



LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

| | | | | | | |
|----|----|----|------------------------------------|----|----|----------------|
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | | | Semaine québécoise des familles | | | Fête des Mères |



17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

Journée nationale
des patriotes

31

À méditer

Demandez ou acceptez l'aide des autres

**Vous n'avez pas à être la seule
personne à assumer le poids des
responsabilités parentales. Il est
souhaitable que d'autres prennent
le relais quand vous en ressentez
le besoin.**



Placez-vous debout devant votre enfant et amusez-vous à faire, chacun votre tour, les mêmes mouvements que l'autre : mettre une main sur la tête et tenir sur un pied ; bouger les épaules et les bras comme si vous couriez, mais sans bouger les pieds...