

★ Montréal

★ pour Enfants

Le Magazine Informatif pour les Parents
Vol. 14, Numéro 4
Septembre 2014

Un projet
d'avenir :

★ développer
l'écoute
orientante

Version
électronique
accessible
en ligne

Répertoire des activités parascolaires

Apprendre
ses leçons?

★ Facile!

www.montrealpourenfants.com



ÊTRE SÛR QUE
VOUS CHOISISSEZ
LA MEILLEURE
ÉCOLE POUR
VOTRE ENFANT

MONTRÉAL

dimanche, 14 septembre 2014
Centre Mont-Royal
12h00 – 16h00

#PrivateSchoolExpo

Billets: 50% de rabais

- **Rencontrez les meilleures écoles** préscolaire au secondaire
Montessori, embarquement, préparation universitaire, les besoins spéciaux, français, anglais et bilingue ...
- **Parler avec les conseillers** pédagogiques, les parents et les élèves.
- **Des séminaires d'information** sur le choix, l'application et le paiement

schoolexpo.ca

4141, rue Sherbrooke O.
bureau 650
Montréal, Québec, H3Z 1B8
Tél. : (514) 931-0522
Télec. : (514) 637-6341
ISSN 1496-6425
www.montrealpourenfants.com

DIRECTRICE DE LA PUBLICATION
Liliana Uribe
redaction@montrealpourenfants.com

COLLABORATION PRINCIPALE
Marie-Hélène Proulx

DIRECTEUR DES VENTES
Sean Zur Nedden
514 931-0522
ventes@montrealpourenfants.com

PUBLICITÉ NATIONALE
Louise Lussier
Tél: 514-898-7543
llussier@llcommunication.ca

DIRECTION ARTISTIQUE ET INFOGRAPHIE
Propulsion Communication Graphiquea

CORRECTRICE-RÉVISEURE
Sophie Geffroy
sophiegeffroy@sympatico.ca

COLLABORATEURS
Claude Ayerdi-Martin, Claire Baillargeon, Julie Beaupré (alias LaMèreCalme), Danièle Bouffard, Sylvie Burelle, Nathalie Côté (alias Maman 3.0), Vesna Dell'Olivo, Chantal Dézainde, Claire Foch, Marie-France Genest, Delphine Guibourgé, La Bibliothèque de Montréal, Louise Labrecque, Nancy Leith, Nathalie Martin, Valérian Mazataud, Nora Merola, Marie-Hélène Proulx, Steve Proulx, Hélène Renaud

Toute reproduction des textes, photographies et illustrations contenus dans cette revue est interdite sans le consentement écrit de l'éditeur. Les articles qui paraissent dans ce magazine sont publiés sous la responsabilité exclusive des auteurs. Le magazine Montréal pour Enfants est publié 6 fois l'an, l'abonnement est de 19,95\$ l'année.

sommaire

Septembre 2014

- | | |
|---|--|
| <p>4 ÉDITO
Bonheur et excellence, un duo possible ?</p> <p>6 Éducation
Apprendre ses leçons? Facile!</p> <p>12 Mieux-vivre
Pourquoi, en colère, nous ne pouvons réfléchir</p> <p>14 Familles en cavale
Destination : La lune</p> <p>18 Demandez à nos experts
- Problème en orthophonie
- Séparation</p> | <p>22 Vie de famille
Un projet d'avenir : développer l'écoute orientante</p> <p>30 Répertoire
Activités et cours parascolaires</p> <p>54 On sort! On s'amuse!
Calendrier de sorties en famille</p> <p>58 Loisirs
Un tout inclus juste pour les filles : les guides du Canada</p> |
|---|--|

Kidbiz | **VERSACE BOSS** | **Deigual** | **BURBERRY DSQUARED2** | **byblas DIESEL** | **ARMANI JUNIOR** | **JEAN PAUL GAULTIER**

2522, rue Daniel-Johnson, Laval • www.kidbizkid.com

Bonheur et excellence, un duo possible ?

Rentrée scolaire : si ce terme évoquait pour moi un grand stress de performance – celle de mes enfants, mais surtout la mienne – il en sera autrement cette année ! Auparavant, gérer les devoirs et leçons de trois, et maintenant quatre, enfants me créait une grande pression sur les épaules. Je sentais que je devais en faire beaucoup, et constamment. Par ailleurs, comme mes filles vont à l'école alternative, en plus d'avoir leurs projets à superviser, je m'obligeais à leur inventer des devoirs additionnels pour pallier le fait qu'elles ont très peu de cours magistraux. Résultat : j'hypothéquais plusieurs heures de ma fin de semaine au bénéfice du suivi scolaire... et je rageais !

Par ANIK LESSARD ROUTHIER

> En fait, j'avais l'impression que c'était davantage moi que mes enfants qui avaient des devoirs, car je passais énormément de temps là-dessus, sans pourtant avoir l'impression d'en faire assez. Ce n'était guère plaisant, car je me sentais « obligée » de m'y atteler pour assurer la réussite (bien sûr, selon mes critères à moi) de mes enfants. Or, une phrase lue dans le livre *L'enfance du bonheur* m'a ouvert les yeux : « On n'a pas besoin de vendre son âme ou son enfance pour atteindre l'excellence. »

Ça m'a frappée de plein fouet ! Étais-je en train de me gâcher la vie pour obtenir, dans le fond, le même résultat que si je prenais les choses plus légèrement ? Eh bien, il semblerait que oui ! En effet, des recherches stipulent que les enfants avec qui on passe du temps de qualité réussissent mieux à l'école. Or, quand les devoirs se font à reculons (et là, je parle de mon attitude en tant que parent), ce n'est pas le cas.

Ainsi, cette année, je me donne comme objectif de transformer le suivi scolaire en un moment agréable, sans exercer de pression inutile. Plutôt que de viser

la quantité, je viserai la qualité. J'ai envie d'intégrer davantage les jeux, les moments privilégiés de lecture (à d'autres moments qu'à l'heure du coucher), les discussions et mes fameuses cartes mentales (voir mon article à ce sujet en page 6 pour vous faciliter la vie). Ça ne veut pas dire que je ne pousserai pas un peu, mais je prioriserai l'équilibre et le plaisir plutôt que la performance.

Après tout, à quoi bon réussir en étant malheureux ? À quoi bon terminer une page de devoir au prix de menaces et de punitions, mais surtout au prix d'une relation parent-enfant qui s'effrite ? Chaque enfant est unique dans son rythme d'apprentissage, mais tous ont besoin de vivre des moments agréables avec leur parent. Ça devrait constituer une priorité, beaucoup plus que de terminer un exercice coûte que coûte ou de viser des notes parfaites... Cela ne veut pas dire de ne rien exiger des enfants, mais il faut choisir ses batailles et les mener avec constance.

Parfois, en faire un peu moins, c'est obtenir bien plus... Et comme le dit si bien l'auteur Mark Fisher : « Restez léger, ne vous laissez pas alourdir par vos objectifs, ne les laissez pas gâcher votre bonne humeur et la jouissance du moment présent. » Cette même phrase s'applique à la période des devoirs, j'en suis convaincue ! Sur ce, bonne année scolaire ! ●

Anik Lessard Routhier

Enseignante et auteure de la trilogie *Hommes à parier*
www.hommesaprier.com

Profitez de notre offre de **LA RENTRÉE**
sur plus de **40 MAGAZINES !**



DE 1 À 17 ANS



5\$
de réduction
par abonnement

MILAN

bayard
Lire pour la vie!

**BONUS
WEB!**



Abonnez-vous sur bayardjeunesse.ca/mpe et
recevez un livre numérique **EN CADEAU!**

POUR PLUS D'INFORMATIONS : BAYARDJEUNESSE.CA OU 1 866 600-0061

Offre valable jusqu'au 15 octobre 2014 et ne peut être combinée à aucune autre offre.

Apprendre ses leçons? Facile!

Septembre : le mois des éternels retours. Les vergers se remplissent à nouveau, les téléromans sont de retour à l'affiche, les enfants reprennent le chemin des classes... Quelles magnifiques occasions de profiter des petits bonheurs de la vie. Cela dit, un élément assombrit ce lot de beaux moments, car septembre, c'est aussi la reprise des devoirs et des leçons.

Par ANIK LESSARD ROUTHIER

> Qu'à cela ne tienne ! J'ai une bonne nouvelle pour vous, chers parents ! Il est possible de rendre l'apprentissage des leçons facile et amusant et, en prime, d'aider vos enfants à apprendre plus rapidement tout en conservant leurs nouvelles connaissances à long terme. L'étude et la préparation des examens, l'apprentissage des exposés oraux et même la gestion des tâches deviendront un jeu d'enfant, pour les petits comme pour les grands. Quelle est donc cette astuce incroyable, à laquelle j'ai personnellement décerné le prix de « découverte pédagogique de la décennie » ? Les cartes mentales !

Cartes mentales, heuristiques ou schémas...

Le concept de carte mentale (ou « carte heuristique », « carte conceptuelle » ou encore « mindmapping ») devient de plus en plus à la mode dans le monde de l'éducation. Si certains pays comme la Finlande s'avèrent des précurseurs de cette méthode, les classes québécoises commencent à se laisser conquérir. D'une valeur inestimable sur les bancs d'école, je suis d'avis qu'elles constituent un véritable trésor à la maison également.

Qu'est-ce qu'une carte mentale ? C'est simplement l'organisation d'idées et de concepts sur une feuille, en format paysage, en prenant soin de relier les éléments entre eux. Accessible à tous, cette technique fait le bonheur des cerveaux, puisqu'elle permet de mettre en œuvre les forces des deux hémisphères. Lors de l'étude dite « standard » (à partir de livres ou de notes de cours), c'est plutôt l'hémisphère gauche, rationnel, qui prend les choses en main. La carte mentale, en vertu de son apparence qui comprend des liens ou des flèches, des formes, et même parfois des couleurs et des dessins, sollicite aussi l'hémisphère droit, plus artistique

et plus intuitif. Les deux parties du cerveau collaborent donc avantageusement pour l'obtention de résultats supérieurs et durables, mais requérant moins de temps et d'énergie.

Comment faire ?

Il existe sur le Web bon nombre de ressources pour se familiariser avec cette technique (voir encadré). Certains bouquins, comme *Apprendre autrement* avec la pédagogie positive, d'Audrey Akoun et Isabelle Pailleau, aux Éditions Eyrolles, (un véritable coup de cœur pour moi) vous expliqueront aussi en long et en large ce dont il est question. Pour ma part, je dresserai ici les bases de la technique, en espérant vous mettre l'eau à la bouche, car les bénéfices d'une telle technique rendront le suivi scolaire beaucoup plus agréable et amélioreront sans aucun doute les performances de vos enfants, avec des efforts moins importants. Après tout, pourquoi s'échiner à passer des heures à étudier des tonnes de notes vite oubliées quand on peut le faire plus efficacement en quelques minutes ?

Pour démarrer, choisissez simplement votre sujet, que vous écrirez en plein milieu d'une feuille au format paysage. Cette orientation correspond au champ de vision de l'humain, qui est plus large que haut. Ensuite, spontanément, indiquez ce qui vous vient à l'esprit en prenant soin de relier les éléments au besoin. En fait, une carte peut avoir différents niveaux et les liens peuvent aller dans tous les sens. On peut aussi écrire sur les flèches, ajouter de la couleur aux mots, des dessins... Tout est possible, car les cartes mentales mettent à profit tant la structure de la pensée que la créativité. Pour une vision plus concrète, jetez un coup d'œil à ▶▶▶



Centre Montessori pour le développement de la petite enfance



Pré-maternelle reconnue
Programme éducatif innovateur
Immersion française

Nouvel emplacement École préscolaire – construction écologique (Monkland et boulevard Grand)

- Salles de classe éclairées - petits groupes.
- Grand terrain de jeux, aire de sable et d'eau intérieure, studios de yoga, musique et arts, cuisine « Petits Chefs », gymnase intérieur.
- Ventilation par déplacement d'air pour une qualité d'air intérieur idéale.
- Chauffage et climatisation par géothermie - planchers radiants.
- Cuisine bio pour des repas et des collations santé.
- Systèmes de sécurité à la fine pointe de la technologie.

Nouveauté Le Petit Orchard « Un lieu pour grandir »

Pouponnière à partir de 12 mois.
Un tremplin vers notre programme préscolaire.

Places disponibles pour l'année scolaire 2014-2015

- **Parent et bambin**
Programme de séparation.
- **Programmes préscolaires**
Le Petit Orchard, Les petits diabolotins, Les trois ans pleins de talent et les grands de quatre ans.
- **Programmes d'après-midi**
Montessori, préparation pour la maternelle, yoga, mandarin, espagnol et bien plus !



Montréal
5565, Ch. de la Côte-Saint-Antoine
514 483-6556

Pointe-Claire
159, Place Frontenac
514 630-3993

orchard-house.ca



la carte mentale que j'ai réalisée. En outre, n'oubliez pas l'astuce mnémotechnique CQQCOQP (« c'est cucul, c'est occupé ! ») En répondant aux questions comment, quoi, qui, combien, où, quand, pourquoi, vous obtiendrez une carte exhaustive, quel que soit votre sujet de base.

C'est plus simple qu'il n'y paraît : il faut seulement s'y mettre et pratiquer ! Au début, les cartes paraîtront plus ou moins bien organisées et manqueront peut-être de cohérence ou de logique. Cependant, à force de s'exercer à en créer, vous constaterez bien vite que votre enfant prendra de l'assurance et que ses cartes seront de plus en plus évocatrices. Notez que les cartes se prêtent aussi bien à une réalisation sur papier qu'à l'ordinateur. Plusieurs logiciels gratuits peuvent d'ailleurs être téléchargés (comme FreePlane ou Xmind, très faciles d'usage).

Un apprentissage actif et durable

En travaillant à sa carte, votre enfant se met déjà en mode d'apprentissage, puisqu'il doit créer des liens entre les notions et chercher les mots clés les plus significatifs. Il s'approprié ainsi la matière de façon personnalisée.

Contrairement à des notes rédigées de manière linéaire (c'est-à-dire des phrases qui se suivent dans un texte ou à l'aide de puces), la carte mentale n'est pas statique. On peut y ajouter des éléments en tout temps, et n'importe où. Cet avantage s'avère fort pratique en classe, si votre enfant utilise la carte mentale pour prendre des notes, puisqu'il peut structurer les notions entre elles au fur et à mesure, même si l'enseignant saute du coq à l'âne. Par ailleurs, le fait de noter uniquement des mots-clés rend la prise de note beaucoup plus rapide; les élèves peuvent alors demeurer

plus attentifs aux messages entendus. Cette intéressante vidéo, un reportage en français réalisé dans une classe de Finlande, vous en convaincra (<http://www.culturedel.info/cactusacide/?p=40>)

Une fois sa carte terminée, ou même en cours de processus, l'élève peut étudier en « expliquant » ce qui apparaît devant lui. En fait, il utilise les mots clés choisis pour émettre des phrases. Or, comme aucune d'elle (ou presque) n'est écrite, l'apprenant n'a d'autres choix que de reformuler à sa façon, ce qui garantit : 1) que l'élève comprend ce qu'il dit ; 2) qu'il n'y a pas de plagiat. Or, cela est souvent le cas quand les enfants ont à faire des recherches.

Lorsque j'étais enseignante au primaire, combien de fois ai-je vu des travaux qui ne sont qu'un ramassis de phrases recopiées par-ci par-là ? En questionnant les élèves sur le contenu de ce qu'ils avaient réécrit, je constatais souvent qu'ils n'en comprenaient même pas la véritable signification. Contre cette lacune se révèle particulièrement utile lors de la préparation d'exposés oraux. La plupart des jeunes rédigent un texte qu'ils tentent d'apprendre par cœur (ou qu'ils lisent carrément devant la classe). Avec les cartes mentales, aucune lecture ne devient possible puisqu'il n'y a plus de phrases. La carte sert tout bonnement d'aide-mémoire pour la présentation, mais vous constaterez qu'elle risque de ne même pas être consultée, tellement les notions auront été facilement mémorisées.

En effet, une fois sa carte adéquatement expliquée en ses mots, l'élève n'a plus qu'à la dissimuler pour en refaire le tour, de mémoire, un peu comme s'il se remémorait la visite d'un lieu et passait d'un endroit à l'autre sur une carte. ▶▶▶

Fêtes d'enfants

Deux endroits pour mieux vous servir

Une division de
Loisirs 3000 Inc.
Entreprise de gestion d'activités de loisir

CENTRE D'ESCALADE
VERTICAL

FUNOMAX
CENTRE D'ADRENALINE

20 ANS
DEPUIS 1992

Une journée
complètement sautée!

- Escalade et trampolines
- Plus de 10 plateformes différents
- Équipements professionnels
- Échelle « hélicoptère » de 10 mètres
- animateurs certifiés
- Grotte magique
- Autoassureurs

À partir de 150 \$

514 364-3320, poste 6138

1111, rue Lapierre, porte 10
Montréal, arr. LaSalle (Québec) H8N 2J4

escaladeVertical.ca

- @ 5 JEUX GONFLABLES
- @ 2 XBOX KINECT
- @ 3 TRAMPOLINES
- @ 1 PISCINE 25 MÈTRES AVEC TREMPIN

à partir de 99 \$

514 325-0150, poste 2045

7000, rue Marie-Victorin, bloc C
Montréal (Québec) H1G 2J6

funomax.ca

Vous serez surpris de constater que votre enfant, souvent en une ou deux fois, aura retenu l'ensemble de la carte (ou presque). Comment est-ce possible ? Cela repose sur le fonctionnement du cerveau : lorsque les éléments à retenir sont « installés » dans l'espace, le cerveau retient mieux.

Sceptique ? Faites ce simple test. Trouvez une liste de vingt mots et prenez 90 ou 120 secondes pour la mémoriser. Combien de mots aurez-vous retenus ? Reprenez ensuite le même exercice avec une nouvelle liste de vingt mots. Cette fois-ci, placez mentalement les mots dans la pièce où vous vous trouvez. Exemple : vous êtes dans la cuisine et vous devez mémoriser des mots, dont : banane, front, Canada, orignal et spaghetti. Placez mentalement le mot banane sur le frigo, le mot front sur le grille-pain, le mot Canada sur le comptoir, le mot orignal sur l'armoire et le mot spaghetti dans le four à micro-ondes. Une fois les secondes écoulées, tentez de vous remémorer la liste. Vous ferez le tour de la pièce et chaque endroit vous rappellera le mot qui y avait été placé. Ça fonctionne à merveille !

La technique est d'ailleurs si efficace que j'ai déjà connu quelqu'un qui mettait de véritables « post-it » de contenu partout dans la maison pour se préparer à ses examens. Une fois devant l'épreuve, il se remémorait où se situaient les notions, et obtenait des résultats impressionnants.

Un suivi parental plus facile et plus utile

Si l'usage de cartes mentales permettra, à moyen terme, à votre jeune d'acquiescer une grande autonomie dans ses apprentissages, cette technique facilitera aussi le soutien que vous pouvez offrir à la maison.

Évidemment, au départ, vous devrez encadrer votre enfant dans la réalisation de ses cartes et l'aider à faire des liens ou à préciser sa pensée. Une fois que les habiletés de votre enfant auront évolué, vous pourrez le laisser aller librement, puis relire ses cartes pour vérifier si elles sont claires. Une carte bien faite permet à un lecteur extérieur de comprendre rapidement les notions : c'est un résumé d'une efficacité redoutable. Celui-ci vous permettra de questionner votre enfant. N'oubliez pas que le survol d'une carte mentale exige peu de temps et peut être répété sur plusieurs jours d'affilée, pour une rétention puissante.

Vous pouvez choisir cette technique pour réviser les mots de vocabulaire, en demandant à votre enfant de les placer sur une carte, de les colorier, de les associer... Cela nécessite un peu plus de temps, mais les mots seront beaucoup mieux orthographiés.

Des témoignages éloquentes !

Lorsque j'ai découvert les cartes mentales, j'ai eu un véritable coup de foudre intellectuel. J'ai adopté cette

technique et, depuis, je m'en sers pour organiser mes projets, réfléchir à mes valeurs, étudier l'espagnol, etc. Je l'utilise aussi beaucoup lorsque j'enseigne, allant même jusqu'à résumer les travaux exigés sur une carte ou à faire des schémas pour évaluer les travaux de mes étudiants selon des axes prédéterminés. Plusieurs de mes étudiantes ont aussi eu une révélation. Bon nombre m'ont d'ailleurs adressé le même commentaire : « Dommage que personne ne nous ait parlé des cartes mentales avant, car ça fait toute la différence pour étudier et noter ! »

J'ai aussi constaté une nette amélioration dans les présentations orales et recherches de mes filles. Depuis que je les ai initiées à cette méthode, l'aisance de mes enfants pour s'approprier le contenu de leurs projets et présenter leurs exposés s'est décuplée. Leurs exposés, qui s'étendent entre 15 et 20 minutes dès le 1er cycle et vont jusqu'à 60 minutes au 3e cycle, sont effectués sans aucune lecture, dans leurs propres mots. Même ma petite dernière, en maternelle, a effectué son dernier projet à l'aide d'une carte et a pu exprimer facilement ce qu'elle voulait dire, dans un oral de quelques minutes.

Mon beau-fils, qui avait toujours de la difficulté à savoir par où commencer quand il rédigeait des textes, est maintenant en mesure d'en produire en un temps record, puisque la carte facilite la création d'un plan évocateur.

Enfin, j'aime tellement les cartes que l'habitude que j'avais de réfléchir à ma vie en écrivant dans un petit carnet s'est volatilisée ! Je m'adonne plutôt aux cartes mentales et tout s'éclaircit en moins de deux ! Sur ce, j'espère vous avoir convaincu de donner une chance à cette simple et merveilleuse technique qui se prête à toutes les sauces. Vous serez comblés ! ●

Pour en savoir plus

La fabrique à bonheur

<http://www.lafabriqueabonneurs.com/>

Dossier pédagogique sur les cartes mentales

http://carrefour-education.qc.ca/dossiers/les_cartes_mentales_ou_l_art_de_favoriser_la_russite_des_l_ves_en_se_simplifiant_la_vie

Apprendre à apprendre avec les cartes mentales

<http://www.cndp.fr/crdp-besancon/index.php?id=cartes-heuristiques>

Anik Lessard Routhier

Enseignante et auteure de la trilogie Hommes à parier
www.hommesaprier.com

Apprenez à photographier avec Photo-Poussette

Inscrivez-vous au seul cours de photo auquel bébé peut assister.
Prenez le contrôle sur votre appareil photo!



Montréal | Boisbriand | Longueuil



Pour plus d'informations, visitez notre site web Tél. : 514-567-3225

www.entrequatreyeux.com

Apprendre la photo autrement...

Événement bénéfique à l'occasion de notre 2^e anniversaire



DU PLAISIR POUR TOUTE LA FAMILLE
JEUX, BRICOLAGE, TIRAGE ET BEAUCOUP PLUS

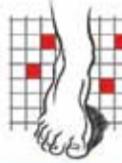
Tous les bénéfices seront versés à



Le dimanche
7 septembre 2014
de 10h à 16h

653, Ogilvy H3N 1N3 • 514.278.8697 Parc (5 min.)
jouetslol.ca (Fermé le lundi)





**CLINIQUE
PODIATRIQUE
DE L'AVENIR**

*Service podiatrique
pour toute
la famille*



- + Examen de la posture et de la démarche
- Pied creux
- Pied plat
- Pied vers l'intérieur
- + Orthèses plantaires
- + Recommandation de chaussures
- + Ongles incarnés
- + Verrues plantaires
- + Et réponses à vos questions

La santé des **pieds**
concerne aussi vos petits!

www.monpodiatre.com

450-668-5501
Laval
1565 Blvd De L'Avenir, Suite 212

514-908-2210
DDO
3400 Rue Du Marché, Suite 103

Garderie Éducative

Ahuntsic

www.garderieahuntsic.ca

L'apprentissage avec un grand sourire!

14, rue Sauvé Ouest, Montréal (Québec) H3L 3P9
(près du Métro Sauvé)

- Programme éducatif enrichi
- Personnel hautement qualifié
- Programme de pré-maternelle structuré
- Activités et sorties éducatives
- Matériel éducatif haute de gamme



Pour une visite, des informations ou une inscription, contactez-nous au 514 382.3030 ou inscrivez-vous en ligne au www.garderieahuntsic.ca

garderieahuntsic@yahoo.ca



Pourquoi, en colère, nous ne pouvons réfléchir

Par MITSIKO MILLER, CPC

> Pourquoi nos mains tremblent-elles lorsque nous ressentons de la colère ? Pourquoi avons-nous tant de difficulté à nous calmer, malgré tous nos efforts et nos respirations profondes et zen ? Pourquoi, tout d'un coup, voulons-nous avoir le dernier mot et sommes-nous prêts à nous battre jusqu'à la mort ? Pourquoi, soudainement, nous surprenons-nous à faire ou à dire des choses que nous savons d'avance que nous regretterons plus tard d'avoir dites, et que pourtant... nous ne pouvons nous empêcher de faire ou de dire ?!

Le travail du neuropsychiatre Daniel J. Siegel, auteur des livres *Parenting from the Inside Out* et *The Whole Brain Child*, a été une révélation : j'ai enfin pu comprendre pourquoi moi et mes enfants perdons tant nos moyens lorsque nous sommes envahis par la colère, la peur ou le stress.

À l'aide d'un modèle simple, Siegel explique comment notre cerveau réagit face à des stimuli provoquant d'intenses émotions chez nous. Comprendre ce fonctionnement m'a aidé à m'affranchir de la culpabilité écrasante que je vivais lorsque je me voyais replonger dans un mode réactif, malgré de nombreuses années de travail sur moi.

Lorsque nous crions, perdons notre calme, il est commun que nous nous jugions « incapable », « colérique » et « indigne ». Ainsi, après avoir cédé à la réactivité en faisant subir aux autres notre mauvaise humeur ou nos accusations, nous rentrons alors dans un nouveau cycle de blâmes, mais cette fois, dirigés vers nous-même : la culpabilité.

Au lieu de juger nos actes et nos gestes comme étant « inacceptables » et « destructifs », voyons notre colère comme un drapeau rouge nous invitant à sonder notre cœur pour mieux comprendre ce qui nous touche, pour apprendre de nos erreurs et corriger notre tir, une prochaine fois. Bien sûr, nous allons souhaiter exprimer du regret. Mais est-ce nécessaire de se blâmer et de se critiquer en le faisant ? N'est-ce pas une manière de se punir d'avoir été « imparfait » ? Et puis, qui a dit qu'il fallait être parfait ? Je préfère nous voir comme des personnes qui évoluent et apprennent de nos erreurs. Vous en dites quoi ?

En découvrant le principe de Siegel, j'ai réalisé qu'il était totalement inutile de trouver des solutions lorsque j'étais dans le mode combat/fuite. Pour retrouver mon calme, respirer profondément n'a jamais été suffisant dans mon cas. J'ai, avant tout, besoin de prendre du recul pour comprendre ce qui se passe en moi et de retrouver le calme intérieur.

La discipline positive de Jane Nelsen suggère de prendre un temps pour se recentrer, un temps de pause, pour revenir aux fonctions de notre cerveau supérieur. Quant à moi, je trouve encore plus efficace de pratiquer l'autoempathie, processus extrêmement puissant de la Communication Non Violente qui m'aide à me recentrer en quelques millisecondes (avec beaucoup d'années de pratique, bien sûr ;). L'autoempathie m'aide, à travers ses étapes, à sortir de l'émotivité et de la réactivité, à comprendre ce qui me touche réellement dans le moment présent, et à prendre les moyens pour trouver des solutions de manière proactive.

Le modèle du cerveau selon Siegel

Lorsque je pète un plomb : combat/fuite



Lorsque je me sens stressé ou en colère, je perds accès aux parties de mon cerveau qui me permettent d'être empathique, flexible, de raisonner et de trouver des solutions. Je me déconnecte totalement et tombe dans le fonctionnement de mon cerveau reptilien : immobilisation, attaque, fuite et survie ! Aucun moyen de parler, de raisonner et d'écouter...

Lorsque je suis calme : intégration



Lorsque je suis calme, j'ai accès à une partie du cerveau supérieur (cortex préfrontal) où mes facultés d'autorégulation des émotions, d'empathie, de prise de décisions, de logique et de raisonnement sont en fonction.

Puis, une fois calmée, je peux poursuivre la conversation avec mon enfant (s'il est également calme, bien sûr !) en pleine possession de mes moyens et dans l'écoute empathique pour trouver des solutions qui marchent pour moi ET pour lui.

*Des recherches démontrent que le fait de nommer les émotions dans le moment présent, permet de réduire leur impact et nous aide à revenir en mode intégration. ●



Livres à découvrir

La discipline positive, de Jane Nelsen

The Whole Brain Child, de Daniel J Siegel

Cessez d'être gentil soyez vrai !, de Thomas d'Ansembourg

Les mots sont des fenêtres ou des murs, de Marshall B. Rosenberg



PATINOIRE
ATRIUM
LE 1000

OUVERTE
À L'ANNÉE !



◆ Forfait famille

◆ Restos et location de patins sur place

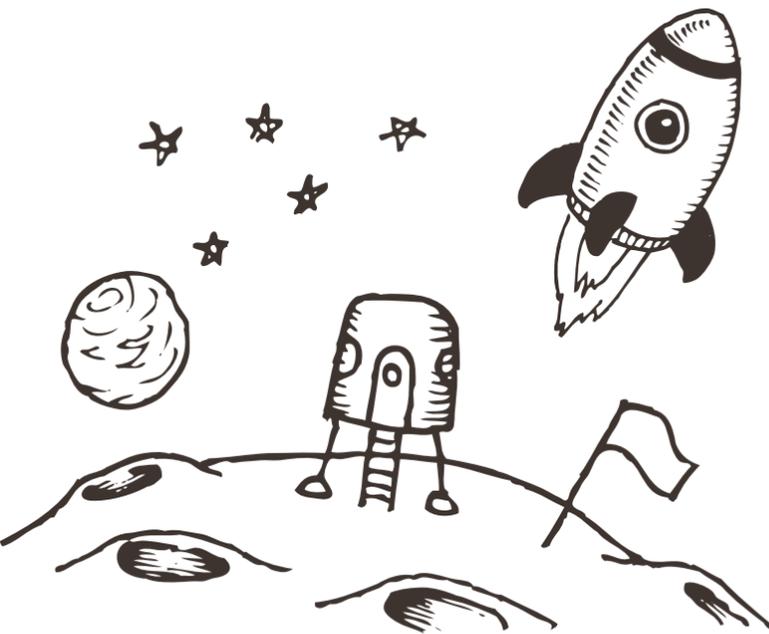
514 395-0555 | Le1000.com

Métro Bonaventure





Deux blogueuses rigolotes explorent différents lieux de Montréal en compagnie de leur marmaille. Cinq enfants, beaucoup d'humour et des dizaines d'idées de sorties !



Destination : la Lune

Après une année scolaire sous le thème de l'espace, Maman 3.0 décida de boucler la boucle avec une sortie au Cosmodôme, à Laval. Sans se faire prier, la FamilleCalme accepta de faire partie de l'équipage pour cette aventure « spéciale spatiale » !

➤ À peine entré, le groupe fut confronté à un premier défi de taille : le choix de la mission. Mars, l'astre lunaire, le cosmos, le futur ou le passé, toutes les destinations semblaient fort intéressantes. Après bien des tergiversations, l'équipage choisit de plonger dans l'histoire et de se rendre sur la Lune.

Billet en main et les yeux rivés sur l'écran qui indiquait l'heure d'embarquement, Fiston 3.1 attendait (im)patiemment pendant que sa sœur et les mousses visitaient l'exposition permanente. Peu après, le chef de l'expédition lança le signal du départ. Il remit à chacun des bracelets munis d'une puce électronique et énonça quelques consignes résumant le déroulement de la mission. GrandeSœur, Fiston 3.1 et Mademoiselle 3.2 choisirent d'entreprendre leur mission en solo. PetiteSœur et Frérot, eux, firent équipe avec un parent. Tous les enfants choisirent un écusson virtuel qui allait suivre leur progrès tout au long de l'aventure. Puis, enfin, la première porte s'ouvrit.

LePèreCalme, s'adressant aux enfants : Pensez-vous que les humains ont déjà marché sur la Lune ?

PetiteSœur : Moi, je pense que oui.

Fiston 3.1 : Oui, c'était le 20 juillet 1969 lors de la mission Apollo 11. Les astronautes s'appelaient Neil Armstrong et Buzz Aldrin.

Frérot, confondant ses classiques : On dit Buzz Lightyear.

Maman 3.0, en riant : Veux-tu que je te prête mon téléphone intelligent pour trouver des questions plus difficiles, LePèreCalme ?

Frérot, prenant la main de sa mère : On n'a pas de casque ou quelque chose pour le décollage ?

LaMèreCalme, rassurante : Non, ma petite étoile, c'est juste un jeu.

Devant l'écran de projection, il s'assit quand même très près d'elle. Il observa le compte à rebours descendre puis regarda défiler les images résumant la conquête de l'espace : John F. Kennedy annonçant qu'un homme marcherait sur la lune, Laïka, le premier chien envoyé en orbite, le sourire de Gagarine, les premiers pas sur la surface lunaire...

La projection se termina au bout de quelques minutes. Silencieuse, LaMèreCalme mesurait mentalement l'envergure de cet exploit et l'étendue des connaissances scientifiques que ce rêve impliquait.

Maman 3.0, semblant lire dans ses pensées : t dire que c'était il y a un demi-siècle !

Par la suite, la porte s'ouvrit devant un corridor à



l'image de ceux dans les films de science-fiction. En passant devant les portes closes, le groupe se déplaça pour pénétrer dans une autre salle où des écrans tactiles les attendaient. La mission : détacher le module lunaire et le faire alunir sur la cible. La tension était à son comble, c'était plus difficile que ça en avait l'air. Mademoiselle 3.2 commença à regretter d'avoir entrepris l'aventure en solo. Entre deux opérations, Maman 3.0 tenta de l'aider. Elle accomplit son épreuve juste à temps ! Ouf !

Ce fut ensuite le moment d'utiliser le Bras canadien pour effectuer des réparations à la station spatiale internationale. Le décompte bien visible, l'équipage travaillait sous pression. Frérot touchait au hasard l'écran tactile et les secondes de retard s'accumulaient. LaMèreCalme venait de trouver comment optimiser son temps quand la simulation prit fin.

LaMèreCalme, déçue : Pfft ! Une chance qu'aucune vie n'était en jeu !

Maman 3.0 : Heureusement, car il y aurait eu des morts !

La prochaine porte s'ouvrit sur un autre défi. Cette fois, il s'agissait de construire la station spatiale internationale, rien de moins ! Véritable chasse au trésor, chacun devait trouver sur le mur les photos des pièces demandées... lesquelles changeaient régulièrement. Les membres de l'équipage couraient dans tous les sens dans la salle. Après avoir rempli sans peine la première demande, Maman 3.0 ne parvint jamais à combler la seconde.

Maman 3.0, boudeuse : Je les ai toutes essayées, sans exception. RIEN NE FONCTIONNE ! Je vais me plaindre au fabricant !

LaMèreCalme, lui tirant la langue : Frérot et moi avons réussi !

Frérot, sautant : Ouais, on fait toute une équipe ! ▶▶

ESCALADE
clip'n climo[®]
LAVAL

DÉCOUVREZ

Cours d'escalade pour 6-10 ans
Inscription dès maintenant
pour la session d'automne

2929 Boulevard Saint-Martin
Laval, 450 934.9493
www.clipnclimblaval.ca

CENTROPOLIS

LAVAL Plein d'affaires à faire

TOURISME Québec



Avant de rentrer sur Terre, l'équipage termina sa visite de l'exposition permanente. Dans la pièce, des répliques des planètes du système solaire permettaient d'en apprendre davantage.

LaMèreCalme, lisant l'information sur Saturne un sourcil levé : Eh bien, les jours durent moins de 11 heures. Ce serait le mode turbo pour l'éternel « fusée, boulot, dodo » !

Maman 3.0 : Et elle met une trentaine d'années à faire le tour du Soleil, contrairement à une seule pour la Terre. Une éternité avant les prochaines vacances d'été !

LePèreCalme, rêveur : Mais avec ses nombreuses lunes, les nuits à la belle étoile seraient de toute beauté !

Pendant ce temps, PetiteSœur et Mademoiselle 3.2 marchaient à quatre pattes à côté d'une planète gazeuse dégageant de la fausse fumée.

Mademoiselle 3.2, concentrée dans son jeu : Vite, il faut sortir où nous allons brûler !

PetiteSœur : Rejoignons la Terre ! Nous serons si près de la lumière que nous pourrions devenir Déesses du Soleil !

Puis elles filèrent comme deux comètes ! Après avoir fureté partout dans la salle d'exposition, les membres de l'équipage se dirigèrent vers la sortie. En chemin, ils croisèrent la boutique souvenir.

Fiston 3.1 : J'ai faim !

Maman 3.0, ironique : Est-ce que ça t'arrive de ne pas être affamé ? Il est hors de question que je t'achète une sucette en forme d'étoile.



Fiston 3.1, pointant un présentoir : Regarde, il y a des sandwichs à la crème glacée... déshydratés.

Les astronautes en herbe auraient été ravis de tenter l'expérience, mais les parents opposèrent leur veto.

PetiteSœur : Wow, un chandail à colorier ! Ça se lave et ensuite, on peut recommencer !

LaMèreCalme : Donc tu vas te lever une demi-heure plus tôt le matin pour colorier ton chandail avant de partir pour l'école ?

PetiteSœur, déchantant : Je ne pense pas, non... (puis, jetant son dévolu sur une autre babiole) Une roche cosmique, alors ?

Enfin, les deux mères réussirent à entraîner leur petit monde à l'extérieur sans rien acheter. Les deux familles entamèrent un second voyage, beaucoup moins excitant celui-là : retour à la maison à travers les travaux routiers !

Maman 3.0, découragée à la vue des cônes et des automobilistes en file : On est capable d'envoyer des humains sur la Lune, mais on n'a toujours pas trouvé le moyen d'éviter les bouchons de circulation... Je prendrais bien une navette, moi ! ●

Par Julie Beaupré
Alias LaMèreCalme
(juliebeaupre.com/jamais2sans3/)

Et Nathalie Côté
Alias Maman 3.0
Coauteures de Bijoux de familles
<http://www.facebook.com/bijouxfamilles>

Jardin d'enfants bilingue



Places limitées
visites sur rendez-vous



Jardin d'enfants de Westmount
4350, rue Ste-Catherine Ouest
Westmount, Québec
Tél.: (514) 934-5636
wps@videotron.ca
westmountpreschool.com

Stationnement : entrée du côté de la rue Hillside
angle rue Ste-Catherine Ouest

Au-delà
des
attentes

PORTES OUVERTES :
mercredi 1^{er} oct. 2014
de 18 h 30 à 21 h

EXAMENS D'ENTRÉE :
• samedi 20 sept. 2014
• dimanche 19 oct. 2014

POUR INSCRIRE
VOTRE ENFANT :
wicmtl.ca ou
514 683-4660

École secondaire mixte offrant un
programme d'études enrichi en français
et en anglais menant à l'obtention d'un
diplôme d'études secondaires (DES)
reconnu par le MELS.

W

Collège de l'Ouest de l'Île
West Island College

851, rue Tecumseh
Dollard-des-Ormeaux H9B 2L2

MAGASIN D'ENTREPÔT
QUALITÉ ET CHOIX À PRIX ABORDABLE

VÊTEMENTS D'ÉCOLE ET TOUTES AUTRES OCCASIONS
POUR FILLES ET GARÇONS DE TOUS ÂGES

ENEZ VOIR & LAISSEZ LES EXPERTS
PRENDRE SOIN DE VOS BESOINS.



8875, RUE SALLEY, LASALLE
514 365-9699
WWW.GOLDTEX.CA

LUNDI - MARDI - MARDI - MARDI 10H À 17H | JEUDI - VENDREDI 10H À 18H | SAMEDI 9H À 17H



Superkids™
e-Tutorat

LE SEUL CAMP D'APPRENTISSAGE
INTENSIF INFORMATISÉ À MONTRÉAL

FRANÇAIS + ANGLAIS
MATH + SCIENCE

- SESSIONS RÉGULIÈRES PENDANT L'ANNÉE SCOLAIRE
- TUTORAT PRIVÉS DISPONIBLE
- CURRICULUM COMPLET INFORMATISÉ POUR TOUS LES NIVEAUX

CAMP D'HIVER INTENSIF ET LE FUN!

- RI-24 ET CATC DISPONIBLES.
- APPELEZ POUR LA PROMOTION "RÉSERVEZ TÔT"

superkidslearning.com

DORVAL
514-636-0360

SAINT-LAURENT
514-748-8288

MONTRÉAL
514-866-8168

GREENFIELD PARK
450-466-3213

Q Je suis mère de deux enfants et je suis séparée de mon conjoint depuis peu.

Nos deux enfants ont 10 et 12 ans et sont en garde partagée, une semaine chez l'un, une semaine chez l'autre. Ma fille Malika, la plus jeune, semble assez perturbée par la situation. J'ai surtout observé qu'elle semble être affectée plus particulièrement par la tristesse de son père.

C'est moi qui ai mis un terme à la relation et mon ex-conjoint a mal pris notre séparation. Mon ex-conjoint est une personne plutôt négative et pessimiste.

J'observe que lorsque Malika revient de chez son père elle est triste et tout a l'air lourd pour elle... au bout de quelque temps, de retour chez moi, je la vois redevenir elle-même, c'est-à-dire une jeune fille gaie et joyeuse, légère et toujours partante pour n'importe quel projet. J'ai compris aussi, qu'une fois, elle avait refusé l'invitation d'une amie pour ne pas laisser son père tout seul.

J'ai peur que la tristesse de son père ne l'atteigne et ne lui fasse du mal. Qu'en pensez-vous ? Est-ce que je dois en parler avec Malika ? Et comment le faire ?



R Voilà une question importante... et votre observation est bien intéressante. Votre ex-conjoint réagit fortement à votre séparation et depuis cette séparation Malika semble avoir du mal à être elle-même chez son père. Vous ne me dites pas comment Malika, elle-même, réagit à votre séparation.

Il est certain que lors de la séparation des parents, les enfants et adolescents vont avoir eux aussi à s'adapter à cette nouvelle situation. Ils n'ont pas choisi cette séparation et cela peut, bien sûr, leur faire vivre toutes sortes d'émotions. Selon leur âge, leur bagage de vie, leur tempérament, on peut voir des enfants très abattus, tristes et anxieux, en voir d'autres très en colère, frustrés, vivant de la culpabilité ou se pensant même responsables de la séparation... Bien des comportements différents peuvent donc être présents selon le contexte. Et les enfants passent par toutes sortes d'états d'âme, ce qui est normal et fait partie du cheminement.

Il faut alors aux adultes beaucoup de patience et de douceur pour comprendre, expliquer, rassurer et continuer d'exprimer leur amour à leurs enfants. Ces derniers vont s'adapter graduellement. Il faut leur laisser le temps, tout en gardant le lien avec eux, ce qui signifie être à leur écoute et avoir des échanges réguliers pour voir comment ils vont.

C'est une étape exigeante et plusieurs choses peuvent les aider. Par exemple, des personnes significatives de leur entourage peuvent être bien aidantes pour les soutenir. Ces personnes peuvent être des grands-parents, des proches de la famille et de l'enfant ou un parrain et une marraine. Ces personnes, par leur présence rassurante et leur écoute, peuvent soutenir l'enfant et l'accompagner émotionnellement.

Voici rapidement les grandes lignes de comment les choses peuvent être vécues par les enfants et les adolescents lors de la séparation des parents.

Pour ce qui est de Malika, vous constatez qu'elle semble réagir comme si elle était atteinte par la tristesse de son père, ne se montrant plus aussi gaie et enjouée que d'habitude. Et vous ne la reconnaissez plus...

Les enfants ont une grande capacité à être attentif aux besoins de leurs parents lors de situations difficiles et à les prendre en charge s'ils les sentent malheureux.

Ce que cela signifie, c'est que lors d'une séparation, un enfant va souvent avoir tendance à prendre soin du parent qui lui semble le plus vulnérable dans la situation. Votre ex-conjoint, dites-vous, a réagi fortement, est triste et abattu. Alors voilà, Malika réagit comme si elle ne souhaitait pas être trop gaie ou en forme pour ne pas rajouter à la peine de son père. À l'occasion, elle a

été, dites-vous, jusqu'à refuser l'invitation d'une amie pour rester auprès de son père. C'est sa manière à elle de veiller sur lui. Les rôles sont donc inversés, l'enfant prenant soin du parent, et ce n'est pas sain.

Il va être important effectivement d'avoir un échange avec Malika et de lui exprimer que son père est triste, ce qui est normal, pour l'instant. Cela ne sera pas toujours comme cela ; il a besoin de temps pour s'adapter lui aussi à la nouvelle situation. Il vit des émotions, tout comme elle sans doute. Il est souvent triste ou dans ses pensées, mais ce n'est pas à elle de s'en occuper. Il est adulte et il a des personnes autour de lui qui sont là pour lui. Il peut aussi aller chercher de l'aide à l'extérieur.

Profitez de cette discussion, pour lui demander comment elle-même se sent par rapport à la séparation. Vous pourrez voir alors avec elle quelles sont ses ressources pour prendre soin d'elle, en d'autres mots que fait-elle quand elle se sent triste ou fâchée pour exprimer ses émotions et se sentir mieux ensuite. Grâce à cet échange, elle pourra voir qu'elle a des outils et que, vraisemblablement, son père en a lui aussi. Cela devrait la rassurer et l'aider à ne pas se sentir responsable du bien-être de son père.

Faites ensemble le tour des personnes en qui elle a confiance et qui sont d'éventuels soutiens, voire des confidents pour elle afin qu'elle puisse constater qu'elle n'est pas toute seule.

Vérifiez aussi, si ce n'est déjà fait, comment cela se passe pour Malika à l'école : est-ce que les enseignants ou les éducateurs ont observé des changements dans son comportement ? Si oui, voyez alors avec les différents intervenants comment mieux l'accompagner dans cette étape et gardez le lien avec l'école, le temps nécessaire pour Malika de retrouver équilibre et paix dans son quotidien.

Je vous souhaite un bon échange à toutes les deux ! Parler libre et fait baisser l'inquiétude, cela sera sûrement profitable à l'une comme à l'autre. ●

Claire Foch

Consultante en psychologie
et coaching parental
www.clairefoch.com
Tél. : 450 714-2147
Consultations téléphoniques disponibles

RETOUR À L'ÉCOLE ET RETOUR AU TENNIS

INITIEZ VOS ENFANTS AU SPORT D'UNE VIE

Programmes juniors de tennis

- Programmes récréatifs pour les 4 à 18 ans de tous les niveaux
- Programmes Haute performance et Sports Études pour les joueurs avancés



514 735-2582
WWW.CLUBCDL.COM

8385 Chemin Côte de Liesse | St-Laurent, Qc. H4T 1G5

INSCRIVEZ-VOUS

Walter Weinzinger
Directeur du tennis
514 735-2582 x201
walter@clubcdl.com



Q Bonjour Mme Tupula, ma fille s'apprête à rentrer à la maternelle en septembre. Elle parle sur le bout de la langue quand elle prononce les sons « s, z ». Je remarque que les autres enfants de son âge dans notre entourage ne zozotent pas comme ma fille. Est-ce qu'on peut régler ce genre de problème en orthophonie ? Merci à l'avance !

R À la clinique, il arrive fréquemment que des parents nous fassent part de leurs inquiétudes au sujet des difficultés d'articulation de leur enfant, particulièrement pour les sons « s, z ». En effet, on nous mentionne « Mon enfant parle sur le bout de la langue ! » ou « Mon enfant zozote ! ». En orthophonie, ce type de problème d'articulation se nomme sigmatisme. Si la langue est visible au moment où l'enfant prononce les sons « s, z », on parle d'un sigmatisme interdental. Ce phénomène est fréquent et considéré comme normal jusqu'à l'âge d'environ 8 ans. Il arrive également que les bords latéraux de la langue ne soient pas bien positionnés à l'intérieur de la bouche au moment d'articuler ces sons, produisant ainsi un son distorsionné (l'air s'écoule d'un des côtés ou des deux côtés de la langue, entre les dents et la joue, plutôt qu'au centre). On parle alors d'un sigmatisme latéral (plus communément appelé « chlintement »), qui est atypique, c'est-à-dire qu'il ne fait pas partie du développement normal d'un enfant.

Qu'est-ce qui cause un sigmatisme ? Le sigmatisme peut être relié à une hypotonie (manque de tonus) au niveau de la bouche, à une instabilité au niveau de la mâchoire et de la langue, à une mauvaise habitude orale persistante et datant de l'enfance (p. ex. : sucer son pouce, ronger ses ongles), à une position de la bouche inadéquate au repos (bouche ouverte plutôt que fermée), à une hyposensibilité (manque de sensibilité aux stimuli externes), à une hypersensibilité (sensibilité exagérée aux stimuli externes) ou à des déviations spécifiques des structures orales (p. ex. : dents mal positionnées, dents manquantes, etc.). Le sigmatisme peut aussi être en lien avec des difficultés d'alimentation et de déglutition (action d'avaler) et des conditions médicales.

Comment se déroule l'évaluation ? L'orthophoniste est le professionnel qui évalue et traite ce genre de problématique. Lors de l'évaluation, il cherchera à savoir si l'individu présente ou a présenté en bas âge de mauvaises habitudes orales (p. ex. : utilisation prolongée de la suce). Également, il observera la respiration de l'enfant et la position de sa bouche au repos. Une respiration buccale (respirer par la bouche plutôt que par le nez) doit être corrigée et demande parfois d'être investiguée par un otorhinolaryngologiste (ORL) ou un allergologue. En effet, la présence d'allergies ou d'une congestion nasale chronique empêche une respiration nasale, entraînant ainsi une perte de tonicité des muscles oro-faciaux, et favorisant une

protrusion de la langue au moment d'articuler certains sons. Après une histoire de cas approfondie, l'orthophoniste fera un examen de la bouche, observera les différentes structures (dents, langue, palais, etc.), évaluera la sensibilité orale à certains stimuli et vérifiera la stimulabilité du patient, c'est-à-dire s'il peut prononcer les sons transformés adéquatement suite à un modèle ou à des indications. En plus d'évaluer l'articulation des sons dans différents contextes (production du son isolé, en dénomination, lecture, conversation et répétition), l'orthophoniste évaluera aussi la déglutition, c'est-à-dire la façon d'avaler du patient. Il survient fréquemment qu'un sigmatisme soit associé à une déglutition atypique (façon immature d'avaler, la langue poussant sur les dents d'en avant à chaque fois qu'on avale, faisant en sorte que les dents finissent par « avancer ». Il est possible d'enrayer cette mauvaise habitude par un suivi en orthophonie).

En quoi consiste le traitement ? Le traitement vise plusieurs objectifs : améliorer la discrimination auditive des sons « s, z », améliorer la conscience kinesthésique, c'est-à-dire la perception des mouvements et des articulateurs, stabiliser la mâchoire et instaurer une position orale adéquate au repos (ce dernier objectif est souvent travaillé avant même le début du traitement). Le suivi en orthophonie contient également un volet comportemental au besoin, pour éliminer les mauvaises habitudes orales.

Un travail sera réalisé en parallèle au niveau de la prononciation des sons « s, z » en contexte de mots isolés, de courts énoncés, de phrases et de conversation pour favoriser la généralisation des apprentissages moteurs dans la vie quotidienne. L'orthophoniste travaillera d'abord, avec le patient, le son le plus stimulant (le son le plus facilement produit par l'individu, p. ex. « s »). En corrigeant le « s », le travail permet ensuite de corriger le « z » généralement assez rapidement, l'articulation de ces deux sons se faisant de façon similaire. S'il n'y a pas de problème avec l'équilibre des muscles de la bouche et autour de la bouche pouvant provoquer des problèmes en regard de l'articulation des sons de la parole et de la déglutition (trouble oral myofonctionnel associé) et que le patient présente une bonne discrimination auditive au départ, il se peut que l'orthophoniste cible les deux sons à la fois lors du traitement.

Combien de temps dure le traitement ? Il est difficile de prévoir le temps que durera la rééducation d'un sigmatisme pour un patient donné, mais différents facteurs favorisent la rapidité du traitement :

- Absence d'un trouble oral myofonctionnel ;
- Articulation adéquate des autres sons (p. ex. : t, d, n, l) ;
- Absence de problèmes au niveau des voies respiratoires supérieures ;
- Absence de problèmes d'alimentation, de déglutition ou de sensibilité orofaciale ;
- Absence de mauvaises habitudes orales (si présentes, elles doivent être éliminées avant le début du traitement).

Quand débiter la thérapie ? Un patient qui présente un sigmatisme interdental sans trouble de langage peut débiter une thérapie dès l'âge de 8 ou 9 ans. Comme la plupart des enfants, vers cet âge, voient leur sigmatisme interdental disparaître sans intervention en orthophonie, il est logique d'attendre jusqu'à l'âge de 8-9 ans avant de débiter la thérapie. Ainsi, on évite de s'attaquer à un problème qui se serait résorbé seul. Toutefois, si un sigmatisme interdental ne s'est pas réglé spontanément vers l'âge de 9 ans,

il est vraisemblable de croire qu'il persistera si aucun orthophoniste n'intervient. Il s'avère inutile de débiter un traitement auprès d'un enfant qui n'a pas une occlusion dentaire optimale dû à des dents mal positionnées ou qui n'a pas encore ses dents d'adulte. D'autre part, un sigmatisme latéral doit être rééduqué le plus tôt possible. Certaines techniques d'intervention fonctionnent aussi tôt que 2 ans.

Puisque les orthophonistes en milieu scolaire priorisent généralement les enfants présentant des difficultés de langage ayant un impact sur les apprentissages scolaires, les parents qui désirent un suivi en orthophonie pour un sigmatisme doivent généralement se diriger vers un orthophoniste dans le secteur privé.

Bonne chance ! ●

Agathe Tupula Kabola, M.P.O., O(C)

Orthophoniste et directrice générale à la Clinique multithérapie Proaction
www.cliniqueproaction.com
www.facebook.com/CliniqueProaction
www.twitter.com/ProactionClinic

CENTRE D'AMUSEMENT FAMILIAL

JUNGLE
AVENTURE • ADVENTURE™

NOUVELLE ADMINISTRATION

Venez voir nos nouveautés!

Terrain de soccer

Piscine Ballon Gymnix

Fêtes d'anniversaire **25\$** de rabais
Sur les fêtes d'anniversaire de 10 enfants et plus au prix régulier. Sur présentation de ce coupon. Ne peut être jumelé avec aucune autre offre.
Jungle Expire le 1er octobre 2014*

ENTRÉE 2 POUR 1
Sur admission générale seulement. Ne peut être jumelé à aucune autre offre.
Jungle Expire le 1er octobre 2014*

1545 Boulevard Le Corbusier, Laval 450-681-2144 www.jungleaventure.com

Suivez nous sur:

*Coupons non valides jours fériés et relâches scolaires



Un projet d'avenir : développer l'écoute orientante

Comment ne pas tomber sous le charme d'Imma lorsqu'elle nous annonce, du haut de ses trois ans, son projet de devenir un dauphin, lorsqu'elle sera grande ? C'est mignon, mais cela exige également beaucoup d'imagination de ses parents, pour découvrir le ton juste pour accueillir une telle nouvelle. Tous les spécialistes que j'ai rencontrés m'ont toutefois assurée que ses parents n'ont pas à s'inquiéter. Imma aura l'occasion de changer plus d'une fois d'ambition et ce n'est qu'à partir de la grande école secondaire que l'on attendra d'elle un peu plus de réalisme.

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

➤ Pourtant, la motivation que trouvent les enfants dans les modèles qui les inspirent et auxquels ils aimeraient ressembler, en travaillant très fort, commence bien avant l'adolescence. Et c'est avec tendresse que Joëlle, une des mères que j'ai rencontrées à l'organisme Station famille, écoute sa grande fille de huit ans lui répéter, depuis déjà un bon moment, son rêve de devenir pâtissière. Pourtant, une certaine insécurité s'immisce dans son écoute attentive lorsque sa fille lui explique que ce qu'il y a de bien, dans la pâtisserie, c'est le fait de ne pas être obligée de demeurer à l'école trop longtemps : « Je veux donner une bonne base à mes enfants. C'est certain que je serais fière que mes enfants finissent avocats ou médecins, mais ce que je veux, avant tout, c'est de les voir persister assez longtemps pour qu'ils puissent avoir le choix plus tard », admet-elle. Il est vrai que la petite voit son père travailler fort depuis qu'il a décidé de retourner aux études.

Comment les parents peuvent-ils alors s'assurer que, par leurs paroles et leurs gestes, ils demeureront, pour leurs enfants, les guides et les modèles qu'ils rêvent d'être ?

Apprendre et observer : le métier des enfants

« Avant 12 ans, il est beaucoup trop tôt pour s'asseoir avec une liste des professions et demander à son enfant de choisir ; mais il n'est jamais trop tôt pour se connaître et connaître son école, sa communauté et la place que l'on aimerait y occuper », affirme à ce propos Amélie Sincennes, conseillère d'orientation à la Commission scolaire de Laval. Dès l'âge où nous avons tous rêvé de devenir princesse ou superhéros, les dialogues, les observations et les questionnements jouent donc déjà un rôle pour l'adulte que l'on deviendra, mais surtout, dans le lien de confiance que l'enfant établira avec ceux qui l'aideront à se découvrir. Et dans ce monde où le travail demeure,

pour bien des enfants, la principale voie dans laquelle les adultes semblent s'impliquer et interagir dans la société, leur fascination des modèles de grandes personnes démontre déjà ce qui les préoccupe et offre une bonne occasion de les interroger sur ce qui les attire dans le monde des grands. L'observation peut commencer très tôt, par le regard amusé de Jessica sur son garçon, qui se promène partout avec son camion de pompier, mais peut aussi prendre la forme d'un discours plus articulé, dès l'entrée au primaire.

Pourtant, certaines mères de Station famille s'inquiètent de voir les goûts de leurs enfants si influencés par les choix de leurs copains de classe. À ce propos, les conseillères en orientation rencontrées se veulent rassurantes : avant l'entrée dans l'adolescence, les parents et les proches de la famille demeurent les premiers modèles de référence de l'enfant, offrant les valeurs qu'ils auront tendance à adopter, ou à contester, le temps de s'affirmer. Les parents sont aussi les mieux placés pour les éveiller aux différentes problématiques sur lesquels ils pourraient devenir désireux d'agir. De plus, précise Laurie Clavel, également conseillère d'orientation à la Commission scolaire de Laval, en accompagnant les enfants dans leurs premiers choix, les parents peuvent aussi les influencer sur les modèles qui leur sont proposés et qui, parfois, ne plaisent pas à leur regard d'adultes : « Lorsque nous disons à nos enfants « Moi, j'aime ce que fait telle personne, parce que... », nous les influençons beaucoup, même dans les modèles qu'ils seront portés à choisir eux-mêmes. »

De manière plus générale aussi, les parents sont les premiers à présenter, aux yeux de leurs enfants, le rôle que le travail peut jouer dans leur vie et dans la nécessité de planifier et d'organiser leur vie en fonction d'objectifs à plus long terme. Mélanie a pu constater, dans sa vie de famille, comment, devant les transformations amenées par le télétravail, rendant les frontières de plus en plus poreuses entre la vie de famille et la vie professionnelle, les enfants peuvent davantage observer leurs parents en pleine action, même si des réajustements demeurent à faire : « Ma sœur vient souvent chez moi, avec son portable, parce qu'elle est traductrice et moi aussi ; ma fille me voit souvent devant l'ordinateur, alors elle nous imite. Ça l'amuse. Elle croit que nous jouons toute la journée parce que tout ce qu'elle connaît de l'ordinateur, ce sont les jeux [...] Elle me dit que, quand elle sera grande, elle utilisera des outils, comme moi. »

Mais tous les enfants n'ont toutefois pas la chance de la fille de Mélanie. Dans ce monde où les horaires fluctuent, les rituels de repas et autres moments partagés tendent à se perdre et, constatent les conseillères en orientation,

la compréhension du travail des parents demeure parfois assez floue jusqu'en quatrième ou cinquième secondaire : « Ils savent que leur parent va travailler, mais pas vraiment ce qui se passe là-bas et pourquoi. [...] Il pourrait être intéressant que l'enfant voit son parent dans son milieu de travail, ne serait-ce qu'une demi-journée », suggère Mireille Moisan, conseillère d'orientation au Séminaire Sainte-Marie de Shawinigan et chargée de projet à l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec.

Mais qu'arrive-t-il lorsqu'un parent, tout désireux qu'il soit de partager avec son enfant le rêve d'un avenir heureux et motivant, ne se sent pas lui-même pleinement accompli dans sa tâche professionnelle ? Lorsqu'il n'est pas le modèle qu'il rêvait de devenir ? Amélie Sincennes tente parfois de faire réfléchir les parents sur ce que leur attitude peut alors refléter : « On entend parfois, de la part d'un adulte « Bon, une autre journée de travail de finie, il en reste encore 2 ». Pour un enfant, ça laisse l'impression que le travail, où l'on passe ses journées entières, est une souffrance. Cela ne donne pas une vision très joyeuse de l'avenir. »

Les avis demeurent toutefois partagés chez les mères de Station famille quant à la meilleure manière de gérer leurs propres inquiétudes : certaines se refusent à aborder leurs propres peurs et à courir le risque de les transmettre, alors que d'autres, dont Émilie, pensent le contraire : « D'en parler n'amène pas nécessairement de la pression. Moi, mon père ne disait rien, c'était pire. On peut le faire avec nuance. Moi, quand je suis anxieuse, j'essaie de ne pas dire : « Ne fais pas cela » mais plutôt « Ça m'inquiète » et d'amener des solutions. » L'avis des conseillères en orientation, de même que la psychologue Johanne Sylvain, qui rencontre souvent des familles aux prises avec diverses appréhensions en thérapie, abondent plutôt dans le sens de la réflexion de Mélanie, pour autant, bien sûr, que les explications soient adaptées à l'âge : « Un enfant de 8 ans est capable de comprendre « Ça m'inquiète, j'aimerais que ce soit plus facile pour toi que cela l'a été pour moi ». L'important, c'est de continuer à interagir. Plus la communication est fluide, plus la petite graine de nos valeurs que l'on a essayé de semer a de chances de fleurir, avec le temps. »

L'expert de la connaissance... de son enfant

Mireille Moisan remarque que cette nouvelle génération d'enfants semble bien sensibilisée à toutes les conditions nécessaires pour construire un avenir meilleur, mais sans toutefois y discerner sa propre place : « Les jeunes de la quatrième et même de la cinquième secondaire n'ont pas tous appris à parler des questions qui les concernent. »

Des enfants qui s'expriment bien, j'en vois tous les jours : ils s'intéressent à la planète, s'engagent, ont des opinions, mais ils ne savent pas toujours en quoi ils sont bons. »

Johanne Sylvain a pu remarquer maintes fois que les enfants se livrent avec une spontanéité parfois étonnante sur ce qui les anime, à condition toutefois de tenir compte de leur capacité d'attention, qui ne se limite par exemple, qu'à une dizaine de minutes vers 5-6 ans, bien qu'il faille souvent prévoir un moment plus long pour laisser le temps à l'enfant de s'ouvrir. Lors des périodes un peu plus difficiles dans la vie de l'enfant, où le désir de grandir se fait moins présent, mais devient d'autant plus nécessaire pour maintenir la motivation de l'enfant, elle n'hésite pas non plus à multiplier les moyens pour ramener ces rêves à la surface : « Ils ont toujours quelque chose, une base, une idée, à partir de laquelle nous pouvons travailler, les amener à faire des projections. Tu peux demander à un enfant de dessiner le métier de ses rêves. » Mais Mélanie a pu observer aussi que les réponses viennent parfois d'elles-mêmes, pour qui sait prendre le temps de s'ouvrir à ce qui se passe : « Tu peux aussi les entendre parler de ce qui les passionne lorsqu'ils te demandent comment les choses fonctionnent. Mes enfants sont très verbomoteurs ; c'est facile de savoir ce qui les préoccupe. On voit aussi leurs intérêts à travers leurs jeux de rôle. Chez nous, les enfants ont des ensembles de jouets pour jouer aux pompiers, à la caissière, aux vendeurs, aux policiers. On peut les observer. »

Selon plusieurs mères de Station famille, avant l'adolescence, où le conformisme devient plus important, plusieurs enfants ne demandent pas mieux que d'avoir un public prêt à les féliciter, ce qui donne aux parents une bonne occasion de renforcer l'estime de soi des enfants. Cependant, bien que l'âge où l'on craignait de trop gonfler nos enfants d'orgueil est maintenant révolu, Laurie Clavel pense qu'une approche plus spécifique offrira davantage de bienfaits à long terme qu'un bombardement de vagues compliments qui peuvent parfois perdre leur sens, lorsque l'enfant prend conscience qu'il n'exceller plus dans un domaine : « On peut être très bon dans quelque chose, même si on n'est pas le meilleur tout le temps. [...] L'idée est de souligner des points précis qui reflètent ses compétences : il peut avoir choisi de belles couleurs, ne pas avoir dépassé en crayonnant. C'est toujours un dessin, mais qui fait ressortir des aptitudes très différentes. »

Les mamans de Station famille aimeraient bien sûr que l'école soit aussi en mesure de reprendre le flambeau lorsque vient le temps d'éveiller la curiosité des enfants, mais aussi de les accompagner dans leurs caractéristiques propres. C'est d'ailleurs ce que prône l'approche orientante, qui tend à s'implanter au secondaire et qui vise à aider les jeunes à faire des choix qui les concernent et qui sont

adaptés à leur manière d'être, dès le début du primaire : « Le parent peut aider son enfant à structurer son identité avant l'entrée au primaire. D'ailleurs, l'approche orientante est maintenant appliquée à l'école dès le niveau préscolaire afin d'aider les enfants à comprendre qu'ils sont différents de leurs camarades et que chacun a le droit d'avoir des forces et des goûts différents. Vers la fin du primaire, cela deviendra plus précis et l'on sera davantage en mesure de distinguer les intérêts, les aptitudes et les valeurs », a pu observer Laurie Clavel.

Cette approche n'est pas encore implantée également partout, ce qui n'empêche pas les parents de rechercher des programmes enrichis, lorsque leur enfant démontre des aptitudes. Mais la situation peut devenir plus problématique lorsque l'école devient, pour l'enfant, davantage synonyme de difficulté que de réussite. Johanne Sylvain suggère alors de trouver d'autres moyens, comme les activités parascolaires, pour préserver le lien et la motivation. Les parents peuvent aussi trouver une multitude de ressources dans leur quartier, par le biais des organismes communautaires, de la bibliothèque ou derrière leur écran. L'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec a même conçu un site (<http://choixavenir.ca/parents>) pour aider les parents à accompagner les enfants dès la fin du primaire.

Ces situations difficiles peuvent parfois amener les parents à se questionner sur la qualité de l'accompagnement qu'ils offrent ou même, lorsque l'enfant finit par se tourner vers des domaines inusités pour les parents, sur le rôle qu'ils pourront jouer auprès de leurs enfants dans ce processus. À ce propos, Laurie Clavel tient à rappeler aux parents que, même les jours où les parents se sentent maladroits ou plutôt novices dans les domaines qui passionnent leurs enfants et sentent le besoin de faire appel à une aide extérieure, ils peuvent quand même jouer un rôle fondamental : « C'est même une bonne occasion de montrer à ses enfants qu'il n'est pas important d'être bon dans tout pour réussir sa vie, et que l'on peut s'ouvrir aux autres même s'ils n'ont pas fait les mêmes choix ou s'ils sont différents de soi. »

Expérimenter le désir de grandir

Les spécialistes semblent s'entendre sur la richesse qu'apporte la diversité des expériences familiales. Et si les salons carrière ont été créés pour guider les adolescents dans leurs choix, d'autres infrastructures savent miser sur le désir de grandir des enfants pour faire partager des moments précieux aux familles, comme ceux vécus par Marianne, au Musée pour enfants, à Laval : « Les enfants peuvent y découvrir et y jouer les rôles associés à plusieurs métiers. Mes filles ont adoré cela, elles ont « pitonné » sur une caisse enregistreuse une partie de la journée. »

Mais les spécialistes de l'orientation se défendent bien d'inviter les parents à multiplier les activités exceptionnelles : « Stimuler son enfant à expérimenter, c'est le placer devant une multitude de situations nouvelles, sans que celles-ci soient nécessairement coûteuses ou extraordinaires, à nos yeux d'adultes. L'enfant peut aider dans le jardinage ou pour cuisiner des cupcakes. Pour un enfant, cela peut être très intéressant, mais exige tout de même des compétences et permet de dire à son enfant : « Tu es bonne pour mesurer les choses. » Toutes les occasions sont bonnes pour ce genre de reflets », précise Amélie Sincennes. Ces expériences quotidiennes, plus imbriquées dans le quotidien, qui impliquent une part de responsabilité et, parfois, obligent à tolérer un délai avant d'obtenir l'objet de ses désirs, seraient même celles qui en apprennent davantage aux enfants sur eux-mêmes et les poussent davantage de l'avant. Ce qui permet d'apprendre à savourer les étapes d'un processus, prépare alors d'autant plus les jeunes à la patience qu'exigent de longs parcours comme celui que représente le cheminement scolaire.

Devant la multiplicité des activités, Mireille Moisan précise que le soin qu'auront mis les adultes à faire un événement qui suscite la réflexion pourra également faire la différence entre une expérience qui transforme et une

autre, moins révélatrice : « Inviter quelqu'un pour parler des métiers du tourisme ou aller dans un salon, cela peut être très enrichissant ou assez peu, si on laisse, par exemple, un groupe de jeunes se promener durant une heure sans objectif précis : seuls quelques passionnés y trouveront ce qu'ils cherchent. Mais si l'activité est préparée, que le discours se poursuit avant, pendant et après, même si ce n'est pas la spécialité de tout le monde, elle peut servir à faire des liens. » Des occasions de parler des différents métiers et des cheminements qui y mènent, Marianne en trouve même à travers les événements qui animent sa maisonnée : « Quand on a fait les plans de la maison, ma fille dessinait beaucoup, et je lui ai expliqué que, pour dessiner la maison, c'est un architecte qui fait cela. »

Si ces expériences et ces découvertes en famille mènent donc parfois à quelques beaux coups de cœur, elles mènent aussi, parfois, admettent les spécialistes, au constat que l'intérêt ou les aptitudes ne sont pas là, ce qui peut causer quelques frustrations, mais ne serait pas forcément une mauvaise nouvelle, dans la mesure où cela ne mène pas à une fermeture du dialogue : « C'est le moment pour le parent de dire : « Tu n'as pas aimé, je l'accepte, mais qu'est-ce que tu n'as pas aimé dans ta journée ? Est-ce qu'il y a des choses qui t'ont plu »



QUE LUI SOUHAITEZ-VOUS ?

LCC propose aux élèves de tous les âges des possibilités exceptionnelles afin de découvrir et d'approfondir des talents et des intérêts qu'ils ignoraient posséder jusqu'à maintenant.

LE POUVOIR D'ÊTRE...
lcc.ca

PORTES OUVERTES

GÉNÉRALE
Le samedi 20 sept. de 9 h à 12 h
Le mardi 23 sept. de 10 h à 2 h et 5 h à 8 h

Présentation spéciale :
le samedi 20 sept. à 9 h 45, 10 h 45, et 11 h 45

MATERNELLE
Le mercredi 5 nov. de 9 h 30 à 11 h
Présentation spéciale : 10 h 15

LCC est une école anglophone mixte de la maternelle à la 5^e secondaire avec un programme bilingue de la maternelle à la 6^e année.

LOWER CANADA COLLEGE
4090, avenue Royal
Montréal (Québec)
514 482 0951

quand même ?» Certains jeunes ont besoin qu'on leur laisse davantage de temps pour s'approprier », conclut Johanne Sylvain.

Ainsi, une expérience est parfois repoussée par l'enfant lorsqu'il s'y sent, de prime abord, malhabile. Se dépasser et vivre des réussites peut alors devenir une bonne occasion pour lui d'augmenter son sentiment d'efficacité personnelle, qui permettra d'entrevoir les défis à venir d'un œil moins menaçant. Et, si l'habileté ne vient pas, elle offre au moins à l'enfant l'occasion de développer ses mécanismes d'adaptation, si l'enfant se sent quand même entendu dans ses limites et ses désirs. Mais comment différencier une expérience où l'enfant se sent écouté et se valorise d'une autre, qui n'engendrera que de la réticence ? « L'expérience devient plus négative si les échanges deviennent méprisants. Si l'on conclut, pour son enfant : «Tu n'es pas capable de faire cela» ou, si l'enfant n'est pas prêt et on tente de le forcer. En agissant comme cela, on risque de l'amener à ne plus vouloir essayer », prévient Johanne Sylvain.

Pour tous les spécialistes, cela ne signifie pas toutefois, qu'il faille pour autant renoncer à partir à la rencontre de l'inconnu, même avec des enfants plus friands de jeux vidéo que de découvertes ; se mettre à l'écoute de son enfant peut déjà, d'après Amélie Sincennes, s'avérer un bon point de départ : « On peut quand même questionner l'enfant, voir comment il joue et pourquoi. Quand nous étions petits, nous pouvions jouer à un même jeu, chacun pour des raisons différentes : Est-ce que l'enfant aime planifier ? Organiser les équipes en ligne ? Peut-être démontre-t-il déjà un tempérament de gestionnaire ? » Johanne Sylvain croit toutefois que si l'idée d'expérimenter quelque chose de nouveau amène en soi des tensions, cela signifie peut-être que, justement, il serait temps de viser une solution moins confortable, de prime abord : « Comme parent, on peut se questionner aussi sur ce que l'on entend par expérience positive. Est-ce une activité où personne ne pleure ? Qui a fait plaisir ? Pas nécessairement. C'est une activité où l'on a pu apprendre quelque chose sur soi, sur le monde et sur la relation que l'on aimerait entretenir avec lui. [...] On ne peut pas s'obliger à rester à la maison pour éviter une crise. Les crises, parfois, sont nécessaires. »

Apprendre à faire des choix

La disponibilité des parents est particulièrement sollicitée au moment des grandes transitions, comme celle de l'entrée au secondaire : « Même pour les adultes, ces choix-là sont difficiles alors, imaginez

pour un enfant. Mais cela ne devrait pas être une raison pour critiquer ses choix. Il existe d'autres façons d'encadrer : aller visiter les écoles, poser des questions, discuter avec lui des limites, dont le budget que l'on a », suggère Mireille Moisan, qui voit cette crainte se poursuivre ou même s'accroître, quelques années plus tard, au moment de l'entrée au cégep.

Consulter un conseiller d'orientation permet parfois d'identifier de nouvelles façons de faire le point et de trouver des solutions et des métiers encore inconnus faisant appel à plusieurs de leurs intérêts et aptitudes. La méconnaissance de la multitude des nouveaux emplois existants est d'ailleurs un problème. La nouvelle approche dite « orientante » dans les écoles tente d'y remédier dès la fin du primaire : « Nous avons constaté que les enfants avaient, au primaire, des rêves de carrière qui correspondaient à leur connaissance du moment et que ceux-ci demeuraient sans grande transformation jusqu'à la fin du secondaire. C'était toujours les mêmes dix professions les plus connues ou la profession des parents », explique Laurie Clavel. Cette réalité ne touche donc pas seulement quelques jeunes en difficulté, puisque d'après les statistiques présentées en 2012, lors d'une conférence présentée par la Commission scolaire de Laval, 80 % des jeunes de la cinquième secondaire n'ont pas de projets de carrière précis : « Certains jeunes sont bons dans tout, mais ne savent pas quoi choisir. C'est très angoissant choisir, parce que ça oblige à renoncer, à faire des deuils, alors que l'on n'est pas certain de la bonne voie à prendre », précise aussi Amélie Sincennes. Et pour cause, selon une recherche produite à l'Université Laval (Guay et coll., 2006), 48 % des jeunes cégépiens se sentent indécis concernant leur avenir et 25 % demeureront indécis après avoir terminé leurs études collégiales.

L'accompagnement des parents n'est donc pas seulement l'enjeu d'une année, et Amélie Sincennes explique que pour beaucoup de jeunes, il s'agit du premier grand choix que la vie leur donne l'occasion de faire : « Pourtant, se connaître, c'est se donner l'occasion de faire des choix, et cela pourrait commencer très tôt, de manière plus encadrée. On peut demander aux enfants de choisir leurs vêtements en leur proposant deux choix plutôt que toute la garde-robe, et si ce n'est pas exactement ce que l'on aurait choisi soi-même, se dire que ce n'est pas si grave. » En adoptant une telle attitude avec son fils dès l'âge de 3 ans, Maude a vite compris que cette stratégie permettrait d'éviter beaucoup de conflits. Aux yeux de Mireille Moisan, le grand défi n'est toutefois pas seulement de laisser l'enfant choisir, mais aussi de

lui laisser prendre conscience de son droit d'expérimenter, d'apprendre sur soi et même de faire des erreurs. Mélanie fait partie des mères qui pensent que, justement, les enfants peuvent supporter les conséquences mineures de quelques erreurs, pour lesquelles ils pourront se raviser : « Parfois, je tente de le guider et il ne m'écoute pas. Je sais ce qui est bon pour lui, mais, si ce n'est pas grave, je le laisse essayer quand même de faire quelque chose tout seul ou de mettre un vêtement trop chaud. Ensuite, c'est lui qui vient demander de l'aide ou un changement. »

De même, parmi les familles que rencontre Johanne Sylvain en thérapie, elle observe parfois des personnes moins enclines à accepter le risque inhérent à toute décision. Pourtant, elles font rarement de graves erreurs lorsqu'elles choisissent en fonction de leurs valeurs profondes. Amélie Sincennes ajoute que l'un des renoncements nécessaires est celui de trouver un jour l'unique et parfaite solution, un renoncement qui ouvre la porte à beaucoup de liberté : « Nous ne sommes pas uniquement faits pour un seul métier. Je peux être une bonne conseillère d'orientation, mais cela ne signifie pas que je n'aurais pas pu être bonne et prendre du plaisir dans autre chose. Les réorientations à tout âge sont de plus en plus populaires. »

L'implication dans le désir de l'autre

Un plus grand besoin de plaire ou de se situer dans une norme pourraient aussi rendre des enfants plus vulnérables que d'autres aux attentes de l'entourage, dont celles de leurs parents. En revanche, il n'est pas toujours évident pour ces derniers de se mettre dans la peau de leur enfant et d'imaginer pour lui un avenir heureux, surtout lorsque les projets des enfants s'appuient sur des intérêts vraiment différents des leurs. Lorsque les parents viennent frapper à la porte

Musée pour Enfants
CPE - Familles - Anniversaires
www.museepourenfants.com

Quel enfant n'a pas un jour rêvé d'être pompier, astronaute, vétérinaire, capitaine de bateau, professeur ou acteur, de monter à bord d'une ambulance ou de traire une vache. Un décor enchanteur, un concept unique où parents et enfants viennent s'amuser en découvrant différents métiers. Enfin un Musée où il est permis de toucher à tout.

N'OUBLIEZ PAS VOTRE APPAREIL PHOTO!

3805, boul. Curé-Labelle Chomedey, Laval 450 681-4333

JE, TU, ELLE, NOUS, VOUS, ELLES

L'AVENIR SE CONJUGUE AU FÉMININ

PORTES OUVERTES
Dimanche: 28 septembre 13h à 16h
Lundi: 29 septembre 13h30 à 15h

The Study
LE MONDE A BESOIN DE FEMMES FORMIDABLES

ÉCOLE PRIVÉE POUR FILLES OFFRANT UN PROGRAMME BILINGUE ENRICHÉ (MAT - SEC V)

thestudy.qc.ca
@thestudyschool

3233 The Boulevard, Westmount

DECLARATION D'ADMISSIBILITÉ À L'ENSEIGNEMENT EN ANGLAIS NON REQUISE DE LA MATERNELLE À LA 6^e ANNÉE

d'Amélie Sincennes pour demander de l'aide, elle se fait alors un devoir de leur rappeler que la décision à prendre doit demeurer celle de l'enfant. Les déceptions dont elle a été témoin chez des adultes qui ont dû se réorienter après avoir fait des choix pour plaire à leurs parents ou reprendre l'entreprise familiale, la confortent dans ce sens : « À l'adolescence, le jeune peut être attiré par d'autres valeurs et cela peut faire vivre des frictions, mais il n'en reste pas moins qu'entre vouloir transmettre ses valeurs et choisir à la place de l'autre, il y a une grande différence. [...] Parfois, on peut proposer des solutions temporaires pour rendre la situation plus confortable, mais ce n'est pas nous, les conseillers d'orientation, qui décidons. Nous offrons seulement des outils pour prendre la meilleure décision possible. » Même si Johanne Sylvain a vu des enfants se rendre malades à essayer de combler les attentes parentales, elle ne croit pas qu'il faille lancer la pierre à toutes ces attentes, qui aident malgré tout les parents à demeurer impliqués dans la vie de leur enfant : « Mais ces attentes deviennent beaucoup plus lourdes à porter le jour où on demande à la génération suivante de porter nos propres rêves non réalisés ».

Les conseillers en orientation, tout comme les parents, se butent néanmoins parfois à des situations où les rêves proposés par les adolescents leur semblent difficilement réalisables ou, pour le moins, présenter beaucoup d'embûches. Et Amélie Sincennes doit parfois susciter une telle réflexion chez des adolescents, un travail qui se poursuit aussi à la maison. Sans dénigrer les modèles qui les inspirent, que ce soit les vedettes ou autres, elle croit qu'il est possible d'aider l'enfant sous un angle un peu plus réaliste ou même un peu moins superficiel : « L'idée n'est pas de dire « Pourquoi tu l'aimes ? C'est une idiote ! ». Un jugement comme celui-là peut enlever à l'enfant l'envie de parler de ce qu'il découvre, même plus tard. Mais le parent peut amener des questionnements. Si un enfant rêve de faire un métier où les conditions sont précaires, il peut lui demander s'il serait prêt à vivre à la pigo, avec l'insécurité matérielle que cela représente. Si un enfant veut faire un emploi pour lequel le parent doute que son enfant ait les notes ou les compétences, comme vétérinaire, il peut lui demander ce qu'il aime dans ce métier : cela peut ouvrir la porte, déjà, à d'autres professions auxquelles il n'avait pas pensé. »

Afin d'aider l'enfant ou le jeune à prendre conscience de ses limites, Johanne Sylvain suggère qu'il est parfois plus positif de pousser son enfant vers de nouvelles occasions d'expérimentation, à court terme, que de tenter de le freiner : « Parfois, il faut se servir de ce qui est en place autour de soi pour voir si un choix est porteur d'avenir. On peut essayer de rencontrer un professionnel qui vit cette réalité au quotidien et qui peut donner son avis. Je fais souvent appel à la structure environnante aussi lorsque des aspects du tempérament sont en jeu. En encourageant l'enfant à faire des tentatives qui le mettent dans une situation comparable à celle qu'il vise pour plus tard, on peut préserver la relation en restant du côté de l'enfant et en l'encourageant, même si les résultats ne sont pas ceux qu'il espérait. »

Au moment de trouver un plan «B», ou même un plan «C», certains parents sont aussi souvent les mieux placés pour entrevoir les liens entre des propositions, en apparence hétéroclites, qu'avancent les enfants, comme ce fut le cas pour le fils de Gaétane : « Au début, ce qu'il voulait, c'était être avec les reptiles, s'en occuper. Son père lui a fait remarquer qu'il pourrait difficilement gagner sa vie avec cela ; alors il a décidé d'aller s'inscrire en soins infirmiers. Mais je crois que, sous les apparences, il y a un lien : il voulait prendre soin. Il est comme cela. »

Les parents peuvent donc trouver de bonnes raisons de se donner toutes les chances de croire aux rêves de leurs enfants, ne serait-ce que le temps des découvertes, mais aussi, parfois, en leur propre compétence pour les soutenir. Par-delà les appréhensions, les nouvelles approches, les nouvelles technologies et leurs doutes quant à leur propre cheminement, plusieurs parents finissent par prendre conscience de la force de l'inspiration des modèles qui les ont eux-mêmes guidés, lorsque vient le moment d'accompagner leur enfant à leur tour comme ce fut le cas pour Maude : « Tous mes amis prévoyaient aller au collège ou à l'université. Ça allait presque de soi pour eux. Lorsque j'ai annoncé que, moi, je préférais faire un diplôme d'études professionnelles en coiffure, j'ai senti une critique de la part de mes professeurs et de mon directeur. Ils me disaient : « C'est ton choix, mais... ». Mes parents, de leur côté, m'ont encouragée à faire ce que j'aime vraiment. S'ils n'avaient pas été là, poursuivre mes rêves aurait été beaucoup plus difficile pour moi. Je veux encourager mes enfants, comme mes parents l'ont fait. » ●

Merci à :

Mireille Moisan, conseillère d'orientation au Séminaire Sainte-Marie de Shawinigan et chargée de projet à l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec (OCCOQ) www.orientation.qc.ca

Laurie Clavel et Amélie Sincennes, conseillères d'orientation à la Commission scolaire de Laval

Les mères Marianne, Mélanie, Jessica, Maude, Émilie et Joëlle, ainsi que l'animatrice Gaétane Lafontaine, à l'organisme Station famille (514-762-2525)

Johanne Sylvain, psychologue clinicienne (514-718-3053)

Pour en savoir plus :

À lire :

Gérard Roudaut (2007) Réussir l'orientation de ses enfants, déterminer leurs points forts, développer leur confiance en eux, 2ème éd. Studyrama, Levallois-Perret, 315 p.
Collectif (2013) Guide pratique des études collégiales au Québec 2014, et Guide pratique des études universitaires au Québec 2014, Éditeur : SRAM, Montréal

En ligne :

Tout pour réussir, www.toutpourreussir.com (Guide des métiers spécialisés au secondaire ou au collégial)

L'Espace virtuel pour les parents, créé par l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec : <http://choixavenir.ca/parents/>

À visiter :

Musée pour enfants à Laval : www.museepourenfants.com

Salon national de l'Éducation de Montréal : www.salonnationaleducation.com

Cité dans le texte : Guay, F., Ratelle, C. F., Senécal, C., Larose, S. & Deschênes, A. (2006) « Distinguishing developmental from chronic career indecision: Self-efficacy, autonomy, and social support » *Journal of Career Assessment*, 14(2), 235-251.

BALLET DIVERTIMENTO
ÉCOLE ET CENTRE CHORÉGRAPHIQUE

**DANSER, BOUGER ET APPRENDRE
TOUT EN S'AMUSANT !**

Initiation au ballet (3 et 4 ans) • Pré-Ballet (4 et 5 ans) • Ballet et Flamenco (dès 6 ans)

3305, RUE DUROCHER
MONTREAL (QUEBEC) H2K 2E7
WWW.BALLETDIVERTIMENTO.COM
514-283-2157

Le Centre des Arts de Dollard www.centreatdollar.com

COURS D'ART
Pour les enfants, les ados et les adultes!
Enseignés par des professionnels : dessin, peinture à l'huile et acrylique, techniques mixtes, argile, pastels, photographie, films d'animation, composition de chansons, théâtre, pré-scolaire, céramique, hip hop, arts du cirque, piano, guitare, et chant.

Les cours débutent le 29 septembre 2014

Téléphonez au 514 684-1012 poste 213 pour recevoir notre brochure
12 001, boul. de Salaberry, Dollard-des-Ormeaux

GRATUIT POUR LES ENFANTS*
LE 14 SEPTEMBRE 2014

ZOOECOMUSEUM.CA **ZOO**
ECOMUSEUM

Activités et cours parascolaires

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Aquadôme

Cours de natation préscolaire, programme de la Croix-Rouge pour les 6 à 12 ans, cours pour ados ainsi que cours privés. 514 367-6460 www.aquadome-lasalle.com

Association Récréative Milton-Parc

Cet organisme à but non lucratif offre de cours de natation à des prix abordables. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

Au cœur de l'eau

Cours privé, semi-privé ou en groupe offerts dans de piscines à température très confortable, soit 32°C. Aussi cours privés pour vaincre la peur de l'eau. 514 948-5709 www.aucoeurdeleau.com

Centre Père Sablon

Cours privés et semi-privés 514 527-1256 Poste 301 www.centresablon.com

Centre Y de NDG

Cours de natation pour enfants âgés de 6 mois à 15 ans 514 486-7315 www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Cegep André-Laurendeau

514 325-5375 poste 1 www.loisirs3000.ca

Cepsum

Programme de natation et de sécurité aquatique de la Croix-Rouge. Pour les 2 à 5 ans, les 6 à 9 ans et les 8 à 17 ans ainsi que cours de perfectionnement Pour les (10-17 ans). Au Cepsum à l'université de Montréal. 514 343-6150 www.cepsum.umontreal.ca

Club aquatique de l'est de Montréal

Programme Croix-Rouge préscolaire, jardin aquatique et école de natation. Cours de plongeon et water-polo 514 623-6884 www.clubbaem.qc.ca

Club aquatique de Rivière-des-Prairies

Natation, plongeon, water-polo et nage synchronisée. 514 494-9718 www.clubaquatiquequidp.org

Club aquatique du Sud-Ouest

Plongeon, water-polo et nage synchronisée. 514 802-7442 www.caso-montreal.com

Club aquatique les Piranhas du Nord

Natation, la nage synchronisée,

plongeon et water-polo. 514 385-1525 www.clubcapn.com

Club aquatique Rosemont

514 723-2777 www.clubaquatiquequidp.com

Club de natation Plateau Mont-Royal

Centre du Plateau 514 872-6830 www.centreduplateau.qc.ca

Complexe sportif du collège de Bois-de-Boulogne

Programme de natation en groupe, privé ou semi-privé pour les 2 à 5 ans et les 6 ans et plus. 514 332-3002 www.complexesportif.bdeb.qc.ca

Complexe sportif Marie-Victorin

514 325-5375, poste 6138 www.loisirs3000.ca www.complexesportifmarievictorin.com

École de Natation Père Sablon

Programme de natation qui vise à amener chaque nageur à développer son plein potentiel. 514 527-1256 Poste 301 www.centresablon.com

École de natation Régent

LaCoursière 514 354-9200 www.regentlacsoursiere.com

École d'O

Expérience aquatique valorisante. Cours privés pour vaincre la peur de l'eau et apprendre à nager. À Montréal et Laval. 450 728-0224 www.ecoledo.com

Natation Ado

Débutant, intermédiaire, expert. Cours de perfectionnement des 4 styles de nage (crawl, dos crawlé, papillon et brasse) Sports Montréal 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

Natation CAFA Anjou

www.natationcafaanjou.com

Institut de natation de Montréal

Cours de natation personnalisés 514 294-8259 swim-montreal.com

Sports Montréal

Ce programme de natation pour les 6 à 12 ans, conçu par la Croix-Rouge canadienne, vise à développer les techniques de nage et les principaux styles de nage à l'intérieur de ses 10 niveaux. Sports Montréal 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

YMCA

Programme préscolaire pour les

(6 mois à 5 ans); Initiation à la natation, petits nageurs et programme étoile pour les (6 à 17 ans) Centre Y Cartierville 514 313-1047 Centre Y du Parc 514 271-3437 Centre Y Hochelaga-Maisonneuve 514 255-4651 Centre Y Notre-Dame-de-Grâce 514 486-7315 Centre Y Ouest-de-l'île 514 630-9622 Centre Y Westmount 514 931-8046 Centre Y Ville Saint-Laurent 514 747-9801 Centre Y Pointe-Saint-Charles 514 935-4711 Centre Y Centre-ville 514 849-8393 www.ymcaquebec.org/fr/enfance

RIVE-NORD

Centre aquatique Le Gardeur

450 581-2049 www.centreaquatiquelegardeur.com

Club de natation de Laval

450 661-7549 poste 271 www.natationlaval.qc.ca

Club de Plongeon Laval

450 664-1320 poste 5672 www.plongeon.com

Club de sauvetage de Laval

450 661-6001 poste 503

Club Torpille

438 448-2436 www.clubtorpille.com

Complexe Tennis 13

450 687-9913 www.tennis13.com

École de natation du Carrefour Multisports

450 687-1857 poste 374 www.carrefourmultisports.com

École d'O

Expérience aquatique valorisante. Cours privés pour vaincre la peur de l'eau et apprendre à nager. 450 728-0224 www.ecoledo.com

Mini Polo

Initiation au Water Polo 450 661-6001 poste 501 www.waterpololaval.com Nage synchronisée Ce programme vise l'apprentissage de la nage synchronisée dans un contexte progressif et par étape. Pour les 5 à 7 ans, 8 à 10 ans et les 11 à 17 ans. 450 661-6001 poste 502 www.synchrolaval.com

Nage synchronisée - Rigol'eau

Ce cours s'adresse aux jeunes qui veulent s'amuser tout en apprenant les bases de la nage synchronisée. 450 661-6001 poste 502 www.synchrolaval.com

NatAction

École de natation privée qui offre une gamme de cours du programme de la Croix-Rouge. 450 433-0638 www.centreaquatik.com

Plongeon

Initiation et perfectionnement aux techniques de base des plongeurs. 450-664-0396 poste 241 www.plongeonlaval.com

Water Polo

450 661-6001 poste 501 www.waterpololaval.com

RIVE-SUD

Centre aquatique de Chambly

Cours de natation, plongeon. 450 447-5577 poste 0 www.cacqc.tripod.com

Centre sportif Monpetit

450 651-4720 www.college-em.qc.ca

Club de natation de Boucherville

450 449-8226 www.cnmustang.com

Club de natation de Saint-Lambert

450 923-6595 www.bluemachine.ca

Club de natation Hippocampe

450 443-3975 www.clubhippocampe.com

Club de natation Samak

450 466-6563 www.natation-samak.org

Les plaisir de l'eau

Programme de natation PDL : expérience aquatique valorisante pour les 3 à 15 ans. À la piscine semi-olympique du Collège Français à Longueuil 514.923.6323 www.amactive.ca

Plongeon

Club de plongeon de Brossard. 450 445-8970 www.agami.ca



Acadam
Répertoire de tuteurs dans plusieurs régions du Québec
www.acadam.com/fra

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Accès à 16 postes informatiques et à l'ensemble des ressources disponibles à la Grande Bibliothèque. Des accompagnateurs sont sur place afin de les guider dans leur recherche documentaire. Service gratuit. Pour les 8 à 13 ans. 514 873-1100 www.banq.qc.ca

Centre de tutorat Lansdowne

Tutorat individuel pour les élèves de la maternelle au cégep. 514 487-6516 www.thelansdownecentre.org

Club d'aide aux devoirs

Les enfants font leurs devoirs quotidiens sous la supervision des accompagnateurs qualifiés. Au Centre Y Ouest-de-l'île 514 630-9622 www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Club d'aide aux devoirs

Au Centre Y Pointe-Saint-Charles 514 935-4711 www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Enfant & compagnie

514 327-8484 www.enfantetcompagnie.com

Kumon

Programme parascolaire de

mathématiques et d'anglais De la pré-maternelle jusqu'au niveau pré-universitaire. Plusieurs centres à Montréal, La rive sud et la rive nord. 800 222-6284 www.fr.kumon.ca

La Litote

Académie de français. 514 685-8600 www.lalitote.ca

Les associés d'apprentissage de Montréal

Tutorat et rééducation 514 989-9360 www.lamntl.org

Patro Le Provost

514 273-8535 www.patroleprovost.qc.ca

Service d'Aide aux Devoirs Supervisé

Au Centre Multi-Ethique en collaboration avec l'Académie Québécoise d'Apprentissage. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

Étude et Arts Martiaux

Ce programme veut procurer aux élèves immigrants principalement de milieux défavorisés un soutien académique afin de vaincre le décrochage scolaire et favoriser l'intégration sociale. Centre d'arts martiaux familial AcadéKicks. 514 99-kicks www.acadekicks.com

Sports et aide aux devoirs

Ce programme pour les (6 - 11 ans) et les (12 - 17 ans) comprend des jeux actifs et sports suivis d'une période de calme et d'une assistance aux devoirs avec des animateurs. Au Centre Y Hochelaga-Maisonneuve 514 255-4651

Superkids e-Tutoring

Programme entièrement personnalisé. 514 866-8168 514 748-8288 514 636-0360 www.superkidslearning.com/fre

RIVE-NORD

Aide aux devoirs Laval

450 664-1917 poste 261 www.aideauxdevoirs.org

Kumon

Programme parascolaire de mathématiques et d'anglais. Apprentissage individualisé

de la pré maternelle jusqu'au niveau pré universitaire. 800 222 6284 www.fr.kumon.ca

RIVE-SUD

Acadam

Répertoire de tuteurs dans toutes les régions du Québec www.acadam.com/fra

Bibliothèque de Brossard

Une salle d'étude où des tuteurs-bénévoles supervisés par un intervenant scolaire seront présents pour aider les enfants avec leurs devoirs. Pour les élèves du primaire, contactez Magda Zemmou au 450 923-6304 poste 6136 Pour les élèves du secondaire, contactez Sarah-Ann Brisson au 450 923-6304 poste 6285

Kumon

Programme parascolaire de mathématiques et d'anglais. Apprentissage individualisé de la pré maternelle jusqu'au niveau pré universitaire. 800 222 6284 www.fr.kumon.ca

Superkids e-Tutoring

Programme entièrement personnalisé. Greenfield Park 450 466-3213 www.superkidslearning.com/fre



ARTS DE LA SCÈNE

Ballet classique

Académie de danse d'Outremont 514 276-6060 www.academiedanse.com

Ballet classique

Ballet métropolitain de Montréal 514 521-0007 www.balletmetropolitain.com

Ballet classique

Initiation pour les 3 - 4 ans, Pré-ballet pour les 4 - 5 ans, Ballet pour les 5 ans et plus. École Ballet Divertimento 514 285-2157 www.balletdivertimento.com

Ballet classique

Programme professionnel danse-études

Psychoéducatrice pour enfants
Consultation à domicile Vaudreuil-Soulanges - Ouest-de-l'île

- Habiletés sociales
- Besoins particuliers
- Comportements
- Autisme
- Anxiété
- TDAAH

De plus :

- Conférences pour parents et intervenants
- Ateliers de préparation à l'école (3-5 ans)
- Ateliers d'habiletés sociales (5-12 ans)
- Ateliers de stimulation (0-3 ans)
- Support-conseil aux garderies

JESSICA BOISSELLE-LADOLKEUR, M.Sc.
(membre de l'OPPQ et de l'ANQ, repus disponibles)
514-554-0199 www.JBLEducation.org

École nationale de cirque MONTREAL

Passionnés de cirque?

Cours en arts du cirque

- Activités récréatives (6 à 16 ans) acrobatie, trampoline, monocycle, fil de fer, trapèze, tissu, cerceau, jonglerie, diabolo, etc.
- Formation préparatoire en parascolaire Pour développer son plein potentiel

> **COURS D'ESSAI GRATUITS LES 9 ET 16 AOÛT ET LE 7 SEPTEMBRE!**

Info et inscription www.ecolenationaledecirque.ca 514 982-0859

Natrel Québec Canada

Vous avez chanté tout l'été... et bien dansez maintenant! Saison 2014-2015

Louise Lapierre DANSE

42 ans de renouveau

- Enfants • Adolescents • Adultes
- Jazz (Jazz Lyrique, Multi-Jazz, Jazz Contemporain)
- Contemporain
- Danses Urbaines (Hip Hop, Street Jazz, House Fusion, Jazz Funk, Reggaeton, Danse Cheer)
- Ballet • Claquette • Baladi
- Pilates • Parent-Enfant
- Danse créative • Multi-Danses
- Camps de jour Artistiques et plusieurs stages...

Portes Ouvertes:
Classes de danse gratuites!
2, 3 et 4 septembre 2014 (adultes et ados)
6 et 7 septembre 2014 (enfants)

Inscription maintenant
Classe d'essai gratuite

PROGRAMME SPÉCIAL
COURS POUR GARÇONS

Concours et Primés sur

Au cœur du plateau Mont-Royal
514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

École supérieure de ballet du Québec
514 849-4929
www.esbq.ca

Ballet classique
Méthode Cecchetti pour filles et garçons de 4 ans et plus.
L'Académie de danse classique de Lachine
514 695-7475

Ballet classique
Méthode Cecchetti. Un pianiste accompagne chaque cours.
Centre culturel de Pointe-Claire.
514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca/fr

Ballet classique
Enfants (3 ans et plus), ados et 16 ans et plus.
Compagnie de danse Sylviaera
514 905 5252
www.sylviaera.ca

Ballet classique
Sept niveaux de ballet, pour les 7 ans et plus, de Élémentaire I jusqu'au niveau Avancé.
Ballet Ouest Centre de Danse
514 783-1245
www.balletouest.com

Ballet classique
Tout-petits, enfants et ados. Cours accompagnés par un pianiste.
Au Studio de danse de Mme Andrée Meltzer
514 485-9465
www.danwestmount.com

Ballet créatif
Ballet métropolitain de Montréal
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

Ballet et pré ballet
Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Ballet et Pré-ballet
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.com

Ballet Jazz
Filles et garçons de 4 ans et plus.
Tous les niveaux.
L'Académie de danse classique de Lachine.
514 695-7475

Ballet Jazz
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca/fr

Ballet Jazz
Au centre de danse ballet ouest.
514 783-1245
www.balletouest.com

Ballet pour adolescents
À l'École supérieure de ballet du Québec
514 849-4929
www.esbq.ca

Ballet pour garçons
Des cours exclusivement pour les garçons de (5 à 8) et (9 à 12).
École supérieure de ballet du Québec.
514 849-4929
www.esbq.ca

Ballet pour garçons (10 à 15 ans)
Apprentissage de la technique

masculine : pirouettes, sauts, force musculaire, souplesse etc. Les débutants sont acceptés.
Ballet métropolitain de Montréal
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

Barre au sol
A partir de 12 ans la barre au sol s'adresse à tous.
Ballet métropolitain de Montréal
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

Breakdance
(pour les 6 ans et plus)
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Breakdance
Académie de danse de Montréal
www.adddm.ca

Breakdance
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.com

Breakdance
Compagnie de danse Sylviaera
514 905 5252 www.sylviaera.ca

Breakdance
Centre Pierrefonds 514 698-8850

Breakdance
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca/fr

Breakdance
Studio avenue 514 300-5018
www.studioavenue.net

Breakdance
YMCA Pointe-Claire
514 630-9864 poste 236

Capoeira
Mélange d'art martial et de danse brésilienne.
Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse.
514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Capoeira
Pour les 6 ans et plus
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Capoeira
Association Récréative Milton-Parc.
514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Challenge Ultime
Cours de danse aérobique adaptée aux goûts des 13 à 17 ans.
Sports Montréal
514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Claquettes
Le ballet théâtral
514 502-5117
www.btml.com

Claquettes
Studio KMK-Danse.
514 523-3444
www.studiokmkdanse.com

Claquettes
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca/fr

Comédie musicale
Chez Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Cours Cecchetti
Le Ballet Métropolitain de Montréal offre les cours de la prestigieuse méthode Enrico Cecchetti.
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

Cours de danse
Danse créative, jazz-funky, ballet classique, hip hop et claquettes.
Pour les 3 ans et plus.
Au Studio KMK-Danse
514 523-3444
www.studiokmkdanse.com

Danse aérobique
Pour les 5 à 8 ans
Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse.
514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Dance Bollywood
Cours de danse Bollywood pour parent-enfant (3 à 8 ans)
verobollywood@gmail.com

Danse contemporaine
Au centre de danse ballet ouest.
514 783-1245
www.balletouest.com

Danse contemporaine
Filles et garçons de 4 ans et plus.
Tous les niveaux.
L'Académie de danse classique de Lachine
514 695-7475

Danse contemporaine
Initiation pour les 12 à 17 ans.
L'école de danse contemporaine de Montréal
514 866-9814
www.edcmtl.com

Danse contemporaine
À l'école de danse Louise Lapiere.
514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

Danse créative
(Dès l'âge de 4 ans) Cours d'initiation à l'expression corporelle utilisant des motifs, de la musique, et des rythmes.
Ballet Divertimento
514 285-2157
www.balletdivertimento.com

Danse créative
À partir de 4 ans.
À l'École supérieure de ballet du Québec.
514 849-4929
www.esbq.ca

Danse créative
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Danse créative
Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall
514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

Danse créative
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca/fr

Danse éducative
Pour les 3-4 et les 4-5.
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138

www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.com

Danse découverte
Les (4-5 ans) découvrent le monde de la danse et le sens du rythme.
Sports Montréal
514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Danse Découverte
Les 4-5 ans et les 5-6 ans sont guidés dans l'univers du corps en mouvement, autant pour le plaisir que pour le développement d'habiletés tels que : la créativité, le rythme, la mémoire et la confiance en soi.
Tic Tac Gym. 514 519-5673
www.tictacgym.com

Danse expression
(pour les 6 ans et plus)
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Dances Latines
Pour les (10-17 ans)
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6150

Dances Latines
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca/fr

Dances Latines
Compagnie de danse Sylviaera
514 905 5252
www.sylviaera.ca

Dances Latines
Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Danse mix
Ce cours de danse aérobique emprunte des mouvements à plusieurs styles de danse. Musique dynamique et actuelle.
Sports Montréal
514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Danse Urbaine
Un mélange de funky, de hip hop qui plaît à tous, garçons et filles.
Pour les (6-7) (8-11) et (12-14 ans)
Sports Montréal 514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Élémentaire, pré-intermédiaire et intermédiaire pour les (8 à 17 ans)
À l'École supérieure de ballet du Québec.
514 849-4929
www.esbq.ca

Extravadanza
C'est deux écoles de danse qui offrent plusieurs disciplines, entre autres : Ballet, Jazz, Claquette, Hip hop, Contemporain, et qui ont un partenariat avec le magnifique Théâtre Rialto de Montréal, lieu des spectacles de fin d'année.
514 643-3010 / 514 421-1010
www.extravadanza.ca/fr

Flamenco
Pour les 6 ans et plus.
École Ballet Divertimento
514 285-2157
www.balletdivertimento.com

Funky
(5-7 ans) (8-12 ans)
Nouveau type de danse inspirée du jazz et de la danse contemporaine.



Les maths. L'anglais. La confiance.

Chaque fois que nos élèves relèvent un nouveau défi, leur confiance en soi augmente, et ils réalisent qu'ils ont la capacité d'obtenir de meilleurs résultats qu'ils ne l'avaient imaginé. Kumon met les enfants sur la voie qui leur permettra d'acquérir la confiance, l'indépendance et l'autonomie que tous les parents désirent pour leurs enfants.

Des millions de parents et d'enfants partout dans le monde en ont déjà fait l'expérience personnellement. Vous et votre enfant pouvez faire de même.

514-733-3889 www.fr.kumon.ca

KUMON®

CHŒUR
des enfants de
Montréal

Andrew Gray, directeur artistique
Léa Moisan-Perrier, assistante chef

CHANTEZ avec nous!
Faites partie du chœur d'enfants
le plus dynamique de Montréal!

Répétitions au Centre communautaire NDG
3757 Prud'homme, Montréal

4 Chœurs:

- Débutant 5 à 6 ans
- Préparatoire 6 à 7 ans
- Junior 8 à 10 ans
- Senior 11 à 18 ans

Informations
450.458.7129

www.choeurdesenfantsdemontreal.com
Facebook: Chœur des enfants de Montreal



SAISON 2014-2015

5 SPECTACLES ORIGINAUX PRÉSENTÉS DANS UN LIEU UNIQUE
ENTIÈREMENT DÉDIÉ À L'ENFANCE ET À LA MARIONNETTE!

STUDIO-THÉÂTRE DE L'ILLUSION
6430 RUE ST-DENIS • À L'ANGLE DE LA RUE BEAUBIEN
514-523-1303 • WWW.ILLUSIONTHEATRE.COM



Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse.
514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Gumboot
Chez Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Hip Hop
Style de danse très populaire auprès des enfants!
Sports Montréal
514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Hip Hop
Centre communautaire et de loisir Patro le Prevost
514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Hip Hop
Pour les (6-12 ans)
YMCA St-Laurent
514 747-9801

Hip Hop
Compagnie de danse Sylviaera
514 905 5252
www.sylviaera.ca

Hip Hop
Au studio de danse 501
514 994-7128
www.danse501.com

Hip Hop
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca

Hip-Hop
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Hip Hop
Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse.
514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Hip Hop
chez Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Hip Hop
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.com

Hip Hop
Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Hip Hop
Studio avenue
514 300-5018
www.studioavenue.net

Hip Hop
Studio de danse 8Count
514 819-8808
www.8count.ca

Hip hop, funky et danses urbaines
Enfant danse 514 223-3918
www.enfantdanse.com

Initiation à la danse
Pour les (3-5 ans)
Par des jeux stimulants et des exercices amusants.
À l'école de danse Louise Lapierre -
514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

Initiation à la danse
Ballet théâtral de Montréal
514 502-5117 www.btmtl.com

Jazz
Ballet Ouest Centre de Danse
514 783-1245
www.balletouest.com

Jazz
L'académie de danse classique
514 695-7475

Jazz
Studio avenue 514 300-5018
www.studioavenue.net

Jazz
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Jazz et Jazz Broadway
Chez Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Jazz-funky
À l'école de danse Louise Lapierre.
514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

Jazz Moderne
Pour ados chez Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Jazz - Pré-jazz et Jazz funky
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.com

Latin Jazz
Studio de danse San Tropez Kidz
514 871-8852
www.hiphopmontreal.ca/fr

Le groupe de Gars
École de danse contemporaine de Montréal
514 866-9814
www.edcmtl.com/fr

Moderne pour les 15 ans et plus
École ballet Divertimento
514 285-2157
www.balletdivertimento.com

Mouvement créatif
Ballet Ouest Centre de Danse
514 783-1245
www.balletouest.com

Multi-danses
Ce programme diversifié comprend : le ballet, la danse percussive, le jazz, le funky/Hip-Hop, le contemporain et le chanté-dansé.
À l'école de danse Louise Lapierre.
514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

Multi-danses
Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Multi-danses Garçons
Programme exclusivement adapté pour les garçons avec ou sans expérience.
À l'école de danse Louise Lapierre
514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

Parent/enfant
Ce premier cours de danse permet à l'enfant, accompagné d'un parent, de découvrir le mouvement, l'espace et la musique par le biais d'activités ludiques.

À l'École supérieure de ballet du Québec.
514 849-4929
www.esbq.ca

Parent/enfant
Pour les (2-3 ans)
Danses, jeux, comptines et parcours stimulent l'enfant à découvrir le plaisir du mouvement. À l'école de danse Louise Lapierre 514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

Parent/enfant
Bébé danse (autour d'un an)
Parents-enfants (autour de 2 ans)
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Pointes variations
Pour les 12 ans et plus.
Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Pré-ballet
Pour les (4 ans et plus) Ce cours introduit la position du corps, et le début de structure de mouvement en retenant une approche pleine d'imagination.
Ballet Divertimento
514 285-2157
www.balletdivertimento.com

Pré-ballet
École supérieure de ballet du Québec.
514 849-4929
www.esbq.ca

Pré-ballet
Académie de danse d'Outremont
514-276-6060
www.academiedanse.com

Pré-ballet
Ballet Ouest Centre de Danse
514 783-1245
www.balletouest.com

Pré-ballet
Ballet métropolitain de Montréal
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

Pré-ballet et claquettes
pour les (2-3 ans)
Au studio de danse 501
514 994-7128 ou 450 465-4437

Programme danse-études
secondaire
Ballet Divertimento
514 285-2157
www.balletdivertimento.com

Programme cinéma
Les Studios Tapis Rouge sont une école de cinéma-théâtre, chant et danse. 450 482 1888
www.studiostapisrouge.com

Programme préparatoire
Ce programme a pour but de développer le talent en danse des enfants de 8 à 13 ans.
École supérieure de ballet du Québec.
514 849-4929
www.esbq.ca

Swing
Des mouvements de danse solo inspirés du Charleston et des danses jazz des années 20, 30 et 40

École de danse swing connexion
514 993-1231
www.swingconnexion.com

Urbaine
Un mélange de funky, de hip hop qui plaît à tous, garçons et filles.
Sports Montréal
514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Vidéo et Cinéma
Ateliers théoriques et pratiques autour de l'image, du son, du montage et du scénario.
Pour les 8-12 ans et les 13-16 ans.
Chez Mosaïques.
514 439-1043
www.mosaïques.ca

Vidéo Style / Hip Hop
Cours pour ado
Enfant danse 514 223-3918
www.enfantdanse.com

RIVE-NORD

Baladi
Option Danse Claire Comeau
450 665-8184
www.optiondanse.com

Ballet classique
Académie Ballet Manon Chamberland
514 990-5237
www.abmcdanse.ca

Ballet Classique
Maison De Ballet Théâtre Reflet
450 663-1668
www.maisonreflet.com

Ballet classique et ballet jazz
Possibilité de participer à la comédie musicale Fantasia.
Académie de danse (Laval)
450 628-2285
www.troupefantasia.com

Ballet classique et Jazz
Art scène danse
450 582-0829
www.artscenedanse.org

Ballet classique et Jazz
Option Danse Claire Comeau
450 665-8184
www.optiondanse.com

Break-dancing
Art scène danse
450 582-0829
www.artscenedanse.org

Capoeira
Mélange d'art martial et de danse brésilienne
Équipe Capoeira Arte Guerreira
514 814-4530
www.ecolecapoeiralaval.com

Claquettes
Académie de danse
450 628-2285
www.troupefantasia.com

Claquettes
Art scène danse
450 582-0829
www.artscenedanse.org

Claquettes
Option Danse Claire Comeau
450 665-8184
www.optiondanse.com

Danse folklorique
École d'ensemble folklorique Les Bon Diables
450 349-6002
www.lesbonsdiables.ca

Danses latines
Studio de danse Arthur Murray
450 973-4050

L'ACADÉMIE DE DANSE CLASSIQUE

35 ANS D'EXCELLENCE

DIRECTRICE ARTISTIQUE
Linda Marchand
Associate Diploma CSC CIBC

- Ballet classique, danse contemporaine et jazz lyrique. Classical Ballet, Contemporary Dance, and Lyrical Jazz.
- Filles et garçons de 4 ans et plus. Niveaux débutants et avancés. Girls and boys ages 4 and up. Beginner to advanced.
- Classes spéciales de ballet pour adultes. Adult Ballet.
- Enseignants certifiés (Cecchetti/RAD). Certified teachers.
- Spectacles de fin d'année produisent professionnellement. Professionally produced end of year shows.
- Situé en bordure du magnifique canal Lachine. Studios ensoleillés munis de barres, miroirs et piano. Located on the Lachine Canal with beautiful outdoor studios, barres, mirrors and piano.

INSCRIPTIONS
4 et 5 septembre de 17h à 20h
514 695-7475

La Maison du Brasseur
2901, boul. St-Joseph, Lachine



Studio de Danse de Mme Andrée Meltzer

Inscriptions en cours

Danse Westmount

Journées portes ouvertes
26, 27 et 28 août de 16h à 19h

- * Cours de Ballet offert depuis l'âge de 3 ans
- * Cours disponibles en semaine et en fin de semaine
- * Tous les cours sont accompagnés par un pianiste
- * Cours de ballet pour adultes

Réservez votre place par courriel au:
dansewestmount@sympatico.ca

514 485-9465
326 avenue. Wood

ROYAL ACADEMY OF DANCE

www.dansewestmount.com



www.arthurmurraylaval.com/fr

Gigue Irlandaise
Option Danse Claire Comeau
450 665-8184
www.optiondanse.com

Groupe de Garçons
Cours de Hip Hop fusion
spécialement pour garçons.
Aux loisirs St-Bruno de Laval
450 625-5763
www.loisirsstbrunodelaval.com

Hip-Hop
Art scène danse
450 582-0829
www.artscenedanse.org

Hip-Hop
À l'école de danse Claude Pilon.
450 669-0769
www.danseclaudepilon.com

Hip-Hop
Maison De Ballet Théâtre Reflet
450 663-1668
www.maisonreflet.com

Jazz et pré-ballet
À l'école de danse Claude Pilon.
450 669-0769
www.danseclaudepilon.com

Moderne
Maison De Ballet Théâtre Reflet
450 663-1668
www.maisonreflet.com

Programme cinéma
Les Studios Tapis Rouge sont une
école de cinéma-théâtre, chant et
danse
450 482 1888
www.studiostapisrouge.com

Programme danse-études
Ce programme s'adresse aux jeunes
du secondaire qui possèdent une
expérience en danse.
450 669-0769
www.danseclaudepilon.com

Tango – swing et salsa
Studio de danse Arthur Murray
450 973-4050
www.arthurmurraylaval.com/fr

Salsa et danses latines
Baïla productions à Laval
450 663-5278
www.baïlaproductions.com

RIVE-SUD

**Baladi parents et les enfants
(3 à 5 ans)**
Baladi enfants (6 à 8 ans)
Au centre communautaire de Saint-
Bruno-de-Montarville
450 674-4203
www.corps-et-ame-en-mouvement.
org

Ballet
Station studio de danse
450 332-1700
www.stationstudiodanse.com

Ballet et contemporain
Ce cours est de mise pour les 11 –
14 ans qui souhaitent survoler ces
deux aspects complémentaires de
la danse.
À La Station studio de danse
450 332-1700
www.stationstudiodanse.com

Ballet Jazz et funky Jazz
À Bahia Studio

450 674-1919
www.bahiastudio.com

Breakdance
À Bahia Studio
450 674-1919
www.bahiastudio.com

Centre de danse Primeau-Poirier
Cours de base pour les (2 ans).
À partir de 4-5 ans : Breakdance,
Hip-Hop,
Funky, Jazz, claquette, ballet
classique.
450 692-3465
www.primeaupoirier.ca

**Danse parents et enfants pour les
3 et 4 ans**
Danse de base, rock and roll, jazz et
de nombreux jeux créatifs.
À l'école secondaire du Mont-Bruno.
450 653-2443 poste 2828

École des Axées danse
450 678 8555
www.ecoledesaxeesdanse.com

École secondaire du Mont-Bruno
Ballet classique, Street funky, Hip-
Hop, Funky, funky jazz et danse
contemporaine
450 653-2443 poste 2828

Danse créative
Exploration corporelle,
danse, rythme et chorégraphies
créatives,
Pour les 3-4 ans et les 5 - 6 ans.
Bébé Cardio, à Longueuil,
450 332-2323
www.bebecardio.com
Ballet classique
École Nos voix nos visages.
450 442-0740
www.nosvoixnosvisages.org

Danses latines Kidz
Les 5-7 ans, les 8-10 ans et ados
seront initiés à l'univers de la danse
en combinant plaisir et techniques de
salsa et danses latine.
À Bahia Studio. À Longueuil et
Châteauguay
450 674-1919
www.bahiastudio.com

Danses latines
Débutant à avancé pour les 5 à 10
ans.
Toca Danse à Boucherville.
514 433-8342
www.tocadanse.com

Danses sociales
Studio de danse Jo-ré à Longueuil
450 679-1934 www.joredanse.com

École Nos voix, nos visages
Ballet classique, hip-hop
contemporain, danse créative.
450 442-0740
www.nosvoixnosvisages.org

Hip-Hop
Pour les 6 à 8 ans chez Bébé Cardio,
à Longueuil,
450 332-2323
www.bebecardio.com

Hip Hop
Pour les 4-6 ans et les 7-14 ans.
Au Studio de danse Jo-ré à Longueuil
450 679-1934
www.joredanse.com

Hip Hop
À Bahia Studio à Châteauguay
450 674-1919
www.bahiastudio.com

Multidanse
Une multitudes de danses seront
proposées aux 5 à 6 ans : hip-hop,
classique, jazz, contemporain, salsa,
pop, etc.
Chez Bébé Cardio
450 332-2323
www.bebecardio.com

Programme cinéma
450 482 1888
www.studiostapisrouge.com

Salsa Kidz
Cours de salsa tout en combinant
des éléments d'autres danses
comme le hip-hop et le jazz. À Bahia
Studio, Longueuil
450 674-1919
www.bahiastudio.com

Station studio de danse
Funky-hop, jazz, pop, hip-hop,
breakdance, gumboots et plus
encore.
À La Station studio de danse au
Vieux-Longueuil.
450 332-1700
www.stationstudiodanse.com



ARTS DU CIRQUE

Cours généraux en arts du cirque
pour les (5-6) (6-8) (8-14) (9-14) et les
(15 ans et plus)
Acrobatie, jonglerie, trapèze.
À l'école de cirque de Verdun
514 768-5812
www.e-cirqueverdun.com

Initiation aux arts du cirque
Cours offerts pour les 6 à 16 ans:
les Acros-cirque, les Circassiens, les
Acrobates et les Aériens.
À l'école nationale de cirque.
514 982-0859
www.ecolenationaledecirque.ca

L'art du cirque
Débutant à avancé.
Sous forme de jeux, les (3 - 5 ans)
côtoient l'univers du cirque et ses
composantes avec l'aide de leur
parent.
À l'école de cirque de Verdun
514 768-5812
www.e-cirqueverdun.com

L'art du cirque
Au centre des Arts de Dollard.
514 684-1012 poste 213
www.centreatdollar.com

L'art du cirque
Pour les 6 ans et plus.
À l'Académie de danse d'Outremont
514 276-6060
www.academiedanse.com

Les touches-à-tout du cirque
pour les 3 à 5 ans
Les enfants auront l'occasion de
manipuler des foulards de jonglerie,
des assiettes chinoises ou des bâtons
fleurs.
Chez AMDLTout-petits
514 524-5720

**Programme préparatoire
et programme Cirque-études
secondaires**

À l'école nationale de cirque.
514 982-0859
www.ecolenationaledecirque.ca

**Techniques spécialisées en arts
du cirque**
Aérien et trampoline pour les (7-14
ans) et les (14 et plus)
À l'école de cirque de Verdun 514
768-5812
www.e-cirqueverdun.com

RIVE-NORD

École de cirque Vire Volte
Différentes disciplines d'acrobatie,
de manipulation, d'équilibre sur objet
et d'aérien à travers des parcours
adaptés. Pour les 5-6 et les 7 ans
et plus.
514 963-7490
www.cirquevirevolte.com

Hopla - école de cirque
450 394-1439
www.hopla.ca

RIVE-SUD

L'art du cirque
Cours d'initiation au cirque pour
les de 6 à 9 ans. Au programme :
gymnastique, jonglerie, pyramide et
acrobaties.
Chez Bébé Cardio, à Longueuil,
450 332-2323
www.bebecardio.com

Les fous du cirque
École de cirque et de gymnastique de
Châteauguay
450 699-6779
www.acrobategym.com

ARTS MARTIAUX

Capoeira (8-12 ans)
Mélange d'art martial et de danse
brésilienne, la Capoeira est un parfait
entraînement physique qui développe
l'endurance et la discipline. Au
Centre de Loisirs communautaires
Lajeunesse. 514 278-2654 www.
centrelajeunesse.org

Chindai martial
Le chindai est un art martial non-
violent. Il favorise un état de calme et
de confiance. Pour filles et garçons.
Plateforme internationale de Chindai
Canada 514 948-0708 www.chindai.
fimb-asso.org

Chindai martial
Art martial non violent qui favorise
la détente et la discipline à travers
la créativité. Au Centre de Loisirs
communautaires Lajeunesse.
514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Jiu jitsu Brésilien
Apprendre cet art est une excellente
façon de renforcer son corps tout
en apprenant un système d'auto-
défense. Acadé-Kicks.
514 995-4257
www.AcadeKicks.com

**Judo (parent et enfant) pour les
(3-5 ans et 6-8 ans)**
Le Club de judo métropolitain 514
868.4011 www.clubjudo.com

Judo
Découverte et apprentissage des
bases du judo. Pour les (6-9 ans) et
(10-17 ans). Au Cepsu à l'université
de Montréal. 514 343-6150

Judo
Organisme à but non lucratif qui
offre de cours et d'activités à des
prix abordables. Au Centre de loisirs
Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

**Judo jeunes et ados
(10-14 ans et 14-17 ans)**
Débutants, intermédiaires et avancés.
Le Club de judo métropolitain
514 868-4011
www.clubjudo.com

Judo
Pour les 6-7, 8-9 et les 10-12. Au
centre Pierre-Charbonneau
514 872-6644
www.centrepierrecharbonneau.com

Karaté
Au Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.
com

**Karaté pour les 2 à 4 ans
et les 4 à 17 ans**
Au Studio Breathe
514 544-1717
www.studiobreathe.com/fr

Karaté
Pour les (6-12 ans) YMCA St-Laurent
514 747-9801

Karaté
Enseignement traditionnel,
authentique et individuel. Initiation dès
5 ans. Académie Saïdo.
514 279-9446
www.academiesaido.com

Karaté
Pour les (6 à 8 ans) et les (9 à 11 ans)
YMCA Hochelaga-Maisonneuve
514 255-4651

Karaté
Organisme à but non lucratif qui
offre de cours et d'activités à des
prix abordables. Au Centre de loisirs
Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Kickboxing
Acadé-Kicks. 514 995-4257
www.AcadeKicks.com

Kickboxing
Association Sportive Dynamo
514 688-4455

Kickboxing
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.
com

Kickboxing
Ce cours combine des techniques
de boxe et d'arts martiaux. Sports
Montréal 514 872-7177 www.
sportsmontreal.com

Kickboxing pour les (12 à 15 ans)
Studio Adonnics à Ville Mont-Royal.
514 731-7860
info@studioadonnics.ca

Taekwondo (parent et enfant)
Pour les 4 à 7 ans. Au Cegep André-
Laurendeau
514 325-5375 poste 1 www.
loisirs3000.ca

Taekwondo (parent et enfant)
Centre d'arts martiaux familial
AcadéKicks.
514 99-kicks www.acadekicks.com

Taekwondo
Pour les 8 à 12 ans et les 13 ans et
plus. Au Cegep André-Laurendeau
514 325-5375 poste 1 www.
loisirs3000.ca

Taekwondo
Centre Père Sablon 514 527-1256
Poste 301 www.centresablon.com

Taekwondo
École des champions olympiques
514 721-8173
www.ecotaekwondo.com

Taekwondo
Pour les 5-6, 7-9 et 10-17 ans. Au
Cepsu à l'université de Montréal.
514 343-6150 www.cepsu.
umontreal.ca

Taekwondo
Académie de Taekwondo Raymond
Mourand.
514 488-1633
www.mouradtkd.com

Taekwondo
Complexe sportif Marie-Victorin
514 325-5375, poste 6138
www.loisirs3000.ca
www.complexesportifmarievictorin.
com

RIVE-NORD

Académie de Karaté Shotokan
450 682-4884 à Laval
www.karate-shotokan-laval.com

**Académie Songshan Chan Wu
Canada**
Cours offert pour les 4 à 12 ans
Système compétitif possible
Professeur : Simon D. Ducharme
514 742-6346
Chanwu.ca

Club de Karaté Mugen
450 937-2716
www.karatemugen.com

École de Karaté Sunfuki de Laval
450 681-0044
www.karatesunfuki.com

Karaté Sportif
www.karatesportif.com

Kyo Shi Do Kan (Judo, Laval)
450 665-7783 www.judolaval.com

Les centres de Karaté Sunfuki
Plusieurs écoles à la Rive-nord
www.karatesunfuki.com

Shotokan St-Norbert
450 681-6177 www.saintnorbert.com

Taekwondo
www.clubtaekwondolaval.com

RIVE-SUD

**Association régionale de
Taekwondo de la Montérégie**
Lieux des cours : Centre Sportif du
Collège Édouard-Montpetit. École
Charles Bruneau à Brossard, École

Naturino
feel the sand effect

BIRKENSTOCK

1325 av. Greene, Westmount, Qc 514 939-0363
www.naturino-mtl.com - mybirkenstockshop.ca

Infestation de poux? Pas de panique!

NYDA® tue tout, des œufs jusqu'aux poux.
Sans pesticides.

Couvert par
RAMQ et
Programme
SSNA

Des ordonnances
collectives sont établies
dans plusieurs régions.



Une des meilleures options pour le contrôle de l'infestation des poux de tête :

- NYDA® est un médicament approuvé par Santé Canada : numéro de DIN 02373785.
- NYDA® a une activité sur les œufs supérieure à la perméthrine qui est démontrée cliniquement par un taux d'efficacité de 100 %^{1,2}.
- Contrairement à celui de la perméthrine, le mode d'action par asphyxie de NYDA® assure l'absence de développement de la résistance au traitement^{3,4}.
- NYDA® est remboursé par la plupart des assurances fédérales, provinciales et privées (selon le régime de l'employé).

Adressez-vous à votre pharmacien pour en savoir plus à propos de NYDA®.



nyda.ca
1 877 630-5674

Pediapharm

1. F.A. Oliveira, Speare, R., Heukelbach, J. L. « A pediculicide containing dimeticone ». *J. Eur. Acad. Dermatol. Venerol.*, vol. 21, p. 1325-1329, 2007. 2. J. Heukelbach, Pilger, D., Oliveira, F.A., Khakban, A., Ariza, L. et Felmeier, H. « Randomized observer blinded comparative trial ». *BMC Infectious Diseases*, vol. 8, p. 115, 2008. 3. D. Marcoux et coll. « Pyrethroid Pediculicide Resistance of Head Lice in Canada ». *Journal of Cutaneous Medicine & Surgery*, vol. 14, n° 3 (mai/juin), p. 115-118, 2010. 4. Kyong Sup Yoon et coll. « Knockdown Resistance Allele Frequencies in N. American Head Louse Populations ». *Journal Med. Entomol.*, vol. 51, n° 2, p. 450-457, 2014.

10 conseils qui tombent à pic

pour prévenir les infestations de poux de tête



Une nouvelle race de « super poux » résistants aux traitements anti-poux à base d'insecticide colonise désormais le cuir chevelu de pratiquement tous les Québécois infestés par les poux de tête. Comme ce sont les enfants âgés entre 5 et 17 ans¹ qui affichent le taux d'infestation le plus élevé et que c'est durant l'été et à l'automne que les infestations sont les plus nombreuses, des mesures de prévention sont activement recherchées. Voici 10 conseils pratiques afin de prévenir ce phénomène :

- 1 Avant le départ pour le camp ou avant la rentrée des classes, il faut expliquer aux enfants qu'ils risquent d'attraper des poux de tête si leur tête (leur chevelure) entre en contact avec celle d'autres enfants. Ils doivent donc éviter ce genre de contact et garder les cheveux attachés lorsqu'ils ont des cheveux longs.
- 2 Il faut vérifier la présence de poux de tête chaque semaine en passant un peigne fin spécialement conçu à cet effet dans la chevelure des enfants.
- 3 Pour repérer plus facilement les poux de tête, il est préférable d'humidifier la chevelure et d'employer un après-shampooing pour limiter leurs déplacements². Il est important de séparer les mèches jusqu'au cuir chevelu et d'examiner ce dernier pour voir les œufs qui s'y trouvent, et les poux qui s'y déplacent³.
- 4 Pour vérifier la présence de poux de tête, il faut regarder de près, sous une lumière vive comme la lumière du soleil, d'une lampe ou d'une lampe de poche, car les poux peuvent être difficiles à repérer. Une loupe peut aussi s'avérer utile.
- 5 La personne qui vérifie la présence de poux de tête doit veiller à ce que sa chevelure n'entre pas en contact avec la chevelure ou le cuir chevelu de la personne qui subit l'examen.
- 6 Il ne faut pas utiliser le peigne, la brosse ou la serviette d'un autre enfant.
- 7 Il ne faut pas échanger les accessoires vestimentaires tels que les chapeaux, les rubans, les bandanas, les barrettes ou les foulards.
- 8 Il ne faut pas utiliser un oreiller, une couverture, un lit ou un sofa récemment utilisé par une personne qui a des poux de tête.
- 9 Il faut laver à haute température (au moins 50 °C) les vêtements, les draps de lit et les serviettes utilisés par une personne qui a des poux de tête.
- 10 Si des poux de tête ont été repérés dans la chevelure d'un membre de la famille, il faut vérifier la chevelure de tous les autres membres. Il faut également traiter tous ceux et celles qui ont des poux le même jour.

« En cas d'infestation, y compris par le "super pou", il est possible d'éliminer les poux, leurs larves et leurs œufs facilement et en toute sécurité au moyen d'un traitement sans insecticide, comme NYDA®. Il s'agit d'une solution de diméticone qui tue les poux par suffocation et qui s'est avérée efficace à 97,2 % dans le cadre des études cliniques », a déclaré Rinda Hartner, une infirmière qui a œuvré en milieu scolaire à Montréal.

NYDA® est remboursé par la plupart des régimes d'assurance provinciaux, fédéraux et privés.

Pour plus d'information, visitez nyda.ca.

1. Sondage téléphonique national omnibus de Harris/Decima Televox effectué le 8 février 2012. 2. MSSS. *Lignes directrices pour le contrôle de la pédiculose du cuir chevelu dans les écoles et les services de garde éducatifs à l'enfance*, 2012. 3. U.S. National Library of Medicine, NIH National Institutes of Health, *MedlinePlus, Head Lice* [<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000840.htm>].

St-Joseph à Saint-Hubert.
450 442-1926 www.samguk.ca

Centre de Karaté Saint Bruno
450 441-2254 www.karatestbruno.ca

Club de Judo de Chambly
www.judochambly.ca

Club de Judo de Longueuil
450 447-5899
www.judo-longueuil.com

Club de Judo Saint-Hubert
450 678-5920
www.judost-hubert.com

École de Karaté Sunfuki
514 835-9630
www.karatesunfuki.com/longueuil

Fédération de Karaté Taikido
450 463-4482
www.karatetaikido.com

Karaté sportif
www.karatesportif.com

Karaté Kyokushin-Kan Saint-Hubert
450 656-7229
www.karateshubert.com

Les centres de Karaté Sunfuki
Plusieurs écoles à la rive-sud
www.karatesunfuki.com



ARTS VISUELS

Art & Peinture Pour les (5-12 ans)
chez Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Arts plastiques pour les (6 à 12 ans)
Ecole de musique de Verdun
514 768-5406 www.emv.qc.ca

Arts pour les petites mains
Pour les (3 à 5 ans) Au centre des Arts de Dollard. 514 684-1012 poste 213 www.centreatdollard.com

Atelier d'art du dimanche
pour les (2 à 4 ans) avec la participation d'un parent. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213 www.dollardartcentre.com

Atelier de peinture pour ados (13 à 17 ans)
Lavis, détrempe, glacis et mélange des couleurs. Au centre des arts visuels 514 488-9558
www.centredesartsvisuels.ca

Atelier de peinture pour tous et en famille
À l'infusart, 438 764-6724
www.linfusart.com

Atelier de dessin contemporain
Pour les (9-12 ans)
Les dessins animés, les Manga japonais, la caricature, l'illustration, le graffiti, ainsi que le travail d'artistes contemporains. Au centre des arts visuels 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.ca

Atelier en techniques mixtes contemporaines
Pour les (13 à 17 ans)
De la peinture au plâtre, de l'encre aux textiles et des photocopies à la peinture en aérosol. Au centre des arts visuels 514 488-9558

Ateliers pour les 3 à 5 ans (parent-enfant)
Créations artistiques et artisanales à La cité des arts des enfants. 514 374-6378 www.citedesartsdesenfants.ca
Ateliers de création
Dessin et peinture – sculpture et céramique – arts appliqués et créatifs. Au centre d'art La Salamandre 514 692-9809 www.centredartlasalamandre.com

Créations artistiques et artisanales
Ateliers pour les 6 à 9 ans à La cité des arts des enfants. 514 374-6378
www.citedesartsdesenfants.ca

Aventure artistique
Pour les (6-8 ans) Des projets en deux et trois dimensions, utilisant l'argile, le plâtre, le papier mâché et la peinture. Au centre des arts visuels 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.ca

Bande dessinée
Au centre des beaux arts du Cégep André Laurendeau. 514 364-3320 poste 249

Bande dessinée
Dessin Animé Sheltoons 514 731-3815 www.sheltoons.ca

Bande dessinée
Centre du Plateau 514 872-6830
www.centreduplateau.qc.ca

Design de mode et éco-couture
Le cours idéal pour initier les jeunes qui ont le goût de découvrir le monde de la mode. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

Dessin, peinture et sculpture
Au centre des arts visuels 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.ca

Éléments de base de la céramique
Pour les (12-17 ans)
Les enfants découvriront le monde de l'argile, en apprenant à faire de la poterie sur le tour, à façonner la glaise et à sculpter. Au centre des arts visuels 514 488-9558
www.centredesartsvisuels.ca

Film d'animation
Pour les (8 à 10 ans) et les (10 à 13 ans)
Les étudiants découvriront les techniques et les méthodes pour produire des films d'animation. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

Introduction à la photographie numérique (13 ans et plus)
Démystifier les fonctions de base de son appareil numérique. Identifier ses préférences par rapport aux sujets photographiques. Au centre d'art La Salamandre 514 692-9809

Le petit atelier
Pour les (4-5 ans) Les enfants travailleront la gouache, l'aquarelle, l'argile, le collage etc. Au centre des arts visuels. 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.ca

Photographie et Films d'animation
Utilisation des techniques telles que le modelage animé ou « Claymation » Au centre des Arts de Dollard. 514 684-1012 poste 213 www.centreatdollard.com

Sculpter avec l'argile
Pour les (5 à 8 ans), les (9 à 12 ans) et les (12 à 16 ans)
Les enfants créeront des oeuvres d'argile sculpturales. Les instructions sont fournies pour le modelage et le tour. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

Sculpture et Céramique
Pour les (4 à 12 ans) et les (13 ans et plus) Au centre d'art La Salamandre 514 692-9809

Soyons des artistes
Ateliers les mercredi matin pour enfants en éducation à domicile. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

Vidéo et Cinéma
Ateliers théoriques et pratiques autour de l'image, du son, du montage et du scénario. Pour les 8-12 ans et les 13-16 ans. Chez Mosaïques. 514 439-1043
www.mosaïques.ca

RIVE-NORD

Académie des beaux arts de Laval
450 622-9637
www.academiedesbeaux-arts.com

Initiation et exploration du dessin pour les (6 ans et plus)
Ecole des Arts et musique de Rosemère 450 621-8380 www.ecoledesartsetmusiquederosemère.com

RIVE-SUD

Arts plastiques (pour les 6-12 ans)
Initiation à différentes techniques, telles que modelage, peinture, dessin, papier mâché. La Maison des Arts Rive-sud 450 671-3258 www.maisondesartsrivesud.org

Arts plastiques préscolaire accompagné (pour les 3 à 5 ans)
Destiné aux enfants dont un parent veut partager une activité amusante. Au centre communautaire de Saint-Bruno. Infos : 450 441-8332
www.stbruno.ca

Arts plastiques pour enfants et ados (6 à 16 ans)
Dessin, peinture, modelage, gravure et sculpture. À Saint-Bruno. Infos : 450 441-8332
www.stbruno.ca

Bande dessinée et animation (pour les 10 ans et plus)
Exploration des différents éléments de la bande dessinée et de la technique du dessin animé. La Maison des Arts Rive-sud 450 671-3258 www.maisondesartsrivesud.org

Picasso à vos pinceaux : une aventure artistiques inspirée de peintres et de sculpteurs. 7 à 12 ans. À La Soleillerie à St-Lambert 450 671-9544 www.lasoleillerie.com

Picasso découvre l'orchestre : ateliers d'arts plastiques et de musique pour enfants de 5 à 9 ans. À La Soleillerie à St-Lambert 450 671-9544 www.lasoleillerie.com

BADMINTON

Badminton parent-enfant
514 872-6830
www.centreduplateau.qc.ca

Badminton
Techniques de base en double et en simple. Pour les 6-8 et 9-10 ans. 514 872-6830
www.centreduplateau.qc.ca

Cegep André-Laurendeau
514 325-5375 poste 1
www.loisirs3000.ca

RIVE-NORD

Association régionale de badminton de Laval
450 664-1917 boîte vocale: 600
www.arblaval.ca

Badminton
Programme Junior pour les (5 à 14 ans)
Carrefour Multisports 450 687.1857 poste 371
www.carrefourmultisports.com

RIVE-SUD

Complexe sportif Longueuil
450 679-6131
www.complexesportiflongueuil.com

Débutants
Initiation pour les 10-15 ans au Gymnase G2 de l'école secondaire du Mont-Bruno
www.stbruno.ca/programme-loisir-activites-physiques

BASKETBALL

Association Sportive Dynamo
514 688-4455

Association récréative Milton-Park
Organisme à but non lucratif qui offre de cours à des prix abordables. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Centre Y du Parc (8 à 12 ans) (12 à 14 ans) et (10 à 17 ans) Tous niveaux. 514 271-9622
www.ymcaquebec.org/fr/enfance
Centre Y Cartierville
Tous niveaux pour les 12 ans et plus et les 16 ans et plus. 514 313-1047
www.ymcaquebec.org/fr/enfance
Centre Y Notre-Dame-de-Grâce
Tous niveaux. Pour les (9 à 12 ans) et (12 à 17 ans) 514 486-7315
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Patro Le Provost
Initiation pour les (3-6 ans) et les (6 à 11 ans)

Basketball libre (12 à 17 ans)
514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Sportball
Cours de sports non compétitifs qui visent à développer la motricité, l'équilibre, la force, la coordination, l'endurance et le synchronisme. 514 331-3221
www.sportballmontreal.ca

RIVE-NORD

Basketball Laval
Programme récréatif
Association régionale de basketball de Laval
450 664-1917 poste 303
www.basketlaval.com

Les légendes
Organisme à but non-lucratif qui a pour mission d'encourager la participation dans les quartiers St-François, St-Vincent-de-Paul et Duvernay. 514 464 -5203
www.leslegendes.ca

Programme récréatif
Association de basketball de St-François
514 464-5203

Sportball
Cours de sports non compétitifs pour enfants de 16 mois à 12 ans. 514 347-7664
www.sportballmontreal.ca

RIVE-SUD

Initiation au basketball
Programme « Steve Nash » développé par Basketball Canada et adapté pour nos plus jeunes. au gymnase G4, école secondaire du Mont-Bruno. Infos : Association de basketball de Saint-Bruno au 450 653-1940 www.stbrunocougars.com

Programme récréatif
Programme par catégories d'âge, offrant une période technique suivie d'un match. Infos : Association de basketball de Saint-Bruno au 450 653-1940
www.stbrunocougars.com

Sportball
Cours de sports non compétitifs pour enfants de 16 mois à 12 ans. 514 331-3221 www.sportballmontreal.ca



COUTURE

Cours d'initiation et progression individuelle
École de couture MF, Guylaine Bourgeault prop. Montréal 514 990-3476, Dorval, 514 493-6666, Côte des Neiges 514 733-7118
www.ecoledecouturemf.ca

Couture et Brico en Folies
Cours de couture et ateliers de création pour enfants et ados. Couture libre à l'heure, camp de jour, journées pédagogiques et fêtes d'anniversaire. Avec Mme Guylaine Cadieux 438 321-7769 www.coutureetbricoenfolie.com

Anglais pour les enfants

Kazelfa Venez vous amuser tout en apprenant l'anglais!

Session automne 2014: 12 cours de 1h30 Samedi ou Dimanche

Trois écoles : Montréal-Plateau, Rosemont ou Rive-Sud
Tarif : 230\$ pour les 5 à 16 ans
240\$ pour les 3-4 ans

Inscriptions et informations
www.kazelfa.com 514 543.1243

Le Centre de tutorat Lansdowne

43 années de succès
Une oeuvre de charité enregistrée à but non lucratif

Retour à l'école - Préparez-vous dès maintenant en prenant une longueur d'avance

- * Professeurs d'expérience
- * Tutorat individuel pour des élèves de la maternelle au cégep
- * Stratégies d'étude et d'organisation
- * Spécialistes en dyslexie et en difficultés d'apprentissage
- * Évaluations psycho-éducatives et consultations personnalisées
- * Préparation pour le secondaire pour les écoles privées
- * Toutes les matières enseignées en français et en anglais

5000, av. Decelles, bureau 102 – Appelez au 514-487-6516
www.thelansdownecentre.org

COURS D'ART

jeunesse et ados

dessin
peinture
sculpture

Centre des arts visuels
514.488.9558 • 350 av. Victoria
www.centredesartsvisuels.ca

École de cirque

COURS DE CIRQUE ENFANTS | ADULTES

Trapèze, Trampoline, Acrobatie, Jonglerie

SESSION AUTOMNE 2014
du 13 septembre au 4 décembre
Hâtez-vous! Inscription en cours!

Par courriel:
info@e-cirqueverdun.com
Sur place:
4802-1, rue Wellington, Verdun QC H4G 1X4

www.e-cirqueverdun.com | 514 768-5812

Claire Foch
Consultante en psychologie
Adultes, enfants, couples
Coaching parental

Autres services:
conférences, formations, personne-ressource pour les écoles
Saint-Basile-le-Grand et Montréal, un numéro:
450 714-2147 – clairefoch@gmail.com
Reçu pour assurances

Bureaux à Montréal et Saint-Basile-le-Grand

Design de mode/ Éco-couture pour les (12-17 ans)
Programme créé pour les curieux du monde de la mode. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

Introduction à la couture
Enfant & compagnie 514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

RIVE-NORD

Cours d'initiation et progression individuelle
École de couture MF, Guylaine Bourgeault prop. Laval 450 978-1313, 450 682-7600
www.ecoledecouturemf.ca

Couture et Bricolage en Folies
Cours de couture et ateliers de création pour enfants et ados. Couture libre à l'heure, camp de jour, journées pédagogiques et fêtes d'anniversaire. Avec Mme Guylaine Cadieux 438 321-7769
www.coutureetbricolageenfolie.com

RIVE-SUD

Ados et jeunes peuvent coudre
Cours d'initiation à la couture pour enfants et ados. Avec Mme Georgette Baribeau. À St-Hubert. 450 443-0888
www.courspenelope.com

Cours d'initiation et progression individuelle
École de couture MF, Guylaine Bourgeault prop. Rive-sud 450 672-6884, 450 682-7600
www.ecoledecouturemf.ca

CUISINE

Ados aux fourneaux
À l'académie culinaire. 514 393-8111
www.academieculinaire.com

Ateliers Kuizto
Ateliers culinaires pour les 8 à 12 ans. À la Tablée des Chefs 450 748-1638
www.tableedeschefs.org

Centre du Plateau
514 872-6830
www.centreduplateau.qc.ca

Enfant Chef! Pour les (2 à 5 ans) et les (5 à 10 ans)
Chez Enfant & compagnie 514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Les ateliers culinaires pour adolescents
La table des chefs. 450 748-1638
www.tableedeschefs.org

Parent-enfant
Atelier pratique où vous apprendrez plusieurs techniques culinaires afin de recréer les recettes à la maison. pour les 8 à 12 ans. À l'académie culinaire. 514 393-8111
www.academieculinaire.com

Petits cuisiniers
Activités qui abordent des techniques et des connaissances culinaires et éducatives. Pour les 7 à 12. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

Petits cuistots
Cours pratique pour les 8 à 12 ans.

À l'académie culinaire. 514 393-8111
www.academieculinaire.com

Petits cuistots
Cours de cuisine santé pour les 9 à 12 ans. On cuisine, on crée, on déguste! Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

RIVE-NORD

Parent-enfant
Atelier pratique où vous apprendrez plusieurs techniques culinaires afin de recréer les recettes à la maison. pour les 8 à 12 ans. À l'académie culinaire. Laval 514 393-8111
www.academieculinaire.com

Petits cuistots (8 à 12 ans) et Ados aux fourneaux
À l'académie culinaire. Laval 514 393-8111
www.academieculinaire.com

RIVE-SUD

Les ateliers culinaires pour adolescents
La table des chefs. À Longueuil 450 748-1638
www.tableedeschefs.org

DIVERS

Après l'école
Activités pour les 7 à 12 ans : Au programme : céramique, papier mâché, musique. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccndg.org

Boot camp ados
(entraînement par circuit)
Inspiré des entraînements militaires, le boot camp est une activité très complète tant au niveau cardiovasculaire que musculaire. Pour les 13 à 15 ans. Sports Montréal 514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Cheerleading pour les (6 - 8) (9 - 11) (12 -14) & (15 - 18)
Au club Gymnacentre 514 872-2690
www.gymnacentre.ca

Création de Bijoux
pour les (4 à 10 ans)
Introduction à la fabrication de bijoux en utilisant une sélection de cristaux et bijoux en verre. Chez Enfant & compagnie 514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Katag
Le Jeu d'épées-mousse. Animation la Forge inc. 514 402-9209
www.katag.ca

Leadership
Pour les 12-17 ans qui aimeraient changer le monde et devenir les leaders de demain. Au Centre Y Notre-Dame-de-Grâce 514 486-7315
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Secouriste, sauveteur et moniteur
Formation pour les 13 ans et plus désirant obtenir un emploi dans le domaine aquatique. Sports Montréal 514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Gardiens avertis
Ce cours permet de connaître les responsabilités d'un gardien et de recevoir des conseils liés à la sécurité des enfants. Pour les 11 ans et plus. 1 877 356-3226
www.croixrouge.ca

Gardiens avertis
Cours offert par la Croix-Rouge au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccndg.org

Kin-Ball (9 à 12 ans)
Sport collectif se jouant avec un gros ballon de 36 pouces. Apprentissage des techniques et participation à une compétition. Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Patin à roues alignées, patin acrobatique, Skateboard et BMX.
Les leçons sont disponibles dans toutes les disciplines sur roues, pour tous les niveaux. Le TAZ, Roulodôme & Skatepark 514 284-0051
www.taz.ca

RIVE-NORD

Cheerleading
Au Club de gymnastique Laval Excellence 450 669-4966
www.lavalexcellence.ca

F2
Sous la supervision d'un entraîneur qualifié, les enfants participeront à des activités diverses tout en apprenant l'importance d'être actif et en santé. Au Tennis 13 (Laval) 450 687-9913
www.tennis13.com

Gardiens avertis
Ce cours permet de connaître les responsabilités d'un gardien et de recevoir des conseils liés à la sécurité des enfants. Pour les 11 ans et plus. 1 877 356-3226
www.croixrouge.ca

Rugby
Association régionale de rugby de Laval 514 594-6128
peterdanakas@gmail.com
www.rugbylaval.com

ÉCHECS

Association Échecs et maths.
Organisme national du jeu d'échecs en milieu scolaire, club du samedi, cours du dimanche. 514 845-8352
www.echecs.org

Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Fédération québécoise des échecs
514 252-3034
www.fqechecs.qc.ca

L'Air en Fête
514 990-1414 poste 203
www.airenfete.com

ÉQUITATION

Centre équestre Belle Rivière
Sainte-Julie 450 922-2714
www.centreequestrebelleriviere.com

Centre équestre des Mille-Îles
450 622-3033
www.cemicheval.com

Centre Equestre
Le Club Riding Centre Vaudreuil-Dorion 450 458-2769

Centre équestre Mirabel
Mirabel 450 258-2420
www.centreequestremirabel.ca

Centre équestre Mont-Bruno
St-Basile-le-Grand 450 461-1335
www.cemb.ca

Collège La Cabriole
Cours d'équitation pour les 6 ans et plus. 450 359-7007
www.cabriole.qc.ca

Les écuries Vallée des Bois
Ste-Dorothée 450 627-2785

Poney-Club de Blainville
450 433- 3909
www.poneyclubblainville.com

Ranch Poco
La Prairie 450 659-9295
www.ranchpoco.ca

ESCALADE INTÉRIEURE

Cours Découverte Parent/enfant
Cours d'initiation où les parents apprendront les rudiments de l'escalade en compagnie de leurs enfants. Centre d'escalade Horizon Roc 514 899-5000
www.horizonroc.com

Cepsum à l'université de Montréal
514 343-6150
www.cepsum.umontreal.ca

Centre d'escalade Vertical
Au cégep André Laurendeau 514 325-5375 poste 6138
www.loisirs3000.ca

Le programme jeunes grimpeurs
Pour les 10 ans et plus qui désirent évoluer en escalade et s'entraîner. Centre d'Escalade Horizon Roc 514 899-5000
www.horizonroc.com

Zéro-Gavitée
Un tout nouveau centre d'escalade et de yoga à Montréal. 514 563-2502
www.zero-gravite.ca

RIVE-NORD

Conditionnement physique Clip 'n clim
Ce cours est conçu pour les enfants de 6-10 ans. 450 934-9493
www.clipnclimlaval.ca

L'école des petits grimpeurs
Amusement Action Directe. 450 688-0515
www.amusementactiondirecte.com
Dimanche matin une semaine sur deux. Ce programme fut crée en pensant aux parents qui ont la garde de leurs enfants 1 semaine sur deux.

Amusement Action Directe
450 688-0515
Programme sur mesure pour les enfants autistes
www.amusementactiondirecte.com

ESCRIME

Club d'escrime Fleuret d'argent
Cours récréatifs débutant – avancé 514 835-9164
www.eskrimemontreal.com

Club d'escrime Gadbois
Cours récréatifs débutant – avancé 438 880-0321 - 514 602-5794
www.escrimegadbois.ca

Club d'Escrime Lagardère
Au Centre St-Denis 514 274-7358
www.eskrimelagardere.ca

Club Escrime Beaconsfield et Suroît
514 453-2807

Fédération d'escrime de Québec
www.escrimequebec.qc.ca

RIVE-NORD

Club d'escrime Montmorency
Cours récréatif débutant avancé et compétitif fort. Équipement fourni. 450 681-4160
www.mecescrime.com

Fédération d'Escrime du Québec
www.escrimequebec.qc.ca

RIVE-SUD

Centre multifonctionnel de Boucherville.
Cours récréatif débutant – avancé. Équipement fourni. 514 835-9164
www.escrimeboucherville.com

GOLF

Golf
Le programme The First Tee est un programme d'initiation au golf pour les enfants et ados. Sports Montréal 514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Golf (junior)
Introduction au golf ainsi que sur l'amélioration des connaissances et habiletés. Pour les 7 - 10 ans et les 11 - 14 ans. Le Dome de West Island 514-695-4587
www.golfdomewestisland.com/francais

Sportball
Cours de sports non compétitifs pour enfants de 16 mois à 12 ans. 514 331-3221
www.sportballmontreal.ca

GYMNASTIQUE

Ado-gym
Gymnastique plus avancée pour les adolescents basée sur le programme canadien cangym. Au Gymnax au complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536
www.gymnix.com

Ado-Gym
Club Gymnacentre 514 872-2690
www.gymnacentre.ca

Amusagym (4 ans et plus).
Au Club Gymini à Vaudreuil-Dorion. 450 455-3141
www.clubgymini.org

Anime Action
Parcours, trampoline, activités variées, qui développeront la motricité chez les 3 à 5 ans. Au Patro Le Provost 514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Bouts d'choux
Destiné à éveiller les (2-3ans) à son physique avec l'aide d'un parent, ce programme combine musique, jeux et gymnastique. Gymnastique WimGym 514 683-0602
www.wimgym.ca

CanGym
Programme national récréatif pour le développement des habiletés gymniques des filles et des garçons âgés de 5 ans et plus. Au Club Gymini à Vaudreuil-Dorion. 450 455-3141
www.clubgymini.org

CanGym
Au club Gymnacentre 514 872-2690
www.gymnacentre.ca

CanGym
Gymnitours Le club de gymnastique de Lachine 514 639-6510
www.gymnitours.ca

Carrasco
Gymnitours, le club de gymnastique de Lachine 514 639-6510
www.gymnitours.ca

Club de gymnastique Gadbois
Secteur récréatif et secteur compétitif 514 872-3043
www.gymgadbois.com

Club gymnacentre
Secteur récréatif et secteur compétitif 514 872-2690
www.gymnacentre.ca

Club Gymnax
Secteur récréatif et secteur compétitif 514 872-1536
www.gymnix.com

Club Gymini.
Secteur récréatif et secteur compétitif 450 455-3141
www.clubgymini.org

Gymnastique WimGym
Secteur récréatif et secteur compétitif 514 683-0602
www.wimgym.ca

Gymnitours
Secteur récréatif et secteur compétitif 514 639-6510
www.gymnitours.ca

Gymnastique au sol
Organisme à but non lucratif qui offre de cours à des prix abordables. Association récréative Milton-Park. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Gym-Bambin
Pour les (2 à 4 ans) accompagné d'un parent
Complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536
www.gymnix.com

2350 Dickson, Montréal www.horizonroc.com

20 septembre
DÉBUT SESSION AUTOMNE,
INSCRIPTION MAINTENANT!

ESCALADE
Essais · Cours · Programmes corporatifs · Fêtes

Centre d'escalade HORIZON

ÉQUIPE DE COMPÉTITION
Journée d'information et de sélection : 24 août

ACRO-PARC INTÉRIEUR
Tyrolienne de 25 m, ponts suspendus, câbles, billots...
Seul, en famille ou en groupe!

infos@horizonroc.com 514 899-5000

Automne 2014 ★

COURS DE GROUPE

SKATE / BMX / TROTINETTE

MARDI : POUR LES 9 ANS ET PLUS
AU CHOIX : Skate ou BMX
6 cours de 18h30 à 19h30
Session A dès le 9 septembre
Session B dès le 26 octobre

SAMEDI : POUR LES PETITS (7 À 13 ANS)
AU CHOIX : Skate ou trottinette
6 cours de 9h00 à 10h00
Session A dès le 13 septembre
Session B dès le 1^{er} novembre

125 \$ PAR SESSION (taxes incluses)
Places limitées

INFOS : 514 284-0051
poste 101

INSCRIPTION EN LIGNE DÈS
MAINTENANT : WWW.TAZ.CA (via Amilia)

Gym soleil débutants ou avancés pour les (3 - 5 ans)
Gym soleil avancé pour les (4 - 5 ans)
Cours de gymnastique sur les quatre appareils en plus du trampoline.
Au club de gymnastique Gadbois
514 872-3043
www.gymgadbois.com

Gymnastique dansée
À l'école de danse du Cégep André Laurendeau.
514 364-3320 poste 249

Gymnastique rythmique
Association Sportive Dynamo
514 688-4455

Gymnastique rythmique secteur récréatif et compétitif
Rythmik Québec
514 872-6596
www.rythmiquebec.qc.ca

Gym-enfantine
Pour les (5 à 7 ans) Activité psychomotrice de gymnastique basée sur le programme québécois défi. Au Gymnax du complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536
www.gymnix.com

Gym-Fun
Pour les (4 à 6 ans) Travail par éducatifs sous forme de parcours amusants favorisant le développement moteur. Gymnix au complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536
www.gymnix.com

Gym libre
Période de gymnastique libre d'une durée d'une heure et demie. Pour garçons et filles de 16 ans et plus.
Au club de gymnastique Gadbois
514 872-3043
www.gymgadbois.com

Gymnastique sur appareils
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6150

Initiation (pour les 6-8 ans) et les (9 ans et plus)
Cours de gymnastique sur les quatre appareils en plus du trampoline. Au club de gymnastique Gadbois 514 872-3043
www.gymgadbois.com

Initiation à l'athlétisme (6 à 12 ans)
Courses, épreuves et défis. Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

Kindergym
Introduction aux mouvements de base pour développer la coordination, l'équilibre, la force et un sentiment d'autonomie. Gymnastique WimGym 514 683-0602
www.wimgym.ca

Le tour du monde de Karibou
Cette activité parent-enfant destinée aux enfants de 1 à 4 ans, a pour objectif de favoriser le développement des habiletés motrices et l'estime de soi tout en s'amusant.
1 877-872-9992
www.letourdumondedekaribou.com

Mini-gym
Club Gymnacentre
514 872-2690
www.gymnacentre.ca

Mini-gym et Maxi Gym
gymnastique sur appareils basée sur le programme québécois défi.

Au club Gymnix
514 872-1536
www.gymnix.com

Programme circuit régional
Gymnastique WimGym
514 683-0602
www.wimgym.ca

Sport et gymnastique
Ce cours se veut un mélange de mouvements de gymnastique et de différents sports. Les 3 - 4 ans développent donc des habiletés plus techniques. 514 519-5673
www.tictacgym.com

Super kinder
Un programme de Kindergym avancé avec plus de défis pour les 4 à 6 ans. Gymnastique WimGym 514 683-0602
www.wimgym.ca

Tic Tac Gym
Cours conçus selon les groupes d'âge des enfants (qui vont de 4 mois à 12 ans) et qui visent à développer les habiletés physiques, émotives et sociales. 514 519-5673
www.tictacgym.com

Trampoline
Pour les (8-17 ans)
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6150

Trampoline
Pour les (5-7 ans), (8-10 ans) et (11-14 ans)
Au club Gymnix 514 872-1536
www.gymnix.com

Trampoline et Acrobatie
Un programme progressif planifié se concentrant sur l'apprentissage d'habiletés de trampoline et d'acrobatie. Gymnastique WimGym 514 683-0602
www.wimgym.ca

Tumbling et Trampoline (pour les 8 ans et plus)
Cours de tumbling et trampoline seulement. Au club de gymnastique Gadbois 514 872-3043
www.gymgadbois.com

Tumbling et Trampoline
Gymnitours, Le club de gymnastique de Lachine
514 639-6510
www.gymnitours.ca

RIVE-NORD

Association régionale de Gymnastique de Laval
450 669-4966
www.lavalexcellence.ca

Athlétisme
Volet initiation et compétition
Club d'athlétisme dynamique de Laval. 450 666-4330
www.athletismelaval.qc.ca

Classes parent/enfant
pour les bébés et les bambins jusqu'à 3 ans
Au petit Gym de Blainville
450 435-5311
www.lepetitgym.ca

Club Gymini.
Secteur récréatif et secteur compétitif
450 455-3141
www.clubgymini.org

Gymnastique
Programme récréatif et compétitif au Club Via Gym
450 492-7219
www.viagym.org

Le tour du monde de Karibou
Cette activité parent-enfant destinée aux enfants de 1 à 4 ans, a pour objectif de favoriser le développement des habiletés motrices et l'estime de soi tout en s'amusant. 1 877-872-9992
www.letourdumondedekaribou.com

Programme 1 2 3 gym (parent/enfant) (16 à 24 mois) (24 à 36 mois) et (3 à 5 ans)
Club de gymnastique Laval Excellence 450 669-4966

Programme récréatif et compétitive
Ce programme s'offre à tous les garçons et filles de 6 ans et plus. Groupe non mixte. Au Club de gymnastique Laval Excellence 450 669-4966
www.lavalexcellence.ca

Tumbling
450 669-4966
www.lavalexcellence.ca

Trampoline
Programme récréatif et compétitif au Club Via Gym
450 492-7219
www.viagym.org

Trampoline
Club de Trampoline Acrosport Barani
450 622-0077
www.acrosportbarani.com

RIVE-SUD

Classes parent/enfant
(pour les bébés et les bambins jusqu'à 3 ans)
Au petit Gym Dix30 à Brossard
450 445-2345
www.lepetitgym.ca

Bout choux gym
(pour les 4 à 6 ans)
Ces cours visent le développement de l'habileté motrice, de la créativité et de l'imagination.
Club Gym Richelieu
450 462-1496
www.gymrichelieu.com

Centre sportif Monpetit
Gymnastique préscolaire, gymnastique sportive pour les 6 à 9 ans et les 10 à 10 ans.
450 651-4720
www.college-em.qc.ca

Gymnastique artistique
Programme de gymnastique olympique, à St-Hubert, Brossard et St-Bruno
Au Club de gymnastique Gym-Richelieu
450 462-1496
www.gymrichelieu.com

Gymnastique pour filles au palestre de l'école secondaire du Mont-Bruno.
Club Gym Richelieu
450 462-1496
www.gymrichelieu.com

Gymnastique pour filles et garçons
Hopla - école de cirque
450 394-1439
www.hopla.ca

Gymnastique pour garçons
Les cours sont donnés à l'école André-Laurendeau de Saint-Hubert
Club Gym Richelieu
450 462-1496
www.gymrichelieu.com

Le tour du monde de Karibou
Cette activité parent-enfant destinée aux enfants de 1 à 4 ans, a pour objectif de favoriser le développement des habiletés motrices et l'estime de soi tout en s'amusant.
1 877-872-9992
www.letourdumondedekaribou.com

Trampoline pour les 4 à 17 ans
Au Club Quadrotamp à Saint-Bruno.
450 461-2255
www.quadrotamp.com

Centre sportif Monpetit
Gymnastique préscolaire, gymnastique sportive pour les 6 à 9 ans et les 10 à 10 ans.
450 651-4720
www.college-em.qc.ca

Hockey cosom
Cegep André-Laurendeau
514 325-5375 poste 1
www.loisirs3000.ca

Centre Y Notre-Dame-de-Grâce
514 486-7315
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Centre Y Cartierville
514 313-1047
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Patro Le Provost
514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Sportball
Cours de sports non compétitifs qui visent à développer la motricité, l'équilibre, la force, la coordination, l'endurance et le synchronisme.
514 331-3221
www.sportballmontreal.ca

HOCKEY SUR GLACE

École de hockey Canadiens de Montréal
514 925-5600
www.canadiens.nhl.com

Hockey pour filles
Association de hockey de Dollard
514 683-3825
www.dollardhockey.com

Programme novice et pré-novice
Pour filles et garçons
École de hockey Benoit Barbeau
www.hockeybarbeau.com

RIVE-NORD

Association hockey féminin de Laval
514-730-4385
www.hockeylavalfeminin.com

Association sportive Duvernay
450-664-1917 poste 610
www.asduvernay.com

Association sportive Saint François
450-665-3553
www.saintfrancois.qc.ca

Hockey Laval
Pour garçons et filles
450 661-0811 poste 254
www.hockeylaval.com

Sportball
Cours de sports non compétitifs qui visent à développer la motricité,

l'équilibre, la force, la coordination, l'endurance et le synchronisme.
514 331-3221
www.sportballmontreal.ca

Sports mineurs St-Vincent
450-661-4741
www.st-vincent.net

LANGUES

Allemand
Montréal : 450 670-5473,
Ville Saint-Laurent : 450 666-0036,
www.ecolesallemandes.org/montreal-centre

Anglais
École spécialisée dans l'enseignement de l'anglais chez les jeunes. Pour les 3 à 16 ans
Kazelfa 514 543-1243
www.kazelfa.com

Anglais
École de langues pour enfants. Pour les 3 à 17 ans. Kodojo.
514 284-2622
www.kodojo.com

Anglais et Italien
Chez Enfant & compagnie
514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

Anglais
Cours privés ou en petits groupes chez Berlitz. Montréal
514 288-3111, Ville St-Laurent
1 855- 492-0772
www.berlitz.ca

Anglais
L'Air en Fête
514 990-1414 poste 203
www.airenfete.com/anglais

Anglais et espagnol pour enfants et ados. À l'école internationale des langues des YMCA du Québec.
514 849-8393 ext.709
www.ymcalangues.com

Anglais et espagnol
Centre éducatif Langmobile
514 352-4762
www.langmobile.ca

Anglais, espagnol, français
Au Centre de loisirs Multi-Éthique St-Louis.
514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Espagnol
Bibliothèque Saul Bellow à Lachine
514 639-6376
www.langlabo.ca

Espagnol
Pour enfants et ados. À l'école internationale des langues des YMCA du Québec. 514 849-8393 ext.709
www.ymcalangues.com

Espagnol après l'école
Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace
514 484-6123
www.cndg.org

Espagnol pour s'amuser
Au centre culturel de Pointe-Claire.
514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca
Formation linguistique
Berlitz Montréal 514 288-3111,
Ville St-Laurent 1 855- 492-0772
www.berlitz.ca

RIVE-NORD

Anglais
L'Air en Fête
514 990-1414 poste 203
www.airenfete.com/anglais

Formation linguistique
Pour enfants et ados cours privés ou en petits groupes chez Berlitz.
1 855- 492-0769
www.berlitz.ca

RIVE-SUD

Allemand
450 678-1445
www.ecolesallemandes.org/montreal-centre

Anglais
École spécialisée dans l'enseignement de l'anglais chez les jeunes. Pour les 3 à 16 ans
Kazelfa 514 543-1243
www.kazelfa.com

Anglais
450 671-9544
www.lasoleillerie.com

Anglais et espagnol
Centre éducatif Langmobile.
514 352-4762 1-855-543-5264
www.langmobile.com/fr

Espagnol en famille
Au centre communautaire de St-Bruno. 450 441-8332
www.st-bruno.ca

Espagnol et Italien
pour les 16 ans et plus.
Au centre communautaire de St-Bruno.
450 441-8332
ou 450 653-2443 poste 2862
www.st-bruno.ca

Formation linguistique
1 855 492-0775
www.berlitz.ca



MUSIQUE

Académie de Musique de l'Ouest de l'île
Guitare, bass, piano, voix, batterie, saxophone, violon, clarinette, flûte, trompette. 514 505-6606
www.westislandmusicacademy.com/francais

Académie de Musique de Mont-Royal
Piano, violon, violoncelle, flûte, tambours, guitare, lecture vocale et autres. 514 880-6495

Académie de Musique Kosa
Piano, violon, guitare, tambours africains, brésiliens, cubains et haïtiens et plus encore
514 482-5554
www.kosamusic.com

Batterie pour les 7 ans et plus.
Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.cndg.org

Clavier et piano pour les 7 à 17 ans. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.cndg.org

ENFANT DANSE

L'ÉCOLE DE PETITS DE 2 ANS ET DEMIE
À 11 ANS ET DES ADOS DE 12 À 15 ANS
UNE ÉCOLE DE STUDIO DANSE MONTREAL

3 SESSIONS PAR ANNÉE
DE SEPTEMBRE À JUIN

studio
DANSE
montréal

enfantdanse.com
facebook.com/EnfantDanse
studiodansemontreal.com
(514) 223-3918

Club Rythmik Québec

Inscription Saison 2014 - 2015
Session Automne 2014 : du 2 au 5 septembre 2014
Session Hiver-Printemps 2015 : du 19 au 22 novembre 2014

Gymnastique rythmique pour tous!

Centre Etienne Desmarreau
3430 Rue de Bellechasse, Montréal
www.rythmiquebec.qc.ca
rythmiquebec@gmail.ca
514 872-6596

Auditions pour précompétitif et les relèves :
Le 5 et 6 septembre et le 29 novembre
Réservez vos places dès maintenant

En partenariat avec

Association La Petite-Pierre

Centre d'études musicales Pantonal

Programme complet de formation musicale, cours individuels ou en groupe. 514 273-1055 www.pantonal.ca

Chant choral programme d'activités chorales adaptées aux différents groupes. À l'école des jeunes de la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Cours de chant

École des arts de la scène- nos voix nos visages
Cours à Montréal 450 442-0740 www.nosvoixnosvisages.org

Cours de chant

Académie de musique de Montréal 514 376-8742 www.academiedemontreal.com

Cours de Rock Band

Les étudiants de même niveau sont placés dans des groupes de rock et tous les aspects de jouer dans un groupe sont enseignés. À l'académie de Musique de l'Ouest de l'Île. 514 505-6606 www.westislandmusicacademy.com/francais

Cours collectifs

Programme basé sur les principes de pédagogies ORFF et Martenot. Pour les 5 à 7 ans. À l'école préparatoire de musique de l'UQAM 514 987-3939 www.epm.uqam.ca

Cours collectifs

De formation théorique, solfège, éducation de l'oreille selon la méthode Martenot. Pour les 7 à 18 ans. École préparatoire de musique de l'Université du Québec à Montréal. 514 987-3939 www.epm.uqam.ca

Chorale pour les (8 à 11 ans)

Répertoire classique, musique du monde et chant traditionnel. Les petits choristes du Plateau. Au studio Bizz 514 849-4439

Chorale parent-enfant

Répertoire adapté et harmonisé à voix mixtes. École préparatoire de musique de l'Université du Québec à Montréal. 514 987-3939 www.epm.uqam.ca

Chorale des jeunes

Pour les 6 à 12 ans. Coopérative des professeurs de musique de Montréal.

514 544-4636 www.professeur-musique.com

Chœur de chambre pour les (12 à 18 ans) Chœur des enfants de Montréal. 450 458-7129 www.choeurdeseenfantsdemontreal.com

Chœur des jeunes de la faculté de musique

de l'Université de Montréal Pour les (8-10 ans) et les (10 et plus) 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Chœur des enfants de Montréal

Pour les (5-7 ans) (8-10 ans) et (11-18 ans). Chœur des enfants de Montréal. 450 458-7129 www.choeurdeseenfantsdemontreal.com

Chorale parents-enfants

À l'école préparatoire de musique de l'UQAM 514 987-3939

Disciplines

Piano, violon, violoncelle, clarinette, saxophone, guitare, basse électrique, flûte, harpe, batterie et percussion. Cours privés. Pour les 5 ans et plus. Coopérative des professeurs de musique de Montréal. 514 544-4636 www.professeur-musique.com

Disciplines

Piano, violon, violoncelle, guitare, flûte. Cours privés, semi-privés ou en groupe
Éveil musical du Québec au Centre Pierre-Charbonneau 514 872-6644 www.professeur-musique.com

École des arts de la scène- nos voix nos visages

450 442-0740 www.nosvoixnosvisages.org

Éveil musical

Pour les 2-3 et 4-5 ans. Coopérative des professeurs de musique de Montréal 514 544-4636 www.professeur-musique.com

Éveil musical

Introduction à la musique, aux rythmes et percussions. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccnrdg.org

Éveil musical et Initiation à la musique.

Cours de piano et de chant. Enfants de 18 mois à 16 ans. Bertille Tardif au 514 731-5820 www.berlilletardif.com

Éveil musical

Pour les 3-6 ans
Dans un contexte ludique, l'enfant développe ses capacités d'écoute et d'expression et voit son imagination stimulée. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Éveil musical

Pour les 3-4 ans à l'école préparatoire de musique de l'Université du Québec à Montréal. 514 987-3939 www.epm.uqam.ca

Éveil musical et Instruments

Orff (xylophones, métalphones et percussions mineures) Pour les 4 - 5 ans et les 6 - 10 ans. Débutant et intermédiaire. Chez Mosaïques. 514 439-1043 www.mosaïques.ca

Exploration musicale

Pour les (4-6 ans)
Éveil musical du Québec au Centre Pierre-Charbonneau 514 872-6644 www.centrepierrecharbonneau.com

Flûte traversière

Méthode Suzuki. Cours privés ou en groupe. Centre culturel de Pointe-Claire. 514 630-1220 www.ville.pointe-claire.qc.ca/fr

Formation auditive

Pour les (7-17 ans)
Le solfège, la dictée et l'étude de notions théoriques. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Formation instrumentale

Pour les (7-17 ans)
Cordes, vents, piano, guitare et percussion. Leçon individuelle ou de groupe. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Formation instrumentale et vocale pour les jeunes et adultes à tous les niveaux

À l'école préparatoire de musique de l'UQAM 514 987-3675

Groupe et orchestre

Pour débutant, intermédiaire et avancé - Tout âges. Académie de musique de Montréal 514 376-8742

Guitare

Pour les 7-9 ans, les 10-14 ans et

adultes

Formule semi-privée: 3 à 5 participants par atelier. Débutant et intermédiaire. Chez Mosaïques. 514 439-1043 www.mosaïques.ca

Guitare cours en petits groupe ou privé.

Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccnrdg.org

Guitare jazz, classique, rock

Académie de musique Kosa 514 482-5554

Guitare et piano

Cours privés et semi-privés
Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213 www.dollardartcentre.com

Initiation à la musique

Pour les (5-6 ans)
À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Initiation à la musique

Apprentissage à l'aide des chants, danses, jeux. 514 731-5820 www.berlilletardif.com

Initiation musicale

École de musique de Verdun 514 768-5406

Jeunes aventuriers

Cours d'initiation à un instrument. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

Jeunes explorateurs

Cours d'exploration de six instruments. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512 www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

L'Oreille Musclée

514 634-7006 www.loreillemusclée.com

Musique après l'école

Batterie, piano, violon. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccnrdg.org

Musique classique

Jazz, populaire et musique du monde pour tous les instruments. Académie de musique de Montréal 514 376-8742

Percussions

Pour parents et enfants (6 à 12 ans) à l'école de Percussions Samajam 514 598-1554 www.samajam.com
Percussions Tambours africains, brésiliens, cubains et haïtiens. Académie de musique Kosa 514 482-5554 www.kosamusique.com

Percussions

Ateliers familiaux présentés sous la forme de plusieurs jeux. Baratanga 514 616-2308 www.baratanga.com

Piano

Cours de piano, théorie musicale, formation auditive, lecture à vue. À l'école de piano NDG. 514 486-1812 www.pianondg.com

Violon

pour les 7 à 17 ans. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccnrdg.org
Violon classique et violon folklorique Débutant et intermédiaire. Chez Mosaïques. 514 439-1043 www.mosaïques.ca

RIVE-NORD

Cours privés et en groupe

Instruments à claviers, Guitare (Acoustique, électrique, classique, basse) Vents (Flûte à bec, flûte traversière, saxophone, clarinette) Violon et batterie. École Vimont Musique 450 625-6116 www.vimontmusique.com

Cours de chant

École Vimont Musique 450 625-6116 www.vimontmusique.com
Centre de formation musicale Ste-Rose

Initiation à la musique pour les (3 à 6 ans)

Cours privés : piano, violon, alto, violoncelle, flûte, flûte traversière, cuivres, guitare, théorie musicale. 450 628-9336 www.centremusical.ca

École de musique Allégo

Cours privés : Piano, clavier, violon guitare, chant, instruments à vent. formation de groupe de spectacle. 450 978-1141 www.allegromusique.ca

Éveil à la musique pour les (3 à 4 1/2 ans)

Initiation à la musique pour les (4 1/2- 5 ans)
Piano, guitare et autres à l'école des arts et musique de Rosemère 450 621-8380 www.ecoledesartssetmusiquederosemere.com

Initiation à la musique

Introduction des différents instruments à travers l'exploration, le jeu et l'écoute. Pour les (4 à 6 ans) École Vimont Musique 450 625-6116 www.vimontmusique.com

RIVE-SUD

Cours de musique à domicile

514-376-8742 www.academiedemontreal.com

Chant, guitare et piano

Cours privés ou en groupe
École des arts de la scène- nos voix nos visages
Cours à Longueuil 450 442-0740

Centre spécialisé en mise en forme
Café et aire de jeux pour la famille
www.bebecardio.com
400, St-Jean, Longueuil, QC • 450-332-bébé (2323)

chez Bébé Cardio c'est La rentrée

Inscriptions dès maintenant

Cours pour maman, bébé et enfant

AUX NOUVEAUX PARENTS DU QUARTIER, AVEZ-VOUS SONGÉ AUX AVANTAGES D'UNE ASSURANCE MALADIES GRAVES?

- Protège votre revenu
- Réduit le stress financier
- Jusqu'à 28 maladies couvertes
- Prestation du vivant libre d'impôt
- Primes garanties et remboursables

Et plus encore...

SERVICE DE PROTECTION D'ASSURANCE VIE COMPLET

Familial, individuel • Enfant
Maladies graves pour enfants
Accidents • Santé • Voyages
Hypothécaire • Dettes
Sans examen médical

Y penser, c'est déjà gagnant!

J'habite près de chez vous.

Pour information • 514-265-5780

REPRÉSENTANT AUTONOME
JACQUES RONDEAU
CONSEILLER EN SÉCURITÉ FINANCIÈRE
Assurance vie • Épargne retraite • Dons planifiés
514-265-5780 jacktrade@videotron.ca
9863 avenue Georges-Baril, Montréal, QC H2C 2M7

SIMPLIFIER • PROTÉGER • PROSPÉRER

WIMINI MONDE, 1-2 ans
Bouts d'Choux, 2-3 ans • Ballet, 3-6 ans
Kindergym, 3-5 ans • Super Kinder 4½-6 ans
Trampoline et Acrobatie, 5-15 ans
Program Récréatif, 5-15 ans

INSCRIVEZ-VOUS POUR NOTRE SESSION D'AUTOMNE DÈS MAINTENANT!
514 683-0602 • www.wimgym.ca
2090, Autoroute Trans-Canadienne (au route de service sud à l'est du bouil, des Sources)

BODYWARES
SPÉCIALISTES DANS LES VÊTEMENTS DE DANSE ET GYMNASTIQUE

Recevez **10% de rabais** en mentionnant cette annonce sur les articles de Ballet - Gymnastique pour adultes et enfants

5175-B SHERBROOKE O. (coin Marlowe) 514 482-4702

Club de patinage artistique Rivière-Des-Prairies
514 648-5775
www.cpardp.ca

Initiation au patinage artistique
Au CPA Gadbois
514 937-1312
www.patinageartistiquemontreal.com/gadbois.htm

Les Lames Argentées de Montréal
450 922-5823
www.lamesargentees.com

Patinage
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6111, poste 4262
www.cepsu.umontreal.ca

Patinage de vitesse St-Michel
514 383-0341
www.cpv-stmichel.com

Patinage Tiny Tots (leçons de patinage)
Association de hockey de Dollard
514 683-3825
www.dollardhockey.com

RIVE-NORD

Association régionale de patinage de vitesse de Laval
450 901-0202 poste 3
www.patinlaval.ca

Club de patinage artistique Laval inc
450 661-1225 450 661-0264
www.cpalaval.qc.ca

Club de patinage artistique Les Lames d'Argent de Laval
450 628-8114
www.leslamesdargent.org

Patinage artistique
Association artistique régionale des patineurs de Laval. 450 622-6339
www.aarpl.qc.ca

Programme Patinage Plus
Au Club de patinage artistique Les Lames d'Argent de Laval
www.leslamesdargent.org
450 628-8114

RIVE-SUD

École de Patinage Artistique Les 4 Glaces
www.icesports.com/brossard

Patinage pour les (4 ans et plus)
Cours d'apprentissage des

techniques de base du patinage visant l'assimilation par le jeu. Aréna Michael-Bilodeau. Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

Patinage adapté
Ce programme a pour but d'initier au patinage les enfants vivant avec des difficultés motrices ou neurologiques avec un entraîneur professionnel par groupe de 3 à 5 enfants maximum. Aréna Michael-Bilodeau. Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

Patinage pour adolescents débutants (12 à 17 ans)
Apprentissage des techniques de base du patinage adapté aux ados. Aréna Michael-Bilodeau. Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

Patinage parents-enfants et pré-débutants 2 1/2 à 5 ans.
Les plus jeunes doivent être accompagnés d'un parent sur la glace. Aréna Michael-Bilodeau. Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

École de Patinage Artistique Les 4 Glaces
www.icesports.com/brossard



PHOTOGRAPHIE

Le club des réflex
Club photo spécialement pour les ados. Activités photo où chaque participant est équipé d'un appareil photo réflex (fourni) et où l'on apprend la photographie et les trucs photo des pros. 514-567-3225 www.entrequatrejeux.com

PLONGÉE SOUS-MARINE

Intro à la plongée sous-marine
Une plongée en piscine pour que votre enfant fasse l'expérience de respirer sous l'eau!
Âge minimum: 8 ans. Chez Total Diving Montreal, 514 482-1890 www.totaldiving.com

Cours de plongée pour les 12 ans et plus. Centre de plongée Neptéau 514337-5489 www.neptéau.com

Cours de plongeur niveau 1 & 2
Cours complet et certification de plongeur chez Total Diving Montreal, 514 482-1890 www.totaldiving.com
Âge minimum: 10 ans

Les Aquanautes de Montréal
École de Plongée Sous-Marine à Montréal. Renseignements : 514 346-4781
www.lesaquanautes.com

Cours de plongée récréative de niveau 1
Dans ce cours on apprend les bases de la plongée sous-marine. Pour de raison de sécurité les enfants de 12 à 16 ans doivent être inscrits dans le programme parent/enfant. www.edpsconstellation.com

RIVE-NORD

Cours de plongée pour les 10 ans et plus. À la boutique du plongeur 450-667-4656
www.boutiqueduploueur.com

Cours de plongée pour les 12 ans et plus. Centre de plongée Neptéau 514337-5489
www.neptéau.com

PRÉ-MATERNELLE

La maison Orchard
Programme éducatif innovateur bilingue. À Montréal 514 483 6556 et Pointe Claire 514 630 3993 www.orchard-house.ca

Matinées-jeunes
Programme éducatif et culturel pour les 3 à 5 ans. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccn.org

Préparation à la maternelle (4-5 ans)
Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccn.org

Préparation à la maternelle
La méthode Montessori pour préparer les enfants à la maternelle. La maison Orchard : à Montréal 514 483 6556 et Pointe Claire 514 630 3993 www.orchard-house.ca

Précolaires d'anglais!
Centre éducatif Langmobile 514 352-4762
www.langmobile.ca/prescolaire

Pré-maternelle à l'école internationale allemande
514 457-2886
www.avhmontreal.qc.ca

Pré-maternelle culturelle bilingue pour les 3 à 5 ans. au programme : art, musique, théâtre et danse. Au centre culturel de Pointe-Claire. 514 630-1220

RIVE-NORD

Prémamanuelle bilingue à vocation artistique et scientifique à l'École des Arts et musique de Rosemère 450 621-8380 www.ecoledesartsetmusiquederosemere.com

RIVE-SUD

Pré-maternelle : animation préscolaire pour les 3 à 4 ans et les 4 à 5 ans.
À La Soleillerie à St-Lambert 450 671-9544 www.lasoleillerie.com

SCIENCES

Ateliers scientifiques
Pour enfants et ados
Live Stuff 514 830-2850
www.livestuff.ca

Apprenti animalier, apprenti scientifique
À l'Écomuseum, parc-faunique éducatif 514 457-9449
www.ecomuseum.ca

Les petits scientifiques
Projets personnels scientifiques avec différentes thématiques. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220 www.ville.pointe-claire.qc.ca

SOCCER

Association Sportive Dynamo
Pour les 3 ans et plus.
514 688-4455

Association Récréative Milton-Parc
Organisme communautaire à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables.
514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

Centre du Plateau
514 872-6830
www.centreduplateau.qc.ca

PARC du Soleil
7177 Boul. Newman, Lasalle (même stationnement que Toys'R Us)
centre de jeu Intérieur
Pas de traces. Nous préparons & nettoisons! 514.367.1234
Forfaits pour Fêtes:
salle de fête privée
gâteau de fête personnalisé
nourriture santé
accès complet au terrain de jeu
www.parcdusoleil.com

ENTRAÎNEMENT PROFESSIONNEL DE BALLET CLASSIQUE
NOUS ACCEPTONS DE NOUVELLES INSCRIPTIONS POUR SEPTEMBRE
Programme de ballet classique
Programme de ballet intensive enrichie (par audition)
Danse jazz et contemporaine
Mouvement créatif (3 à 4 ans)
Pre-Ballet (5 à 6 ans)
Ballet pour adultes
L'ÉCOLE DE Ballet Ovest DE MONTRÉAL
Les auditions pour enfants dans la production de Casse-Noisette de Ballet Ovest de Montréal auront lieu le 7 septembre 2014. Participez notre site web pour plus de précisions.
200 boul. St-Jean, studio 218
Pointe-Claire, QC H9R 3J1
centreduballet@balletouest.com 514 367 1234
www.balletouest.com

514 488-5580 • www.juniorbooty.com

Nous ne vendons pas seulement des souliers... Nous trouvons chaussure à votre pied!
Pour toute la famille Les souliers qui chaussent parfaitement les pieds d'un enfant lui offrent support et confort.

7137, Chemin de la Côte-Saint-Luc (centre d'achats Côte-Saint-Luc) **BOOTY**

Nous sommes ouvert 7 jours par semaine (dimanche, de midi à 17 h)

GYMNASTIQUE AUTOMNE 2014
gymnix.com

GYM-LIBRE
6 et 13 SEPTEMBRE et 13 DÉCEMBRE (9h à 12h)
coût: 5\$ par enfant de 2 à 7 ans (avec parent)

FÊTES D'ENFANTS
Variété de forfaits de gymnastique et de trampoline pour les enfants de 3 à 12 ans.

le tour du monde de **karibou**
Programme d'activités motrices pour les 1 à 4 ans (avec parent)
Au YMCA Ahuntsic-Cartierville: 11885 boul. Laurentien, Montréal

INSCRIPTION EN LIGNE
LE 2 SEPTEMBRE dès 12h00
Complexe sportif Claude-Robillard
1000 av. Émile-Journault
Montréal (Québec) H2M 2E7
514 872-1536 | www.gymnix.com

ACADÉMIE PRÉSCOLAIRE MONT-ROYAL
garderie privée et pouponnière

Prenez rendez-vous dès MAINTENANT pour venir nous rencontrer!

- Enseignement éducatif bilingue basé sur l'approche de Reggio Emilia
- Consultant pédagogique sur place
- Pouponnière (0-18 mois), places disponibles
- Pré-maternelle enrichie
- Éducatrices qualifiées offrant des programmes individuels
- Programmes éducatifs donnés par des spécialistes incluant: musique, science, lectures animées et activités à thème
- Bibliothèque et gymnase sur place
- Sorties éducatives
- Repas et collations maison (plats végétariens disponibles)
- Place de stationnement réservée

Maintenant ouvert de 7 h à 18:30 h
L'implantation de nouvelles normes en éducation de la petite enfance

SERVICE DE GARDE RECONNU
Québec

4480, ch. Côte-De-Liesse, Suite 190, Ville-Mont-Royal (Québec) H4H 2R1
Tel.: 514 937.1662 • Fax: 514 937.4991 • info@apmr.ca • www.apmr.ca

PLAY IT AGAIN SPORTS

Équipement d'hockey
les meilleures marques au prix imbattable

Super économie sur du **NEUF ET USAGÉ**

EASTON
BAUER
Reebok
CCM
GRAF
WARRIOR

2100, boul. Décarie, Montréal
514 484-5150 | piasmontreal@gmail.com

Centre Y de ville St-Laurent
514 747-9801
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Centre Y Cartierville
514 313-1047
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Centre Y du Parc
514 271-9622
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Centre Y Ouest-de-l'île
514 630-9622
www.ymcaquebec.org/fr/enfance

Club de soccer de Rivière-des-Prairies
514 648-2255
www.csrp.com

Club de soccer Dollard
514 421-2928
www.dollardsoccer.org

École de soccer Macgregor
514 935-4036 www.macgregorsoccerschool.com

École de soccer Prestige
514 994-4939
www.soccerprestige.com

L'Impact de Montréal
Offre à l'année un large éventail de camps et de cliniques pour les 5 à 16 ans.
514 328-3668 poste 250
www.academieimpactmontreal.com

Patro Le Provost
Initiation adaptée à chaque groupe

des 3-5 ans; 6-7 ans; 8-11 ans dans les gymnases du 514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Sportball
Cours de sports non compétitifs qui visent à développer la motricité, l'équilibre, la force, la coordination, l'endurance et le synchronisme.
514 331-3221
www.sportballmontreal.ca

RIVE-NORD

Association régionale de soccer de Laval
450 975-3366 poste 2240
www.soccer-laval.qc.ca

Carrefour Multisports
450 687-1857 poste 374
www.carrefourmultisports.com

Club de soccer Chomedey
450 978-1043
www.soccerchomedey.ca

École de soccer Prestige
514 994-4939
www.soccerprestige.com

Le Club de Soccer Laval Centre Sud (LCS)
450 967-4925
www.soccercentresud.com

Soccer Laval
450 668-4224

Soccer Delta de Laval
450 689-3130
www.soccer-delta.com

Sportball
Cours de sports non compétitifs pour enfants de 16 mois à 12 ans.
514 331-3221
www.sportballmontreal.ca
514 347-7664

RIVE-SUD

Association régionale de soccer de la Rive-Sud
450 926-9062
www.arsrs.com

Association de soccer de Brossard
450-445-3470
www.asbrossard.com

Club de soccer de Candiac
450 444-1175
www.soccercandiac.com

Club de soccer Boucherville
www.soccerboucherville.com

Club de soccer de St-Hubert
450 656-7622
www.soccerst-hubert.com

Club de soccer du Mont-Bruno
450 441-8488
www.soccermontbruno.com

Club de soccer Longueuil
450 468-0797
www.soccerlongueuil.com

Sportball
Cours de sports non compétitifs pour enfants de 16 mois à 12 ans.
514 331-3221 www.sportballmontreal.ca

TENNIS

Académie de Tennis et de la Psychologie du Sport (ATPS)
514 886-9929 www.tspa.ca/fr

Académie de tennis junior CDL
Programmes récréatifs ou haute performance en groupe, privés ou semi-privés. Au Club sportif Côte de Liesse
514 735-2582
www.clubcdl.com

Balle
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6111, poste 4262
www.cepsu.umontreal.ca

Mini-Tennis
Pour les 4-5-6 ans. Dans les clubs intérieurs à ville St-Laurent et Pointe-Claire. 514 745-2122

Mini-Tennis
Initiation au tennis pour les 5 à 12 ans. Transport assuré par l'autobus du club qui ira cueillir les enfants à la sortie de l'école. Au Club de tennis Ile des Sœurs. 514 766-1208
www.tennis-ids.com

Smash
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6111 poste 4262
www.cepsu.umontreal.ca

Sports Montréal
Offerts au Collège André-Grasset et au centre Claude Robillard
514 872-7177
www.sportsmontreal.com

Tennis et tennis de table
Patro Le Provost 514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Sportball
Cours de sports non compétitifs qui visent à développer la motricité, l'équilibre, la force, la coordination, l'endurance et le synchronisme.
514 331-3221
www.sportballmontreal.ca

RIVE-NORD

Carrefour Multisports
Programme de tennis Evolutif pour 3 à 16 ans 450 687-1857 poste 325
www.carrefourmultisports.com

Petit tennis
L'objectif est d'initier les 3 - 4 ans à l'activité physique en travaillant sur les bases du tennis. Au Tennis 13.
450 687-9913
www.tennis13.com

Programme Tennis-Étude
450 687.1857 poste 325
www.carrefourmultisports.com

Tennis récréatif et compétitif
Au Tennis 13.
450 687-9913
www.tennis13.com

Sportball
Cours de sports non compétitifs qui visent à développer la motricité, l'équilibre, la force, la coordination, l'endurance et le synchronisme.
514 347-7664
www.sportballmontreal.ca

RIVE-SUD

Académie de Tennis Bernard Dagenais
Tous niveaux, à partir de 4 ans, en groupe ou cours privés. À St-Bruno-de-Montarville.
514 268-1907 www.atbd.ca

Centre sportif Monpetit
450 651-4720
www.college-em.qc.ca

Complexe sportif Longueuil
450 679-6131
www.complexesportiflongueuil.com

Club de Tennis de L'île des Sœurs
514 766-1208
www.tennis-ids.com

Tennis pour les 4 À 13 ans en groupe ou cours privés pour les 6 à 15 ans.
Tennis Bisailon
450 441-8418

Ligue de mini-tennis
Pour parents et enfants de 6 à 11 ans désirant jouer et s'amuser ensemble.
Tennis Bisailon 450 441-8418 À Saint-Bruno

Mini-Tennis
Initiation au tennis pour les 5 à 12 ans. Transport assuré par l'autobus du club qui ira cueillir les enfants à la sortie de l'école. Au Club de tennis Ile des Sœurs.
514 766-1208
www.tennis-ids.com

Sani Sport
Cours d'initiation pour les 5 à 15 ans.
450-655-9150 (Boucherville)
450-465-7220 (Brossard)
www.sani.ca

Tennis pour les 4 À 13 ans en groupe ou cours privés pour les 6 à 15 ans.
Tennis Bisailon 450 441-8418

Club de Tennis de L'île des Sœurs
514 766-1208
www.tennis-ids.com

Tennis Rive-Sud
Le petit tennis pour les 3 à 6 ans et la ligue de Mini-tennis pour les 7 ans et plus. Rive-Sud, Montréal, Rive-Nord 450 646-8698
www.tennisrivesud.com

Sportball
Cours de sports non compétitifs pour enfants de 16 mois à 12 ans. 514 331-3221 www.sportballmontreal.ca



THÉÂTRE

Art de la scène
Théâtre gestuel pour les 6 ans et plus. Exploration de différents personnages et univers. Utilisation de masques, de marionnettes ou de costumes. Académie de danse d'Outremont 514 276-6060
www.academiedanse.com

Ateliers de peinture et théâtre
Ateliers d'expression artistique spontanée par la peinture et le

théâtre afin de stimuler la créativité chez les enfants de toute âge.
514 507 2761 www.linfusart.com

Atelier de théâtre et d'expression corporelle pour les 8 à 12 ans et les 12 à 16 ans.
À l'école de théâtre Ruée vers l'Art. Information : marie-claude.legault@laposte.net

Création théâtrale
Par une panoplie de jeux, les enfants apprendront l'improvisation, l'art de raconter des histoires et autres techniques du jeu théâtral. Pour les (5-7 ans) Au centre des Arts de Dollard. 514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

Comédie musicale
Chez Enfant danse
514 223-3918
www.enfantdanse.com

Cours de théâtre
Pour les 4 à 6 et les 7 à 10 ans. À l'infusart,
438 764-6724
www.linfusart.com

En scène! (7-12 ans) (13-18 ans)
Introduction, dans le plaisir, à l'art dramatique par le biais d'un projet utilisant la caméra. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

projet ♥ famille en harmonie
PARENTALITÉ POSITIVE • ÉDUCATION BÉNÉVOLE

ATELIERS ET FORMATIONS
COACHING PARENTAL
PARENTALITÉ POSITIVE
COMMUNICATION BIENVEILLANTE

avec Mitaiba Miller, coach certifiée

514-575-8187

familleharmonie.com

S'AMUSER, VIVRE L'AVENTURE ET SE FAIRE DE BONNES AMIES

INSCRIVEZ-VOUS AUJOURD'HUI

guidesquebec.ca
1-800-565-8111

Girl Guides of Canada
Guides du Canada

- Sparks 5-6 ans
- Brownies 7-8 ans
- Guides 9-11 ans
- Pathfinders 12-14 ans
- Rangers 15-17 ans

SESSION AUTOMNE 2014
Inscriptions du 8 au 13 septembre

Arts dessin danse • Jazz • Théâtre mouvement
Parents-enfants • Danse expression • Moderne
Danse créative • Contemporain • Breakdance
Cirque • Ballet • Capoeira

ACADÉMIE DE DANSE D'OUTREMONT

Centre Communautaire Intergénérationnel
999, ave McEachran (métro Outremont)

514 276.6060
www.academiedanse.com
info@academiedanse.com
www.facebook.com/ADOutremont

EXTRAVADANZA PRODUCTIONS

La session d'inscription pour l'année de danse 2014-2015 bat son plein !

ENEZ DANSER AVEC NOUS!

CLASSES POUR ENFANTS DE 2 ANS ET PLUS!

COURS DE JAZZ, ACRO, CLAQUETTE, HIP HOP, BALLET, CONTEMPORAIN ET ZUMBA®

EXTRAVADANZA I
514 421-1010 • info@extravadanza.ca
2111 C, boul. Saint-Régis, Dollard-des-Ormeaux, QC H9B 2M9

EXTRAVADANZA II
514 643-3010 • info2@extravadanza.ca
9000, boul. Maurice-Duplessis, Montréal, QC H1E 6P7

www.extravadanza.ca

SUIVEZ-NOUS!

Exploration théâtrale

Par divers jeux amusants et des exercices d'interprétation de rôles, les enfants bâtiront à la fois leur confiance en eux et leur répertoire d'acteur. Pour les (8-10 ans) Au centre des Arts de Dollard. 514 684-1012 poste 213 www.dollardartcentre.com

Fame

Programme intensif Fame pour les (10 à 13 ans) Au Centre de danse San Tropez. 514 374-7468 www.latindance.net

Jazz Broadway

Chez Enfant danse 514 223-3918 www.enfantdanse.com

Le ballet théâtral de Montréal

514 502-5117 www.btmtl.com

Les apprentis (7 à 10 ans)

Les jeunes comédiens (11 à 14 ans) À l'école des arts de la scène du Cégep André Laurendeau. 514 364-3320 poste 138 www.loisirs3000.com

Programme de théâtre

Pour les jeunes de 12 à 25 ans. Black Theatre Workshop.

514 932-1104 poste 224 www.blacktheatreworkshop.ca

Stars de Broadway

Formation en comédie musicale inspirée de Broadway, Cours offerts en anglais. Centre Segal des arts de la scène 514 739-7944 www.centresegal.org/academie

Théâtre pour ados (pour les 12 à 16 ans)

Ce cours met l'emphase sur l'improvisation, l'interprétation d'un personnage, la création de scènes d'audition, la mise en scène, la réalisation et l'écriture de théâtre. Au centre des Arts de Dollard. 514 684-1012 poste 213 www.dollardartcentre.com

Théâtre, chant, comédie musicale

École des arts de la scène- nos voix nos visages 450 442-0740 www.nosvoixnosvisages.org

Théâtre en famille

Les participants se prêteront à des jeux stimulant l'imaginaire et l'expression corporelle pour s'amuser à construire des personnages et inventer des histoires. À l'infusart. 514 507 2761 www.linfusart.com

Théâtre et improvisation

Techniques de jeu, activités variées d'expressions personnelles. Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654 www.centrelajeunesse.org

Théâtre gestuel

(pour les 6 ans et plus) À l'Académie de danse d'Outremont 514 276-6060 www.academiedanse.com

Théâtre musical

Au studio de danse 501 514 994-7128 ou 450 465-4437 www.danse501.com

RIVE-NORD

Ateliers de théâtre pour enfants et ados

Théâtre du Petit Loup 450 665-7844 www.theatreduptitloup.com

Comédie musicale

École Vimont Musique 450 625-6116 www.vimontmusique.com

École de théâtre

du Vieux Saint-Eustache Jeux théâtraux, initiation au théâtre, théâtre intermédiaire et avancé. 450 473-5850 www.ecoledetheatreVSE.com

Éveil au théâtre pour les (3-5 ans) Initiation au théâtre pour les (6 à 8 ans)

Exploration théâtrale pour les (12 à 15 ans) École des Arts et musique de Rosemère 450 621-8380 www.ecoledesartsetmusiquederosemere.com

Initiation à l'art dramatique

Théâtre de Polichinelle 450 629-8530

Initiation au théâtre

Ce cours initiera les 3 à 5 ans aux rudiments du théâtre. Chez Espace forme à Saint-Eustache 450-473-2225 www.espaceforme.ca

La Rencontre Théâtre Ados

Ateliers de théâtre 450 686-6883 www.rtados.qc.ca

Théâtre Musical

École Vimont Musique à Laval 450 625-6116 www.vimontmusique.com

RIVE-SUD

Animaginart

514-516-9392 www.animaginart.com

Dramaction

Exploration théâtrale 450 245-7475 www.dramaction.qc.ca

Comédie musicale, théâtre et chant

École des arts de la scène- nos voix nos visages 450 442-0740 www.nosvoixnosvisages.org

YOGA

Yoga Parent-enfant

Yoga présenté d'une façon ludique et accessible pour plaire aux (2 à 5 ans) et aux (6 à 10) ans. Aloha Yoga 514 962-5642 www.alohayoga.ca

Yoga Parent-enfant

Soham Yoga 514 678-5210 www.soham-yoga.com

Yoga pour enfants

Cet atelier ludique inclut des jeux sur la respiration et la pratique de postures de Yoga. Pour les 5 à 11 ans. Espace Shanti 514 996-0570 www.espaceshanti.com

Yoga pour enfants

Centre Viniyoga Lily Champagne 514 572-5474 www.centre-viniyoga-lily-champagne.com

Yoga pour enfants

Organisme à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

Yoga pour enfants

Studio Breathe 514-544-1717 www.studiobreathe.com/fr

Yoga pour enfants

Studio Espaceyoga, 514 933-8671 www.espaceyoga.com/yoga-pour-enfants.html

Yoga pour enfants

Techniques yogiques et holistiques pour enfants. Katia Capparelli. 514 999-3602 www.katiacapparelli.com

RIVE-NORD

Yoga enfants

L'objectif de ce cours est d'aider les enfants à avoir une meilleure posture, augmenter la force et la souplesse dans le corps et leur donner des outils pour pouvoir se calmer et relaxer. Au Centre Yoga Santé 450-622-9642 www.centreyogasante.ca

Yoga Parent-enfant

Le cours de yoga parent-enfant est conçu pour vous permettre d'explorer différentes dimensions du yoga avec votre enfant tout en vous amusant. Pour les 5 à 9 ans. Au Centre Yoga Santé 450 622-9642 www.centreyogasante.ca

Yoga enfants

Initiation au yoga et au bikram 450 682-6777 www.bikramlaval.com

RIVE-SUD

Yoga enfants

Ce cours vise à développer l'estime personnelle, la concentration, et à maintenir une meilleure posture. Au Studio Yoga Monde 450 638-9050 www.yogamonde.com

Yoga parent-enfant

Au Studio Yoga Monde 450 638-9050 www.yogamonde.com

Yoga parent-enfant

Exploration des mouvements du Hatha yoga simplifié pour les (2 ans à 5 ans) et assisté par son parent. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

Yoga parent-enfant

Chez Yoga-B à Saint-Lambert 450 672-3259 www.yoga-b.ca

ZUMBATOMIC

Zumba pour les jeunes

Complexe sportif Marie-Victorin 514 325-5375, poste 6138 www.loisirs3000.ca www.complexesportifmarievictorin.com

Enfant & compagnie

514 327-8484 www.enfantetcompagnie.com

Studio de danse San Tropez Kidz

514 871-8852 www.hiphopmontreal.ca/fr

Compagnie de danse Sylviaera

Zumba pour ados 514 905 5252 www.sylviaera.ca

RIVE-NORD

Tennis 13

450-687-9913 poste 270 www.tennis13.com

Espace forme

450-473-2225 www.espaceforme.ca

RIVE-SUD

Bébé Cardio

450 332-2323 www.bebecardio.com

Académie de danse Rive-Sud

450 332-2774 www.danzafuzion.com

Studio de danse Jo-ré

450 679-1934 www.joredanse.com

Enfants et adultes!

Inscriptions sont le 29 aout de 18h à 20h00
Les cours sont donnes par des entraîneurs professionnels

- Gymnastique rythmique
- Soccer
- Stretching

514 688-4455

4099, avenue Royal, Montréal (Québec) H4A 2M5

Camp de jour Sports Montréal 4 à 15 ans

Dans les installations spectaculaires du complexe sportif Claude-Robillard!

Camp multisport ou à option : natation, tennis, soccer, plongeon, escrime, équitation et encore plus!

sportsmontreal.com/camp
514 872-7177 | f

L'École préparatoire de musique de l'UQAM offre une formation de qualité pour les enfants et pour les adultes.

- Cours d'éveil musical pour enfants de 3 et 4 ans
- Cours selon la méthode Orff pour enfants de 5 à 7 ans
- Cours de formation musicale théorique, instrumentale et vocale pour jeunes et adultes
- Cours d'appoint pour l'admission aux niveaux collégial et universitaire (Programmes classique et pop jazz)
- Chorale parents-enfants
- Programmes pop jazz en piano, guitare et chant

514 987-3939, courriel : dallaire.valerie@uqam.ca
1440, rue St-Denis, Montréal
epm.uqam.ca

***SPÉCIAL INSCRIPTION GRATUITE** Pour les temps limités

ÉCOLE DE MUSIQUE Nuances Musicales Maryse Gagné
Prenez plaisir à jouer de la musique à votre rythme!

COURS de MUSIQUE PRIVÉS, SEMI-PRIVÉS et de GROUPE

- PIANO
- CHANT
- FLÛTE
- CLAVIER
- COR FRANÇAIS
- INITIATION MUSICALE 3 à 7 ans
- PERCUSSION CORPORELLE (BODY TAP) 4 à 11 ans
- THÉORIE, SOLFÈGE, DICTÉE MUSICALE...

Formation classique et populaire complète, motivante et personnalisée.
Apprendre la musique favorise l'épanouissement, l'autonomie, la concentration et la coordination.

INSCRIPTIONS DÈS MAINTENANT
450 661-3291

www.ecolenuancesmusicalesmarysegagne.blogspot.ca
1115, rue de Montmorency, Duvernay, Laval
(Près du Centre Duvernay entre l'autoroute 25 et 19)

*Reservez inscriptions seulement. Certaines activités s'appliquent. PROVISION D'EXPERIENCE NAUJOURHEM DIPLOME DU CONSERVATOIRE DE MUSIQUE DE MONTRÉAL

Garderie Le Nid de Namur PRÉSCOLAIRE avec POUFONNIÈRE

Programme éducatif de grande qualité visant à favoriser le développement physique, intellectuel, affectif, social et linguistique.

- Garderie privée pour enfants de 6 mois et +.
- Programme éducatif bilingue.
- Programme préscolaire enrichi.
- Éducatrices qualifiées.
- Portfolios semestriels.
- Activités mensuelles incluant : yoga, danse, musique et contes.
- Repas santé faits maison.
- Frais de garde admissibles au crédit d'impôt.

INSCRIPTIONS PRÉSENTEMENT EN COURS POUR AUTOMNE 2014

514 739.3999 • www.niddenamur.com
garderie@niddenamur.com

4987, rue Paré, Montréal, QC H4P 1P4



On sort... On s'amuse!

EN COURS...

BALADES EN MINI-EXPRESS

Les samedis, dimanches et jours fériés

Jusqu'au 14 octobre
C'est le retour officiel du petit train électrique à la gare de l'Espace La Fontaine, juste devant le chalet-restaurant! Prenez place à bord du train le plus vert en ville pour un trajet sécuritaire d'une durée de 10 minutes. 4\$ par balade. Entre 11h à 16h. À l'Espace La Fontaine, 3933, avenue du Parc-La Fontaine. Renseignements : 514 280-2525 www.espacelafontaine.com

VISITE À LA FERME ÉCOLOGIQUE

Étable, clapier, poulailler, mare aux oies, aires de jeux. De 10 h à 16 h, tous les jours. À la ferme écologique du parc-nature du Cap-Saint-Jacques au 183, chemin du Cap-Saint-Jacques à Pierrefonds. Gratuit mais il y a des frais de stationnement. Renseignements : 514 280-6743 Balade en carriole (\$) et carrousel de poney (\$) Fins de semaine seulement. http://www.d3pierres.com

PIRATES OU CORSAIRES?

Spécialement dédiée aux 6 à 12 ans, cette exposition, interactive et immersive, prendra la forme d'un récit d'aventure et où tous auront la chance d'embarquer sur un vaisseau spécialement conçu pour l'occasion. Au musée Pointe-à-Callière, 350, place Royale, Angle de la Commune au Vieux-Montréal. Horaires et tarifs : 514 872-9150 www.pacmusee.qc.ca

AOÛT

L'ODYSSÉE DES MONARQUES

Les 16, 17, 23, 24, 30 et 31 août ainsi que le 1er septembre
Chaque année, les visiteurs sont conviés à assister à l'étiage et à la relâche des papillons monarques. Pour ces insectes migrateurs, c'est le début d'un long voyage vers le sud. À 13h30 et 15h30 (annulé en cas de pluie) À l'Insectarium de Montréal, 4581, rue Sherbrooke Est. Renseignements : 514 872-1400 http://calendrier.espacepourlavie.ca/odysee-des-monarques

PIQUE-NIQUE ANIMÉ – LES AMPHIBIENS

Le dimanche 31 août
Vous prévoyez pique-niquer dans les aires du parc prévues à cet effet? Un guide naturaliste de GUEPE ajoutera du piquant à votre repas en plein air en vous présentant des animations éducatives sur la nature. Animation répétée entre 12h30 et 15h30. Au parc-nature de l'Île-de-la-Visitation, 2425, boul. Gouin Est.

Renseignements : 514 280-6733 ou 514 850-4222 www.guepe.qc.ca

LA FÊTE DE LA FAMILLE DE LAVAL!

Le dimanche 31 août
15e édition de la Fête de la famille de Laval : Spectacles, jeux gonflables, amuseurs, maquillage, la Zone WIXX pour les jeunes de 9 à 16 ans, épluchette de blé d'Inde et plus encore! De 10 h à 18 h, au Centre de la nature, 901, avenue du Parc à Laval. Renseignements : 311 ou 450 978-8000 Pour l'horaire détaillé de la programmation visitez : www.fetedelafamille.laval.ca

SEPTEMBRE

LES MYSTÈRES DU LAC AUX CASTORS

Jusqu'au 12 octobre
Découvrez l'histoire du secteur du lac aux Castors, les travaux en cours dans la clairière et les secrets enfouis au fond du lac! Animation la fin de semaine. De 13h30 à 16h30 Au pavillon du lac aux Castors du Mont-Royal. Gratuit. Renseignements : 514 843-8240, poste 0 www.lemontroyal.qc.ca

CRÉATION DE POCHETTES DE DISQUES

Tous les dimanches jusqu'au 12 octobre
Participez à un atelier pratique qui met de l'avant un thème en lien avec les expositions et collections. Entre 11 h à 16 h. Pour les 3 à 12 ans. Au Musée McCord d'histoire canadienne, 690, rue Sherbrooke Ouest. Renseignements : 514 398-7100 www.mccord-museum.qc.ca/fr Entrée au Musée et activités gratuites pour les 12 ans et moins. Activités en français et en anglais

LA MANTE RELIGIEUSE, UNE BEAUTÉ FÉROCE

Le lundi 1er septembre
Un éducateur-naturaliste du GUEPE vous fera découvrir la mante religieuse, cet insecte fascinant qui se cache dans les champs du parc. Rendez-vous au chalet d'accueil Héritage du Parc-nature de la Pointe-aux-Prairies, 14905, rue Sherbrooke Est. Animation répétée entre 12h et 16h. Gratuit. Renseignements : 514 280-6829, poste 1. www.guepe.qc.ca

GYM-LIBRE

Le samedi 6 septembre
Activités de gymnastique libre pour les 2 à 7 ans accompagnés d'un parent. Grands parcours - trampoline. Supervision par entraîneurs certifiés. 5 \$ par enfant, de 9 h à midi. Au club

Gymnix du complexe sportif Claude Robillard, 1000, Émile Journault. Renseignements : 514 872-1536 www.gymnix.ca

SIGNET MANGEUR DE LIVRES

Les 6-7, 13-14 et 20-21 septembre
Atelier de création où les 5 ans et plus pourront fabriquer un monstrueux signet rigolo pour leur livres. À 14 h, au Musée des maîtres et artisans du Québec, 615, avenue Sainte-Croix, Ville Saint-Laurent. 14 \$ par famille de 4 personnes. Réservations au 514 747-7367 poste 7204 www.mmaq.qc.ca/programme_famille.htm

PORTES OUVERTES SUR LES FERMES

Le dimanche 7 septembre
Visites guidées dans plus de 100 fermes réparties à travers le Québec, dégustations de produits régionaux, animation pour les enfants. Aussi Fête agricole au Parc Jean Drapeau. Gratuit. De 10h à 16h. Pour obtenir tous les détails entourant la 11e édition des Portes ouvertes sur les fermes visitez www.portesouvertes.upa.qc.ca

ÉVÈNEMENT BÉNÉFICE

Le 7 septembre
Jeux, bricolage, tirage et plus lors de cet événement bénéfique à l'occasion du deuxième anniversaire de la boutique Jouets LOL. De 10h à 16h. 653, Ogilvy Ave. Montréal. Renseignements : 514 278-8697 www.loitoys.ca

L'HEURE DU CONTE EN ARABE

Les 7, 14, 21 et 28 septembre
Heure du conte célébrant la richesse de la langue et de la culture arabe. Pour les moins de 13 ans. Tous sont bienvenus! De 10h30 à 11h30. Gratuit. Au Théâtre Inimagimô de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités - Billetterie. 514 873-1100

INITIATION À L'ART DU CIRQUE

Le dimanche 7 septembre:
Invitation aux 6 - 16 ans à participer à des cours d'essai sur l'art du cirque. Au programme : De 9h à 11h : Les circassiens et les Acro-Cirque; De 11h à 13h : les Aériens et les Acrobates. Gratuit. À l'École nationale de cirque. Renseignements : 514 982-0859 www.ecolenationaledecirque.ca Vous devez vous inscrire à l'adresse suivante : jlarose@enc.qc.ca en spécifiant le cours que vous aimeriez, le nom et l'âge de l'enfant.

COURS DE DANSE

Du 8 au 13 septembre
Vos enfants et ados pourront essayer plusieurs cours de danse gratuitement. Au programme ballet, Jazz, moderne, gumbos, Hip hop, comédie musicale, videostyle et plus encore. Vous devez réserver en ligne au www.enfantdanse.com Renseignements : Enfant danse : 514 223-3918 www.enfantdanse.com

S'ORIENTER EN NATURE?

Le dimanche 14 septembre
Un éducateur-naturaliste du GUEPE présentera différents moyens que les animaux utilisent pour trouver leur chemin Lorsqu'ils parcourent de longues distances. Vous apprendrez à utiliser une boussole grâce à une épreuve amusante. Animation gratuite et répétée entre 12h et 16h. Rendez-vous près de la ferme du Parc-nature du Cap Saint-Jacques. 183, ch. du Cap-St-Jacques. Renseignements : 514 280-6871

ATELIER TRICOT ET LECTURE

Le dimanche 14 septembre
Un cercle de lecture pas comme les autres! Les 10 à 13 ans apprendront les bases du tricot et participeront à une discussion sur les livres. À 14h. Au Théâtre Inimagimô de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Gratuit mais vous devez vous procurer des laissez-passer : visitez www.banq.qc.ca et cliquez sur : Activités - Billetterie. Renseignements : 514 873-1100

LES VOLCANS

Le dimanche 14 septembre
Les enfants découvriront tout au sujet des volcans et pourront créer leur propre éruption volcanique lors de cet atelier découverte. À 11h30, 13h et 14h30, pour tous les âges. 7 \$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Réservations au 514 398-4092 www.mcgill.ca/redpath/fr

LES MYCÈTES SONT DES CHAMPIGNONS

Le dimanche 21 septembre
Les champignons poussent un peu partout dans le parc, mais on ne les connaît que très peu. Un éducateur-naturaliste du GUEPE vous en apprendra plus sur ce règne ni animal, ni végétal. Animation gratuite et répétée entre 12h et 16h. Rendez-vous près du chalet d'accueil du parc-nature du Bois-de-l'Île-Bizard, 2115, chemin du Bord-du-Lac L'Île-Bizard. Renseignements : 514 280-6829, poste 1 www.guepe.qc.ca

**Centre Culturel de Pointe-Claire
Stewart Hall**
176, ch. du Bord-du-Lac - Lakeshore Rd, Pointe-Claire
Tél. 514 630-1220 - www.ville.pointe-claire.qc.ca

**Inscrivez-vous pour septembre
514 630-1220**
APPELEZ NOUS DÈS AUJOURD'HUI... POUR PRENDRE UN RENDEZ-VOUS!

FLÛTE TRAVERSIÈRE ET VIOLON

Profitez-en pour la vie!
Professeurs hautement qualifiés
Méthode Suzuki • Pour les 5 à 99 ans
Cours privés et en groupe

PRÉMATERNELLE CULTURELLE BILINGUE

**Learning Through Play
Apprendre en s'amusant**
Pour les 3 à 5 ans
Lundi au jeudi de 9h à 11h30
Apprentissage culturel avec des animateurs spécialisés en art, théâtre, musique et danse. Téléphoner pour une visite privée.

BALLET CLASSIQUE

Méthode de danse Cecchetti
Session d'information et d'inscription:
Jeudi 28 août 2013 de 18h30 à 20h30
Pré-ballet au niveau VIII • Professeurs qualifiés
Une pianiste accompagne chaque cours

HÔPITAL
POUR PERSONNES EN TISSU

SERVICE DE RÉPARATION DE JOUETS EN TISSU
Toutes marques bienvenues.
Urgences, chirurgie oculaire, surdore de lessive ou méfaits du temps.
Le patient doit se présenter accompagné de son propriétaire.

69, rue Villeneuve Ouest, Montréal - 514.563.1209 - rapiapia.com

Sportball

Register today and play:

Basketball
Volleyball
Baseball
Football
Hockey
Soccer
Tennis
Golf

514.331.3221
www.sportballmontreal.ca

avh Alexander von Humboldt
École internationale allemande

Journée portes ouvertes
le 17 octobre 2014 de 9h à 16h

De la pré-maternelle à la 12^e année.
École privée trilingue.
Environnement multiculturel.
Aucun certificat d'admissibilité requis.

216, rue Victoria • Baie-D'Urfé • 514-457-2886
www.avh.montreal.qc.ca

CHAMPS ET FORÊTS POUR LA DIVERSITÉ

Le dimanche 21 septembre
Les champs et les forêts sont des milieux de vie différents qui sont utiles chacun à leur façon. Un éducateur-naturaliste du GUEPE vous fera découvrir la diversité biologique qu'ils abritent. Animation gratuite et répétée entre 12h et 16h. Rendez-vous près de l'accueil des Champs du parc-nature-du-Bois-de-Liesse au 3555, rue Douglas-B.-Florensi à Ville St-Laurent. Renseignements : 514 280-6678 www.guepe.qc.ca

LE JARDIN DE BABEL

Du 24 septembre au 12 octobre
Un conte moderne dans lequel les princesses ne sont pas toutes charmantes et où les héros le deviennent bien malgré eux. Spectacle pour les 3 à 6 ans. À la Maison théâtre, 245, rue Ontario Est. Pour horaire et tarifs : 514 288-7211 www.maisontheatre.com

LES JOURNÉES DE LA CULTURE

Les 26, 27 et 28 septembre
Les Journées de la culture, c'est 3 jours d'activités interactives, de découverte et d'appréciation des arts et de la culture, offertes gratuitement à tous partout au Québec. Programmation en ligne au www.journeesdelaculture.qc.ca

BIJOUX EN PAPIER

Les 27 et 28 septembre
Cet atelier propose l'élaboration de bijoux de papier d'une façon simple et ludique. Il est animé par l'artiste Irène Kérisit en partenariat avec l'école de joaillerie de Montréal. Pour les 6 ans et plus. À 14 h, au Musée des maîtres et artisans du Québec, 615, avenue Sainte-Croix, Ville Saint-Laurent. 14 \$ par famille de 4 personnes. Réservations au 514 747-7367 poste 7204 www.mmaq.qc.ca/programme_famille.htm

LA FAUNE EST EN VEDETTE

Le dimanche 28 septembre
Une randonnée de découverte accompagnée d'un éducateur-naturaliste du GUEPE. Il vous montrera les indices de présence de nombreux animaux vivants dans le parc. Rendez-vous au chalet d'accueil Héritage du Parc-nature de la Pointe-aux-Prairies, 14905, rue Sherbrooke Est. Gratuit. Le kiosque d'animation débute à 12h. Les départs en randonnée sont prévus respectivement à 13h, 14h et 15h. Renseignements : 514 280-6691 www.guepe.qc.ca

DÉJEUNER AVEC LES RENARDS ROUX

Le dimanche 28 septembre
Un petit déjeuner continental vous sera servi suivi d'une présentation sur le renard roux. Vous aurez la chance de préparer le petit déjeuner pour les deux renards et de leur servir à leur habitat. À 8h. Au zoo Écomuseum. Âge minimum 3 ans. Réservation requise. Coût : 25 \$. Renseignements : 514 457-9449 ou www.zooville.ca

LES MÉTEORITES

Le dimanche 28 septembre
Atelier découverte où les enfants découvriront la différence entre les météores et les météorites. À 11h30, 13h et 14h30, pour tous les âges. 7 \$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Réservations au 514 398-4092 www.mcgill.ca/redpath/fr

VEDETTE SUR TOILE

Le dimanche 28 septembre
En compagnie d'un naturaliste du GUEPE, repérez les trésors fascinants que ces créatures à huit pattes dissimulent sous leurs apparences hideuses. Animation gratuite et répétée entre 12h et 16h. Rendez-vous près du chalet d'accueil du parc-nature de l'Île-de-la-Visitation, 2425, boul. Gouin Est. Renseignements : 514 280-6733 www.guepe.qc.ca

L'HISTOIRE DE BABAR

Le dimanche 28 septembre
Faites découvrir aux petits la célèbre histoire du roi Babar, brillamment mise en musique par un des plus grands compositeurs français, Francis Poulenc. Concert SONS & BRIOCHES présenté gratuitement dans le cadre des Journées de la culture. À 10 h 30 (brioches, croissants, café et jus) est servi, avant le spectacle. À 11 h vous assistez au concert au piano noble. À la Place des Arts, 175, rue Sainte-Catherine Ouest. Renseignements : 514 842-2112 www.laplacedesarts.com

ONDIR

Du 30 septembre au 12 octobre
Un petit pêcheur plonge au cœur de l'océan. Sous la surface miroitante de l'eau, il découvre un monde fascinant qui le mène vers une rencontre inattendue... Spectacle pour les 3 à 6 ans. Au Studio-théâtre de L'illusion, 6430 rue St-Denis. Pour connaître horaire et tarifs : 514 523-1303 www.illusiontheatre.com

OCTOBRE**ANIMALIER D'UN JOUR – SPÉCIAL ADOS**

Le samedi 4 octobre
Une journée complète d'Apprenti! (pour les 12 – 17 ans) Préparation des repas des animaux pour nourrir plusieurs ensuite et activités d'enrichissement entre autres participer à un atelier scientifique et faire la dissection d'une boulette de rapace. De 9h à 16h. Activité bilingue. Au zoo Écomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Tarifs et réservations au : 514 457-9449 www.zooville.ca

LES DINOSAURES DU CANADA

Le dimanche 5 octobre : En anglais
Le dimanche 16 novembre : En français
Les dinosaures qui habitaient le Canada il y a 65 millions d'années seront dévoilés lors de cet atelier découverte. À 11h30, 13h et

14h30. Pour tous les âges. 7 \$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Veuillez réserver au 514 398-4092 www.mcgill.ca/redpath/fr

L'HEURE DU CONTE EN ESPAGNOL

Les dimanches 5, 12, 19 et 26 octobre
Heure du conte en espagnol célébrant la richesse de la langue et de la culture espagnole. De 10h30 à 11h30. Au Théâtre Inimagimô de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur : Activités – Billetterie. Renseignements : 514 873-1100

ANIMALIER D'UN JOUR

Le 10 octobre
Une journée complète d'Apprenti! (pour les 7 à 12 ans) Préparation des repas des animaux et activités d'enrichissement. De 9h à 16h. Activité bilingue. Au zoo Écomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Tarif et réservation : 514 457-9449 www.zooville.ca

LES COURGES EN VEDETTE

Le dimanche 12 octobre
Un éducateur-naturaliste du GUEPE vous en apprendra davantage sur leur mode de reproduction et sur l'espèce indigène du Québec. Animation gratuite et répétée entre 12h et 16h. Rendez-vous près de la ferme du Parc-nature du Cap Saint-Jacques. 183, ch. du Cap-Saint-Jacques. Renseignements : 514 280-6871 www.guepe.qc.ca

DÉJEUNEUR AVEC LES OURS

Le dimanche 12 octobre
Un petit déjeuner continental vous sera servi suivi d'une présentation sur les ours. Vous aurez la chance de préparer le petit déjeuner pour les trois ours et de les nourrir vous-mêmes! À 8h. Au zoo Écomuseum. Âge minimum 3 ans. Tarifs et réservations : 514 457-9449 www.zooville.ca

CRÉPUSCULE AU ZOO!

Le vendredi 17 octobre
Une visite guidée sous les étoiles, avec un zoologiste! Opportunité unique d'observer les animaux du zoo la nuit, lorsqu'ils sont les seuls maîtres du zoo! De 18h30 à 21h30. Réservation requise. Tarifs et réservations : 514 457-9449 ou www.zooville.ca

LES SENS SANS DESSUS DESSOUS!

Le samedi 18 octobre
Dans le cadre de cet atelier qui propose des activités scientifiques et amusantes, les enfants découvrent leurs 5 sens tout en apprenant comment ils fonctionnent. Présentés à 10 h et à 13 h30, les ateliers comportent une expérience de laboratoire, une activité ludique et une collation. Pour les 5 à 10 ans, accompagnés d'un adulte. Au Musée Armand-

Frappier, 531, boul. des Prairies, Laval. Tarifs et réservations : 450 686-5641 poste 4676 www.musee-afrappier.qc.ca

LES POURQUOI 2

Le dimanche 19 octobre
Benoît Archambault est enfin de retour! Au programme : deux fois plus de chansons et d'histoires rigolotes, et toujours ce même regard avisé, complice des enfants comme des adultes. À 14h. Au Théâtre des Muses de la Maison des arts de Laval, 1395, boulevard de la Concorde, Laval 450 662-4440. Billets : 450 667-2040 www.salleandremathieu.com

LES CRÂNES HUMAINS ET LES SQUELETTES

Le dimanche 19 octobre
Découvrez l'évolution de l'homme lors de cet atelier découverte. À 11h30, 13h et 14h30, pour tous les âges. 7 \$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Réservations au 514 398-4092 www.mcgill.ca/redpath/fr

CONTE POUR UN GUS

Le dimanche 19 octobre
Théâtre sans parole incluant marionnettes, théâtre d'ombres, vidéo et musique. Gus nous raconte l'importance d'aller au bout de ses rêves, la force de l'amitié, ainsi que les petits et les grands deuils de la vie. À 11h, 13h30 et 15h. À la Place des Arts, 175, rue Sainte-Catherine Ouest. Renseignements et tarifs : 514 842-2112 www.laplacedesarts.com

ANIMALIER D'UN JOUR – SPÉCIAL FAMILLES

Le dimanche 26 octobre
Vous passerez toute une journée avec des zoologistes pour apprendre comment prendre soin des animaux, préparer leur repas et leur concocter des jouets d'enrichissement. De 9h à 16 h. Au zoo Écomuseum. Tarifs et réservations au 514-457-9449 www.zooville.ca

Il est à noter que l'horaire et les tarifs peuvent faire l'objet de changements. Nous vous recommandons de téléphoner avant de vous rendre sur place.

Au fil de jours, d'autres suggestions de sorties en famille s'ajouteront à notre calendrier en ligne. On sort... On s'amuse! Visitez nous à montrealpourenfants.com

Ne manquez pas notre deuxième calendrier de sorties : **ON SORT AVEC NOS TOUT-PETITS!** Visitez nous à montrealpourenfants.com



Cours de gymnastique de tous les niveaux
enfants de 18 mois à 16 ans,
filles et garçons en semaine et/ou
en fin de semaine
aussi pour mamans avec bébé ou adulte.

Période d'inscriptions
en ligne dès maintenant
www.gymgadbois.com

Forfaits de fêtes d'enfants
disponible en fin de semaine
Entraînement libre pour les adultes en soirée
info@gymgadbois.com

NOUVEAU & UNIQUE
UNE LETTRE JUSTE POUR TOI! RETOUR À L'ÉCOLE!
La lecture en cadeau pour la rentrée scolaire!
Tous les enfants adorent recevoir du courrier.
Soyez original, offrez-leur un roman sous forme de lettre!
Visitez notre site internet et découvrez notre collection complète!
Plusieurs histoires sont disponibles selon l'âge de l'enfant.
www.UneLettreJustePourToi.com

PROTECT ENFANT Inc.
■ La consultation, la vente et l'installation à votre domicile ou à la garderie:
■ Barrières de sécurité pour les escaliers, ouvertures, foyer et la piscine
■ Loquets magnétique « TOT LOK » pour les armoires et les tiroirs
■ Protection pour l'électricité, coins pointus, appareils, fenêtres, portes
COURS DE RÉANIMATION ET DE PREMIERS SOINS À L'HOPITAL GENERAL JUIF
pour la garderies, CPE, camp d'été, parents, grand-parents et gardiens
DIMANCHE: (9H À 17H) : Le 14 septembre, 19 octobre, 9 novembre et le 14 décembre 2014
En anglais, dimanche (9H À 17H) : Le 7 septembre, 5 octobre, 2 novembre et le 7 décembre 2014
Pour réserver votre place (places limitées), appelez les auxiliaires au 514 340.8216
Pour des COURS PRIVÉ chez vous, appelez Protect Enfant au 514 369.0337
514.369.0337 6900 Décarie, Suite 208, Montréal, H3X 2T8
www.protectenfant.com

BOUTIQUE ATELIERS FÊTES D'ENFANTS
www.enfantino.ca facebook.com/EnfantinoBoutique
Enfantino
Fêtes d'Enfants Ateliers Créatifs Ouvert le dimanche!
Jouets et jeux éducatifs
Cadeaux de fête et de naissance
Registre de cadeaux
Sacs surprise et ballons
Accessoires pour bébés et enfants
Service personnalisé
Emballage cadeau gratuit
5560 Avenue Monkland, Montréal QC, H4A 1C9, Tél: 514-482-0990 1857 boul. René-Laennec (Place Vilamont), Laval, QC, H7M 5E2, Tél: 450-629-0990



Un tout inclus juste pour les filles : les Guides du Canada

Par ANIK LESSARD ROUTHIER

Mère de trois filles, je dois quelques cheveux blancs à la période d'inscription aux activités parascolaires. Sans vouloir courir aux quatre coins de la ville plusieurs jours par semaine, j'aspire à ce que mes filles soient stimulées et s'adonnent à des activités variées. Dans un monde idéal, je souhaite qu'elles fassent du sport, qu'elles aiguisent leur créativité, qu'elles élargissent leur culture générale et qu'elles fassent tout cela dans un milieu fraternel afin de se développer sainement.

Or, le tout peut se révéler un véritable casse-tête. À moins de trouver une activité qui combinerait tout cela, et même plus... Ça existe ? Oui : les Guides du Canada. Anciennement affilié aux Jeannettes, le programme a évolué avec les besoins des jeunes filles d'aujourd'hui. L'aspect paramilitaire a été retranché, mais l'on mise encore sur le camping et le plein air pendant la saison estivale. Voilà une excellente occasion pour les filles de mettre leur bout du nez dehors, mais aussi de connecter véritablement entre elles plutôt qu'avec les technologies, l'espace d'un moment. Le tout est accompagné d'une sensibilisation à l'environnement.

D'autres enjeux modernes font partie du mouvement et peuvent mener à l'obtention de badges soulignant la réussite des filles : cybercitoyenneté, conservation environnementale, médias et image, photographie et design web, mode et design intérieur, finances et technologies, ingénierie, sécurité communautaire.

De manière générale, la connaissance et l'estime de soi transcendent le programme. Si le développement personnel est directement abordé par des ateliers ponctuels, des valeurs comme le courage, la débrouillardise, le respect, l'honnêteté et l'affirmation de soi sont constamment véhiculées dans cet univers exclusivement féminin où il fait bon évoluer. Chaque groupe a des objectifs et des badges distincts. Les petites, qui forment le groupe Sparks, peuvent intégrer le mouvement dès 5-6 ans (à raison d'une heure par semaine). Celles qui persévèrent deviendront Brownies (7-8 ans), Guides (9-11 ans), Pathfinders (12-14 ans) puis, à terme, Rangers (15-17 ans). Les « diplômées » pourront exercer le rôle de cheftaine ou de conseillère, une expérience des plus enrichissantes pour intégrer ensuite le marché du travail.

En plus de s'initier à maintes facettes de la vie, les filles aiguiseront leur fibre solidaire et leur leadership en participant à des projets communautaires et bénévoles. Avec cette grande famille, où des amitiés qui dureront pour la vie risquent fort bien de naître, elles auront aussi l'occasion de voyager en toute sécurité à travers le monde, entre autres, dans les centres mondiaux de guidisme (Suisse, Angleterre, Mexique, Inde). C'est la vente de biscuits qui constitue la principale source de financement.

Le mouvement a accueilli des filles qui sont devenues des figures marquantes de la détermination féminine : Céline Dion, Michaëlle Jean (journaliste et ancienne gouverneure générale du Canada), Roberta Bondar (la première femme astronaute canadienne), etc. Plus de 90 000 membres forment les rangs actuels.

S'il n'est pas toujours aisé, comme parent ou même dans le milieu scolaire, de transmettre à nos filles le leadership, la confiance, la détermination, la persévérance et l'indépendance, un tel mouvement peut faire la différence et forger positivement, pour la vie, le caractère des futures femmes.

Pour en savoir plus ou pour inscrire vos filles :
www.guidesquebec.ca

Proaction
Progresser, communiquer, grandir.

AVEZ-VOUS DES INQUIÉTUDES CONCERNANT LE DÉVELOPPEMENT DE VOTRE ENFANT?

La Clinique multithérapie Proaction offre des services haut de gamme de dépistage, d'évaluation, de formation et d'intervention en :

Orthophonie Psychoéducation	Ergothérapie Éducation spécialisée	Psychologie
--------------------------------	---------------------------------------	-------------

Services offerts en français, anglais, espagnol, arabe, italien et arménien!
Contactez-nous au 514 360.1200 ou à contact@cliniqueproaction.com

www.cliniqueproaction.com
300 Marcel-Laurin, bureau 121, Saint-Laurent (Québec) H4M 2L4

Chaussures Laura-jo
enfants • bébés

Chaussures approuvées par les écoles privées
Collection de chaussures **NON-MARQUANTES**

CAMPER

Kickers **GEOX** **CONVERSE** **SOREL**

Timberland **Naturino** **UGG** **BOGS**

LAVAL - Place Marois • 450 978-0090
3260, boul. St-Martin O., Laval (Québec) H7T 1A1

Boutique La Grande Ourse, jouets pour la vie

263, rue Duluth Est, Montréal. Tél. : 514.847.1207 www.boutiquelagrandeourse.ca
Ouvert tous les jours à partir de midi (fermé le lundi)



Fêtes d'anniversaire

FÊTES À DOMICILE

Ateliers chocolatés! Ateliers de bonbons!

TRUCS TRUFFES Chocolats

Adultes • Enfants • Corporatif

www.trucsettruffes.com 514.713.0774

TODSKY! Le Magicien

- ★ Anniversaire
- ★ Écoles et Garderies
- ★ Sculptures de ballons
- ★ Sacs à surprises magique

www.todsky.com
Todd : 514 951-8633

Dynamix

Des défis et des aventures dans des équipes passionnantes.

Dynamique et amusant dans un rythme effréné!

Actif, stimulant, amusant pas de gâchis, pas de soucis à l'intérieur et à l'extérieur enfants de 5-12 ans nous venons à vous

Fêtes d'anniversaire
Ateliers, Fêtes d'école
Programmes parascolaires

514.333.8326
lesaventuresdynamix.com

20\$ de rabais code: mpe2014

JS PARTY

La plus grande sélection de mascottes!
Princesses - Jeux Gonflables
Magicien - Clown
DJ et plus!

514.923.5000
www.jsparty.com

FUN-TROPOLIS

CENTRE D'AMUSEMENT

DISPONIBLE À LAVAL SEULEMENT

BLACKLIGHT MINI GOLF IN 3D

LÀZER FRENZY

TOILE D'ARAIGNÉE

DISPONIBLE À LAVAL SEULEMENT

DEFI LUMIERE

RIDER CINÉMA 4D

DU PLAISIR POUR TOUTE LA FAMILLE!

FUNTROPOLIS.CA

450-688-9222
CHOMEDEY, LAVAL
3925 BOUL. CURÉ-LABELLE

450-462-2111
SAINT-HUBERT
2975 BOUL. MOISE-VINCENT



Miss Dainty
Parties de «spa»

514 927-0100
www.missdaintysspa.com

POUR FILLES DE 4 À 12 ANS

- ♦ Manucures fantaisie ♦
- Pédicures fastueuses ♦ Faciaux fruités
- Maquillage funky ♦ Coiffures glamour

Adaptés à l'âge amusant pour les filles qui aiment se faire dorloter!

Nous apportons le «spa» pour vous!

TIKI le CLOWN
"Le meilleur CLOWN en ville"

Bilingue
Pour tous les âges et occasions

FÊTES D'ENFANTS

Animations
Télégrammes

- Sculpture de ballon
- Maquillage artistique
- Magie
- Guitare avec chansons
- Spectacle drôle improvisé

(Cell.)
514.683.9365

Création Funky

- ★ Fêtes de création de bijoux pour tout âge
- ★ Bijoux et artisanats uniques
- ★ Cadeaux personnalisés

Michelle la Reine des Perles
★ 514 817-2322
www.somethingfunky.ca

BEDING-BEDANG

- ▲ Fêtes d'enfants
- ▲ Magie
- ▲ Sculptures de
- ▲ Animation
- ▲ Bilingue
- ▲ Cupcakes

514-765-0216
514-570-0216
beding@sympatico.ca

Le royaume de Fée Enchantée

Animation à domicile
+ de 25 personnages
Qualité supérieure

Thématiques pour filles et garçons
3 à 12 ans
www.leroyaimedeevanchante.com
514-445-7552

SCIENCES EN Folie

Fêtes d'Anniversaire
4 à 12 ans

Réservez maintenant!!

Nous nous déplaçons ! 514 344-6691
www.montreal.madscience.org

Clowns, jongleurs, magiciens, spectacles pour enfants, etc.

Les Productions Zakiry
www.zakiry.com

514-497-2141
Maison d'artistes

DINO

versaire

FÊTE D'ENFANTS DE RÊVE!!!

Animaux vivants, Potion magique, Expériences

Anniversaire - Garderie - «Party» de Noël - Mariage - Événements corporatifs

514.652.5303

DINOVERSARE.COM

NOUS NOUS DÉPLAÇONS CHEZ VOUS!

Facebook, Twitter, YouTube icons

OBTENEZ 10,00\$
DE RABAIS SUR VOTRE
COMMANDE AVEC DINOVERSARE

CHAPEAUX DE FÊTE GRATUITS!

* Le rabais doit être mentionné lors de votre réservation par téléphone. Limite d'un rabais par réservation. Ce coupon rabais ne peut être jumelé à aucunes autres promotions.

* Pour obtenir ce cadeau, veuillez le mentionner lors de votre réservation par téléphone. Limite d'un coupon par réservation. Ce coupon rabais ne peut être jumelé à aucunes autres promotions.



L'histoire de Babar

28 SEPTEMBRE 11h
PIANO NOBILE

3 ANS +
GRATUIT



Le banc à manivelle

2 NOVEMBRE 11h
SALLE CLAUDE-LÉVEILLÉE

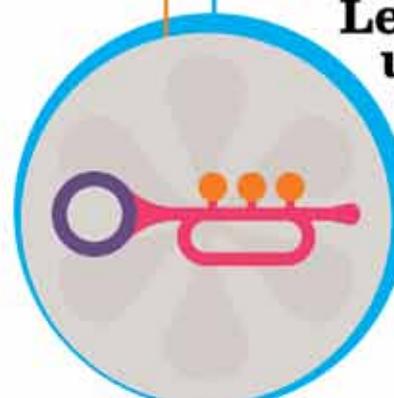
3 À 5 ANS



Conte pour un Gus

19 OCTOBRE 11h,
13h30 ET 15h
SALLE G

3 À 5 ANS



Le fabuleux univers des rythmes du monde

9 NOVEMBRE 11h
PIANO NOBILE

3 ANS +

Gaspart
et Dahlia
vous
attendent!



17 spectacles pour toute la famille
Ne manquez pas la programmation du temps des Fêtes !

BILLETS À PARTIR DE 9,50\$

FRAS DE SERVICE INCLUS DANS LE BILLET

FORFAIT FAMILLE DISPONIBLE

THÉÂTRE - MUSIQUE - DANSE

PRÉSENTÉ GRÂCE À

FONDATION
DE LA PLACE DES ARTS



placedesarts.com

PARTENAIRE MÉDIA

