noël. Portez vos pyjamas et venez vous amuser et décorer des biscuits en pain d'épices.</p> <p><b>English and French workshop / Atelier en français et anglais</b></p>	<p><b>Wednesday December 20</b> <b>6:00-7:00 pm</b></p> <p><b>Mercredi le 20 décembre</b></p>
<p><b>Atelier sur le processus de création</b> (pour parents et enfants âgés de 2 à 6 ans) Cet atelier d'art axé sur le processus de création permettra aux enfants de développer leur imagination et leur créativité tout en s'amusant à découvrir et explorer de nouveaux médiums.</p> <p><b>Creative Process Art Workshop</b> (for parents and children aged from 2 to 6 years) This art workshop focuses on the process of creation which will help kids develop their imagination and creativity while having fun discovering and exploring new art mediums.</p> <p><b>Activité en français et anglais / English and French activity</b></p>	<p><b>Mercredi le 24 janvier</b> <b>10:00-11:00 am</b></p> <p><b>Wednesday January 24</b> <b>Animatrice/Facilitator:</b> <b>Caroline Robillard,</b> <b>Intervenante auprès de la</b> <b>famille / Parent Resource</b> <b>Worker</b></p>
<h2>For parents or caregivers / Pour parents et responsables de garde</h2>	
<p><b>Getting Through the Ruff Spots in Your Day</b> (for parents and caregivers of children under the age of 6) Do you have trouble getting your children out of the house in the morning? Getting them to sit at the table and eat? Taking them shopping? Moving them from one activity to the next? Giving them a bath? Brushing their teeth? You're not alone. In this workshop, we'll explore tools you can use to engage children's cooperation and help your family life run more smoothly. <b>*Childcare offered during this workshop! Register today!*</b></p> <p><b>English Workshop / Atelier en anglais</b></p>	<p><b>Wednesday December 6</b> <b>9:00-11:00 am</b></p> <p><b>Facilitator: Betsy Mann,</b> <b>Certified Canadian Family</b> <b>Educator</b></p> <p><b>Location: RJ Kennedy Are-</b> <b>na, 1115 Dunning road, Cum-</b> <b>berland</b></p>
<p><b>Parler pour que les enfants écoutent et écouter pour que les enfants parlent</b> (pour parents d'enfants âgés entre 2 à 6 ans) Cette série de 5 ateliers vise à améliorer la communication entre les parents et leurs enfants. En avez-vous assez de répéter les même consignes, de lever le ton et de perdre patience avec vos enfants pour les faire coopérer? Cherchez-vous d'autres moyens plus efficaces et positifs que la punition et les temps de retraits ("time out")? Venez participer activement à cet atelier d'habiletés parentales afin d'avoir une vie familiale plus harmonieuse.</p> <p><b>Atelier en français / French workshop</b></p>	<p><b>Mercredi le 17 et 31 janvier,</b> <b>14 et 28 février, 14 mars</b></p> <p><b>19h00 à 21h00</b></p> <p><b>Animatrices:</b> <b>Mélanie Couturier et</b> <b>Dominik Lavictoire,</b> <b>intervenantes auprès de la</b> <b>famille</b></p>
<p><b>Setting Consequences</b> (for parents and caregivers of children under the age of 6) Children learn self-discipline when they have to experience the consequences of their actions. But what consequences should be imposed and when? This workshop will discuss at what age to start using this way of teaching self-discipline and will help you set and maintain reasonable consequences. Consequences don't need to be severe to work, just inevitable.</p> <p><b>English workshop / Atelier en anglais</b></p>	<p><b>Wednesday January 24</b> <b>7:00-9:00 pm</b></p> <p><b>Facilitator: Betsy Mann,</b> <b>Certified Canadian Family</b> <b>Educator</b></p>
<p><b>La santé émotionnelle des jeunes enfant</b> (pour parents et responsables de garde d'enfants âgés de 6 ans et moins) Geneviève Brabant présente une introduction aux 5 étapes de la santé émotionnelle et des pratiques parentales favorisant un développement émotionnel sain menant à l'autorégulation et l'empathie.</p> <p><b>Atelier en français / French workshop</b></p>	<p><b>Samedi le 27 janvier</b> <b>9h00 à 11h00</b></p> <p><b>Geneviève Brabant, MSW,</b> <b>RSW. Le Repère Counselling</b> <b>Services, Neufeld Institute</b> <b>Faculty &amp; Practitioner</b></p>
<p><b>Terrific Toddler</b> (for parents and caregivers of children aged from 11 months to 3 years) 2-part series: Learn about toddler development and how it relates to your toddler's behavior. Explore topics such as developing good sleep habits, healthy eating, encouraging cooperation, and implementing positive discipline and communication strategies.</p> <p><b>English workshop/ Atelier en anglais</b></p>	<p><b>Wednesday January 31 and</b> <b>February 7</b></p> <p><b>7:00-9:00 pm</b></p> <p><b>Facilitator: Joanne Boyd,</b> <b>RECE BSc-Local Parent</b> <b>Coach and Educator</b></p>

**Avant de corriger...Connectez!** (pour parents et responsables de garde d'enfants âgés de 6 ans et moins)  
Les enfants apprennent des personnes avec lesquelles ils ont des relations proches, à la maison, à la garderie et à l'école. Si nous voulons influencer leur comportement, nous devons d'abord établir un lien avec eux et avec leurs émotions. Cet atelier vous montrera des moyens d'entrer en connexion avec le cerveau émotionnel des enfants afin de les aider à faire de meilleurs choix. En même temps, ils apprendront à comprendre leurs propres émotions et celles des autres.

**Mercredi le 7 février**

**7:00-9:00 pm**

**Animatrice: Betsy Mann,  
Éducatrice agréée du Canada**

**Atelier en français / French workshop**

## **For Baby / Pour bébé**

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

**WeeHands Baby Signs** (For parents with newborn up to age 3 years)

***This workshop will be offered in a playgroup setting.***

During this 45 minute presentation, WeeHands Instructor Dominique Spencer will teach you: what American Sign Language signs to start with, how to sign the alphabet in American Sign Language, the benefits of signing with your baby along with a number of songs to sign with your baby today.

You'll learn fun songs to sign and sing, as well as functional American Sign Language signs to use throughout the day and during storytime with baby.

Why wait to communicate? Start signing with your baby today!

**Wednesday December 13**

**9:00-9:45 am**

**Facilitator: Dominique Spencer, WeeHands Instructor and Speech-language pathologist**

**English workshop / Atelier en anglais**

**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. Bring your own baby carrier to class.

**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 du plaisir à se sentir à nouveau bercé, collé en contact direct contre vous. Portez des vêtements confortables pour bouger et apportez votre porte-bébé.

**English and French workshop / Atelier en anglais et français**

**Wednesday December 13 OR  
January 17**

**2:00-3:00 pm**

**Mercredi le 13 décembre OU  
le 17 janvier**

**Facilitator/animatrice:  
Esther America Dance**

**Art with your baby** (for parents and babies under 1 year)

This workshop is all about discovering, exploring, getting messy and having fun with different kinds of non-toxic and edible paints. With the help of parents, babies will make their own little masterpiece canvas.

**Art avec votre bébé** (pour les parents et les bébés de 1 an et moins)

Cet atelier permettra aux bébés de découvrir, d'explorer, de se salir tout en s'amusant avec différentes peintures tous non-toxique et mangeable. Avec l'aide des parents, les bébés auront la chance de faire leur propre petit chef d'œuvre sur un canevas.

**English and French workshop / Atelier en anglais et français**

**Wednesday January 24**

**2:00-3:00 pm**

**Mercredi le 24 janvier**

**Animatrice/Facilitator:  
Caroline Robillard,  
Intervenante auprès de la  
famille / Parent Resource  
Worker**

**Parent & Baby Little Lotus yoga™** (for parents and babies up to crawling stage)

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.

**Petit Lotus yoga™ pour parent et bébé** (pour parents et bébés jusqu'à ce qu'ils commencent à ramper)

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). Atelier pour bébé de 6 semaines jusqu'à ce qu'il commence à ramper.

**English and French workshop / Atelier en anglais et français**

**Wednesday January 31**

**2:00-3:00 pm**

**Mercredi le 31 janvier**

**Baby Wearing Afro-Dance** (For parents and babies 6 weeks and up)

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.

**Afro-danse bébé portage** (Pour parents et bébés 6 semaines et plus)

Afro-danse est une classe d'exercice et de danse amusante. Portez des vêtements confortables, 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**

**Wednesday February 28**

**10:00-11:00 am**

**Mercredi le 28 février**

**Facilitator/animatrice:  
Esther America Dance**

# Lending Library Hours - Heures de la joujouthèque

<b>Monday</b> <b>Lundi</b>	<b>Tuesday</b> <b>Mardi</b>	<b>Thursday</b> <b>Jeudi</b>	<b>Friday</b> <b>Vendredi</b>	<b>Saturday</b> <b>Samedi</b>
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			



## **Rire en famille - Un cadeau pour la vie**

Les enfants rient facilement et souvent, on dit même plus de dix fois plus souvent que les adultes. Les rires des enfants constituent un cadeau précieux qui nous allège le cœur et, selon les études, améliorent notre santé quand nous rions avec eux. Du même coup, nos rires les renseignent sur ce qui est drôle et les aide à développer leur sens de l'humour, pour leur bien et pour le nôtre. La vie en famille est souvent trépidante et stressante, mais elle peut aussi être remplie d'occasions qui se prêtent à l'amusement et au rire. Vous n'avez qu'à prendre du recul pour vous ouvrir à l'aspect drôle du quotidien. Vous créez des souvenirs que vous et vos enfants chériront longtemps.

\*Des idées pour mettre plus de rires dans votre journée se trouvent dans le feuillet dont ces phrases sont extraites, "Rire en famille" par Betsy Mann, publié par l'Association canadienne des programmes de ressources pour la famille sur le site [www.parentsvouscomptez.ca](http://www.parentsvouscomptez.ca), sous ressources pour parents.

## **Laughter in the family - A gift for life**

Children laugh easily and often, some say more than ten times as often as adults do. Children's laughter is a precious gift that can lighten our hearts and, studies show, even improve our health when we laugh with them. At the same time, our laughter tells them what is funny and helps develop their sense of humour, for their benefit and our own. Family life can be rushed and stressful, but it can also be full of moments for fun and laughter if you can step back and open yourself up to the funny side. These will be treasured memories for you and your children.

\*You'll find suggestions on how to put more laughter into your day in the resource sheet from which these sentences are drawn, "Laughter in the Family" by Betsy Mann, published by the Canadian Association of Family Resource Programs on [www.parentsmatter.ca](http://www.parentsmatter.ca) under Resources for Parents.

## Visit our Satellites – Visitez nos satellites

### **La Coccinelle Béatrice Desloges**

1999, avenue Provence

Orléans

613-841-2840



[www.lacoccinelle.com](http://www.lacoccinelle.com)

### **Global Child Care Services**

1714 ch. Montreal Rd.

Ottawa

613-742-5500



[www.gccs.ca](http://www.gccs.ca)

### **Charlemagne Preschool Resource Centre**

750 B Charlemagne Blvd.

Orléans

613-834-0081



<http://www.occhildcare.ca/our-centres/locations/charlemagne>