



Évènements importants à venir

L'Institut Guy-Lacombe invite ses familles à venir célébrer la fête de Pâques à la cité francophone.

Fête de Pâques

INSTITUT
GUY-LACOMBE
DE LA FAMILLE

Venez nous rejoindre pour célébrer

LA FÊTE DE PÂQUES!!!

- **CHASSE AUX TRÉSORS**
- **PHOTOS PERSONNALISÉES**
- **SURPRISES**
- **BRICOLAGE**

★ **LE SAMEDI 3 AVRIL 2021** ★

10H00 À 13H00

LA CITÉ FRANCOPHONE

La fête de Pâques approche! Nous vous invitons à venir célébrer cette joyeuse Fête de Pâques avec votre famille à l'IGLF. Nous avons organisé en cette heureuse occasion une journée remplie de jeux et de surprises.

Nous vous attendons le samedi 3 avril de 10h à 13h,
Ne manquez surtout pas cet évènement!

Nous vous rappelons que les places sont limitées, afin de respecter les mesures sanitaires liées à la Covid-19. Pour participer, veuillez remplir le formulaire d'inscription ci-dessous.

Mouvement et détente



Venez vivre un moment privilégié avec votre enfant grâce à notre nouveau programme «Mouvement et détente» pour les enfants de 0 à 5 ans, tous les **vendredis** à partir du mois d'avril de **10h30 à 11h30** à la **salle de l'IGLF**.

Toutes les sessions seront offertes par notre spécialiste en mise en forme par le mouvement et l'alimentation, **Sylvie Boislair** qui vous propose une expérience somatique créative faite de plus de quarante ans d'enseignement et recherche sur le corps en mouvement. La découverte de soi et le bien-être font partis des bénéfices ressentis durant et après une session avec **Sylvie**.

Nous vous rappelons que les places sont limitées, afin de respecter la distanciation sociale des participants, pour participer avec votre/vos enfant(s), veuillez remplir le formulaire d'inscription ci-dessous.

Triple P

Troisième cohorte des sessions Triple P sera offerte le 1, 8, 15 et 22 Avril 2021



Le programme de pratiques parentales positives Triple P est une méthode utile et pratique pour aider les parents à apprendre à communiquer efficacement avec leurs enfants et à les élever en mettant l'accent sur les éléments positifs.

Pour plus d'informations, veuillez consulter notre site web:
<https://institutguylacombe.ca/activites-pour-les-parents/triple-p>

Parler pour que les enfants écoutent Écouter pour que les enfants parlent



INSTITUT
GUY-LACOMBE
DE LA FAMILLE

Atelier de soutien à la parentalité

Parler pour que les enfants écoutent *Écouter* pour que les enfants parlent

Cet atelier présente une approche lucide, sensible et respectueuse qui diminue le stress et augmente les gratifications, tant pour les adultes que pour les enfants



Au programme :

- Aider les enfants aux prises avec des sentiments pénibles
- Susciter la coopération
- Remplacer la punition
- Encourager l'autonomie
- Compliments et estime de soi
- Aider les enfants à cesser de jouer des rôles

Pour s'inscrire :



info@iglf.ca



780-468-4882

Atelier de soutien à la parentalité

Cet atelier présente une approche lucide, sensible et respectueuse qui diminue le stress et augmente les gratifications, tant pour les adultes que pour les enfants. On y présente des techniques à la fois concrètes, pratiques et surtout efficaces. Les habiletés sont faciles à apprendre et elles sont directement applicables à une foule de situations de la vie quotidienne.

Première séance: Aider les enfants aux prises avec des sentiments pénibles
(Mercredi 31 Mars à 19h)

Pour plus d'information, veuillez consulter notre site web:
<https://institutguylacombe.ca/activites-pour-les-parents/parler-pour-que-les-enfants-ecoutent>

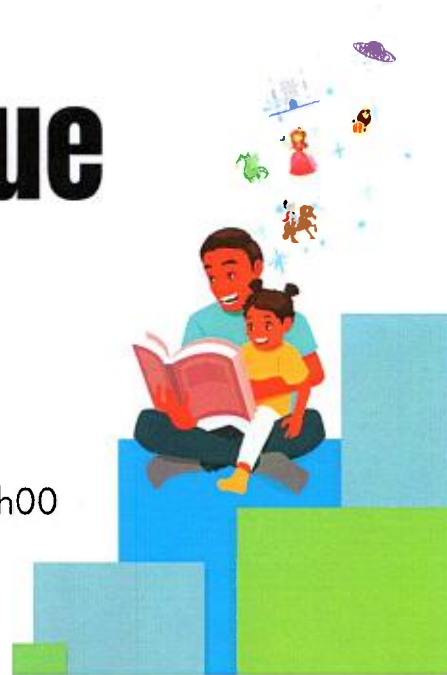
Réouverture de la bibliothèque de l'IGLF



Bibliothèque ouverte!

Horaires d'ouverture

- Lundi au Vendredi 9h00-12h00
et 13h00- 18h00
- Samedi 9h00-13h00



Nous sommes heureux de vous annoncer que notre bibliothèque est ouverte du lundi au vendredi de 9h-12h et de 13h-16h, et les samedis de 9h-13h.

Pour respecter toutes les mesures de protection, nous vous rappelons que nous acceptons un maximum de deux familles/cohortes.

La récupération sans contact est toujours active pour ceux qui préfèrent cette option et nos sacs à thème sont également disponibles, et peuvent être réservés en ligne au site suivant: <https://iglf.insignails.com/Library/Home>

Si vous recevez des courriels vous disant que vos livres n'ont pas été retournés, contactez-nous! C'est peut-être une erreur de notre côté. SVP répondez au courriel automatisé ou appelez-nous au 780-468-4882 pour nous permettre de rectifier la situation.

Pour plus d'informations, veuillez nous contacter sur bibliothecaire@iglf.ca

Conseils en temps de pandémie (COVID-19)

Parce que votre santé physique et mentale nous tient à cœur, nous avons le plaisir de lancer une campagne d'informations et de conseils, dans le but de soutenir nos familles durant ce temps de pandémie.

Dans cette édition, nous vous présentons la première de nos capsules:

Thème: La santé mentale des parents durant la pandémie



LA SANTÉ MENTALE DES PARENTS DURANT LA PANDÉMIE

**PRÊTEZ ATTENTION
À VOS PENSÉES.**

**OBSERVEZ LES SENTIMENTS
QUE VOUS ÉPROUVEZ.**

**OBSERVEZ CE QUE VOUS
RESSENTEZ PHYSIQUEMENT.**

**CELA VOUS AIDERA À VOUS
DÉTENDRE ET À VOUS
RECENTRER.**



Source:
Agence de la santé publique du Canada



Croix-Rouge
canadienne



Emploi et
Développement social Canada



LA SANTÉ MENTALE DES PARENTS DURANT LA PANDÉMIE

**PRENEZ CONTACT
VIRTUELLEMENT
AVEC LES AUTRES.**



Source:
Agence de la santé publique du Canada



Croix-Rouge
canadienne



Emploi et
Développement social Canada

LA SANTÉ MENTALE DES PARENTS DURANT LA PANDÉMIE

PRENDRE SOIN DE SOI EST IMPORTANT



Source:
Agence de la santé publique du Canada



Croix-Rouge
canadienne



Emploi et
Développement social Canada

En espérant que ces conseils vous seront utiles!



Institut Guy-Lacombe de la famille
La Cité francophone - bureau 114
8627 rue Marie-Anne-Gaboury
Edmonton, AB T6C 3N1
Courriel: info@iglf.ca
Téléphone: 780-468-4882

Vous recevez ce courriel parce que vous êtes membre de l'IGLF (du Centre, de la bibliothèque, ou du service de garde après-école) et vous nous avez donné la permission de vous envoyer notre infolettre.

Institut Guy Lacombe de la famille
Bureau 114, 8627 rue Marie-Anne Gaboury (91e rue)
Edmonton, Ab T6C 3N1
Canada

Add us to your address book

Unsubscribe