



Location/Lieu	MON-LUN	TUES-MAR	WED-MER	THUR-JEU	FRI-VEN	SAT-SAM
EarlyON / ON y va — Kanata 2 MacNeil Court 613-591-3686 www.wocrc.ca	Open Drop-In (0-6 yrs) 9:30 to 11 a.m. Open Drop-In (0-6 yrs) 5:30 to 7:30 p.m.		Open Drop-In (0-6 yrs) 9 to 10:30 a.m. & 11 a.m. to 12:30 p.m.	Porte ouverte (0-6 ans) 9h à 10h30 & 11h à 12h30 Familles francophones seulement Baby & Me Drop-In 1:30 to 3 p.m. (Pre-walking)	Open Drop-in (0-6 yrs) 9:30 to 11 a.m.	<p>ALL EarlyON PROGRAMS ARE CLOSED ON: PROGRAMMES DU ON y va SONT FERMÉS:</p> <p>April / Avril: 2</p> <p>May / Mai: 21</p> <p>June / Juin: 28 For our Annual Family Fun Day / pour notre journée familiale annuelle</p> <p>Katimavik Preschool Resource Centre (KPRC) will be Closed for the summer June 18th—back on Sep 10th / fermé pour l'été à partir du 18 juin—de retour</p>
EarlyON / ON y va — Carp Carp 434 Donald B. Munro Dr. 613-591-3686		Open Drop-In (0-6 yrs) 9:30 to 11 a.m.		Open Drop-In (0-6 yrs) 9:30 to 11 a.m.		
Fitzroy Harbour Storytime Bethel St. Andrews United Church (184 Jack Lougheed Way) 613-591-3686			Storytime/L'heure du conte 10 to 10:45 a.m.			
Hazeldean Mall Storytime (300 Eagleson Rd.) 613-591-3686	Storytime/L'heure du conte 10 to 10:45 a.m.					
Stonehaven Retirement Residence 70A Stonehaven Dr. 613-591-3686	Baby & Me Drop-In 10 to 11:30 a.m. (Pre-walking / Marchent pas)					
Katimavik Preschool Resource Centre (Satellite) 180 Katimavik Rd. 613-591-6030 KatimavikResource@ocsb.ca Closed starting June 18th—back on Sep. 10	Open Drop-In (0-6 yrs) 9 to 11 a.m.	Open Drop-In (0-6 yrs) 9 to 10:30 & 11 a.m. to 12:30 p.m.	Open Drop-In (0-6 yrs) 11 a.m. to 12:30 p.m. Play & Learn KPRC & OCTC Drop-In 9 to 10:30 a.m. Call before 1st attendance	Open Drop-In (0-6 yrs) 9 to 10:30 a.m. Open Drop-In (0-6 yrs) 11 a.m. to 12:30 p.m.	Open Drop-In (0-6 yrs) 9 to 11 a.m.	
Ottawa Chinese Community Services Centre 2 MacNeil Court 613-235-4875		Multicultural Newcomer Drop-In 1:30 to 3 p.m.				
Military Family Resource Centre 2 MacNeil Court 613-998-4888						Military Families ONLY 9:30 to 11:30 a.m. Call for more info
In partnership with: En partenariat avec :						



Drop-In Special Activities

Circle Time with Ottawa Public Library:

The Ottawa Public Library occasionally visits our drop-ins at our various locations and have a special story time ready for you and your child to enjoy. Come discover the resources and supports the library can offer.

Dietitian's Visits:

- Thursday April 5 @ 9:30 a.m. CARP Open Drop-in;
- Monday April 9 @ 9:00 a.m. **KPRC** Open Drop-In;
- Wednesday May 23 @ 9 & 11 a.m. Open Drop-In;
- Monday June 4 @ 9:00 a.m. **KPRC** Open Drop-In;
- Thursday June 14 @ 9 & 11 a.m. KPRC Open Drop-In;
- Monday June 18 @ 9:30 a.m. Open Drop-in.

Activités spéciales pendant les portes ouvertes

Heure du conte avec la bibliothèque publique d'Ottawa:

La bibliothèque publique d'Ottawa visite occasionnellement nos programmes à divers sites pour animer un cercle spécial. Venez découvrir les ressources et appuis que votre bibliothèque peut vous offrir.

Visites de la diététiste aux portes ouvertes: *offerts en anglais seulement

- Mardi 5 avril à 9 h 30 à la porte ouverte CARP;
- Lundi 9 avril à 9 h 00 à la porte ouverte **KPRC**;
- Mercredi 23 mai à 9 h & 11 h aux portes ouvertes;
- Lundi 4 juin à 9 h 00 à la porte ouverte **KPRC**;
- Jeudi 14 juin à 9 h & 11 h à la porte ouverte KPRC;
- Lundi 18 juin à 9 h 30 à la porte ouverte.

SAVE THE DATE:

Thursday **June 28th** for our Annual Family Fun Day

DATE À RETENIR:

Jeudi **28 juin** pour notre Journée familiale annuelle





Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<p><u>Free Dental Screening and Denture Cleaning Clinic</u> <u>Dépistages dentaires gratuits</u></p>	All ages Tous âges	3rd Tuesday of the month Le troisième mardi de chaque mois	9 a.m. to 12 p.m. 9 h à 12 h	2, cour MacNeil Court	No registration required/ Aucune inscription requise	Bilingual Bilingue
<p><u>Introduction to Solids and Making Baby Food</u> Learn about the healthiest foods for babies and their benefits, allergenic foods, choking hazards. Babies are welcome.</p> <p><u>Introduction aux solides et la préparation des purées</u> Venez-vous informer sur les aliments les plus sains pour les bébés, leurs avantages, les aliments allergènes et les risques d'étouffement. Bébés sont bienvenus.</p>	Parents of babies 4-8 months	Tuesday April 10 Mardi 10 avril	1:30 to 3:30 p.m. 13 h 30 à 15 h 30	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	English Anglais
<p><u>Building Empathy Skills in Young Children</u> Empathy is the name we give to the ability to understand what someone else is feeling and to respond in a caring way. It is a complex response that develops gradually as children mature. In this workshop, you will learn stories, songs, games and activities that support the development of empathy in children from infancy to age 6.</p> <p><u>Bâtir les capacités d'empathie chez les jeunes enfants</u> L'empathie est la capacité de comprendre les sentiments d'un autre et d'y répondre d'une manière attentionnée. Il s'agit d'une capacité complexe qui se développe progressivement à mesure que l'enfant grandit. Dans cet atelier, vous apprendrez des histoires, des chansons, des jeux et des activités qui soutiennent le développement de l'empathie chez les enfants, du nourrisson à l'âge de 6 ans.</p>	Adults Adultes	Wednesday April 18 Mercredi 18 avril	7:00 to 9:00 p.m. 19 h 00 à 21 h 00	Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)	613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca	English Anglais
<p><u>Family Yoga</u> What could be more fun than doing yoga as a family? As you stretch, strengthen, balance and focus you will participate in singing and yoga games.</p> <p><u>Yoga en famille</u> Introduisez votre famille aux joies du yoga tout en participant ensemble à un programme qui intègre l'âme, le corps et l'esprit.</p>	Newborn to 6 year olds with an adult	Monday April 23 Lundi 23 avril	12:00 to 1:00 p.m. 12 h 00 à 13 h 00	Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)	613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca	English Anglais



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langue
<p><u>Healthy Eating For Toddlers and Preschoolers</u> Wondering about: serving sizes, menu ideas, how to teach and maintain healthy eating patterns and attitudes to food?</p> <p><u>Manger sainement avec vos bambins et enfants préscolaires</u> Vous avez des questions concernant: les portions, idées de menu, comment enseigner et maintenir des habitudes alimentaires saines?</p>	<p>For parents of 18 months to 3 year olds</p> <p>Pour les parents d'enfants de 18 mois à 3 ans</p>	<p>Tuesday April 24 Mardi 24 avril</p>	<p>1:30 to 3:30 p.m. 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)</p>	<p>613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca</p>	<p>English Anglais</p>
<p><u>CPR and First Aid for Home Child Care Providers</u> Parents may register, but will be put on a waiting list and will be offered a spot if available. You must attend both sessions in order to receive your certificate.</p> <p><u>RCR et Premiers Soins pour services de garde à la maison</u> Les parents peuvent s'inscrire, mais seront mis sur une liste d'attente et ils seront offert une place si disponible. Vous devez être présent aux 2 sessions pour recevoir votre certificat.</p>	<p>For Home Child Care Providers</p> <p>Pour services de garde à la maison</p>	<p>Tuesday May 1 & 8 Mardi 1 & 8 mai Must attend both sessions Participation aux 2 sessions requises</p>	<p>6:30 to 9:30 p.m. 18 h 30 à 21 h 30</p>	<p>Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)</p>	<p>613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca</p>	<p>English Anglais</p>
<p><u>Have Fun with Stories</u> Participate with your 3-5 yr old turning story books into fun activities. A new story each week, followed by crafts, rhymes & songs, games & science.</p> <p><u>S'amuser avec des histoires</u> Venez transformer des livres ordinaires en activités interactives avec vos enfants âgées de 3 à 5ans. Chaque semaine, une nouvelle aventure incluant des bricolages, chansons, jeux et sciences.</p>	<p>2.5 to 5 year olds with an adult</p> <p>2.5 à 5 ans avec adulte</p>	<p>Friday May 4 & 11 Vendredi 4 & 11 mai Register once for both sessions Une inscription pour deux sessions</p>	<p>10:00 to 11:30 a.m. 10 h 00 à 11 h 30</p>	<p>434 Donald B, Munro Drive Carp Memorial Hall (Basement)</p>	<p>Click Here / Cliquez ici</p>	<p>English Anglais</p>
<p><u>From Baby Food to Table Food</u> Wondering how much food your older baby needs? What are some of the feeding challenges? Looking for recipe ideas? Babies welcome</p> <p><u>De la purée aux petits morceaux</u> Vous avez des questions concernant les portions pour votre bébé grandissant? Des défis alimentaires? Vous cherchez de nouvelles recettes?</p>	<p>Parents of babies 10 to 18 months</p> <p>Parents de bébés 10 à 18 mois</p>	<p>Monday May 7 Lundi 7 mai</p>	<p>9:30 to 11:30 p.m. 9 h 30 à 11 h 30</p>	<p>2, cour MacNeil Court</p>	<p>Click Here / Cliquez ici</p>	<p>English Anglais</p>



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<p>Infant Massage Learn how to massage your pre-crawling baby to help improve sleep, bonding, development and more.</p> <p>Massage pour bébé Venez apprendre des techniques simples de massage avec votre bébé pour améliorer son sommeil, son développement et votre attachement.</p>	<p>Pre-crawling babies</p> <p>Bébés qui ne rampent pas</p>	<p>May 10, 17 & 24 Register ONCE for all 3 sessions</p> <p>Mai 10, 17 & 24 Veillez vous inscrire UNE fois pour les 3 sessions</p>	<p>1:30 to 3:00 p.m. 13 h 30 à 15 h 00</p>	<p>Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)</p>	<p>613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca</p>	<p>English Anglais</p>
<p>Introduction to Solids and Making Baby Food Learn about the healthiest foods for babies and their benefits, allergenic foods, choking hazards. Babies are welcome.</p> <p>Introduction aux solides et la préparation des purées Venez-vous informer sur les aliments les plus sains pour les bébés, leurs avantages, les aliments allergènes et les risques d'étouffement. Bébés sont bienvenus.</p>	<p>Parents of babies 4-8 months</p> <p>Parents de bébé 4 à 8 mois</p>	<p>Tuesday May 15 Mardi 15 mai</p>	<p>1:30 to 3:30 p.m. 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)</p>	<p>613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca</p>	<p>English Anglais</p>
<p>Emotional and Social Skills for Adapting to the Classroom Adapting to the classroom means more than children knowing letters and numbers. When children can deal with strong emotions and get along with others, they are more open to learning. In this workshop, you will discover age-appropriate ways to build your child's skills through play.</p> <p>Des habiletés émotionnelles et sociales pour la salle de classe Dans la salle de classe, les enfants ont besoin de savoir plus que des lettres et des chiffres. Ils seront plus prêts à apprendre s'ils sont capables de gérer leurs émotions intenses et de s'entendre avec les autres. Cet atelier vous apprendra des façons de renforcer les habiletés de votre enfant par le jeu, en fonction de son âge.</p>	<p>Adults Adultes</p>	<p>Wednesday May 16 Mercredi 16 mai</p>	<p>6:30 to 8:30 p.m. 18 h 30 à 20 h 30</p>	<p>2, cour MacNeil Court</p>	<p>Click Here / Cliquez ici</p>	<p>English Anglais</p>
<p>Adventure in the Woods Come and discover your local nature trails. A scavenger hunt will help us learn about what's hiding in the forest. Birdseed provided.</p> <p>Une aventure en nature Venez découvrir vos sentiers locaux. Une chasse au trésor nous aidera à découvrir ce qui se cache dans la forêt.</p>	<p>All ages Tous âges</p>	<p>Thursday May 17 Jeudi 17 mai</p>	<p>10:00 to 11:00 a.m. 10 00 h à 11 h 00</p>	<p>Sarsaparilla Trail, Old Richmond Rd. North of Hunt Club</p>	<p>Click Here / Cliquez ici</p>	<p>English Anglais</p>



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<p><u>Adventure in the Woods</u> Come and discover your local nature trails. A scavenger hunt will help us learn about what's hiding in the forest. Birdseed provided.</p>	All ages Tous âges	Thursday May 24 Jeudi 24 mai	9:30 to 11 a.m. 9 h 30 à 11 h	Old Quarry Trail, Eagleson Road across from Hazeldean Mall	Click Here / Cliquez ici	English Anglais
<p><u>Une aventure en nature</u> Venez découvrir vos sentiers locaux. Une chasse au trésor nous aidera à découvrir ce qui se cache dans la forêt.</p>						
<p><u>Salsa Tots</u> Go from goo-goo, ga-ga to cha-cha-cha! Designed for older babies/toddlers who have outgrown the carrier and are ready to dance on their own two feet! This parent-and-tot class is full of fun, tropical songs and steps for toddlers 1 to 3 years old.</p>	1 to 3 year olds with an adult	Tuesday May 29 Mardi 29 mai	9:30 to 10:15 a.m. 9 h 30 à 10 h 15	Beaverbrook Community Centre (2 Beaverbrook Rd.)	Click Here / Cliquez ici	English Anglais
<p><u>Salsa pour bambins</u> Cette activité est conçue pour les enfants qui ont dépassés le stage du porte-bébé et qui sont prêt à danser avec leurs pieds! Un atelier rempli de plaisir, chansons tropicaux et des pas de danse pour les enfants 1 à 3 ans.</p>	1 à 3 ans avec adulte					
<p><u>Salsa Babies</u> Get fit while learning fun new steps to the rhythmic beats of Salsa and other Latin dances. Share a special moment of music and movement with your child! Your baby will love being swayed while in direct contact with you in a baby carrier.</p>	For babies older than 6 weeks with an adult	Tuesday May 29 Mardi 29 mai	10:30 to 11:15 a.m. 10 h 30 à 11 h 15	Beaverbrook Community Centre (2 Beaverbrook Rd.)	Click Here / Cliquez ici	English Anglais
<p><u>Salsa avec bébé</u> Restez en forme en apprenant des mouvements au rythme de la salsa et autres danses latines. Partagez un beau moment de danse et mouvement avec ton enfant. Ton bébé aimera beaucoup se faire bercer au rythme de la musique tout en étant collé contre toi dans votre porte-bébé.</p>	Pour bébé d'au moins 6 semaines avec adulte					



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<p><u>Être parent d'un enfant anxieux</u> Comment savoir si les inquiétudes de votre enfant font partie du développement normal ou s'il y a un problème plus sérieux? Comment pouvez-vous aider votre enfant apprendre à gérer ses inquiétudes? Où chercher de l'aide au besoin? Dans cette atelier vous apprendrez des stratégies simples et pratiques que vous pourrez mettre en place dans votre famille dès demain.</p>	Adultes Adults	Mercredi 6 juin Wednesday June 6	6:30 to 8:30 p.m. 18 h 30 à 20 h 30	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	Français French
<p><u>Parenting an anxious child (French)</u> How to know if a child's worries are part of normal development or if there is a more serious problem? How can you help your child learn to handle his or her worries? Where can you get help if necessary? This evening will give you simple and practical strategies that you can use in your family right away. **This workshop is offered in French**</p>						
<p><u>Fueling for Full Day Learning</u> Parents will learn how to plan healthy and fun school lunches and snacks based on Canada's Food Guide.</p>	3.5 to 6 yr old with an adult	Tuesday June 12 Mardi 12 juin	1:30 to 3:30 p.m. 13 h 30 à 15 h 30	Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)	613-591-6030 katimavikresource@ocsb.ca	English Anglais
<p><u>L'alimentation pour l'apprentissage</u> Les parents apprendront comment préparer des repas pour l'école, basés sur le Guide alimentaire canadien.</p>	3.5 à 6 ans avec adulte					
<p><u>Atelier prévention d'intimidation</u> L'intimidation est un sujet sérieux et complexe qui peut avoir de grandes répercussions. Les recherches démontrent qu'une intervention précoce peut réduire de façon significative le niveau d'intimidation entre les pairs.</p>	Adultes Adults	Mardi 12 juin Tuesday June 12	18 h 30 à 20 h 00 6:30 to 8:00 p.m.	2, cour MacNeil Court	Click Here / Cliquez ici	Français French
<p><u>Bullying Prevention Workshop (French)</u> Bullying is a serious and complex issue that can have devastating effects. Research demonstrates that early intervention and prevention can dramatically reduce the level of peer to peer bullying. **This workshop is offered in French**</p>						



Workshop/Atelier	Age/Âge	Date	Time/Heure	Location/Lieu	To register/ Pour s'inscrire	Language/ Langage
<p><u>Sleep and Babies</u> Come learn why your baby wakes and leave confident that you can follow your instincts when it comes to your new baby, parenting them to sleep to set the stage for optimal brain development. We will identify individual and family needs, create support systems, and provide a safe place for parents to share stories that support evidence-based sleep patterns.</p> <p><u>Le sommeil des bébés</u> Venez découvrir pourquoi votre enfant se réveille et quitter plus sûr que vous pouvez écouter vos instincts pour créer un environnement pour un développement du cerveau optimal. Vous identifierez vos besoins individuels et familiaux tout en créant des systèmes d'appui et d'offrir une place pour les parents de partager des histoires.</p>	<p>Adults (babies under 12 months welcome)</p> <p>Adultes (bébés 12 mois et moins sont bienvenues)</p>	<p>Thursday June 21 Jeudi 21 juin</p>	<p>1:30 to 3:30 p.m. 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>2, cour MacNeil Court</p>	<p>Click Here / Cliquez ici</p>	<p>English Anglais</p>
<p><u>Introduction to Solids and Making Baby Food</u> Learn about the healthiest foods for babies and their benefits, allergenic foods, choking hazards. Babies are welcome.</p> <p><u>Introduction aux solides et la préparation des purées</u> Venez-vous informer sur les aliments les plus sains pour les bébés, leurs avantages, les aliments allergènes et les risques d'étouffement. Bébé sont bienvenus.</p>	<p>Parents of babies 4-8 months</p> <p>Parents de bébé 4 à 8 mois</p>	<p>Tuesday June 26 Mardi 26 juin</p>	<p>9:30 to 11:30 p.m. 9 h 30 à 11 h 30</p>	<p>2, cour MacNeil Court</p>	<p>Click Here / Cliquez ici</p>	<p>English Anglais</p>
<p><u>Child Care Connection</u> An opportunity for caregivers and parents to connect and establish quality home based child care arrangements. Information and resources are presented to all attending.</p> <p>Un lieu de rencontre pour parents et services de garde afin de créer et maintenir des arrangements de services de garde. Information et ressources seront présentées.</p>	<p>Adults Adultes</p>	<p>Monday April 9 Lundi 9 avril & Monday June 11 Lundi 11 juin</p>	<p>7:00 to 8:00 p.m. 19 h 00 à 20 h 00</p>	<p>Katimavik Preschool Resource Centre (180 chemin Katimavik Road)</p>	<p>No registration required / aucune inscription requise</p> <p>For more info / Pour plus d'informations 613-749-5211</p>	<p>English Anglais</p>

FOR MORE WORKSHOPS ACCROSS THE CITY visit www.parentresource.ca

POUR PLUS D'ATELIERS OFFERT À OTTAWA visitez www.parentresource.ca