



# BONJOUR Soleil

Regroupement des familles monoparentales  
et recomposées de La Vallée-du-Richelieu.



## PROGRAMMATION HIVER/PRINTEMPS 2014

### ATELIERS

#### CUISINE FAMILIALE

Venez cuisiner en famille tout en apprenant de  
nouvelles recettes et techniques simples, efficaces.  
Les dimanches 2, 16 mars, 13 et 27 avril dès 10h.



#### IL EXISTE TOUTES SORTES DE FAMILLES

4 rencontres de groupe pour parents, enfants et ados afin de les  
accompagner dans la séparation.

Un groupe de parents et un groupe d'enfants en simultané dans  
différents locaux. (Repas inclus)

Les mercredis 12, 26 mars, 2 et 16 avril de 17h30 à 19h.

-Les parents aborderont différents sujets afin d'être outillés pour  
accompagner leur enfant dans la séparation;

-Les enfants sont accompagnés d'une éducatrice qui anime selon  
les besoins de ceux-ci. (Jeux, contes, marionnettes, etc.)

Rencontres de groupe dans les maisons des jeunes pour les 11 à  
17 ans sous forme d'ateliers d'improvisation et de bandes  
dessinées. Dates à venir!

### Ouvert à tous!

- Gratuit pour les membres  
(carte de membre gratuite)
- 4\$ pour les non-membres

### Information et inscription:

450.467.3479  
bonjoursoleil@videotron.ca  
737 rue Laurier, Vieux-Beloeil, J3G 4J7  
bonjoursoleil.org | facebook.com/bonjoursoleil.org

### ACTIVITÉS SOCIALES ET FAMILIALES

#### 5 À 7 SOUPER CAUSERIE

Rencontres mensuelles avec animation sur place  
pour les enfants. (Repas inclus)

Les mardis 11 février, 25 mars, 15 avril, 13 mai et  
10 juin dès 17h.

#### RALLYE EN FAMILLE À LA MONTAGNE

Le samedi 17 mai 10h.

#### DÎNER À LA CABANE À SUCRE

Venez vous sucrer le bec en famille! Gratuit pour  
les enfants et moitié prix pour les parents.

Le dimanche 30 mars 12h.

### CONFÉRENCES

#### COPARENTALITÉ APRÈS LA RUPTURE

Les parents sont invités à échanger avec un professionnel  
sur le partage des responsabilités, la qualité des  
communications, le respect des ententes, l'évitement des  
conflits, etc. Les mercredis 2 et 16 avril de 19h à 21h.

#### PROJETS SPÉCIAUX

##### LE PARENT ENTRAINEUR

Comment mieux encadrer mon enfant, mon adolescent ou adulescent selon la méthode du  
Parent entraîneur. Formation offerte par Claire Leduc qui a plus de 40 ans d'expérience  
comme médiatrice familiale et travailleuse sociale.

Les mardis 22 avril, 6 mai et 20 mai de 19h à 21h.

##### FAMILLE RÉPIT

Une famille de répit est disponible pour offrir de courts séjours aux enfants 0-5 ans et leur  
fratrie afin de permettre aux parents de reprendre leur souffle.

Sur rendez-vous.



#### CHASSE AUX COCOS PLUMÉS

Pour Pâques, venez participer à une  
chasse gourmande et éducative à La  
Maison amérindienne et régalez-vous  
de délicieux chocolats.

Le samedi 19 avril 15h.

