



PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT ET DE SOUTIEN À L'INTÉGRATION (PASI)

Le PASI est un programme d'accompagnement et de soutien à l'intégration des personnes immigrantes dans la MRC de D'Au-tray, financé par le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration du Québec (MIFI).

Points de services:

- **Pôles Lavaltrie et Lanoraie** : Action Famille Lavaltrie
- **Pôle Brandon** : Cible Famille Brandon
- **Pôle Berthier** : Centre d'Action Bénévole D'Au-tray

SÉANCE INFO PASI

Santé et nutrition avec Jacques Gagné, propriétaire du Gym Cardio Concept

Le vendredi 24 avril à 13 h, chez Action Famille Lavaltrie

Rencontre avec l'équipe du CJE de D'Au-tray-Joliette

Le vendredi 19 juin à 9 h, au CABA.

ÉVÉNEMENTS

Souper Mosaïque, Haïti

Le samedi 25 avril, 18 h à 22 h, au Pavillon Jean-Bourdon de Lanoraie

NOUS JOINDRE | 450 586-0733

Liliana Mucha, coordonnatrice, poste 1101

Yardley Paul, agente de soutien, poste 1102

Mélissa Wagner, agente de soutien, poste 1103

Latifa Zeroual, intervenante communautaire interculturelle poste 1104

Maria Vela, agente de soutien et de jumelage, poste 1109



Découvrez notre boutique d'**articles neufs et recyclés pour bébés et enfants**. Une manière pratique et écologique de s'équiper à petits prix!

Tous les **profits générés** par la boutique sont **réinvestis** dans les activités et les services aux familles de la communauté.

HORAIRE

Du lundi au samedi de 9 h à 16 h

Vos dons d'articles pour les 0-5 ans sont les bienvenus! Nous recherchons :

- Bassinettes et literie;
- Sauteuses;
- Chaises hautes;
- Sièges d'auto;
- Balançoires;
- Vêtements pour l'intérieur et l'extérieur;
- Jeux et jouets;
- Articles divers pour bébés et enfants.

L'ÉCO-BOUTIQUE FAMILLES EN LIGNE

- Poursuivez votre magasinage en consultant notre site Internet



- Abonnez-vous à notre page Facebook pour y faire des achats en direct!



NOS SERVICES

Location

- **Salle à l'étage** (42 personnes assises)
 - Bloc de 4 heures : 125 \$
 - Bloc de 6 heures : 150 \$
 - Journée complète : 240 \$
- **Salle Ville de Lavaltrie** (48 personnes assises)
 - Bloc de 4 heures : 140 \$
 - Bloc de 6 heures : 180 \$
 - Journée complète : 260 \$

Obligations:

- Carte de membre : 12 \$ (pour l'année)
- Dépôt de sécurité : 100 \$

Questions ou réservation : 450 586-0733, poste 1100

L'espace FRIGO-PARTAGE

Réfrigérateur et garde-manger communautaires, où chacun peut déposer ou prendre gratuitement des denrées alimentaires.

L'espace est accessible durant les heures d'ouverture de la maison.

NOUS JOINDRE

ADRESSE

1725, rue Notre-Dame Lavaltrie

HORAIRE

Du lundi au vendredi de 9 h à 16 h

TÉLÉPHONE

450 586-0733

SITE INTERNET

actionfamillelavaltrie.org

COURRIEL

info@actionfamillelavaltrie.org

MERCI À NOS PARTENAIRES

Québec

Desjardins
Caisse de D'Au-tray

Centraide
Régions centre-ouest
du Québec

Table des préfets
Lanaudière

LA FONDATION
MARC SAULNIER

VILLE DE
LAVALTRIE

MRC de
D'Au-tray



PROGRAMMATION
PRINTEMPS 2026

LA PAUSE DU MARDI

Les mardis de 9 h 30 à 11 h 30
GRATUIT (halte-garderie incluse).

Que ce soit sous forme d'activités, de causeries ou de conférences, ces moments sont conçus pour briser l'isolement, permettre de belles rencontres et créer des liens.

- **7 avril** : Partage de recettes de restaurant
- **14 avril** : Voyage à travers les 12 signes du zodiaque, avec Astromancie Sélénix
- **21 avril** : Jeux de connaissances générales (deux vérités, un mensonge)
- **28 avril** : Partage de trucs pour économiser au quotidien
- **5 mai** : Brunch-partage pour la fête des Mères
- **12 mai** : Mettre des mots sur les mots, atelier d'écriture, avec Tania Lambert, participante
- **19 mai** : Atelier culinaire avec Fatima
- **26 mai** : Fabrication de bombes de bain
- **2 juin** : Quiz musical amusant
- **9 juin** : Recette en pot pour la fête des Pères
- **16 juin** : Pique-nique de fin d'année au parc Gérard-Lavallée

DÉFI MISE EN FORME

Un programme par ou pour les parents!

LES LUNDIS, DU 19 JANVIER AU 15 JUIN DE 13 H 30 À 14 H 30
TABATA, BEAST, CROSSFIT, ZUMBA, KICK-BOXING ET YOGA

FORFAITS

- **20 cours**: 140 \$ (halte-garderie incluse)
- **10 cours** (demi-session) : 85 \$ (halte-garderie incluse)
- **À la carte** : 10 \$ par cours (halte-garderie non incluse)

NOUVEAU!

Les cours de **yoga** et de **tabata** se dérouleront au **Centre Inspire Lavaltrie**, situé au **816, rue Notre-Dame, Lavaltrie**.

HORAIRE DES COURS

La programmation complète est disponible pour le téléchargement sur notre site.

POUR LES PARENTS

ATELIERS CULINAIRES - Une année de saveurs
Le vendredi de 9 h 30 à 11 h 30
Coût : 5 \$ (inscription obligatoire, halte-garderie incluse).

- **10 avril** : Soufflés
- **15 mai** : Pain pita
- **12 juin** : La saison du bbq

OFFERTS EN COLLABORATION AVEC :  Fondation **Olo**

HALTE FUTURS ET NOUVEAUX PARENTS (CRP BRANDON)
Les vendredis à 9 h 30 chez Action Famille Lavaltrie
Un moment idéal pour échanger et poser vos questions sur la périnatalité et l'allaitement.

- **17 avril** : Droits pendant la grossesse et l'accouchement
- **22 mai** : Coutumes en période périnatale

COÉQUIPIERS MÈRE/PÈRE
Ateliers pour les parents sur la communication et la coéducation respectueuse.
Les 7-14-21 et 28 avril de 18 h 30 à 20 h 30, animés par Sylvie Lejeune et François Martin (inscription obligatoire, halte-garderie incluse (sous réservation)) **GRATUIT**

PROGRAMME Y'APP (Y'a personne de parfait)
Ateliers pour les parents d'enfants 0-5 ans
Du 7 mai au 11 juin de 9 h 30 à 11 h 30, animés par Sylvie Lejeune et Marilyn Danis. (inscription obligatoire, halte-garderie incluse (sous réservation)) **GRATUIT**

ÉVÈNEMENT

GRAND WEEK-END FAMILIAL 2026
UNE FÊTE DONT VOUS ÊTES LE HÉROS

LE SAMEDI 23 MAI À LA PLACE DU 350E

- Spectacle de Fredo le magicien au Café culturel de la Chasse-Galerie à 10 h
- Atelier participatif et prestation de percussions par l'artiste **Adama Dao** à 13 h, au **Garage à Simon**
- **Marché public de Lavaltrie** de 10 h à 15 h
- Animation et amuseurs de rue

LE DIMANCHE 24 MAI AU PARC GÉRARD-LAVALLÉE

- Fête de la famille de Lavaltrie sous le thème des supers-héros de 10 h à 15 h, au parc Gérard-Lavallée
- Jeux gonflables, mascottes, jeux, kiosques, ballons, maquillage pour les enfants et d'autres surprises!

PARENTS-ENFANTS

ATELIERS PRÉNATAUX
Le mercredi de 9 h 30 à 11 h
Femmes enceintes ou maman d'un bébé 0-6 mois
GRATUIT (inscription obligatoire, halte-garderie incluse).

- **29 avril** : 10 signes pour communiquer avec votre bébé
- **27 mai** : Yoga maman-bébé, avec Sophie Rebts, enseignante certifiée en yoga postnatal et maman-bébé.

ACTIVITÉS ET ÉVEIL 0-12 MOIS
Le mercredi de 9 h 30 à 11 h
GRATUIT (inscription obligatoire, halte-garderie incluse).

- **1er avril** : Séance photos de Pâques
- **6 mai** : Fabrication d'un jouet de dentition
- **3 juin** : Jeux sensoriels et stimulation

JE JOUE, JE DÉCOUVRE 1-2 ANS
Le mercredi de 9 h 30 à 11 h
GRATUIT (inscription obligatoire, halte-garderie incluse).

- **8 avril** : Découvrons les insectes
- **13 mai** : Stations sensorielles
- **10 juin** : Smoothie et jeux en extérieur

LES PETITS EXPLORATEURS 2-3 ANS
Le mercredi de 9 h 30 à 11 h
GRATUIT (inscription obligatoire, halte-garderie incluse).

- **15 avril** : Breuvage aromatisé et boules d'énergie
- **20 mai** : Explorons la savane
- **17 juin** : À la découverte des 5 sens

POUR LES PAPAS

- **19 avril** : Sortie père-enfant à la piscine*
- **3 mai** : On cuisine des brownies, de 10 h à midi
- **24 mai** : Fête de la famille : kiosque des papas et concours de photos
- **21 juin** : Pique-nique familial de la fête des Pères, de 11 h à 14 h, dans la cour d'Action Famille Lavaltrie

 **La fierté d'être père, en image**

Envoyez-nous une photo d'un moment complice entre papa et enfant pour courir la chance de remporter un prix ! Les trois gagnants seront dévoilés lors du pique-nique familial de la fête des Pères, en juin prochain.



AVEZ-VOUS VOTRE CARTE DE MEMBRE?

Pour seulement **12 \$ par année**, votre abonnement vous donne accès à toutes nos activités, et ce, gratuitement. Appelez-nous ou consultez notre site pour remplir le formulaire d'adhésion.

HALTE-GARDERIE 0-5 ANS

Pour la journée ou pour le temps d'une pause, votre enfant vivra de beaux moments éducatifs et amusants, sous la supervision d'éducatrices qualifiées.

Horaire

- **Lundi** 9 h à 16 h
- **Mardi** (seulement pour la pause du mardi)
- **Mercredi** 9 h à 16 h
- **Jeudi** 9 h à 16 h
- **Vendredi** 9 h à 16 h

Coût pour une journée

- 14 \$ pour un enfant; *
- 10 \$ pour le 2e enfant d'une même famille; **
- 6 \$ pour le 3e enfant d'une même famille; ***
- Gratuit pour le 4e enfant d'une même famille. ****

Réservez votre place en nous appelant au :
450 586-0733, poste 1201

+ ICI, ON BOUGE ! (3-7 ANS)

Les samedis de 9 h 30 à 11 h 30

Séances de mini-gyms guidées, pour les petits et leurs parents. **GRATUIT** (inscription obligatoire).

- **4 avril** : Initiation au karaté
- **11 avril** : Mission super motricité
- **18 avril** : Mission exploration
- **2 mai** : Olympiades duos parents-enfants
- **9 mai** : Une aventure de pirates
- **16 mai** : 1,2,3 bouge avec moi!
- **23 mai** : Mini bootcamp
- **30 mai** : Mini gym en duo
- **6 juin** : Le safari des animaux
- **13 juin** : Une aventure de pirates
- **20 juin** : Olympiades duos parents-enfants

