



Location/Lieu	MON-LUN	TUES-MAR	WED-MER	THUR-JEU	FRI-VEN	SAT-SAM
Kanata Western Ottawa Community Resource Centre (2 MacNeil Court)	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m. Open Drop-In 1:00 to 3:00 p.m. Open Drop-In 5:00 to 7:00 p.m.	CHEO Learn & Play 9:30 to 11:30 a.m. *Call first* 613-831-5112 Ottawa Chinese Community Service Centre 1:30 to 3:00 p.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m. Open Drop-In 1:00 to 3:00 p.m. Open Drop-In 5:00 to 7:00 p.m.	Porte ouverte francophone 9h30 à 11h30 Baby & Me Drop-In 1:00 to 3:00 p.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m. Open Drop-In 1:00 to 3:00 p.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.
Carp Carp Memorial Hall (434 Donald B. Munro Dr.)		Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m. Baby & Me Drop-In 1:00 to 3:00 p.m. Open Drop-In 5:00 to 7:00 p.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m. Open Drop-In 1:00 to 3:00 p.m.	
Stittsville St. Andrew's Presbyterian Church (2 Mulkins St.)	Open Drop-In 1:00 to 3:00 p.m.		Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.		Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.
Beaverbrook Kanata Beaverbrook Community Centre (1002 Beaverbrook Rd.)		Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.		Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.		
Corkery Corkery Community Centre (3447 Old Almonte Rd.)	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.			Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.		Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.
Fitzroy Harbour Bethel-St. Andrew's United Church (184 Jack Lougheed Way)		Storytime L'heure du conte 9:30 to 11:30 a.m.	Storytime L'heure du conte 9:30 to 11:30 a.m.			
Constance Bay Northwind Wireless Fibe Centre (Link Room) (262 Len Purcell Dr.)			Storytime L'heure du conte 9:30 to 11:30 a.m.	Open Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.		
Hazeldean Mall (300 Eagleson Rd.)					Storytime L'heure du conte 10:00 to 10:45 a.m.	
Bridlewood Stonehaven Retirement Residence (70A Stonehaven Dr.)	Baby & Me Drop-In 9:30 to 11:30 a.m.					



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Have Fun with Stories</u>						
Participate with your 3 – 6 year old children as we turn story books into fun and engaging activities. This workshop will begin with a story time where we will read our chosen book, followed by crafts, games, and a light snack!	3 to 6 years old with adult	Wednesday January 8th	2:30 to 4:00 p.m.	184, voie Jack Lougheed Way	Click Here / Cliquez ici	English
<u>S'amuser avec des histoires</u> Venez transformer des livres ordinaires en activités interactives avec vos enfants âgées de 3 à 6 ans. Cet atelier commencera avec une heure du conte, suivi de bricolages, de jeux, et d'une collation !	3 à 6 ans avec adulte	Mercredi 8 janvier	14 h 30 à 16 h 00			Anglais
<u>Once Upon a Touch... Story Massage for Children</u>						
Come and connect with your child in a fun and interactive way using positive touch through a variety of stories, rhymes and songs. We never outgrow our need to be lovingly touched. This is a perfect opportunity to help de-stress after a busy day and help set up a bedtime routine.	2.5 to 6 years old with adult	Thursday January 16th	5:30 to 7:00 p.m.	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	English
<u>Contes et câlins... Massage avec histoires pour enfants</u> Venez connecter avec votre enfant d'une façon amusante et interactive utilisant du contact positif à travers des histoires, rimes, et chansons. C'est une occasion parfaite pour se détendre après une journée chargée et pour établir une routine de coucher.	2.5 à 6 ans avec adulte	Jeudi 16 janvier	17 h 30 à 19 h 00			Anglais



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Supporting Your Child with Anxiety</u>						
Are you recognizing anxiety in your young child and you don't know how to support them? This workshop will help you to support your child by learning about Thinking Traps, how to build coping plans and problem solving, how to change unhelpful thinking, and how you can help your child to become more resilient.						
	Adults	Tuesday January 21st	6:30 to 8:30 p.m.			English
	Adultes	Mardi 21 janvier	18 h 30 à 20 h 30	1002, rue Beaverbrook Rd.	Click Here / Cliquez ici	Anglais
<u>Appuyer votre enfant anxieux</u>						
Votre jeune enfant est anxieux, mais vous ne savez pas comment l'aider ? Cet atelier vous aidera à soutenir votre enfant en apprenant à reconnaître les pièges, comment formuler des stratégies d'adaptation et résoudre des problèmes, comment changer des pensées négatives, et comment vous pouvez augmenter la résilience de votre enfant.						
<u>Let's Be Scientists!</u>						
Get ready for an evening of scientific fun! Experience a range of activities centered on physics, chemistry and biology, and explore the scientific method in a kid-friendly environment.						
	3 to 6 years old with adult	Thursday January 23rd	5:30 to 7:00 p.m.			English
	3 à 6 ans avec adulte	Jeudi 23 janvier	17 h 30 à 19 h 00	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	Anglais
<u>Soyons scientifiques !</u>						
Préparez-vous pour une soirée de divertissement scientifique ! Venez expérimenter avec une gamme d'activités centrées sur la physique, la chimie, et la biologie, et explorez la méthode scientifique dans un environnement amusant pour les enfants.						



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Let's Get Moving!</u>						
Is your child feeling a bit restless with winter weather in full swing? Come join us for a night of big body movements to shake off the cabin fever. Dress comfortably with indoor shoes and get ready to wiggle your sillies out and explore the limits of what your child is capable of!						
	3 to 6 years old with adult	Tuesday January 28th	5:30 to 7:00 p.m.	2, rue Mulkins St.	Click Here / Cliquez ici	English
	3 à 6 ans avec adulte	Mardi 28 janvier	17 h 30 à 19 h 00			Anglais
<u>On bouge !</u>						
Est-ce que votre enfant a besoin de bouger cet hiver ? Venez vous amuser dans une soirée pleine d'énergie avec des activités pour monter, sauter, danser, etc. Habillez-vous confortablement, apportez vos souliers intérieurs, et préparez-vous à bouger et à découvrir tout ce que ton enfant peut accomplir !						
<u>Have Fun with Stories</u>						
Participate with your 3 – 6 year old children as we turn story books into fun and engaging activities. This workshop will begin with a story time where we will read our chosen book, followed by crafts, games, and a light snack!						
	3 to 6 years old with adult	Wednesday January 29th	5:00 to 6:30 p.m.	184, voie Jack Lougheed Way	Click Here / Cliquez ici	English
	3 à 6 ans avec adulte	Mercredi 29 janvier	17 h 00 à 18 h 30			Anglais
<u>S'amuser avec des histoires</u>						
Venez transformer des livres ordinaires en activités interactives avec vos enfants âgées de 3 à 6 ans. Cet atelier commencera avec une heure du conte, suivi de bricolages, de jeux, et d'une collation !						



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Building with Dad</u>						
We build relationships by doing simple things together, like building structures and just having fun together! Explore construction using simple materials such as toothpicks, elastic bands and even pool noodles. Participants will venture through various stations tailored to supporting fine motor development, getting connected and just having fun!						
<u>Construire avec papa</u>	3 to 6 years old with Dad	Thursday January 30th	5:30 to 7:00 p.m.	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	English
Nous construisons des relations en faisant des activités simples, comme construire des structures et s'amuser ensemble ! Venez explorer la construction avec des matériaux simples comme des cure-dents, des élastiques et même des nouilles de piscine. Il y aura plusieurs stations pour renforcer la motricité fine, développer la créativité, et pour s'amuser !	3 à 6 ans avec papa	Jeudi 30 janvier	17 h 30 à 19 h 00			Anglais
<u>Infant Massage</u>						
Learn how to massage your pre-crawling baby to help improve sleep, bonding, development and more.						
<u>Massage pour bébé</u>	Pre-crawling babies	Tuesdays February 4th, 11th, 18th, 25th	1:00 to 2:30 p.m.	170, rue Castlefrank Rd.	Click Here / Cliquez ici	English
Venez apprendre des techniques simples de massage avec votre bébé pour améliorer son sommeil, son développement et votre attachement.	Bébés qui ne rampent pas	Mardis 4, 11, 18, 25 février	13 h 00 à 14 h 30			Anglais



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Making Sense of Your Senses</u>						
How are you feeling right now? Excited? Agitated? Bored? Tired? Did you know that you are constantly filtering sensory input through all your senses? And everyone filters them uniquely! In this workshop, you will explore your senses through a variety of engaging activities and learn how to use these activities to develop a sense of calm for your child (and yourself!).	2.5 to 6 years old with adult	Tuesday February 11th	5:30 to 7:00 p.m.	1002, rue Beaverbrook Rd.	Click Here / Cliquez ici	English Anglais
<u>Réveillez vos sens</u>						
Dans quel état trouvez-vous maintenant ? Heureux, agité, ennuyé, fatigué ? Nous traitons l'information sensorielle à travers nos sens, et chaque personne a un processus complètement unique. Cet atelier présentera une gamme d'activités pour explorer vos sens et pour apprendre comment créer un environnement calme pour votre enfant (et pour vous !).	2.5 à 6 ans avec adulte	Mardi 11 février	17 h 30 à 19 h 00			
<u>Everyday Play with Everyday Items</u>						
Think outside the toy box! Enjoy an afternoon of play with everyday household items. From sensory bins to group games, this workshop will explore a variety of play using common household tools and items. Put your imagination to the test and see where these uncommon toys take you!	Newborn to 6 years old with adult	Wednesday February 12th	2:30 to 4:00 p.m.	184, voie Jack Lougheed Way	Click Here / Cliquez ici	English Anglais
<u>Choses ordinaires, jeux extraordinaires</u>						
Faire preuve de créativité avec les jouets ! Profitez d'un après-midi plein de jeux avec les articles de tous les jours. Explorez des activités utilisant les choses que l'on retrouve dans la maison, y compris les bacs sensoriels, les jeux de groupe, et plus. Mettre au défi les limites de votre imagination et découvrez ces jouets hors de l'ordinaire !	Nouveau-né à 6 ans avec adulte	Mercredi 12 février	14 h 30 à 16 h 00			



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Baking with Dad</u>						
Treats make the world a better place! And what a better way to enjoy them than making (and eating) them with your dad? Get your chef hat ready because in this workshop you will be baking various delicious items. From measuring the ingredients, to placing the baked goods in the oven... and of course eating them too!	3 to 6 years old with Dad	Tuesday February 25th	5:30 to 7:00 p.m.	2, rue Mulkins St.	Click Here / Cliquez ici	English
		Mardi 25 février	17 h 30 à 19 h 00			Anglais
<u>Cuisiner avec papa</u>						
Les gâteries rendent le monde meilleur ! Venez profiter d'une occasion pour cuisiner et manger avec papa. Préparez vos chapeaux de chef pour cuisiner plusieurs délicieuses collations. Dans cet atelier, nous allons mesurer des ingrédients, mettre nos créations dans le four... et les manger aussi !	3 à 6 ans avec papa					
<u>Reawakening the Adventures of Childhood</u>						
In this parent-only workshop, come and reflect back to your own childhood; a time when play was open-ended and child-directed. We will talk through some of the modern ways that parents can take a breath and allow their children to explore their world in the ways that came naturally to us in our childhoods.	Adults	Thursday February 27th	6:30 to 8:00 p.m.	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	English
	Adultes	Jeudi 27 février	18 h 30 à 20 h 00			Anglais
<u>Les aventures de l'enfance</u>						
Dans cet atelier pour les adultes, venez réfléchir sur votre propre enfance et se rappelez d'un temps où les jeux étaient imaginatifs et dirigés par la créativité. Apprenez les méthodes modernes pour encourager votre enfant à explorer le monde dans une façon naturelle semblable à celle de votre enfance.						



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<u>Let's Get a Move On!</u>						
From giant board games to quiet yoga, the options for indoor movement activities are limitless! Shake off the winter blues with this workshop that explores a variety of activities designed to get kids moving even when it's too cold to play outside.						
<u>On bouge !</u> Il y a plusieurs d'activités intérieures actives, telles que du yoga tranquille et des jeux de société géants ! Découvrez une gamme d'activités conçues pour faire bouger vos enfants, même quand il fait trop froid pour jouer dehors.	2 to 4 years old with adult	Wednesday March 4th	2:30 to 4:00 p.m.	184, voie Jack Lougheed Way	Click Here / Cliquez ici	English
	2 à 4 ans avec adulte	Mercredi 4 mars	14 h 30 à 16 h 00			Anglais
<u>French in Your Home</u>						
Do you want to introduce your child to French but you're not sure how to bring it into your home? Join us for a fun and interactive workshop including a bilingual circle time with songs and activities you can do in your home.						
<u>Introduire le français dans la maison</u> Vous aimeriez introduire le français dans votre maison mais vous ne savez pas où commencer? Joignez-vous à nous pour un cercle bilingue, des activités qui favorisent l'apprentissage du français.	2 to 6 years old with adult	Thursday March 5th	5:30 to 7:00 p.m.	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	Bilingual
	2 à 6 ans avec adulte	Jeudi 5 mars	17 h 30 à 19 h 00			Bilingue



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<p>Zumbini®</p> <p>Zumbini® takes little ones on their first steps towards an active and musical life. Together, adults and their children sing, wiggle and learn together in this beautiful bonding experience. Hold your child in your arms, let them feel the beat and learn the rhythm of the music through your body. Just as a child learns to talk by listening to you, they will learn music and movement by spending time with you engaging in musical experiences!</p>	Newborn to 4 years old with adult	Tuesday March 10th	6:00 to 7:00 p.m.	1002, rue Beaverbrook Rd.	Click Here / Cliquez ici	English
<p>Zumbini®</p> <p>Zumbini® est une activité pour introduire un style de vie actif et musical pour les enfants. Les adultes et les enfants chantent, dansent et apprennent ensemble dans cette activité qui renforce les liens entre eux. Tenez votre enfant dans vos bras et sentez le rythme de la musique ensemble. De la même façon que votre enfant apprend à parler en vous écoutant, il apprendra la musique et les mouvements avec vous dans cette expérience musicale !</p>	Nouveau-né à 4 ans avec adulte	Mardi 10 mars	18 h 00 à 19 h 00			Anglais
<p>Let's Get a Move On!</p> <p>From giant board games to quiet yoga, the options for indoor movement activities are limitless! Shake off the winter blues with this workshop that explores a variety of activities designed to get kids moving even when it's too cold to play outside.</p>	2 to 4 years old with adult	Wednesday March 11th	2:30 to 4:00 p.m.	262, chemin Len Purcell Dr.	Click Here / Cliquez ici	English
<p>On bouge !</p> <p>Il y a plusieurs d'activités intérieures actives, telles que du yoga tranquille et des jeux de société géants ! Découvrez une gamme d'activités conçues pour faire bouger vos enfants, même quand il fait trop froid pour jouer dehors.</p>	2 à 4 ans avec adulte	Mercredi 11 mars	14 h 30 à 16 h 00			Anglais



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
Zumbini®						
Zumbini® takes little ones on their first steps towards an active and musical life. Together, adults and their children sing, wiggle and learn together in this beautiful bonding experience. Hold your child in your arms, let them feel the beat and learn the rhythm of the music through your body. Just as a child learns to talk by listening to you, they will learn music and movement by spending time with you engaging in musical experiences!	Newborn to 4 years old with adult	Tuesday March 17th	6:00 to 7:00 p.m.	1002, rue Beaverbrook Rd.	Click Here / Cliquez ici	English
Zumbini® Zumbini® est une activité pour introduire un style de vie actif et musical pour les enfants. Les adultes et les enfants chantent, dansent et apprennent ensemble dans cette activité qui renforce les liens entre eux. Tenez votre enfant dans vos bras et sentez le rythme de la musique ensemble. De la même façon que votre enfant apprend à parler en vous écoutant, il apprendra la musique et les mouvements avec vous dans cette expérience musicale !	Nouveau-né à 4 ans avec adulte	Mardi 17 mars	18 h 00 à 19 h 00			Anglais
Make a Mess with Dad						
Did you know that messy play enhances a child's learning, language and creativity? Let's get down and dirty with the kids and learn at the same time! Warning that everyone attending will be involved in the tactile and sensory experiences – leaving with clean clothing is not an option!	2.5 to 6 years old with Dad	Tuesday March 24th	5:30 to 7:00 p.m.	2, rue Mulkins St.	Click Here / Cliquez ici	English
Des dégâts avec Papa Saviez-vous que le jeu désordonné améliore l'apprentissage, le langage et la créativité d'un enfant ? Venez vous salir avec nous et apprendre en même temps. Attention : tous les participants seront impliqués dans les expériences tactiles et sensorielles – partir avec des vêtements propres n'est pas une option !	2.5 à 6 ans avec papa	Mardi 24 mars	17 h 30 à 19 h 00			Anglais