

Le journal du Centre Famille Haute-Ville - 540 rue St Gabriel, Québec - info@cfhv.ca

Du nouveau pour le P'tit Turlututu! Nous recevons dès ce mois-ci l'active participation de Caroline, stagiaire au CFHV ! Merci Caroline !

Anne Florence pour le Centre Famille

Cafés-rencontres: ce qui s'est dit...

- **11 janvier: Echange de vêtement entre membres -**
Si vous souhaitez que l'on renouvelle l'opération aux beaux jours, n'hésitez pas à vous signaler !
- **19 janvier: La sexualité après l'accouchement** avec Geneviève Demers, sexologue et maman du CFHV. En présentant les facteurs physiologiques et les facteurs psychologiques qui influencent notre sexualité post-partum, Geneviève a aidé les mamans présentes à y voir plus clair...
- **25 janvier: La discipline –** avec Nathalie Issa, d'Entraide Parents. <http://www.entraideparents.com> .Comment faire pour faire cesser un comportement que l'on juge inapproprié chez l'enfant ? Doit-on utiliser une récompense ? Une punition ? Surtout être cohérent et ne pas perdre de vue que chaque enfant est différent et qu'il n'y a pas un seul modèle à appliquer. Les questions ont fusé !

Les cuisines collectives



Il est toujours temps de vous inscrire pour les cuisines collectives ! Venez concocter de bons petits plats et découvrir de nouvelles saveurs. Activité offerte à tous!

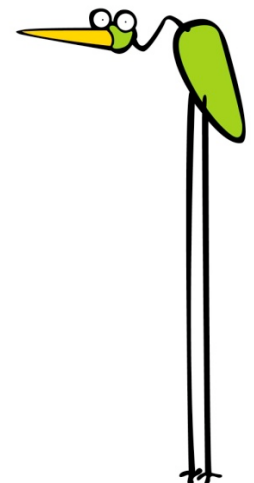
Les ateliers de cuisine collective ont lieu en deux temps :
Une séance de planification se tient un premier jeudi
et la séance de réalisation des recettes a lieu le jeudi qui suit.

Et les jeudis à Kangourou ?

aux LOISIRS MONTCALM tous les JEUDIS de 9 h 30 à 11h 30 - (265, boul. René-Lévesque Ouest)

13 janvier: Lancement de la programmation! avec le conteur Bernard Grondin.

Pour souligner le lancement de la programmation hivernale, Bernard Grondin est venu avec ses marionnettes ! Beaucoup de monde, beaucoup d'enthousiasme !
Pensez à vous procurer la programmation auprès du CFHV !





Le collectif **Caméléon**, nous en avons déjà parlé dans le P'tit Turlututu n°5, propose via le CFHV des

Activités Psychomotricité et saines habitudes de vie

Les ateliers de psychomotricité sont une occasion, pour vous et votre enfant, d'explorer de nouvelles idées de jeux et de déguster de nouveaux aliments. Ces initiatives s'inscrivent dans un cadre d'acquisitions de saines habitudes de vie du collectif Caméléon. Vous êtes invités à participer à ces activités qui s'offrent aux **services de garde** et aux **familles membres du CFHV**. A noter, les enfants de moins de 2 ans doivent être accompagnés d'un parent pour participer aux activités psychomotrices.

**Les activités de psychomotricité ont lieu le 2^{ème} mercredi du mois et
Les activités de saine alimentation le 4^{ème} mardi du mois.**

Pour plus d'informations, communiquez avec Hélène.

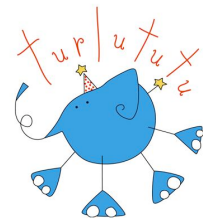
Quoi de neuf au Centre Famille?

Le CFHV accueille depuis le 8 février le délicieux dynamisme de **Caroline Carrol**. Elle effectue en effet, parmi nous, un stage en techniques de travail social, et ce jusqu'au 20 mai prochain !



Et ce début d'année est l'occasion de remercier les bailleurs de fonds qui ont contribué à notre année financière 2010-2011:

- Ministère de la Famille et des Aînés
- Centraide Québec
- Caisse populaire St-Jean-Baptiste
- Fondation Canadian Tire
- Québec en Forme
- Programme Sippe du CSSS de la vieille capitale
- Télus
- Club Kiwanis de Québec
- La Ville de Québec
- Fondation Francoeur
- Province de St-Joseph des servantes du St-Coeur de Marie
- La maison générale des Ursulines
- Soeurs de Notre-Dame du Perpétuel secours
- Saint-Françoise d'Assise
- L'Hotel-Dieu de Québec
- Fondation pour l'Alphabétisation
- Agnès Maltais, Députée de Tashereau
- Services d'aide à l'emploi
- Journée Mondiale du Livre et du Droit d'Auteur
- Anne-Marie Deshayes
- Nathalie Raymond
- Pâtisserie Simon
- Vanita Angosse Monteillet
- Anabel Montejo
- Charles Bellemare



**Christiane Gagnon
Députée de Québec**

*Merci de contribuer à
l'amélioration des conditions de
vie dans notre communauté!*



320, rue Saint-Joseph Est, bur. 209 Québec G1K 8G5
Tél.: 418 523-6666 Téléc.: 418 523-6672
Courriel: gagnoc1@parl.gc.ca www.christianegagnon.qc.ca

Un grand merci à nos précieux donateurs! C'est grâce à vous que le Centre Famille Haute-Ville peut perpétuer sa belle mission et permettre à nos membres de prendre leur place dans la communauté.

Et quelques pistes à explorer:

Un auteur jeunesse:

Rosalinde Bonnet... dont le graphisme sert remarquablement des textes touchants et gais.

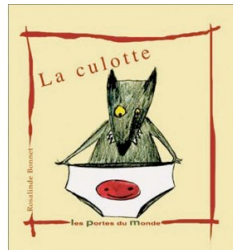
<http://rosalindebonnet.ultra-book.com/>

Voici une sélection de 2 albums dont elle est l'auteur-illustrateur (elle illustre aussi les textes d'autres auteurs) :

«**Le bouton de la sorcière**» - éditeur Nathan - collection Percimage (cartonné).
Sorcière, varicelle, couleur et fantaisie !

«**La culotte**» aux chouettes éditions Les portes du monde (édité aussi chez Des Idées & des Hommes Jeunesse).

Un loup, très attaché à sa culotte, mais elle craque puis il en perd un morceau... Et une souris, qui cherche à se construire un lit...



Un livre-ressource:

«**L'attachement, un départ pour la vie**» d'Yvon Gauthier, Gilles Fortin et Gloria Jeliu.

Une belle occasion de parler des admirables éditions du CHU de Sainte Justine ; le Centre Hospitalier Universitaire mère-enfant qui édite en effet des ouvrages de grande qualité pour les professionnels et ... pour les parents.

<http://www.editions-chu-sainte-justine.org/livres/attachement-depart-pour-vie-171.html>

«L'attachement consiste en ces relations qui se construisent dans les premières années de vie entre le parent et l'enfant. Il s'agit d'un besoin d'apaisement et de sécurité que l'enfant trouve auprès de ses parents et qui constitue, lorsque satisfait, le fondement même de sa personnalité et de son développement à l'âge adulte.

Ce livre montre de façon concrète comment fut élaborée la théorie de l'attachement. Il traite ensuite de sujets actuels qui sont en lien avec l'attachement : garderie, garde partagée, famille recomposée... Les auteurs s'attardent également sur les moyens de prévenir les conséquences d'une organisation familiale incohérente.

« Ce livre ne vous dira pas quoi faire et quoi ne pas faire. Cependant, il vous permettra de mieux comprendre comment nos petits perçoivent la vie et nous percevons en tant qu'adultes qui prennent soin d'eux » - Les auteurs »

Sur la toile...

Au mois de février on commence à trouver le temps long à la maison et le printemps encore bien loin !!

Alors voici un chouette site <http://www.teteamodeler.com/> offrant beaucoup d'idées de bricolages répertoriés par thématiques, de recettes, de maquillages etc... On y trouve notamment, à la une, des activités d'actualité. Un site riche rapide et efficace !

Et en musique :

Un énorme coup de cœur ! «**KaraBistouille**» (livre + CD) de Francine Vidal, musique de Benoît Fleurey qui se prête magnifiquement à l'histoire ! Le livre est illustré par Claire Robert
Editeur : Didier Jeunesse

<http://www.didierjeunesse.com/component/catalogue/?view=article&id=33>

Il s'agit à l'origine d'un spectacle, dont l'aventure se poursuit à travers ce livre-disque.

Deux petites mains qui se rencontrent, se chamaillent, puis finissent par se faire des bisous. Elles s'envolent enfin à la découverte du monde....

Vitalité et poésie ... «Une très belle création artistique, parfaitement adaptée aux tout-petits !»

