

Mon café-rencontre habituel est sur pause, qu'est-ce que je peux faire pour retrouver ces moments hors de chez moi en bonne compagnie?

- Aller marcher le lundi matin au club de marche du comité de parents de la Maison de Naissance Mimosa de 9h30 à 10h, Point de rencontre au café relais O'Ravito.

(contacter Sarah pour questions : 418-271-7014)

- Prendre l'initiative de proposer une activité événement sur le groupe Facebook Les mamans de Lévis : [\(15\) Les Mamans de Lévis | Facebook](#)
- Dans mes divers groupes de Cafés-Rencontres ou ateliers chez Ressources-Naissances, demander à d'autres mamans d'échanger les coordonnées pour planifier un pique-nique extérieur, une marche en forêt en portage, une balade sur la piste cyclable avec la poussette, une sortie au parc.
- Sortir à la piscine : [Horaire des piscines et bains libres - Ville de Lévis \(levis.qc.ca\)](#).



LISTE DE SUGGESTIONS

