



489, Chemin Larocque, Salaberry-de-Valleyfield, Qc, J6T 4C8  
(450) 373-4047 / [emfrsuroit@cgocable.ca](mailto:emfrsuroit@cgocable.ca) / Facebook / [entraidedusuroit.ca](http://entraidedusuroit.ca)

### Activités spéciales en Novembre 2018:

- **Comité de Noël**
  - Tous les jeudis de novembre et décembre, venez fabriquer des décorations de Noël de début : 8 novembre de 13h à 16h (*inscrivez-vous*)
- **Conférence sur le cannabis** : 23 novembre (voir document ci-joint)
  - Inscrivez-vous au 450-373-4047
- **Soirée cinéma** : parents-enfants (voir document ci-joint))
- **Fête de Noël** :
  - Dimanche 16 décembre 2018 de 11h à 16h
  - Inscrivez-vous avant le 1<sup>er</sup> décembre 2018 (**avoir payé cotisation avant le 31 octobre 2018 pour participer à la Fête de Noël**)

### Services aux familles

- **'Pour les 'Ex':**
  - Comment se séparer sans tout casser
  - Communication saine entre 'Ex'
  - La coparentalité
- **Pour les Familles Recomposées :**
  - La dynamique de la famille
  - L'importance du couple
  - Rôle de chacun dans la famille recomposée
  - L'organisation familiale
  - La communication
- **Pour personnes anxieuses: "La Clé des champs"**
  - La compréhension de l'anxiété, l'origine et connaissance de soi
  - Types de troubles anxieux
  - Les émotions et symptômes physiques
  - L'approche cognitivo-comportementale
  - Des outils pour s'en sortir
- **Groupe d'entraide pour enfants de familles séparées (6-12 ans)**
  - Pour rencontrer et échanger avec d'autres enfants de familles séparées.
  - Prochaines rencontres : 2 novembre et 14 décembre 2018
- **Joujouthèque et Sporothèque**
  - Service de prêt de jouets et d'articles de jeux et de sports.
  - Venez voir nos nouveautés !!
  - Sur rendez-vous.



# Novembre 2018



| DIM.   | Lun. | Mar.                   | Mer.                          | Jeu.                                 | VEN.                                | Sam. |
|--|------|------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|------|
|  |      |                        |                               | 1                                    | 2<br>Groupe<br>Entraide<br>Enfants  | 3    |
| 4<br>Changement<br>d'heure<br> | 5    | 6<br>9h à 11h<br>JTLG  | 7<br>17h à 19 :30h<br>Équipe  | 8<br>Comité de<br>Noël<br>13h à 16h  | 9<br>Soirée<br>causerie             | 10   |
| 11   | 12   | 13<br>9h à 11h<br>JTLG | 14<br>17h à 19 :30h<br>Équipe | 15<br>Comité de<br>Noël<br>13h à 16h | 16<br>Groupe<br>entraide<br>parents | 17   |
| 18   | 19   | 20<br>9h à 11h<br>JTLG | 21<br>17h à 19 :30h<br>Équipe | 22<br>Comité de<br>Noël<br>13h à 16h | 23<br>Conférence<br>"cannabis"      | 24   |
| 25   | 26   | 27<br>9h à 11h<br>JTLG | 28<br>17h à 19 :30h<br>Équipe | 29<br>Comité de<br>Noël<br>13h à 16h | 30<br>Soirée<br>cinéma              |      |

- Outils en ligne pour parents/enfants
  - ❖ [www.arucfamille.ulaval.ca](http://www.arucfamille.ulaval.ca) + Ligne Parents : 1-800-361-5085
- En cas d'urgence
  - ❖ Ligne d'intervention du Tournant : 450-371-4090 ou 1-866-277-3553
  - ❖ Tel Aide : 450-377-0600