

## PARENTS

À la Relance Jeunes et Familles, nous offrons des services de soutien et d'accompagnement aux parents ainsi que différentes activités visant au développement de leurs compétences parentales et de leur pouvoir d'agir.

### Halte-garderie

Nous offrons un service de halte-garderie lorsque les parents participent à nos activités, quand ils ont besoin d'avoir un temps de répit pour souffler ou effectuer des démarches personnelles et professionnelles.

### Halte-garderie

Secteur Petite enfance 0-5 ans  
2185, rue Larivière  
Montréal, QC H2K 1P5  
(514) 525-1508, poste 307

### Service de soutien familial : accompagnement, soutien et suivi

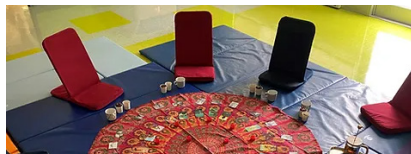
Nos intervenantes Famille accompagnent les parents dans leur cheminement et leur offrent un soutien personnalisé et adapté à leurs besoins et ce, en toute confidentialité, sans jugement et au rythme des familles.

### Rencontres thématiques

Ce sont des occasions de se réunir, d'échanger et d'aborder des sujets importants tels que le bulletin scolaire, la gestion du stress de votre enfant, l'intimidation, la gestion des écrans à la maison, et la transition vers le secondaire.

### Déjeuners-causeries

Lors de ces déjeuners conviviaux, les parents prennent le temps d'échanger et de se connaître. Ces moments d'écoute, d'échanges et d'entraide nous permettent de mieux comprendre ce que vivent les familles du quartier et d'adapter notre programmation aux besoins exprimés.

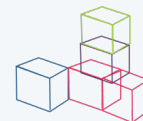


### Cercle de partage - Tente Rouge

Une tente rouge est un espace sacré réservé aux femmes, où elles se rassemblent pour partager, guérir et se soutenir mutuellement. Les sujets abordés sont variés, allant de la maternité à la guérison, en passant par le postpartum et l'estime de soi.

### Popotes anti-gaspillage et cuisine collective

Rejoignez-nous dans cet atelier dédié à la valorisation de nos aliments et à la lutte contre le gaspillage. Ici, vous pourrez apprendre des recettes végétariennes tout en partageant vos connaissances culinaires avec d'autres participant.es. L'expérience se conclut par le plaisir de repartir avec des aliments délicieux et des repas préparés, contribuant ainsi à une alimentation plus responsable.



**PERMETTRE À CHAQUE ENFANT  
DE PARTIR À CHANCES ÉGALES DANS LA VIE**

La Relance Jeunes et Familles est un organisme communautaire à vocation éducative dont les interventions psychosociales visent le bien-être et le développement global des enfants de 0 à 12 ans, ainsi que le soutien et l'enrichissement des capacités de leurs parents.

### La Relance Jeunes et Familles, un partenaire engagé dans le développement et l'épanouissement des enfants

La Relance, c'est bien plus qu'une organisation. C'est un partenaire engagé dans le développement global de vos enfants. Nous croyons en une approche collaborative, où chaque adulte entourant votre enfant travaille ensemble pour renforcer ses apprentissages et favoriser son développement. Nous sommes là pour soutenir les parents dans leurs tâches quotidiennes et les aider à surmonter les défis de la vie.

La Relance, c'est une ressource précieuse qui s'adapte à vos besoins, brisant l'isolement, révélant les forces de chaque membre de la famille, et offrant un soutien personnalisé pour favoriser la persévérance et la réussite éducative des jeunes. Ensemble, nous améliorons les perspectives d'avenir pour tous.

Consultez notre site Internet et notre page Facebook pour découvrir notre programmation enrichissante et diversifiée selon le moment de l'année (automne, hiver et printemps).

### BESOIN D'INFORMATIONS? Contactez-Nous!

#### La Relance Jeunes et Familles

2200, rue Parthenais  
Montréal (Québec) H2K 3T4  
[www.relance.org](http://www.relance.org) | 514 525-1508

 [Facebook.com/Relance.Jeunes.Familles](https://www.facebook.com/Relance.Jeunes.Familles)

#### Halte-garderie

Secteur Petite enfance 0-5 ans  
2185, rue Larivière  
Montréal, QC H2K 1P5  
(514) 525-1508, poste 307

