



Montréal

Le Magazine Informatif pour les Parents

Enfants

Vol. 11 Numéro 6 Hiver 2011

**Cliquez
sur nos
annonceurs
pour plus
d'information**

VIE DE FAMILLE

Jeux libres aujourd'hui,
pensée vigoureuse demain

SOCIÉTÉ

La Génération Maintenant...
Faut-il patienter pour être heureux ?

Répertoire

Des activités parascolaires

Éducation
Non à maman,
oui à l'autonomie

NOUVEAU!

Vos journées sont trop courtes ?

Il vous faut L'ORGANISEUR PERSONNEL RÊVÉ des mamans débordées!



Une bonne organisation est essentielle dans la vie d'une femme. Nous orchestrons nos activités quotidiennes autour de nous-mêmes, notre partenaire, nos enfants, la

famille immédiate, la belle-famille, les amis, les collègues, les connaissances et toutes ces autres personnes qui font partie de notre vie personnelle et professionnelle.

L'Agenda Essentiel est une application Windows conviviale qui vous permet de créer un organisateur personnel à votre image :

- conservez en un seul endroit tous les renseignements sur vous et votre famille
- prévoyez les événements importants pour vous et vos enfants
- planifiez les rendez-vous chez le médecin, chez le dentiste, etc.
- notez les dates importantes (anniversaires, fêtes, remise de diplôme, etc.)
- ajoutez des remarques, des idées et des notes personnelles
- inscrivez et surveillez les dépenses familiales
- conservez toutes vos données année après année



Ajoutez votre touche créative en choisissant parmi plus de 200 images pour personnaliser les couleurs et l'apparence de votre organisateur.

Disponible dès maintenant! Prix : 80\$

Pour en savoir plus ou pour commander, communiquez avec Anabelle :

AMYUNI  **anabelle@amyuni.com**
Technologies 514.868.9226 ext. 202

www.PourlesMamansetlesFemmes.com

L'application
l'Agenda Essentiel a
été créée par une femme,
pour les femmes, et
développée par Amyuni
Technologies, une entreprise
de développement logiciel
établie à Montréal depuis 1993.



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 Uribé

redaction@montrealpourenfants.com

COLLABORATION PRINCIPALE

Marie-Hélène Proulx

PUBLICITÉ

514 931-0522

Sean Zur Nedden

ventes@montrealpourenfants.com

INFOGRAPHIE

info@genevieveboisclair.com

CORRECTRICE-RÉVISEURE

Sophie Geffroy

sophiegeffroy@sympatico.ca

COLLABORATEURS

Claire Baillargeon, Julie Beaupré
(alias LaMèreCalme), Valéria Bedout,

Michel-Jacques Bergeron,

Danièle Bouffard, Sylvie Burelle,

Nathalie Côté (alias Maman 3.0),

Robert Darche, Vesna Dell'Olio,

Chantal Dézainde,

Éducation-coup-de-fil, Claire Foch,

Marie-France Genest,

Delphine Guibourgé, La Bibliothèque
de Montréal, Louise Labrecque, Nancy

Leith, Nathalie Martin,

Valérian Mazataud,

Marie-Hélène Proulx, Hélène Renaud,

Anik Routhier, John Symon.

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 15.00\$ l'année.

- 4 | ÉDITO
Une leçon d'économie familiale
- 6 | COURRIER DES LECTEURS
Demandez à nos experts
- 8 | VIE DE FAMILLE
Jeux libres aujourd'hui, pensée vigoureuse demain
- 14 | QU'EST-CE QU'ON LIT ?
6e Prix du livre jeunesse des Bibliothèques de Montréal
- 16 | FAMILLES EN CAVALE
Direction : pôle Nord!
- 18 | ÉDUCATION
Non à maman, oui à l'autonomie
- 24 | ON SORT... AVEC NOS TOUT-PETITS!
Calendrier de sorties avec nos tout-petits
- 28 | ON SORT... SORT... ON S'AMUSE!
Calendrier de sorties avec nos tout-petits
- 38 | RÉPERTOIRE DES ACTIVITÉS PARASCOLAIRES



Exclusive chez KidBiz

baby Dior
FENDI
MOSCHINO
Moncler

ARMANI
JUNIOR

BOSS

Burberry

CANADA GOOSE

DIESEL

MISS SIXTY

2522 DANIEL JOHNSON, LAVAL
www.kidbizkid.com



UNE LEÇON D'ÉCONOMIE FAMILIALE

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

Non, non, indéniablement, je ne comprenais pas : C'était la troisième spécialiste d'affilée qui tentait de m'expliquer l'importance de mettre des limites pour rassurer les enfants.

J'étais bien prête à admettre que les propos de tant de sommités devaient bien cacher un fond de vérité, mais le *Comment ça fonctionne ?* de la chose m'échappait encore. Comment les *Non, c'est interdit, les Ne touche pas, c'est dangereux* et les *Attention, surtout ne bouge pas d'ici* pouvaient-ils finir par mener à un plus grand sentiment de sécurité ? Sylvie, une spécialiste que je rencontrais en entrevue, a soudain su allumer une petite lueur dans mon esprit : « Les balises sont importantes pour l'enfant un peu comme elles le sont pour moi si j'essaie de conduire dans une tempête de neige. Je sais que c'est dangereux et que je ne peux pas toujours me fier à ce qui m'entoure et que je ne reconnais pas vraiment, sous la neige. Mais si je vois une indication, une balise, je me dis : Enfin ! J'ai de meilleurs repères pour prendre les décisions nécessaires pour rentrer chez moi. Pour les enfants, c'est la même chose. Ils ont besoin de comprendre dans quel contexte ils peuvent prendre des initiatives et dans quel contexte ils ne peuvent pas. »

Je commençais à reconnaître dans son exemple ce désir de repères, si ardent chez l'enfant, mais qui nous poursuit si souvent, à travers les tempêtes tout au long de la vie, lorsque se soulève la poussière sur nos vieilles certitudes. Cela me rappelait ces parents qui m'ont si souvent répété qu'au moment de la naissance de leur enfant, une nouvelle vie commençait dans le berceau, mais aussi en eux. Puis, qu'à travers les essais et les erreurs, ils ont appris comment faire sourire leur enfant et s'y sont attaché. Ils ont ainsi apprivoisé leur rôle dans la vie de leur enfant et accepté la transition de l'enfant rêvé à la réalité. Mais cette belle idylle ne suffit pas à les épargner d'autres tempêtes, celles des moments d'affirmation ou des ouragans de jugements de ceux qui, autour d'eux, semblent toujours savoir mieux comment devrait être mené leur petit monde.

Quelques jours auparavant, j'avais d'ailleurs rencontré des mamans qui avaient accepté de me confier quelques-uns de leurs moments de doute, de fatigue, de désespoir même, ces moments où elles n'ont pas le choix de s'asseoir pour se demander ce qui est plus important pour elles et ce qu'elles voulaient transmettre à leurs enfants. Parmi elles, il y avait Valérye, qui confiait justement : « S'il y a bien une chose que la *crise du non* m'a apprise, c'est que la patience est de mise et qu'il faut savoir la gérer. J'ai compris qu'il faut que j'essaie de garder le meilleur pour mes enfants ; alors, quand quelque chose me met en colère en dehors de la maison, j'essaie de me retirer parce que je vais avoir besoin de toute ma patience à la maison. »

J'ai compris, évidemment, que Valérye ne pouvait plus se permettre le même luxe que moi de poursuivre dix défis à la fois afin de tromper ses incertitudes. Mais en ces quelques mots aussi, elle avait su me transmettre comment les remises en question que lui imposait sa vie avaient su la guider dans sa démarche pour préserver ce qui était le plus fondamental pour elle : cette part si précieuse de son enfant qu'elle voulait aider à grandir. Je la remercie d'avoir su ainsi m'illustrer comment, même à travers des yeux parfois embrouillés par les larmes ou lorsqu'il est réclamé à tue-tête, en plein cœur de la phase du non, l'amour, des petits comme des grands, demeure une des plus sûres balises pour nous amener au bout de soi. ■

STUDIO PHOTO
Cookie
et sa garde-robe



514-783-1370
www.cookiephoto.ca

Achetez vos certificats-cadeaux
à rabais.
Appelez dès maintenant!

 *cookiephoto pour tous nos promos et concours.*

GRANDE BIBLIOTHÈQUE

ESPACE JEUNES



Programmation spéciale du temps des Fêtes

L'Heure du conte
Monte dans le traîneau du père Noël
Les 3, 6, 10, 13, 17, 20 et 27 décembre
> De 10 h 30 à 11 h 30
Théâtre Inimagimó

3-5 ans
20 PLACES
R


Atelier manga
Enfin réussir les cheveux manga!
Avec l'illustrateur Carlos Anglas Rabines
Le samedi 10 décembre
> De 14 h à 15 h 30
Atelier de créativité

10-13 ans
25 PLACES
R

Spectacle
Tu es mon héros!
Interprètes : Sophie Vajda et Christian E. Roy
Musicien : Nicolas Letarte
Mise en lecture : Sophie Vajda
Présenté en collaboration avec Sophie Vajda
Le dimanche 11 décembre
> De 14 h à 15 h
Auditorium, rez-de-chaussée

8+ ans
B

Lecture
Casse-Noisette raconté
Interprète : Jacques Piperni
Présentée en collaboration avec les Grands Ballets canadiens
Le samedi 17 décembre
> De 15 h à 16 h
Auditorium, rez-de-chaussée

5+ ans
B

Atelier-découverte
Noël en origami avec M^{me} Sinto
Le samedi 17 décembre
> De 13 h 30 à 14 h 30 pour les 5 à 9 ans
> De 15 h à 16 h 30 pour les 10 à 13 ans
Atelier de créativité

5-9 ans
20 PLACES
R

10-13 ans
20 PLACES
R

Spectacle-découverte
Manga-théâtre!
Conception et jeu : Patricia Bergeron
Le dimanche 18 décembre
> De 14 h à 15 h
Théâtre Inimagimó

8+ ans
20 PLACES
B

Spectacle
Pierre et le pou
Interprètes : Pierre Labbé et Nicolas Letarte
Direction technique et régie : Éric Poulin
Production : Sacré Tympan
Le mardi 27 décembre
> De 14 h à 15 h
Auditorium, rez-de-chaussée

5-9 ans
B

Spectacle
L'usine des sons
Musiciens : Myra Camirand et Thomas Brodeur
Conception et direction artistique : Reggi Ettore et Lorena Corradi
Mise en scène : Éric St-Jean
Texte : Christiane Duchesne
Production : L'Arsenal à musique
Le jeudi 29 décembre
> De 14 h à 15 h
Auditorium, rez-de-chaussée

8+ ans
B

L'accès aux activités est gratuit.

R Réservation nécessaire
On peut réserver par téléphone au 514 873-1100, option 2 (sans frais : 1 800 363-9028) pendant les heures d'ouverture de la Grande Bibliothèque ainsi qu'au comptoir d'accueil.

B Billet nécessaire
Rendez-vous à banq.qc.ca.
 Chaque enfant doit être accompagné d'un adulte.

Bibliothèque et Archives nationales
Québec 

banq.qc.ca •  

espace pour la vie **biodôme** montréal

NOUVEAU
Il était une fois l'hiver...
sous les tropiques

17 décembre 2011
au 5 février 2012



Spectacle de marionnettes *Coco incognito*,
aire de découvertes, mascotte...

   Viau
facebook.com/espacepourlavie  hiver.espacepourlavie.ca

DEMANDEZ À NOS EXPERTS

Par CLAIRE FOCH

Q. Lucie, notre fille de 10 ans, est plutôt menue et a toujours eu un petit appétit. Mais, depuis quelque temps, elle mange vraiment peu, particulièrement à l'école. Je suis inquiète de cela, surtout quand je vois ce que mangent mes autres enfants... Sa boîte à lunch revient presque pleine et elle me dit qu'elle n'a pas faim. Aux autres repas, elle mange, mais toujours de petites quantités.

Cela devient un sujet difficile entre nous (la question des repas, de son appétit, des choses qu'elle ne touche pas dans sa boîte à lunch). Elle se fâche facilement lorsqu'on aborde ces questions.

Auriez-vous des suggestions à nous faire pour stimuler son appétit et pour nous aider à garder une bonne relation malgré tout ?

R. Votre fille Lucie semble être d'une petite constitution d'après ce que vous dites. La première chose à regarder serait d'aller consulter son pédiatre et de vérifier si sa courbe de croissance est normale ; voir donc avec son médecin s'il y a un quelconque problème physiologique et ainsi écarter différentes possibilités. Il est rare qu'un enfant se laisse mourir de faim et il est aussi rare que les désordres alimentaires commencent à l'âge de Lucie. Est-ce que Lucie prend une médication qui a une incidence sur son appétit (par exemple le Ritalin, qui entraîne une diminution de l'appétit) ?

Il peut y avoir bien d'autres raisons au peu d'appétit de votre fille... Et comme vous insistez sur le fait que Lucie mange vraiment peu, particulièrement à l'école, ce serait intéressant de savoir ce qui se passe à l'heure du dîner à l'école. Avez-vous pu en parler avec les personnes qui surveillent les repas ? Y a-t-il un durée *raisonnable* pour manger ? Est-ce que le contenu de la boîte à lunch est préparé par vous ou votre conjoint ou est-ce qu'elle y contribue ? De manière générale, on observe que les enfants ont souvent bien hâte de sortir en récréation dès qu'ils le peuvent après

le repas... ce qui a un impact direct sur la rapidité avec laquelle certains mangent (ou ne mangent pas!).

Un autre élément à considérer est justement la composition de son lunch. Souvent, en discutant avec l'enfant, on peut solliciter son aide et ses idées. Par exemple, vous pouvez lui demander si elle voit dans les lunchs de ses amis des plats qui la tenteraient. Pour varier les menus (et Dieu sait que c'est un casse-tête quotidien pour bien des familles!), vous pouvez aussi aller faire les courses avec elle et lui demander de vous faire des suggestions. Vous pouvez aussi, en allant ensemble sur Internet ou en feuilletant des livres de cuisine (et il y en a), faire des essais : cela peut même devenir un petit défi... essayer quelque chose de nouveau chaque semaine, par exemple. Vous incluez ainsi Lucie dans la démarche et, de la sorte, elle sera probablement plus ouverte et réceptive, tout en faisant de nouveaux choix alimentaires. Elle peut également participer en choisissant elle-même ses collations parmi une série de choses que vous avez en réserve.



art-enfant
Les jouets qu'ils aiment!

Jeux et jouets éducatifs et primés
Playmobil, Lego, Plan Toys, poupées
Corolle, Thomas le petit train
ensembles de science
et bricolage
4968 rue Sherbrooke Ouest

art-enfant.ca

Une mère me disait un jour que son enfant était très lent pour manger et en même temps... assez bavard! La conjugaison des deux faisait en sorte que son repas était rarement terminé lorsqu'il était temps de quitter la cafétéria. Cette femme avait résolu la question en faisant des repas de type plat-complet-et-nourrissant avec des collations faciles et rapides à avaler. Ce qui se traduisait par des soupes-repas, des salades mélangées plutôt que des repas composés de plusieurs éléments. Cette personne était ainsi rassurée sur l'aspect nutritif de ce que son enfant mangeait... et le thermos revenait le plus souvent vide.

Enfin, vous abordez aussi une question importante... à savoir comment malgré tout garder une belle relation avec votre fille? Lorsque vous serez rassurée de savoir votre fille en bonne santé, malgré son petit appétit (et bien sûr elle peut être en très bonne santé tout en étant menue), vous serez sûrement moins encline à vérifier et contrôler ce qu'elle absorbe chaque jour.

Comme dans toute chose, chaque fois que l'enfant sent que le sujet devient un enjeu, la dynamique change, le ton des échanges se fait plus désagréable et cela vient... empoisonner la relation. L'agressivité arrive, suivie de la chicane. Si le scénario se répète trop souvent, il n'est même plus nécessaire d'évoquer le sujet que déjà le ton monte au moindre mot!

Alors, je vous suggère, lorsque vous serez rassurée, d'utiliser les différentes pistes que j'évoquais plus haut afin de rendre la boîte à lunch un sujet de plaisir partagé et de découverte. Vous serez plus légère en en parlant et votre fille le sentira tout de suite.

La suite, vous la connaissez : les choses seront plus agréables entre vous et ne deviendront plus matière à disputes, bien au contraire!

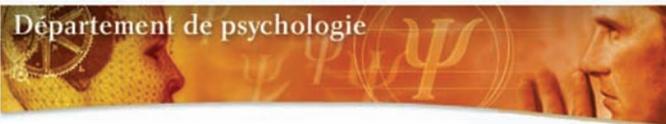
Alors, je vous souhaite de belles découvertes culinaires à toutes les deux et des boîtes à lunch qui reviennent vides! ■

CLAIRE FOCH

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



Département de psychologie



CLINIQUE UNIVERSITAIRE DE PSYCHOLOGIE

La Clinique universitaire de psychologie de l'Université de Montréal est une clinique de formation qui offre des services psychologiques à coût modique au grand public de la région métropolitaine de Montréal et de ses environs. Les frais varient en fonction des revenus et de la situation familiale des clients.

La Clinique offre une grande diversité de services, incluant l'évaluation psychologique et l'intervention psychologique auprès des enfants, des adolescents, et des familles et ce, pour des problèmes psychologiques variés*

Les services sont principalement assurés par des stagiaires étudiants au programme de doctorat en psychologie clinique, supervisés par des psychologues cliniciens expérimentés dont plusieurs sont professeurs au département de Psychologie.

Pour plus d'informations, il suffit de nous contacter

Par courriel au : clinique-universitaire@psy.umontreal.ca
Par téléphone au : **514 343-7725**
Site Web : <http://www.psy.umontreal.ca/DEPT/service.html>

* Étant donné les limites imposées par la structure des stages, nous ne sommes pas en mesure d'offrir des services aux personnes qui nécessitent des soins urgents, intensifs ou prolongés : situation de crise, psychoses, problèmes psychiatriques chroniques, personne suicidaire, dépendance à l'alcool ou à la drogue, délinquance, expertise psycho-légale, etc.

Activités du temps des Fêtes!

DU 3 DÉCEMBRE
AU 8 JANVIER



Au programme

- Bas de Noël
- Atelier de cuisine : pain brioche (sur réservation)
- Chorales
- Conteurs
- Et plus encore !



CHÂTEAU RAMEZAY
MUSÉE ET SITE HISTORIQUE DE MONTRÉAL
VIEUX-MONTRÉAL

chateauramezay.qc.ca

50^e Montréal Québec

Ce projet a été réalisé dans le cadre de l'Entente sur le développement culturel de Montréal. © Michel Pinault

JEUX LIBRES AUJOURD'HUI, PENSÉE VIGOUREUSE DEMAIN

Par MARGUERITE DORAY

Notre vie intérieure d'adulte est animée de nos pensées, nos sentiments, nos aspirations, nos tendances, nos désirs, etc., de tout ce qui constitue les fondements de notre individualité.



Nous disons vie intérieure par opposition à extérieure. Nous savons que notre intérieur est différent de ce qui se passe à l'extérieur de nous. Or, la conscience de cette dualité intérieur-extérieur n'est pas là dès la naissance. En fait, ce n'est qu'à l'âge de 9 ans qu'elle devient une expérience consciente pour l'enfant.

L'enfant a bien sûr des pensées, éprouve des sentiments et est mû par des impulsions qui lui sont propres, mais il ne les perçoit pas comme étant à l'intérieur de lui. Il les perçoit à l'extérieur de lui-même, dans l'espace autour de lui, dans ses jouets, dans ses jeux. C'est la poupée qui est contente que Grand-Maman s'en vienne, ce sont les camions qui grondent de colère, c'est une forteresse faite de tissus et de chaises qui le protège de ses peurs. La pensée imaginative

de l'enfant forge la physionomie de la poupée, contente ou triste; elle organise le mouvement des objets comme des métaphores de son vécu intérieur.

L'enfant ne fait pas que forger les images de sa vie intérieure; il les manipule parfois à répétition jusqu'à ce qu'il sorte de l'impasse. Ainsi, du matin jusqu'au soir, l'enfant manipule, transforme, organise ou simplement contemple, dans ses jeux, son vécu intérieur; en d'autres termes, il appréhende qui il est. Un peu comme lorsque l'on écrit son journal intime : on met sur papier ses sentiments, ses questionnements, ses pensées profondes, ses aspirations pour s'aider à comprendre et parfois à résoudre certaines énigmes. Le jeu libre de l'enfant, c'est son journal intime qu'il nous dévoile.

Il y étale ses sentiments, ses pensées, ses désirs et même les étapes de son développement physiologique. Par exemple, tous les enfants, vers l'âge de 1 an, cherchent à empiler les choses, à les amener de l'horizontale à la verticale. Or, c'est vers cet âge que l'enfant entreprend la conquête de sa verticalité, de ses premiers pas. Il a forgé dans son jeu une image de cette aspiration : une empilade.

Un enfant peut répéter continuellement un certain jeu, un certain type de mouvements, une certaine attitude pendant des semaines puis, du jour au lendemain, il ne le fait plus, plus jamais. Il a résolu quelque chose : un passage a été franchi. Sans prétendre savoir de quel passage il s'agissait au plus profond de lui-même, nous pouvons ressentir qu'un travail s'est fait et nous nous en réjouissons tout naturellement.

Quand vient l'heure du rangement, le chaos « créatif » retrouve son ordre, sa paix, son unité. Grâce à la force aimante de l'adulte qui a pensé, organisé l'espace, décidé de la place des choses (idéalement toujours la même), demain, quand de nouvelles images surgiront, les petites mains de l'enfant trouveront tout à leur portée pour « écrire

dans l'espace» une nouvelle page du «journal intime».

Tout ce branle-bas d'images en action ne se fait pas sans effort, mais l'enfant (laissé libre) aime l'effort naturellement. On peut compter là-dessus. On peut aussi observer qu'il sait apprécier la joie du succès après l'effort.

L'adulte crée, bien sûr, les conditions d'hygiène, de sécurité, de beauté des lieux pour cette activité, mais, là où son rôle est primordial, c'est dans le regard qu'il porte sur l'enfant, conscient du sérieux de ses jeux. Ce regard perçoit, à travers les efforts de l'enfant, ses luttes pour maîtriser son corps et ses combats pour maîtriser la matière afin d'atteindre ses buts. L'enfant, dans ses jeux libres, s'exerce à atteindre ses buts.

D'où viennent ces buts, si individuels à chaque enfant, qui meublent son imaginaire? Serait-ce des manifestations de son individualité en devenir? Le fait d'être perçu par l'adulte dans la vérité de son être crée chez lui un sentiment de confiance et de liberté: il peut être totalement lui-même. Ce trésor de confiance en soi, l'enfant l'emportera avec lui pour toute sa vie.

Il emportera aussi dans ses bagages une pensée vigoureuse, une pensée en mouvement qui s'assigne des buts, ceux-ci prenant parfois simplement la forme de questionnements suivis d'une recherche active de compréhension.

On peut donc dire, en conclusion, que l'enfant pense dans l'espace autour de lui, avec ses mains et ses pieds mis en mouvement par la force des images qu'il forge constamment, dans son imaginaire, à partir du vécu de son âme. L'énergie qu'il déploie dans ses jeux libres, on la retrouvera dans la vigueur qu'il saura déployer, comme penseur adulte, pour comprendre sa vie, celle de son époque et celle de l'univers, pourquoi pas!

MARGUERITE DORAY

Professeure à l'École Rudolf Steiner de Montréal, 1981-2001
Propriétaire de La Grande Ourse, jouets pour la vie, 2001-2011...

les plus beaux vêtements pour les 0 à 6 ans

plusieurs marques de vêtements, chaussures, articles pour bébé à prix raisonnables!

Faon

4334 rue st-denis, montréal
514-904-1313 www.faon.ca

Boutique **Nic & Luc**

Boxing Day jusqu'à -50%

vêtements accessoires | jouets cadeaux | exclusivités prix abordables

16 et 17 Décembre, Père Noël visite Nic & Luc

5490 Chemin Queen-Mary, Montréal, Qc. Tél. 514.439.9928 Boutique en ligne www.nicetluc.com

Un ami pour la vie, une activité magique!

Univers Toutou

Fêtes d'enfants
Salle de réception en magasin

Montréal | Mont-Tremblant | Québec | Rosemère | Brossard

Créez votre toutou et habillez-le à votre goût
En boutique ou en ligne | www.universtoutou.com | 514.288.2599



LA GÉNÉRATION MAINTENANT... FAUT-IL PATIENTER POUR ÊTRE HEUREUX?

Par ANIK ROUTHIER

Je suis une grande amatrice de musique. Alors que j'écoutais la chanson des Black Eyed Peas, *Now Generation*, j'ai réalisé que les enfants d'aujourd'hui font souvent partie de cette génération qui veut tout MAINTENANT.

Dans un monde où l'instantané prime, comment développer la patience et faire apprécier à nos enfants l'attente qui précède la réalisation de leurs désirs ? Comment favoriser leur bonheur sans que cela passe par une réponse immédiate à toutes leurs envies ? Voici quelques pistes de réflexion pour régler le syndrome du « je-veux-tout-maintenant », mais aussi une singulière posologie de famille que je vous suggère de mettre en pratique dès... MAINTENANT !

LE MOMENT PRÉSENT – OU L'ENVERS DU DÉCOR DU « JE SERAI HEUREUX QUAND... »

Analysez vos paroles un instant. Vous arrive-t-il de dire : « Je serai (plus) heureux, heureuse quand... » Cette phrase peut être terminée à toutes les sauces : quand j'irai en vacances (en espérant que ce soit le derrière dans le sable chaud du Sud, mais sans que ça coûte la peau des fesses)... Quand la fin de semaine sera arrivée (à condition qu'il fasse beau, évidemment, et que je n'aie pas trop de tâches à la maison)... Quand mon conjoint va être plus romantique (ou que ses abdominaux me feront penser à ceux de Nico Archambault;-) grrr... Hum... Excusez-moi, cette image m'empêche momentanément d'écrire)... Quand mes enfants vont se ramasser par eux-mêmes sans que je leur demande (on peut toujours rêver!)... Quand j'aurai de beaux vêtements (en taille 5 ou moins, il va sans dire)... Quand j'aurai rénové la cuisine (sans avoir besoin de défoncer mon portefeuille)... Et, et, et... si vous avez tendance à utiliser cette phrase, vous trouverez toujours à redire.

Diagnostic : insatisfaction chronique et incapacité à profiter du moment présent, le tout transmissible génétiquement. Eh oui ! Vos enfants sont probablement semblables à vous. Ainsi, parions qu'ils vous assaillent de demandes incessantes : une console de jeu, des vêtements griffés, une sortie coûteuse... Contrairement à vous, ils ne supportent pas d'attendre. Ils veulent régler leur insatisfaction sur-le-champ.

Dans notre société de consommation, il m'apparaît plutôt peu étonnant que les enfants, entourés de messages laissant

croire que combler rapidement ses désirs constitue la voie express vers le bonheur, puissent souffrir du « je-veux-et-j'exige-maintenant ». Vous devrez donc les défaire de cette habitude par une saine désensibilisation.

LE TRAITEMENT PAR EXCELLENCE : FAITES PATIENTER... — OU LE PROCESSUS VERSUS LE RÉSULTAT

Supposons que vous rêvez d'une escapade en amoureux avec votre conjoint. Sitôt cette idée formée dans votre esprit, un génie réalise votre vœu. Quarante-huit heures plus tard, vous êtes revenue de cette fameuse fin de semaine. Vous avez passé de beaux moments, certes... Mais qu'en est-il de la joie de préparer quelque chose, d'imaginer le bonheur que l'on ressentira, de « compter les dodos » avant le jour « j » ? Le bonheur réside aussi dans le processus, pas seulement dans le résultat. Souvent, d'ailleurs, le résultat est si bref que finalement, l'attente pourrait avoir généré plus d'exaltation.

Rendez service à vos enfants : faites-les patienter quasi systématiquement. Difficile, me direz-vous ? Songez qu'en faisant cela, vous atteignez quelques objectifs non négligeables.

Primo, vous testez leur véritable envie de la demande en question. Si cela ne compte pas vraiment, l'idée sera vite reléguée aux oubliettes (votre compte en banque appréciera et vous n'accumulerez pas un tas d'objets inutiles qui vous font hurler devant l'aspect bordélique de la chambre de vos enfants).

Secundo, en faisant attendre votre enfant pour répondre à ses envies, vous impliquez votre rejeton dans le processus de matérialisation de la demande. Il veut telle ou telle chose ? Très bien. Cependant, il devra prouver sa bonne volonté : patienter jusqu'à la prochaine célébration pour le recevoir en cadeau, participer aux coûts d'acquisition, travailler en échange... Vous habituez ainsi votre enfant à clarifier ses besoins, à se responsabiliser par rapport à eux et, ce faisant, à mieux apprécier l'objet une fois celui-ci obtenu.



Offrez une activité en cadeau!
CRÉE TA VILLE DE RÊVE

Fabrication de personnages en pâte FIMO
Création d'un décor urbain en matériaux mixtes

Cette activité s'adresse aux enfants de 8 à 12 ans

Pour réservation: (514) 279-0312

Renseignez-vous sur nos activités spéciales pour la semaine de relâche du printemps 2012: www.eureka-adi.ca

Le samedi 17 décembre, de 10h à 16h

Maman ne fait pas de belles photos: Heureusement il y a Photo-Poussette!

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



Montréal | Boisbriand | Longueuil | Île-Perrot



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

www.entrequatreyeux.com

Apprendre la photo autrement...

PROGRAMMATION SPÉCIALE DES FÊTES

26 - 31 décembre

2 - 8 janvier

12 h - 16 h

GRATUIT POUR LES 12 ANS ET MOINS

Un parcours d'activités pour la famille :
initiez-vous au cinéma d'animation,
voyez des films sur grand écran et créez
votre séance de cinéma sur place!

NOUVEAU!

Tous les weekends de décembre

Réalisez en famille une carte de
souhaits animée.



CINÉROBOTHEQUE

1564 rue Saint-Denis, Montréal | Berr-UQAM
514-496-6887 | onf.ca/cinerobotheque

Tertio, en suscitant une période de latence, vous aidez votre enfant à apprécier l'attente. Laissez-le imaginer ce qu'il fera une fois son souhait exaucé, quel plaisir il ressentira à ce moment. Bref, créez un bonheur immédiat par le biais d'un bonheur à venir, en vous concentrant sur les joies du processus d'obtention, en visualisant avec gaieté les réalisations à venir.

Rappelez-vous les objets pour lesquels vous avez trimé pendant votre jeunesse... Je parie que vous les avez attendus avec délectation, puis que vous en avez pris grand soin. Vous les avez appréciés davantage, et plus longtemps, car ils revêtaient une plus grande valeur à vos yeux. En ce qui me concerne, c'est le même principe pour ce qui n'est pas matériel : terminer un projet de longue haleine comme mon premier roman, conquérir le partenaire de mes rêves après une longue entreprise de séduction, réorienter ma carrière et obtenir enfin le poste convoité, accoucher d'un bébé en santé après une fausse couche tardive dans la grossesse précédente... Toutes ces expériences furent des plus merveilleuses quand elles se concrétisèrent, parce que cela avait nécessité une grande (que dis-je, incommensurable) patience pour l'impatient que je suis. Pourquoi priver les enfants d'un tel vécu ?

L'ÉLIXIR DE L'APPRECIATION : LA GRATITUDE

Évidemment, patienter n'est pas toujours rose. En fait, s'il y a une chose pour laquelle je ne veux pas que mes enfants et moi patientions, c'est bien le bonheur! Je le veux pour ma famille MAINTENANT. Or, c'est tout à fait possible. Il suffit d'éprouver de la gratitude MAINTENANT pour ce que l'on possède d'ores et déjà. Et cela, nous pouvons le démontrer à nos enfants. Je suis convaincue que c'est dans notre attitude et non dans nos possessions que nous trouvons le bonheur... Alors, si apprendre aux enfants à être heureux MAINTENANT, avec ce qu'ils ont déjà, ce qu'ils sont, devenait une priorité ? ■

ANIK ROUTHIER

lubiesdemaman.wordpress.com

www.croissance-personnelle.com

www.la-mere-est-calme.com

peek
BOO!

FRIPERIE

ACHAT-VENTE
NEUF et USAGÉ
0-6 ANS ET MATERNITÉ

807 rue RACHEL EST, MONTRÉAL
514 890-1222

www.friperiepeekaboo.ca

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

Putting Edge Mini-Golf Fluo & Arcades



DU PLAISIR POUR TOUS
EN FAMILLE ET ENTRE AMIS

GROUPES • FÊTES D'ANNIVERSAIRE • ET BIEN PLUS

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT PAR TÉLÉPHONE OU EN LIGNE

CENTROPOLIS (Laval) 105 PROMENADE DU CENTROPOLIS (450) 681-3334	SPHERETECH (Saint-Laurent) 3500 BOUL. DE LA CÔTE-VERTU (514) 439-3310
---	---

puttingedge.com

communiquez avec nous en ligne 

**OFFREZ LE CADEAU DE CONFORT
POUR LE TEMPS DE FÊTES**



SOLDE

BIRKENSTOCK




NOWALI




SOLDE

Naturino



 Trouvez-nous sur Facebook

BIRKENSTOCK NATURINO 1325, ave. Greene, Westmount 514 939 0363 www.naturino-mtl.com

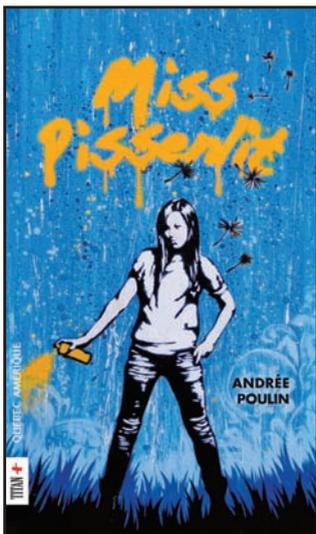
Lecture

6^e PRIX DU LIVRE JEUNESSE DES BIBLIOTHÈQUES DE MONTRÉAL

Le 20 octobre dernier avait lieu la remise du **6^e Prix du livre jeunesse des Bibliothèques de Montréal** (édition 2011). Le personnel des Bibliothèques de Montréal y a soumis au jury les livres marquants de l'année 2010. Ce jury, composé de cinq bibliothécaires jeunesse passionnés provenant de différentes bibliothèques montréalaises, a retenu pour vous les titres qui suivent. « Nous avons voulu les lire, relire, et lire encore afin de découvrir tous les trésors qui y sont cachés; nous vous souhaitons à tous des découvertes aussi magnifiques en leur compagnie ». **BONNE LECTURE !**

Par NATHALIE MARTIN

LAURÉAT 2011



MISS PISSENLIT

À PARTIR DE 14 ANS

Texte d'Andrée Poulin.

Éditions Québec-Amérique. 2010.

À l'image de l'adolescence, les excès et les extrêmes côtoient des moments de grande lucidité dans ce récit qui nous entraîne sur les pas de Manouane. Effervescente comme son personnage principal, cette histoire au rythme soutenu entraîne le lecteur à sa suite. Andrée Poulin jongle avec la langue et nous offre une richesse de vocabulaire et d'expressions dans un texte qui fait surgir les images, parsemé de suspense, où humour et amour se conjuguent. Miss Pissenlit n'est pas parfaite... et on s'y attache à toute vitesse.

LES FINALISTES 2010



XAVIER-LA-LUNE

À PARTIR DE 5 ANS

Texte de Martine Audet et illustrations de Luc Melanson.

Éditions Dominique et compagnie. 2010.

Le premier album de Martine Audet permet d'exprimer une autre manière d'appréhender le monde alors que

Xavier-la-lune intériorise et s'approprie la poésie pour l'utiliser dans son quotidien. Les illustrations de Luc Melanson créent une atmosphère feutrée et douce et dialoguent sans cesse avec le texte. Le style poétique de la narration permet au lecteur d'associer ses propres souvenirs (de la première journée d'école) à l'expérience de Xavier, tout en le berçant, du début à la fin.



LA FILLE D'EN FACE

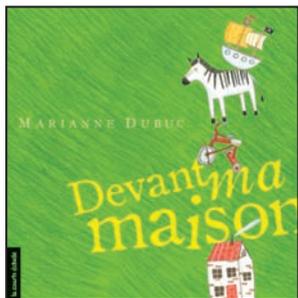
À PARTIR DE 12 ANS

Texte de Linda Amyot.

Leméac Éditeur. 2010.

Linda Amyot réussit avec brio à nous faire ressentir le fait d'être « La fille d'en face ». Au fil des pages, nous découvrons sa peine tandis qu'elle comprend enfin celle des autres. L'écriture fluide et le rythme entraînant en font un récit très court, mais qui reste en mémoire longtemps. La découverte de soi par la prise de parole fait en sorte que l'histoire nous habite

et que nous tentons d'imaginer sa suite puisque le livre se termine par un nouveau début.



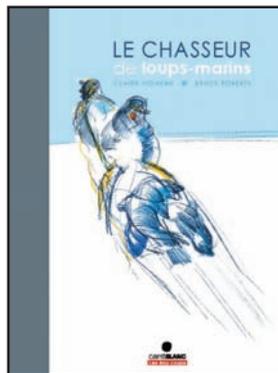
DEVANT MA MAISON

À PARTIR DE 18 MOIS

Texte et illustrations de Marianne Dubuc. Éditions de la courte échelle. 2010.

Voici un imagier intelligent, qui incite à une participation très active à la lecture, rarement aussi présente dans ce type de livre. Texte, illustrations et

graphisme très réussis se répondent et nous offrent une joyeuse balade entre réel et imaginaire. Nous commençons devant la maison et y revenons à la fin, tout en découvrant des liens inattendus au fil des pages et cherchant à deviner ce qui suit... pour terminer le livre et avoir le goût de le recommencer, juste une autre fois.



LE CHASSEUR DE LOUPS-MARINS

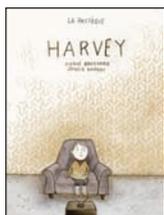
À PARTIR DE 9 ANS

Texte de Claire Vigneau et illustrations de Bruce Roberts. Éditions Les 400 coups. 2010.

Ce livre se démarque non seulement par sa grande qualité, mais également par le traitement empreint de sensibilité d'un sujet controversé, presque tabou. Aussi fugace que le trait de crayon de Bruce Roberts qui

danse sur chaque page, l'évocation des souvenirs et de la mémoire collective nous emmène dans un voyage émouvant d'une génération à l'autre.

EN RAPPEL : LES LAURÉATS DES ANNÉES PRÉCÉDENTES



HARVEY : COMMENT JE SUIS DEVENU INVISIBLE

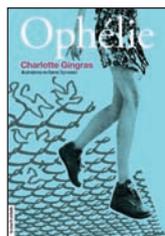
À PARTIR DE 11 ANS

Texte d'Hervé Bouchard, illustrations de Janice Nadeau.

Éditions La Pastèque. 2009.

L'évocation attristée et nostalgique de la mort de son père par le petit Harvey est

bouleversante. Les illustrations sombres répondent au texte, le complètent et le rehaussent avec brio. Du grand art, qui saura plaire autant aux jeunes qu'aux adultes.



OPHÉLIE

À PARTIR DE 12 ANS

Texte de Charlotte Gingras, illustrations de Daniel Sylvestre. Éditions La courte échelle. 2008.

Ce roman fort aborde plusieurs des grandes préoccupations des adolescents. Exploitant avec une grande habileté la

force des mots, l'auteure Charlotte Gingras y révèle le pouvoir libérateur de la création à travers le cheminement des personnages, que Daniel Sylvestre illustre avec finesse. Une œuvre saisissante et touchante, d'une grande justesse.



LA PETITE RAPPORTEUSE DE MOTS

À PARTIR DE 4 ANS

Texte de Danielle Simard, illustrations de Geneviève Côté.

Éditions Les 400 coups. 2007.

Cet album magnifique traite de la vieillesse

vue par un enfant et touche par sa poésie et sa grande sensibilité. Les illustrations lumineuses de Geneviève Côté renforcent le propos, tels les mots qui disparaissent de la mémoire de la grand-maman. Ce livre nous bouleverse d'autant plus que nous sommes ou serons tous un jour la petite rapporteuse de mots d'un être cher...



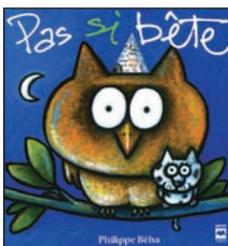
MA VIE NE SAIT PAS NAGER

À PARTIR DE 14 ANS

Texte d'Éloïse Turgeon. Éditions Québec-Amérique. 2006.

Éloïse Turgeon a choisi pour ce récit un sujet sombre et dur : celui du suicide d'une jeune fille. Pourtant, *Ma vie ne sait pas nager* transmet un message lumineux, rempli d'espoir. Le livre, qui entremêle efficacement les formes du

journal intime et du carnet, donne la parole à ceux qui restent sans pour autant porter de jugement sur qui que ce soit. Des émotions à fleurs de peau.



PAS SI BÊTE

8 ANS ET PLUS

Texte et illustrations de Philippe Béha. Éditions Hurtubise-HMH. 2005.

Pas si bête est une œuvre exubérante et originale dans laquelle Philippe Béha signe des textes qui explosent de joie et de poésie. Tantôt coquin et amusant, tantôt réfléchi, ce livre a le mérite de plaire à un très large public, quels que soient l'âge, les goûts et les humeurs. Contes, poèmes, bandes dessinées, jeux de mots, associations et surprises se succèdent au fil des pages pour donner à cet album un cachet unique.

NATHALIE MARTIN est bibliothécaire jeunesse à la Division des programmes et services aux arrondissements des Bibliothèques de Montréal et responsable du *Prix du livre jeunesse des Bibliothèques de Montréal*. Pour obtenir des renseignements supplémentaires sur le prix ou pour retrouver ces livres et bien d'autres dans les Bibliothèques de Montréal, consultez le site Web : www.bibliomontreal.com

FAMILLES EN CAVALE!

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!



FAMILLES EN CAVALE DIRECTION : PÔLE NORD!

LaMèreCalme, toujours aussi bien organisée, mettait à jour sa liste d'envoi de cartes de Noël quand un bruit étrange parvint jusqu'à ses oreilles. Un tintement? Des grelots? Non, c'était de la musique de Noël. Elle se leva pour jeter un coup d'œil par la fenêtre. Maman 3.0 et ses minis, déguisés respectivement en fée des étoiles et en lutins, descendaient de la voiture sur le devant de laquelle un gros nez rouge avait été apposé.

Quand LaMèreCalme ouvrit la porte, le trio entonna de bon cœur un air de circonstance.

La famille 3.0 : Mon beau sapin, roi des forêts...

Fiston 3.1 : Je fume ta verdureeeee!

Maman 3.0, les yeux ronds de surprise : Quoi?

LaMèreCalme, moqueuse : Cette euphorie explique sans doute la musique à tue-tête et les déguisements...

Maman 3.0, avec une grimace : Je vais te dénoncer au père Noël si tu continues de te moquer! (*Puis s'adressant à Fiston 3.1*) Et toi, jeune homme, tu devrais t'abstenir de répéter ce que les grands chantent à l'école.

LaMèreCalme, casanière : Es-tu certaine de vouloir te les geler à regarder des chars allégoriques? Nous pourrions écouter un film de Noël, cuisiner des biscuits de pain d'épices, boire du chocolat chaud ou faire n'importe quoi

de Noël à l'intérieur?

PetiteSœur, suppliante : Mais non, Maman! Tu ne peux pas nous faire ça! On veut aller au défilé! J'ai été sage toute l'année!

LaMèreCalme, rigoureuse sur les principes : Tiens donc, tu n'avais pas une petite toux, toi?

Maman 3.0 : Bien sûr que non! Elle est en pleine forme cette petite. Surtout que je vous ai apporté des chapeaux de lutins. Je n'ai malheureusement pas trouvé de costume de Grinch pour votre maman, elle devra se contenter d'une tuque de père Noël.

LaMèreCalme : Ta baguette magique a besoin d'être performante pour me convaincre, chère amie. (*Puis, capitulant*) Entrez vous réchauffer un peu avant de partir.

La tradition entre la famille 3.0 et la famille Calme veut qu'on procède à un échange de cadeaux. Ils sont soit confectionnés à la main ou offerts parce qu'ils ne servent plus. Cette année, c'est Maman 3.0 qui a choisi le thème : les cadeaux doivent débiter par la lettre V. Elle sort donc de son sac à main un... sac d'ordures!

GrandeSœur, dont l'enthousiasme vient de prendre une douche froide : BEURK, des vidanges?

Maman 3.0, en feu : Bien VVVoyons! Que VVVas-tu

me sortir là? Pour VVous offrir nos bons VVœux, il nous fallait une idée VVachement bonne pour l'emballage!

PetiteSœur, pas certaine d'avoir compris : Et on peut voir ce qu'il y a dans le sac?

Maman 3.0 : Ho ho ho! Mais VVoui! (*Puis farfouillant*) PetiteSœur, nous t'offrons cette pantoufle de VVair pour VVvalser avec ton VVvaleur et VVvaillant amoureux!

PetiteSœur, ravie : Chouette! Mais où est l'autre?

Maman 3.0, ne se décourageant pas pour si peu et sortant la seconde pantoufle : Et puisque Fillette 3.2 est VVraiment généreuse et qu'elle grandit très vite, elle t'offre un deux pour un! (*Puis se frottant le ventre*) Ho ho! Et toi, GrandeSœur, puisque tu as été sage cette année, VVvoici une VVvedette!

GrandeSœur, déroulant le poster : Qui est-ce?

Maman 3.0, déçue : Mais c'est Justin Bieber!

GrandeSœur, rougissant : Ah oui! Mes copines en parlent à l'école... Merci! Je l'aimerai sans doute... un peu plus tard!

Maman 3.0, tentant de se reprendre en sortant une figurine articulée de son sac : Ho ho ho! Et pour Frérot, nous avons un...

Frérot, content : Un dinosaure!!

Maman 3.0, soupirant : Mais non, c'est un VVvaran!

LaMèreCalme, inquiète : Pour moi, il n'y a rien?

Maman 3.0, se repéppant : Bien sûr que oui! Tu as le plus beau cadeau! (*Puis sortant un certificat d'une carte ornée d'un haricot vert*) Tu excuseras le dessin, je n'ai pas hérité du talent de Van Gogh.

LaMèreCalme, touchée non pas par la carte, mais plutôt par son contenu : Wow! Une soirée de vacances! Tu t'engages vraiment à garder mes trois lutins?

Maman 3.0, modeste : Bah! Quand il y en a pour deux, il y en a pour cinq! Et tu connais mon dicton «Plus on est de fous, plus on rit!»

Pour clore cet échange de cadeaux écolos, PetiteSœur, les joues roses, offre un Valentin à Fiston 3.1, tout aussi gêné. Quant à Mademoiselle 3.2, GrandeSœur lui a fabriqué un vitrail.

Maman 3.0, impatiente : Et moi? Et moi?

LaMèreCalme : Devine...

Maman 3.0, lançant tous les mots en V qui lui passent par la tête : une villa? Un vignoble? Un verger? Un voilier? Une voiture? Ah! Non, je sais : ta vénération éternelle!

LaMèreCalme, levant les yeux au ciel : Avoir su que tu étais aussi facile à combler... J'ai plutôt acheté une boîte de VVrais chocolats belges.

Maman 3.0, avec un clin d'œil : Que tu as cuisinés toi-même, évidemment. Tu es une vraie amie! (*Puis s'adressant aux enfants*) Alors, on y va? Les enfants, habillez-vous chaudement, on s'en va au pôle Nord!

Les chapeaux bien enfoncés, les lutins excités suivirent la Fée des étoiles et LaMèreCalme de Noël dans les dédales du métro. À leur arrivée sur le parcours du défilé, de nombreux spectateurs étaient déjà installés en bordure de la rue. Après avoir déniché un recoin où entasser tout leur petit monde, les deux mères rivalisèrent d'imagination pour faire passer le temps en attendant les premiers chars, au grand plaisir des enfants des alentours. Dès l'apparition des premiers chars, Maman 3.0 invita les enfants à entonner les chansons en chœur tandis que LaMèreCalme déployait des trésors d'énergie pour attirer l'attention des mascottes.

Frérot pleura à la vue d'une d'entre elles. Fillette 3.2 le consola. PetiteSœur dansait avec Fiston 3.1 même si ses bottes d'hiver n'étaient pas aussi jolies que ses nouvelles pantoufles de bal. Quant à GrandeSœur, elle observait attentivement les couleurs des chars allégoriques voulant être certaine de repérer le plus beau.

Maman 3.0, s'adressant à son amie : Dis donc, les enfants se plaisent malgré le froid qui pique les joues! Ça doit être ton débordement d'enthousiasme, Grinch. L'an prochain, nous devrions poser notre candidature pour être dans le défilé.

LaMèreCalme, s'étouffant avec son chocolat... froid : Tu peux toujours rêver!

Maman 3.0, étincelante : La magie de Noël, c'est fait pour ça!

JULIE BEAUPRÉ (alias LaMèreCalme)
www.la-mere-est-calme.com

NATHALIE CÔTÉ (alias Maman 3.0)
www.mamantroispointzero.com





NON À MAMAN, OUI À L'AUTONOMIE

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

« Mon fils non plus n'écoute pas les consignes; plus je lui dis, plus il fait exprès pour provoquer. Même les conséquences que j'essaie de lui mettre lorsqu'il n'obéit pas, il trouve cela drôle. Lorsque c'est la quatrième fois que je lui demande quelque chose et qu'il ne le fait toujours pas, il peut se jeter par terre et me faire une *crise du bacon* », me raconte Annie, la maman de Samuel, 3 ans.

Une réaction tout à fait typique d'enfant... et de parents, paraît-il, à une époque de la vie de l'enfant où la douce fusion de la première année de vie cède peu à peu le pas au désir et à l'aptitude que développe l'enfant d'explorer le monde. «Vers un an, l'enfant réalise qu'il n'est pas tout seul, qu'il y a d'autres personnes avec des désirs différents des siens et qu'il peut avoir ses propres *je veux*», explique Anne-Marie Delisle, psychoéducatrice.

N'ayant pas tout le développement intellectuel nécessaire pour comprendre en observant, le petit marcheur de 12 mois doit d'abord expérimenter quotidiennement. Explorer l'environnement, cela signifie, pour l'enfant, d'essayer de mieux comprendre son effet sur les choses, mais aussi sur les gens. Et comme, dans cette découverte de soi, l'enfant n'a pas encore bien appris à se maîtriser lui-même, il est fort probable qu'il éprouve de la difficulté à résister à une tentation, même s'il se contente parfois d'oppositions plus subtiles, comme de contourner une consigne lorsque l'on a le dos tourné. L'enfant peut être attiré par une manette pour voir ce que cela provoque, mais si le parent dit *non*, la curiosité devient encore plus grande. L'enfant veut aussi explorer la réaction de son geste... sur ses parents, qui ne répondent plus aussi immédiatement à ses désirs et s'opposent de plus en plus souvent à ses élans de curiosité : «Plus il bouge, plus il se fait dire *non* par ses parents et apprend le pouvoir de ce mot magique et se demande si cela va faire la même chose si c'est lui qui le dit», remarque l'intervenante en petite enfance Sylvie Bourcier.

Mais cette autonomie si convoitée attire autant qu'elle effraie, le fait vouloir rester *tout seul* dans une pièce, pour revenir aussitôt vérifier si maman est bien restée là, juste à côté. Elle ouvre la voie à de nouvelles tentatives maladroites parfois suivies de quelques colères lorsque l'on offre de l'aide : «Il veut à la fois faire tout seul et pouvoir dire *pas capable* parce qu'il ne sait pas comment ou ne veut pas faire l'effort. Pour un parent, ça peut être frustrant d'avoir si souvent envie de lui demander *Finally, tu veux ou tu ne veux pas?*», résume Marie-Christine Harguindéguy-Lincourt,

psychoéducatrice au Centre d'aide et de soutien aux intervenants et organismes en petite enfance. Pour Annie comme pour bien d'autres mamans, le fait que les demandes de l'enfant ne soient pas toujours cohérentes complique encore les choses : «On dirait que Samuel veut faire les choses tout seul et c'est ce qu'il dit, *capable tout seul*, mais en même temps, il ne veut pas le faire et me regarde en souriant et en me disant *Pas comme ça hein? Pas comme ça?*

Je vois bien qu'il comprend la consigne, mais que ça l'amuse.»

Quoiqu'il semble s'amuser, l'ambivalence et les changements d'idée à quelques secondes d'intervalle tiennent aussi au fait que dans cette découverte de sa relation au monde, l'enfant ne mesure pas encore tout à fait l'impact de ses actes ou de ses demandes : «En disant *non*, l'enfant nous joue des tours, mais il s'en joue avant tout à lui-même.

FUN TROPOLIS
CENTRE D'AMUSEMENT

Bientôt:
Nouvelles
attractions
uniques

NOUS AGRANDISSONS
pour **DOUBLER** votre **FUN...tropolis!**

FUNTROPOLIS.CA 450.688.9222
3925, BOUL. CURÉ-LABELLE, CHOMEDEY, LAVAL

Il y a des choses dont il a envie, mais il a quand même expérimenté le *non* sans y penser et se prive de choses qui l'intéressent beaucoup. Il vaut donc mieux ne pas traiter ses *non* comme de grandes vérités», conseille Anne-Marie Delisle.

ATTENTION : LE PARENT AUSSI APPREND À DIRE NON

La sensibilité du parent à ce besoin d'affirmation de son enfant peut varier aussi beaucoup d'un parent à l'autre, ce qui amène les enfants, de leur côté, à multiplier leurs démarches pour s'opposer et confronter ou, au contraire, à craindre les réactions et se soumettre. Sans recette magique pour guider l'enfant, mais avec le désir sincère de lui rendre la vie agréable, les tentatives des parents pour maintenir une certaine routine peuvent parfois générer bien de la culpabilité : «Entre l'école, la garderie, les bains et le dodo, on ne passe pas tant de temps que cela ensemble et les parents n'ont pas envie de le sacrifier à intervenir auprès de l'enfant, même si, au bout du compte, en ne mettant pas de limites et en supportant une demie heure de conflit, le temps de qualité risque de devenir encore plus rare», souligne madame Delisle.

Les parents doivent alors s'adapter à ces enfants différents dont certains, admettent les spécialistes, font preuve d'une nature plus affirmative, plus ardente, plus passionnée. Pour certains, l'affirmation peut même passer plus régulièrement par l'agression physique, la tendance à ne pas changer sa conduite après avoir été puni, à ne pas se sentir coupable ou à montrer des signes de rébellion. Ces tempéraments dits *plus difficiles* finissent souvent par aller de pair avec des réactions plus coercitives de la part du parent. Est-ce que c'est le comportement plus coercitif qui rend l'enfant plus opposant ou l'opposition qui provoque la coercition ? «C'est difficile à dire, mais une chose est certaine : c'est un cycle à briser», affirme Raymond Baillargeon, professeur en sciences de la santé à l'Université d'Ottawa. Les mamans rencontrées au Carrefour Familial Hochelaga se rappellent toutes, quant à elles, d'avoir senti un jour ou l'autre leur cœur se serrer ou les ressources leur manquer... ou encore la patience : «Quand je suis pressée de revenir de la garderie ou que je veux lui donner un bonbon, il négocie tout le temps, je veux jouer encore, juste un bonbon de

plus, maman, et là, tu dois négocier. Parfois, on va presque jusqu'à la menace. Bon, ce n'est pas l'idéal, mais je vois qu'Arthur réagit, qu'il comprend», rapporte pour sa part Lyne, responsable d'Arthur, 3 ans. Bien que la tentation soit forte, Marie-Christine Harguindeguy-Lincourt croit également que la menace fait perdre au parent de belles occasions de favoriser l'auto-contrôle de l'enfant : «Bien sûr, l'enfant peut arrêter, mais encore faut-il qu'il arrête pour les bonnes raisons. Si l'enfant arrête sous la menace, il ne peut pas faire le lien entre l'interdit du parent et ce que celui-ci tente de lui enseigner à propos de la société qui ne veut pas ou n'accepte pas tel ou tel acte.»

Mais en même temps, remarquent les chercheurs, les enfants de cet âge ont plus que jamais besoin de balises et en réclament même parfois plus directement, à travers les moyens qu'ils ont, lorsqu'elles tardent à venir : «Si on laisse tout le pouvoir à l'enfant, il ne se sent pas assez important pour que l'on s'occupe de lui. Certains vont même jusqu'à avertir leurs parents qu'ils se mettent en danger», explique Anne-Marie Delisle. En lui offrant des repères, les parents ou les éducateurs offrent à l'enfant ses premières prises de conscience des principes de la réalité extérieure et une certaine résistance à la frustration qui pourra, éventuellement, lui éviter quelques rejets : «Avant 7-8 ans, l'enfant ne comprend pas encore vraiment d'emblée les explications qu'on lui donne concernant les conflits et les oppositions, mais cela donne déjà des éléments à l'enfant pour décoder et développer ses habiletés sociales», ajoute Sylvie Bourcier.

Cet encadrement lui offre des repères non seulement dans le monde, mais aussi en lui-même, puisque, dans ces moments d'intenses émotions, il lui arrive de se reconnaître à peine. L'adulte doit alors se mettre à la portée de l'enfant, qui parvient à identifier des émotions simples comme *content* ou *fâché*, mais rarement à comprendre ce qui déclenche ces émotions. Afin de préserver une attitude à la fois douce et ferme, plutôt que de se laisser emporter par l'émotion de l'enfant, ce qui lui projetterait une image encore plus négative de lui-même, Sylvie Bourcier propose de toujours garder en tête que : «Quand l'enfant dit *non* ou veut tout faire tout seul, il ne le fait pas à *moi*, il travaille *pour lui*, pour se construire.»

PROBLÈMES DE SOMMEIL? PROBLÈMES DE COMPORTEMENT?

Le sommeil du nourrisson
BRIGITTE LANGEVIN
SAVIEZ-VOUS QUE LES HABITUDES ADOPTÉES DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE DÉTERMINENT SI L'ON SERA UN BON OU UN MAUVAIS DORMEUR? VOUS Y TROUVEREZ LA STRATÉGIE DES 15 SECONDES ENTièrement DÉTAILLÉE.

Comprendre les dessins de mon enfant
Brigitte Langevin
Bien informé, vous serez à même de voir au-delà de l'aspect pictural d'un croquis et regarder les dessins d'enfant sous un autre angle afin d'en saisir le message.

Comment aider mon enfant à mieux dormir
Brigitte Langevin
Enfin, des réponses à vos questions mais surtout... des solutions! À l'intérieur du livre un coupon-rabais pour une consultation avec l'auteure.

Mieux dormir... j'en rêve!
Brigitte Langevin
Étudiant, femme enceinte, travailleur de nuit, etc... vous découvrirez une foule de conseils et de solutions pour vous guider vers un repos optimal.

Une discipline sans douleur
Brigitte Langevin
Propose des méthodes d'intervention efficaces, pratiques et non violentes pour corriger les attitudes indésirables et inculquer de saines habitudes de vie.

Pour plus d'informations, visitez mon site web:
www.brigitteangevin.com

Pour l'aider dans cet apprentissage, encore faut-il parfois être prêt à renoncer, pour le moment, aux mots abstraits portant sur de grands principes comme *respect* ou *c'est mal*, pour favoriser plutôt des termes comme *je n'aime pas cela* ou *ça me fait mal*. Il en va de même pour la manière d'exprimer les consignes, à propos desquelles Sylvie Bourcier propose la règle des 5 C : les règles sont-elles **claires** : Est-ce que je me suis assurée qu'elles ont bien été comprises ? Sont-elles **concrètes** : Est-ce qu'elles reposent vraiment sur des actions à propos desquelles l'enfant peut faire des choix plutôt que sur des principes plus vagues comme sois gentil ? Sont-elles **constantes** : Est-ce que l'enfant peut s'attendre à la même réaction de ma part chaque fois, de manière à se fixer des repères ? Sont-elles **conséquentes** : Y a-t-il un lien direct et naturel entre ce que peut faire l'enfant, les conséquences annoncées et les réactions de ses parents par la suite ? Sont-elles **cohérentes** : Comme parents, respectons-nous, devant nos enfants, les principes que nous tentons de leur inculquer à travers nos interdits ?

Marie-Christine Harguindéguy-Lincourt suggère pour sa part de donner parfois de faux choix à l'enfant, ce qui permet d'atteindre nos résultats quoiqu'il arrive : « Par exemple, on peut demander à l'enfant qui joue s'il veut venir tout de suite ou dans cinq minutes. C'est certain qu'il va vouloir venir plutôt dans cinq minutes s'il s'amuse, mais le résultat est là quand même : il partira et s'il résiste, là on peut se montrer plus ferme et lui rappeler que c'est son choix. » Mais lorsque l'émotion est trop forte, la première étape devrait d'abord être, croit-elle aussi, de prendre le recul nécessaire devant la situation. Cette leçon, les trois mamans rencontrées au Carrefour Familial Hochelaga semblent l'avoir instinctivement appliquée avec succès, un jour ou l'autre : « Quand on ignore les crises, on a le contrôle; mais l'enfant pense qu'il l'a aussi parce qu'il peut choisir le moment où il arrête et où tu t'occupes de lui », remarque Annie. Selon madame Sylvie Bourcier, ce retrait, s'il est fait de manière sécuritaire, douce et prévisible, n'est en rien incompatible avec une attitude chaleureuse et, surtout, avec les apprentissages très naturels auxquels les parents veulent préparer leurs enfants : « C'est un modèle positif et une façon de montrer à l'enfant qu'il peut être possible de contrôler sa colère. »

ÇA VA FINIR UN JOUR... NON ?

Lorsque la situation va à la dérive, les parents se sentent parfois laissés à eux-mêmes, remarque Raymond Baillargeon : « Mes recherches confirment que les deux tiers des enfants qui manifestaient des signes d'opposition plus prononcés à 17 mois le font toujours douze mois plus tard. En garderie, les éducatrices sont aussi en mesure de voir toute la journée des comportements agressifs qui ne passent pas et pour lesquels rien n'est fait. Qu'est-ce qui est pire pour un parent, savoir ou non ? Lorsque des parents en détresse se font répondre *Ça va passer tout seul* et que ça ne passe pas, ça n'aide pas, ça crée seulement un sentiment de fausse sécurité et plus de détresse par la suite. Je crois que l'on devrait plutôt offrir un suivi aux parents pour qui cette étape est difficile à traverser. »

Le réseau de soutien qui entoure la famille joue d'ailleurs un rôle indéniable dans les relations avec les petits, disent les chercheurs, qu'il s'agisse de l'entente entre les parents, des habiletés pour adopter des comportements d'autorité, de l'entente entre frères et sœurs ou du soutien dont bénéficient les parents dans l'entourage. Mais cet entourage, qui peut offrir aux parents une multitude de ressources, s'étend bien évidemment aux réseaux informels ou aux services communautaires. Les échanges entre parents ou avec les éducateurs peuvent aussi aider les parents à vérifier l'évolution de leur enfant ou encore à trouver de meilleurs moyens d'atteindre leurs objectifs. Bien sûr, cela suppose de prendre le temps de les dénicher ou de les entretenir, une démarche que Valérie n'a jamais regrettée : « Moi, l'éducation, j'ai appris cela sur le tas. Mes parents se sont séparés tôt et ma mère n'était pas très disponible, alors j'ai fréquenté des organismes communautaires comme ici, au Carrefour Familial. J'ai regardé les autres parents et j'ai choisi ce qui était bon pour moi. J'ai une amie aussi qui garde depuis qu'elle est très jeune et qui me donne des conseils. Parfois, je m'enferme dans les toilettes et je lui dis *J'ai besoin de 15 minutes de ton temps* et je sais qu'elle est là pour moi ou, parfois, pour s'occuper des enfants. Sa mère m'encourage aussi, comme une mère. »



Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall

Portes ouvertes: le mardi 7 février 2012: 9 h à 11 h



Visitez notre préscolaire
culturelle bilingue

“Apprendre en s’amusant”
(3½ à 5 ans)

À travers des ateliers d'arts plastiques, de jeux créatifs, de musique, de danse et d'art dramatique où règnent le plaisir et le jeu, votre enfant développera sa créativité, son estime de soi, son imagination, sa motricité... le tout dans un environnement bilingue.

Appelez pour réserver votre place pour la journée
« portes ouvertes », ou pour de plus amples informations: 514-630-1220

DIRE OUI À NOS VALEURS

Mais si le soutien des autres peut être nécessaire, chaque parent, rappelle Anne-Marie Delisle, doit d'abord parvenir à identifier ses propres repères pour guider son enfant : « Je comprends les parents de se sentir impuissants, devant un enfant qui dit non à répétition. Même moi, qui suis psychoéducatrice, certains jours, je voudrais rentrer dans la garde-robe et y rester. Parfois même, les parents savent quoi faire, mais ne se font plus confiance à force d'être trop guidés. » Le parent ne peut donc pas simplement chercher autour de lui quel est le juste milieu, entre trop de souplesse et trop de rigidité, mais bien quel est son juste milieu, celui dans lequel l'enfant doit apprendre à évoluer et respecter les règles. Le parent peut rester ainsi plus fidèle à lui-même, un élément essentiel, selon Sylvie Bourcier : « Le pire, c'est lorsque l'incohérence se retrouve dans une même personne; une journée, le parent réagit d'une façon et l'autre jour d'une autre. »

Lorsque les parents parviennent à établir une certaine cohérence entre leurs valeurs et leurs approches respectives, ils simplifient également beaucoup la vie à leur enfant en âge d'en tester les limites, même si on ne peut pas viser la cohérence parfaite. Annie remarque, à ce sujet, que « même pour les petits changements, les enfants aiment savoir, et même quand c'est pour faire quelque chose de différent et d'agréable. L'été, par exemple, durant les vacances, les règles changent et les crises sont plus fréquentes ». Selon Anne-Marie Delisle, les enfants... et leurs parents sont toutefois souvent mieux équipés qu'ils ne le croient pour affronter leurs divergences : « Souvent, les parents sont d'accord sur le *pourquoi*, mais c'est le *comment* qui diffère. Lorsqu'ils s'en rendent compte, leurs approches deviennent plus souples et solidaires. »

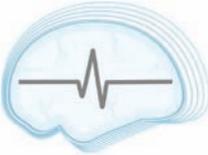
Ce soutien familial, la solidarité autour de valeurs communes et les marques d'amour quotidiennes préparent aussi

l'enfant à d'autres milieux, où ses comportements ne seront pas nécessairement aussi bien acceptés et où il devra davantage faire ses preuves : « Vers 2 ans, l'enfant est plus actif physiquement que jamais. Est-ce qu'on peut parler d'une activité normale ou d'une hyperactivité pour tel ou tel enfant ? Ça dépend en grande partie de son milieu, de la manière dont son besoin de bouger est perçu et répondu par ses parents, son éducatrice et la préparation des deux milieux. Un enfant actif dans une famille active dérange beaucoup moins que dans un milieu de garde qui serait moins préparé à gérer des enfants plus actifs », nuance Anne-Marie Delisle.

POURQUOI... JE VEUX

Ces expériences le préparent alors aux défis d'un tout autre calibre qui l'attendent à la garderie : « Les enfants s'y trouvent confrontés au fait qu'ils ne sont pas le nombril du monde et qu'ils sont entourés d'autres enfants qui ont aussi envie de dire non », souligne Anne-Marie Delisle. Mais peu à peu, l'enfant se forge son empathie, à partir du moment où il devient capable de tenir un peu plus compte de deux points de vue à la fois, celui de l'autre et le sien ou, encore, le fait que l'on puisse trouver du bon et du mauvais chez une même personne. « Je lui dis, à Arthur, lorsque je trouve cela difficile entre nous deux. Je ne suis pas toujours certaine qu'il comprend, mais au début, il semblait plus insensible quand il faisait quelque chose comme mordre un ami; maintenant, il se sent coupable d'avoir mordu. Mais il lui reste encore à apprendre à utiliser les mots plutôt que de passer à l'acte quand quelque chose le dérange. » Dans les moins bons jours, il devient parfois nécessaire d'aller jusqu'à arrêter le comportement inacceptable si l'enfant n'est pas capable de s'arrêter lui-même, et même de l'isoler; mais déjà, vers 4 ans, les enfants commencent à développer d'eux-mêmes la tendance à éviter les comportements irritants plutôt que de rester en situation de conflit.

Lorsque l'enfant se retrouve dans une situation de plus grande sécurité

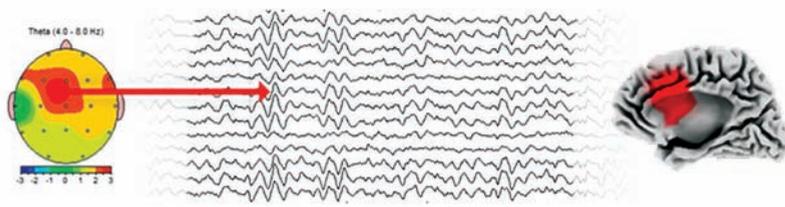


**INSTITUT
PSYCHONEURO
INSTITUTE**

Vous pensez avoir un Trouble Déficitaire de l'Attention?

Sachez que l'**électroencéphalographie quantitative** permet de mesurer si votre cerveau a ce trouble neurologique.

Il est aussi possible d'améliorer la concentration soutenue en rétablissant l'activité cérébrale par le **neurofeedback**.



Contactez-nous !

Dr Vincent Paquette, M.Sc., Ph.D. | 3501 rue Peel, Montréal, (Québec), H3A 1W7
514-667-0198 | info@institutpsychoneuro.com | www.institutpsychoneuro.com

psychologique et que ses parents trouvent les moyens de lui changer les idées plutôt que d'insister sur l'opposition, il se peut qu'avec le temps, l'enfant parvienne à trouver, dans une relation de complicité avec ses parents, des moyens plus sécuritaires et enthousiastes de faire ses apprentissages. L'enfant développe alors graduellement les habiletés et le langage pour passer par le *je veux* plutôt que *non* et *moi capable* pour exprimer ce qu'il désire. Le *non* est aussi de plus en plus éclipsé par le *pourquoi*, beaucoup plus utile pour établir des liens grandement plus efficaces et logiques entre les réalités. « Avec les *pourquoi*, parfois ils savent les réponses, mais demandent des *pourquoi* pour avoir raison et les *parce que c'est comme cela* sont loin de suffire. Mais d'autres fois, ils ne le savent vraiment pas, ou en savent juste assez pour tout mélanger », a pu observer Lyne.

Les parents peuvent néanmoins remarquer les nouvelles habiletés langagières dans leur envie nouvelle de négocier déjà bien avant 3-4 ans : une tendance très légitime, mais qui peut devenir une habitude un peu envahissante si on y cède un peu trop. Selon Raymond Baillargeon, le but n'est toutefois pas de contrecarrer cette nouvelle tendance qui habituellement ne pose pas de problèmes majeurs. « L'enfant découvre de nouveaux moyens de prendre sa place et développe ses habiletés intellectuelles : pourquoi ne les utiliserait-il pas ? D'ailleurs, c'est rarement l'excès d'argumentation qui est perçu comme un problème grave, mais plutôt le manque d'affirmation, qui peut dénoter une certaine forme d'anxiété. »

Les parents peuvent d'ailleurs aider les enfants à multiplier les occasions où ils pourront vivre cette autonomie et multiplier les réussites : « Mais encore faut-il tenter d'équilibrer nos interventions, choisir les moments où l'on décide de les exercer en se demandant *est-ce qu'il est en mesure de décider ? Qu'est-ce que je peux laisser passer ou lui laisser choisir qui désorganisera le moins les routines ou la vie de famille ?* », suggère Marie-Christine Lincourt. Les parents y gagnent alors en moments agréables dans les zones de la vie qui ne sont pas encore touchées par le non, pour aller s'y ressourcer : « Des bons moments dans cette période-là,

SUGGESTION DE LECTURE DE MARIE-CHRISTINE HARGUINDÉGUY-LINCOURT

POUR LES PARENTS :

Bourcier, Sylvie (2008) *Agressivité chez l'enfant de 0 à 5 ans (L)*, éd. Sainte-Justine, Montréal, 213 p.

Bourcier Sylvie (2004) *Comprendre et guider le jeune enfant, à la maison, à la garderie*, éd. Sainte-Justine, Montréal, 168 p.

Ferland, Francine (2004) *Développement de l'enfant au quotidien, du berceau à l'école primaire (L)*, éd. Sainte-Justine, Montréal, 248 p.

POUR L'ÉDUCATEUR :

Bouchard, Caroline () *Développement global de l'enfant en contexte éducatif (Le)*, éd. Presse de l'Université du Québec, Québec

POUR LES ENFANTS :

Nadeau, Nicole (1994) *Non, j'ai dit non*, éd. Chouette, Montréal 26 p.

il y en a aussi, il ne faut pas se le cacher. Les enfants sont plus autonomes, ils veulent aider beaucoup plus qu'avant et quand il dit *Je t'aimerai toujours maman et plus tard, c'est moi qui vais prendre soin de toi, le cœur te fond*», remarque Annie.

MERCI À :

Anne-Marie Delisle, psychoéducatrice en clinique privée en petite enfance ainsi que pour l'Association Panda des Basses-Laurentides.

Marie-Christine Harguindéguy-Lincourt, psychoéducatrice au Centre d'aide et de soutien aux intervenants et organismes en petite enfance, www.casiope.org

Sylvie Bourcier, intervenante en petite enfance et auteure

Raymond Baillargeon, professeur en sciences de la santé à l'Université d'Ottawa

Et aux généreuses mamans du Carrefour Familial Hochelaga : Valérye, Annie et Lyne



On sort... on s'amuse...

AVEC NOS TOUT-PETITS!

BABY GYM

Cours de gymnastique, pour le 18 mois à 3 ans accompagné d'un adulte, sur les 4 appareils et trampoline. Les cours sont orientés vers un système d'apprentissage suivant une progression ludique basé sur la philosophie Carrasco. Au Club de gymnastique Gadbois 514 872-3043 www.gymgadbois.com

BALLON FORME POSTNATAL

Ce cours s'adresse aux nouvelles mamans qui ont accouchées depuis moins de 9 mois. Le ballon d'exercice est un médium puissant pour renforcer le plancher pelvien et se remettre en forme, en ayant du plaisir avec bébé. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

BOOTCAMP PAPA

Le Bootcamp est un entraînement de style militaire qui aide à gérer le stress et le poids tout en augmentant l'endurance mentale et la coordination. En plus d'être une excellente façon de bouger avec bébé! Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

CARDIO-BALADI MAMAN ET BÉBÉ

Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

BODY DESIGN POSTNATAL

Ce cours, de niveau d'intensité modéré à élevé, permet à la nouvelle maman de se remettre

en forme dès l'accouchement. Renseignements : www.sportsmontreal.com, 514 872-7177

COURS DE DANSE PARENTS/ENFANTS

Parents et (bébé 12 mois et plus); parents et (2 ans et plus) À l'Académie de danse d'Outremont. Pour connaître horaire et tarifs : 514 276-6060

COURS DE DANSE PARENTS/ENFANTS

Parents et Enfants (1 à 4 ans) à l'Académie Préscolaire Mont-Royal. À Ville Mont-Royal. Pour connaître horaire et tarifs : 514 937-1662

DANSE AVEC BÉBÉ

Ce cours plaira aux nouvelles mamans qui aiment danser. Votre partenaire est votre bébé. Au Complexe sportif Claude-Robillard. Renseignements : 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

DANSES LATINES MAMAN-POUPON

chez Toca Danse à Boucherville. 514 433-8342 www.tocadanse.com

EN FORME AVEC BÉBÉ

Ce cours d'exercices postnatals vous permettra de bouger en compagnie de votre enfant. Le cours comprend des sections cardiovasculaires, "tonus", des étirements, des exercices empruntés au yoga et à la méthode Pilates, des exercices sur ballon suisse, et bien d'autres. Renseignements : 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

ÉVEIL MUSICAL POUR BÉBÉ (6-12 MOIS)

Ayez du plaisir avec votre enfant ! L'éveil aux sons et à la musique est un moyen désigné pour canaliser la sensibilité au rythme et à la mélodie chez bébé. Au centre culturel de Pointe-Claire, 176, chemin du Bord-du-Lac. Pour connaître horaire et tarifs : 514 630-1220

ÉVEIL MUSICAL POUR LES TOUT-PETITS (1 À 3 ANS)

À Espace forme à Saint-Eustache. 450 473-2225
www.espaceforme.ca

GROUPE DE JEUX PARENTS/ENFANTS

Lundi, mercredi et vendredi en matinée ou après-midis. Au Nouveau Centre Communautaire Galerie du Parc (la Cité) 514 872-0566

GROUPE DE JEUX PARENTS/ENFANTS

Accès à une grande salle lumineuse, des jouets et des équipements adaptés aux 0 à 3 ans. C'est l'occasion de jouer et de socialiser. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccnadg.org

GYMNASTIQUE POUR LES TOUT-PETITS

Pour les (1 à 2 ans) et les (2 à 3 ans). Accompagnés de maman ou papa, ces petits gymnastes vivront leur première expérience dans le monde du mouvement. Au club de gymnastique Wimgym 514 683-0602
www.wimgym.ca

GYMNASTIQUE POUR LES TOUT-PETITS

Classes parent/enfant (4-10 mois) (10-19 mois) (19-29 mois) (29-36 mois) Des activités visant à développer la motricité comprennent l'aérobic,

les éléments gymniques, les étirements, le rythme, les chansons, les activités de groupe, les jeux de balles et les bulles! Dans Les Petit Gym : Ville Mont-Royal 514 733-1735 Saint-Bruno-de-Montarville Pointe-Claire 514 695-7562 Blainville 450 435-5311 Vaudreuil-Dorion 514 531-6086
www.lepetitgym.ca

IL ÉTAIT UNE FOIS L'HIVER, AU BIODÔME...

Du 17 décembre au 5 février Nouveau spectacle de marionnettes Coco inconnito, qui raconte une histoire où les animaux de la forêt tropicale prennent la vedette. Rires et chaleur garantis! Les tout-petits pourront s'amuser ferme à jouer les apprentis vétérinaires dans la zone d'exploration Becquer bobos avant de visiter l'exposition Oeufs, qui enchantera toute la famille! Au Biodôme de Montréal. Au 4777, avenue Pierre-De Coubertin. Horaire et tarifs au 514 868-3000 ou visitez le
www.biodome.qc.ca

L'HEURE DU CONTE AU ZOO ECOMUSEUM

Le vendredi 16 décembre (en français)
Le vendredi 6 janvier (en anglais)
Le vendredi 20 janvier (en français)
Vendredi, 3 février : Anglais
Vendredi, 17 février : Français
Votre tout-petit, en votre compagnie, pourra écouter une histoire sur les animaux, voir de très près quelques reptiles/amphibiens et bricoler sur le thème des animaux! À 10h (\$). À l'écomuseum à Sainte-Anne-de-Bellevue. Renseignements : 514 457-9449
www.zooville.ca



Pour un allaitement réussi **Nneka**™



Un rembourrage d'écales de sarrasin qui épouse les formes du corps



Rembourrage ajustable pour plus de confort

Housse lavable

Hypoallergène

www.nneka.ca
1.877.768.2229



OREILLER DE CORPS COUSSIN D'ALLAITEMENT USAGES MULTIPLES



Centre d'activité Bébé Cardio
Café-Aire de jeu-boutique



Centre spécialisé en exercice périnatal

Cours pour femme enceinte, maman et bébé et pour enfant



Nouvelle adresse à Montréal 2012
porte-bébés, vêtements et accessoires pour l'allaitement, pour mamans, bébés et enfants produits de soins, santé et exercice

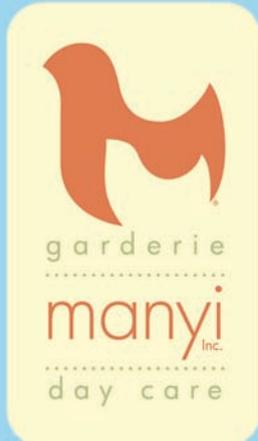


www.bebecardio.com
bebecardio@gmail.com
450 332-BéBé (2323)

400 rue St-Jean
Vieux Longueuil

www.Chimparoo.ca
boutique@chimparoo.ca
514 905-6484

Fin de semaine disponible



- **Enfants de** 4 mois à 5 ans
- **Ouvert de** Lundi au Dimanche 6h00 à 19h00
- **Programmes** Multi-langue, Langage des signes
- **Nouveau** Piano Wizard, Super Teaching et autres, Cours de Yoga et de Music
- La garderie est sans
 - Gluten
 - Noix
 - GMS
 - Repas Halal
- 6000 Côte-des-Neiges, suite 410, Montréal, Qc H3S 1Z8
- **T: 514.737.4632**
- **C: 514.969.4632**
- **F: 514.737.4205**

LE SECRET DES LUTINS

Le 10 et 11 décembre
Séance spéciale du programme d'activités motrices Le tour du monde de KaribouMD. À travers des thématiques amusantes, les enfants sont invités à ramper, sauter, grimper, lancer et attraper, le tout dans une ambiance stimulante et accueillante. Pour les 12 mois à 4 ans. La présence d'un parent est requise. 7 \$ la séance.
Renseignements : 514 872-7177
www.sportsmontreal.com/activites

LE TOUR DU MONDE DE KARIBOU

Ce programme novateur, destiné 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 par une série de parcours, de jeux ou d'ateliers utilisant du matériel adapté. Montréal, Laval et la Rive-sud. Renseignements au 1-877-872-9992
www.letourdumondedekaribou.com

LES MATINÉES AMUSANTES

Le samedi 28 janvier, de 8 h 30 à 11 h. Invitation aux papas seulement, accompagnés de leur bébé de 9 mois à 18 mois, pour un atelier de percussion en les initiant à la culture Mandingue d'Afrique de l'Ouest. Instruments traditionnels : tambours djembé, dunumba, sangban, kenkeni et des chants traditionnels de la Guinée. L'atelier est précédé d'un petit déjeuner entre papas et enfants. Au Centre de ressources périnatales Les relevailles de Montréal 514 640-6741 www.relevailles.com

LES MATINÉES BOUTS D'CHOU

Les samedis & dimanches
Vos tout-petits sont invités à patiner en compagnie d'Émile, la sympathique mascotte, à prendre de l'assurance grâce aux supports d'apprentissage, à colorier et à jouer sur la patinoire intérieure de l'Atrium! Enfants 5 \$, adultes 7 \$. De 10 h 30 à midi. Au 1000 de la Gauchetière Ouest. Renseignements : 514 395-0555 www.le1000.com

LIRE ET RIRE AVEC SON ENFANT

Les mardis et jeudis, de 15h30 à 17h. Activité de lecture contée et d'échange sur les thèmes suivants : Comment intéresser mon enfant à la lecture? Comment maintenir son attention? Quelle histoire choisir pour

mon enfant ? Pour les parents et les enfants de 0 à 5 ans. Bibliothèque du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est. Inscriptions et renseignements au 514 872-2270

MAMAN DANSE! (BÉBÉS DE 2 À 12 MOIS)

Son enfant dans les bras, on danse aux rythmes africains, indiens, et latino-américains. De la valse, du tango, et de la danse libre autour du studio. Ateliers offerts dans plusieurs studios et parcs du Grand Montréal. Renseignements : 514 961-3771
www.mamadances.com

MASSAGE POUR BÉBÉ

Techniques de massage et discussions sur différentes thématiques touchant les nouveaux parents.

- **melons & clémentines** au 5659 Sherbrooke Ouest 514 482-5248
www.melonsetclementines.com

- **Centre de ressources périnatales Les relevailles de Montréal** 514 640-6741 www.relevailles.com

- **Centre culturel de Pointe-Claire**, 176, chemin du Bord-du-Lac. 514 630-1220

- **Centre de maternité 9 mois et plus**. À Boisbriand. 450 508-6011
www.9moisetplus.ca

- **Espace forme à Saint-Eustache**. 450 473-2225 www.espaceforme.ca

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

- **Massage bébé** 514 524-8112
www.massagebebe.ca

PORTAGE DE BÉBÉ EN ÉCHARPE

Le mardi 20 décembre
Cet atelier aborde le portage de la naissance à 6 mois. Historique du portage, ses bienfaits pour le porteur (parent) et le porté (bébé) et un comparatif entre l'écharpe de portage et le porte bébé occidental ainsi que les différents nœuds et positions. Au Centre de ressources périnatales Les relevailles de Montréal 514 640-6741
www.relevailles.com

PORTAGE 2

Le mardi 17 janvier
Cet atelier vise à faire connaître d'autres nœuds et positions de portage, notamment au dos, aux parents qui utilisent déjà l'écharpe de portage



- **Vêtements maternité et enfants neufs et déjà portés**
- **Allaitement • Portage**
- **Couches lavables et tous ces essentiels pour vous et bébé!**



mereetmousses.com

1730, Marie-Victorin, suite 20, Longueuil
450.674.0326

avec leur bébé. Nous verrons l'évolution du portage selon le développement de bébé. Aussi, des exercices avec l'écharpe de portage seront proposés aux parents pour développer la motricité de bébé, favoriser la détente et s'amuser avec lui. Au Centre de ressources périnatales Les relevailles de Montréal 514 640-6741 www.relevailles.com

PORTAGE DE BÉBÉ

Apprenez l'art de nouer votre écharpe, tissée, extensible ou meit tai de milles et unes façons! Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

PARENTS POUpons

Le dernier mercredi du mois Partagez votre passion pour l'histoire en compagnie de votre bébé. Des ateliers vous sont offerts afin de créer une activité pour bébé, qu'il soit éveillé ou à la sieste. Admission gratuite pour un parent et son bébé de moins de 18 mois. De 13h à 15h30. Au Musée McCord Museum 690, rue Sherbrooke Ouest. Renseignements : 514 398-7100

PHOTO-POUSSETTE

Cet atelier parent/enfant s'adresse à toute personne désireuse de faire des belles photos d'enfants. Offert dans un local adapté à la présence des bébés, vous apprendrez des trucs pour améliorer la qualité de vos

images. Montréal, Rive nord, Rive sud. Renseignements : 514 567-3225 www.entrequatreyeux.com

REMISE EN FORME AVEC BÉBÉ

Les mercredis, du 18 janvier au 22 février

Dans une ambiance décontractée, ces rencontres visent la remise en forme des nouveaux parents tout en respectant les limites de chacun. Ces rencontres sont spécialement conçues pour les nouveaux parents et tiennent compte du rythme des bébés. de 9 h 30 à 11 h 30. Au Centre de ressources périnatales Les relevailles de Montréal 514 640-6741 www.relevailles.com

RENCONTRES POSTNATALES

Les mercredis, du 11 janvier au 15 février

Ces rencontres permettent aux nouvelles mamans de traverser avec sérénité l'intensité des premières semaines avec bébé et favorisent les échanges sur leurs préoccupations, émotions et expériences; elles contribuent ainsi à briser l'isolement. Pour les parents avec bébé âgé de 3 semaines à 16 semaines. Au Centre de ressources périnatales Les relevailles de Montréal 514 640-6741 www.relevailles.com

SALSA MAMAN-BÉBÉ

Avec votre bébé (6 semaines à 12 mois) confortablement

assis dans votre porte-bébé, vous apprendrez à danser la Salsa, Merengue, Cha-Cha-Cha et Bachata. À l'école de Danses Latines Baila productions à Laval 450 663-5278 www.bailaproductions.com

TROTTEURS

Créé et enseigné par une kinésologue, ce cours (pour les 7 à 11 mois) est élaboré afin de maximiser le développement moteur des trotteurs! Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

VIENS JOUER AVEC MOI!

Session d'hiver de 12 semaines pour les tout-petits de 1 à 3 ans accompagnés d'un adulte. Activités avec comptines et histoires, des petits jeux moteurs et artistiques (expression corporelle, marionnettes, sons et rythmes, modelage, etc.) Renseignements : AMDL Tout-petits 514 524-5720

ZUMBA MAMAN ET BÉBÉ

Ce cours s'adresse à toutes les mamans qui ont envie de se déhancher et de s'amuser. Ce cours s'adapte très bien à tous les niveaux de condition physique. L'utilisation du porte-bébé est nécessaire. Au centre de maternité 9 mois et plus. À Boisbriand, Renseignements :

450 508-6011 www.9moisetsplus.ca

ZUMBA MAMAN ET BÉBÉ

Redécouvrez l'aérobic en vous laissant transporter par des rythmes latins énergisants (Reggaeton, Belly Dance, Hip Hop, Salsa, Merengue) Chez Enfant & compagnie 514 327-8484 www.enfantetcompagnie.com

ZUMBA MAMAN ET BÉBÉ

Chez Bébé cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

CAFÉS BRANCHÉS POUR ACCUEILLIR LES PETITES FAMILLES

- ENFANT & COMPAGNIE 514 327-8484 www.enfantetcompagnie.com

- MAMACAFÉ Chez Bébé Cardio 450 332-2323 www.bebecardio.com

- MELONS & CLÉMENTINES 514 482-5248 www.melonsetclementines.com

- PARENTHÈSES MONTRÉAL 514 727-3687 www.parenthesesmontreal.com

Pour connaître notre répertoire complet d'activités parent-bébé, visitez notre site internet www.montrealpourenfants.com et téléchargez notre deuxième publication Oh! bébé Le guide du bébé 2011

SUPERFIT
www.superfitshoes.com

CERTIFIÉ 100% IMPERMEABLE WATERPROOF

-40°C Testé Rated

QR code

f SuperfitShoes

On sort... on s'amuse !

CALENDRIER DE SORTIES EN FAMILLE

EN COURS...

PAIN D'ÉPICE

Jusqu'au 18 décembre
Inspiré d'un conte traditionnel anglais, Pain d'épice charme les tout-petits spectateurs depuis 2004. Pour les 2 ans et plus. Au Studio-théâtre de L'Illusion au 783, rue de Bienville. Téléphonez pour connaître les heures et les tarifs : 514 523-1303
www.illusiontheatre.com

NOËL FERROVIAIRE

Du 26 novembre au 4 janvier
Postez votre lettre au Père Noël à bord du wagon postal, participez aux ateliers de bricolage et au conte pour enfants, voyez le réseau de trains miniatures en opération, faites une balade à l'extérieur sur le chemin de fer miniature et rencontrez le Père Noël (les samedis et dimanches, du 27 novembre au 18 décembre). Renseignements : 450 632-2410
Horaire et tarif : www.exporail.org

AQUARELLE EN PLIS

Jusqu'au 29 janvier
Les dimanches
Prolongez votre étonnement avec cette activité de peinture à l'aquarelle en lien avec un corpus d'œuvres de Stéphane La Rue présenté dans l'exposition La Triennale québécoise 2011. À 13 h 30 et 14 h 30. Accès aux ateliers sur présentation du billet d'entrée au Musée d'art contemporain, (Gratuit pour les moins de 12 ans) 185, rue Sainte-Catherine Ouest. Renseignements : 514 847-6226
www.macm.org

JOUETS

Jusqu'au 11 mars
Suite au vif succès de la première édition, le Musée McCord présente une version renouvelée de Jouets, exposition magique qui célèbre le monde de l'enfance et de l'imaginaire. Conçue pour les enfants de 3 à 8 ans, l'exposition Jouets 2011 séduira également les adultes. Entrée gratuite pour les enfants de 12 ans et moins accompagnés d'un adulte. Au Musée McCord d'histoire canadienne, 690, rue Sherbrooke Ouest. Renseignements : 514 398-7100
www.mccord-museum.qc.ca/fr

VISITES COMMENTÉES

Tous les dimanches,
Visites commentées, bilingues, sur les dinosaures du Musée — le Gorgosaurus, le Dromaeosaurus et le nouveau crâne de Tricératops (récupéré avec la permission du Musée royal de la Saskatchewan) Entre 13 h et 17 h. Gratuit. À la Galerie Dawson (2e étage), du musée Redpath (campus de l'Université McGill). 514 398-4086

ARTS MARTIAUX PARENT-ENFANT

Chaque samedi, cours d'arts martiaux parent-enfants au tarif spécial de 5\$ à l'académie Acadé-Kicks. Inscription obligatoire au 514 995-4257
www.AcadeKicks.com

LES MATINÉES BOUTS D'CHOU

Les samedis & dimanches
Vos tout-petits sont invités à patiner en compagnie d'Émile, la sympathique mascotte, à

prendre de l'assurance grâce aux supports d'apprentissage, à colorier et à jouer sur la patinoire intérieure de l'Atrium! Enfants 5\$, adultes 7\$. De 10 h 30 à midi. Au 1000 de la Gauchetière Ouest. Renseignements : 514 395-0555
www.le1000.com

BARAFAMILLE – ATELIERS FAMILIAUX

Ateliers de percussion présentés sous la forme de plusieurs jeux qui feront appel à différentes combinaisons d'interactivités entre le mouvement, le visuel et le jeu de la percussion. Téléphoner pour connaître horaire et tarifs : Baratanga 514 616-2308
www.baratanga.com

SOIRÉE CINÉMA POUR PRINCESSES

Les jeunes sont invitées rejoindre la princesse Stéphanie dans son château enchanté pour une soirée cinéma pendant que les parents ont un moment bien à eux. De 18 h à 21 h. 10\$ par enfant. Activité en anglais. Renseignements : 514 574-7833
www.princessbirthdayparty.ca

DÉCEMBRE

SHILVI – NOËL ET DEMI

Les samedis jusqu'au 24 décembre
Shilvi est impatiente! C'est bientôt Noël et elle compte les dodos avant le grand jour. Mais que c'est long!... Spectacle de Shilvi à 13 h, au Village de Noël du Complexe Desjardins. Renseignements : 845-4636 ou visitez www.complexedesjardins.com

RÉALISEZ EN FAMILLE UNE CARTE DE SOUHAITS ANIMÉE

Tous les samedis et dimanches de décembre
Réalisez une carte de souhaits animée que vous pourrez ensuite envoyer à vos proches. De midi à 16h. Gratuit pour les 12 ans et moins; Adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

LIRE ET RIRE AVEC SON ENFANT

Les mardis et jeudis
Activité de lecture contée et d'échange sur les thèmes suivants : Comment intéresser mon enfant à la lecture? Comment maintenir son attention? Quelle histoire choisir pour mon enfant ? de 15h30 à 17h. Pour les parents et les enfants de 0 à 5 ans. Bibliothèque du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est. Inscriptions et renseignements au 514 872-2270

PAIN BRIOCHE À L'ANCIENNE

Les 3, 4, 10, 11, 17, 18 décembre à 13 h en français
Du 26 au 30 décembre à 13 h en français et 15 h en anglais
Les apprentis cuisiniers (6 à 12 ans) confectionneront le pain brioche avant de déguster leur préparation cuite dans un foyer datant du XVIIIe siècle! À 13h. Enfant 5\$; adulte 10\$. Au château Ramezay, au 280, rue Notre-Dame Est au Vieux-Montréal. Réservation obligatoire au 514 861-3708 poste 221



PROTECT ENFANT Inc.

- Nos services : la consultation, la vente et l'installation de barrières de sécurité et de piscine disponible pour les escaliers, les ouvertures et le foyer (plusieurs couleurs et styles en métal, bois et plastique)
- Loquets pour armoires, tiroirs, portes, fenêtres et appareils
- Protection pour l'électricité, coins pointus et salle de bain.

COURS DE RÉANIMATION ET DE PREMIERS SOINS À L'HOPITAL GENERAL JUIF
pour parents, grand-parents, gardiens et éducatrices de garderies et de CPE.

DISMANCHE : (9H À 17H) 11 décembre, 22 janvier, 26 février, 25 mars et 29 avril
Disponible en anglais, le dimanche (9H à 17H) 18 décembre, 15 et 29 janvier, 19 février, 18 mars
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

BAS DE NOËL

Du 3 au 23 décembre
Le Château Ramezay offre une activité unique et originale invitant les enfants à accrocher un bas de Noël sur un des foyers du Château. Dans la semaine du 8 janvier 2012 les familles sont invitées à revenir pour découvrir ce que le Père Noël a déposé pour vous!... Les bas sont disponibles au coût de 10\$Au Musée Château Ramezay, au 280, rue Notre-Dame Est au Vieux-Montréal. Pour connaître horaire et tarifs : 514 861-3708 ou www.chateauramezay.qc.ca

PÈRE NOËL EN POT DE TERRE CUITE

Le 3, 4, 10 et 11 décembre
Les 5 ans et plus sont invités confectionner un Père Noël qu'ils pourront offrir ou conserver pour décorer la maison ! 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

RÉUNION DE PRINCESSES 2011

Le dimanche 4 décembre
Atelier de créativité pour les princesses de (6 à 9 ans). De 14 h à 15 h. À l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements et réservations : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

L'HEURE DU CONTE EN PYJAMA!

Le jeudi 8 décembre
Habillez votre enfant de son plus beau pyjama, apportez sa doudou et ses pantouffles pour entendre des histoires pleines de rire et de douceur et le préparer à aller au lit. Pour les 0 – 6 ans À 19h. À la Bibliothèque du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est. Inscriptions et renseignements : 514 872-2270
DE NOËL :

LA DIGESTION OU L'ART DU DÉCOUPAGE MOLÉCULAIRE

Le samedi 10 décembre
Dans le cadre de Samedis au Labo, les enfants découvrent tout au sujet de la digestion. Présentés à 10 h et à 13 h, ces 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. Enfants : 9\$; adultes 11\$
Réservations obligatoires 450 686-5641 poste 4676
www.musee-afrappier.qc.ca/fr

LE GRAND BAL DE NOËL

Le 10 et 11 décembre
Participez à la création et soyez de la fête ! Parce que Noël, c'est plus qu'une chanson. Ne manquez pas ce joyeux concert pour les 3 à 5 ans! À 15 h 30. Tarif : 8,50\$. À la Maison de Jeunesses Musicales du Canada, 305, avenue du Mont-Royal Est. Renseignements : 514 845-4108 poste 0 www.jmcanada.ca

LE SECRET DES LUTINS

Le 10 et 11 décembre
Séance spéciale du programme d'activités motrices Le tour du monde de KaribouMD. À travers des thématiques amusantes, les enfants sont invités à ramper, sauter, grimper, lancer et attraper, le tout dans une ambiance stimulante et accueillante. Pour les 12 mois à 4 ans. La présence d'un parent est requise. 7\$ la séance ou 2 pour 12\$ Renseignements : www.sportsmontreal.com/activites

LE PETIT NOËL DE QUÉBEC ISSIME

Les dimanches 11 et 18 décembre
Spectacle musical qui évoque, pour les enfants d'aujourd'hui, les Noëls en famille d'antan empreints de bonheur et chaleur humaine. Pour les 3 à 10 ans. Billets : 12\$. À 11h. Au Théâtre Maisonneuve de la Place des Arts

Renseignements : 514 842-2112
www.laplacedesarts.com

OCCITANIE

Le dimanche 11 décembre
Découvrez l'Occitanie lors de cet atelier découverte. À 13h et 14h. Pour tous les âges. 7\$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Veuillez réserver à l'avance au 514 398-4086 poste 4092

APPRENTI ANIMALIER ADOS

Le dimanche 11 décembre
Une journée complète d'Apprenti pour les 12-17 ans! Préparation des repas des animaux pour nourrir plusieurs ensuite, activités d'enrichissement, dissection d'une boulette de rapaces et plus encore. De 9h à 16h. 60\$ par personne. Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Activité bilingue. Réservation requise : 514-457-9449 www.zooenlle.ca

TU ES MON HÉROS

Le dimanche 11 décembre
Deux comédiens et un bruiteur-musicien hors du commun feront découvrir, aux 8 ans et plus, des personnages aux pouvoirs magiques, des héros et héroïnes tout droit sortis d'histoires passionnantes... À 14h. Gratuit avec Billet - Laissez-passer. À l'Auditorium de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

LE CLUB DES CROCODILES

Le vendredi 16 décembre
Hannes rêve de faire partie du Club des Crocodiles. Pour y arriver, il devra surmonter une épreuve au cours de laquelle il risquera sa peau. Film pour les 8 ans et plus. À 19h. Maison de la culture Rosemont - La Petite-Patrie, Salle Jean-Eude. 514 872-1730

GYM-LIBRE

Le samedi 17 décembre
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 Jourdault. Renseignements : 514 872-1536 www.gymnix.ca

NOËL, NOËL ET L'HIVER DE LÉON

Le samedi 17 décembre
Films d'animation de marionnettes pour les 5 ans et plus, à 14 h. À la maison de la culture Ahuntsic-Cartierville. Gratuit avec des Laissez-passer disponibles sur place dès le samedi 3 décembre dès 13 h.

LE VOYAGE

Le samedi 17 décembre
Un enfant et sa mère marchent à travers les montagnes du Japon pour atteindre une ville. Leur difficile trajet sera ponctué de trois histoires, racontées par la mère pour donner du courage à son fils. Spectacle pour les 5 à 9 ans. À 14 h, à la Maison de la culture du Plateau-Mont-Royal, 465 avenue du Mont-Royal Est. Renseignements : 514 872-2266
Gratuit avec des Laissez-passer : dès le 10 décembre.

MA MAISON EN PAIN D'ÉPICES

Le samedi 17 décembre
Découvrez en famille une délicieuse maison en pain d'épices que vous pourrez ensuite déguster ou offrir en cadeau. Pour les 5 à 12 ans. À 10 h 30. À la Bibliothèque du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est. Inscription obligatoire au 514 872-2271

LE NOËL DE CHARLIE

Le samedi 17 décembre
C'est en suivant l'étoile que Charlie réussit, grâce aux enfants, à créer une merveilleuse petite

Vêtements pour enfants
BRAT PACK

à partir de lundi le 12 dec. 2011

Les meilleurs styles
aux meilleurs prix.

Tailles nouveau-nés à 16ans.

1283 Van Horne
Montréal, Qc.
(coin Ave. Outremont)
(514) 270-7060
www.bratpack.ca



VENTE
jusqu'à 60%
de rabais

Centre de la Fluidité Verbale de Montréal

Clinique privée à but non lucratif offrant maintenant des services orthophoniques en français dans les domaines suivants :

- Thérapie pour le langage et la parole
- Prévention & intervention précoce
- Bégaïement

Services aussi offerts en anglais et en espagnol

***Bourses disponibles pour l'intervention**

514.489.4320
www.montrealfluency.com/fr



crèche improvisée, dans une ambiance magique teintée de chants et de flûte traversière. Spectacle pour les 5 à 12 ans. À 14 h. À la Bibliothèque du Mile End. Renseignements : 514 872-2142

CASSE-NOISETTE RACONTÉ

Le dimanche 17 décembre
Lecture pour les 5 ans et plus. Un voyage pour toute la famille rempli de surprises en compagnie de Clara et de Fritz. De 15h à 14h. Gratuit avec Billet - Laisser-passer. À l'Auditorium de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

CRÉE TA VILLE DE RÊVE

Le samedi 17 décembre
Fabrication de personnages en pâte FIMO, création d'un décor urbain en matériaux mixtes.
Pour les 8 à 12 ans. Renseignements : 514 279-0312 www.eureka-adi.ca

NOËL EN ORIGAMI

Le samedi 17 décembre
Une vraie fée offre en cadeau ses trucs pour décorer le sapin autrement! Atelier de créativité : À 13 h 30 pour les 5 à 9 ans et à 15 h pour les 10 à 13 ans. Gratuit avec Billet - Laisser-passer. À l'atelier de créativité de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Réservations : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

IL ÉTAIT UNE FOIS L'HIVER, AU BIODÔME...

Du 17 décembre au 5 février
Nouveau spectacle de marionnettes Coco incognito, qui raconte une histoire où les animaux de la forêt tropicale prennent la vedette. Rires et chaleur garantis! Les tout-petits pourront s'amuser ferme à jouer les apprentis vétérinaires dans la zone d'exploration **Becquer bobos** avant de visiter l'exposition Oeufs, qui enchante toute la famille avec des oeufs de colibris, d'oiseaux-éléphants... et même un nid de poule montréalais ! Au Biodôme de Montréal. Au 4777, avenue Pierre-De Coubertin. Horaire et tarifs au 514 868-3000 ou visitez le www.biodome.qc.ca

BOULES DE NOËL EN PAPIER RECYCLÉ

Le 17 et 18 décembre
Le Musée des maîtres et artisans du Québec nous propose de transformer du papier que l'on jette tous les jours en magnifiques boules de Noël à suspendre dans le sapin. À 14 h, pour les 5 ans et plus. Au 615, avenue Sainte-Croix, Ville Saint-Laurent. 14\$ par famille de 4 personnes. Réservations au 514 747-7367 poste 7204

LA GRANDE FÊTE DE NOËL

Le Samedi 17 et dimanche 18 décembre
Séance spéciale du programme d'activités motrices Le tour du monde de KaribouMD. À travers des thématiques amusantes, les enfants sont invités à ramper, sauter, grimper, lancer et attraper, le tout dans une ambiance stimulante et accueillante. Pour les 12 mois à 4

ans. La présence d'un parent est requise. 7\$ la séance. Renseignements : www.sportsmontreal.com/activites

LE GRAND BAL DE NOËL

Le dimanche 18 décembre
Participez à la création et soyez de la fête ! Parce que Noël, c'est plus qu'une chanson. Ne manquez pas ce joyeux concert pour les 6 à 12 ans! À 15 h. À la Maison culturelle et communautaire de Montréal-Nord, 12004, boulevard Rolland. Renseignements : 514-328-4000, poste 5630. Gratuit avec des Laissez-passer.

LA CULTURE IRANIENNE

Le dimanche 18 décembre
Découvrez la culture iranienne avec Frédéric Belley lors de cet atelier découverte et écrivez votre propre tablette persane. À 14h30 et 15h30. Pour tous les âges. 7\$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Veuillez réserver à l'avance au 514 398-4086 poste 4092

MANGA-THÉÂTRE

Le dimanche 18 décembre
Les 8 ans et plus sont invités découvrir l'univers manga grâce à la magie du théâtre d'ombres et participer à la création d'une scène composée de lumière et de silhouettes. À 14h. Gratuit avec Billet - Laisser-passer. Au théâtre Inimagimô de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements : 514 873-1100 www.banq.qc.ca



GOLDTEX
Magasin d'entrepôt
Qualité et choix à prix abordable

Joyeuses Fêtes

Vêtements, accessoires, meubles et beaucoup plus...

Profitez de nos rabais Jusqu'à 50%

Lun 10h - 17h Jeudi 10h - 18h
Mardi 10h - 17h Ven 10h - 18h
Mer 10h - 17h Sam 9h - 17h
Fermé les dimanches

8875, rue Salley, Lasalle
Tél.: 514 365-9699



Chaussures JUNIOR BOOTY

kamik

Venez voir notre nouvelle collection 2012
www.juniorbooty.com

7137, Chemin de la Côte-Saint-Luc, (centre d'achats Côte-Saint-Luc) (514) 488-5580

ASSOCIATION RÉCRÉATIVE MILTON-PARC

Au Centre Multi-ethnique St. Louis - 3555 St. Urbain
Cours pour les enfants 3-12 ans: Danse Ballet Classique, Karaté, Danse Hip-Hop, Judo, Soccer, Yoga, Gymnastique, Anglais, Ballet Jazz etc. 20\$ - 50\$ pour 10 semaines.

Parents et enfants:
Yoga ou Mise En Forme (avec service de Garde) lundi et/ou jeudi -10 semaines - 50\$ (maximum)

Au Nouveau Centre Communautaire Galerie du Parc (la Cité)
rue Jeanne-Mance et Prince-Arthur Parent / Enfant Play Group, lundi, mercredi, vendredi
9h00 - 10h00 ou 15h00 - 16h00 80\$ - 10 semaines

Inscriptions en personne, par téléphone ou internet
Centre Multi-ethnique St. Louis 3555 St. Urbain
(Metro Place des Arts)
www.miltonparc.org
514 872-0566



L'HEURE DU CONTE EN À PYJAMA! – SPÉCIAL NOËL

Le jeudi 22 décembre

Les 0 – 6 ans sont invités à mettre leur pyjama pour écouter de belles histoires de Noël et d'hiver! Lutins, fées et rennes seront au rendez-vous. À 19h. À la Bibliothèque du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est. Inscriptions et renseignements : 514 872-2270

DISNEY LIVE! TROIS CONTES DE FÉE

Du 22 au 28 décembre

Cette aventure enchantée avec plus de 25 personnages de Disney produit par Feld Entertainment sera au Théâtre St-Denis pour 15 représentations. Pour horaires et tarifs : 514 849-4211 www.theatrestdenis.com

CÉLÉBREZ LE TEMPS DE FÊTES AU ZOO ÉCOMUSEUM

Du 23 décembre au 8 janvier (sauf le 25 décembre)

À tous les jours, assistez à des présentations amusantes et éducatives : À 11h00 et 14h30 : Découvrez le fascinant monde des reptiles! À 13h30 : Venez voir un animal du zoo recevoir son cadeau de Noël! De 9 h à 16 h. Enfants (3 à 15 ans) 9\$; (moins de deux ans) gratuit; Adultes 9\$. Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Renseignements : 514 457-9449 www.zooville.ca

FANTAISIE DE FÊTÉS À LA PATINOIRE!

Du 23 décembre au 6 janvier

Décor, féerie musicale et lumineuse vous attendent à la patinoire de l'Atrium Le 1000 ! La patinoire est ouverte à tous les jours durant le congé des fêtes de 10 h à 21 h. mais fermera à 17 h les 24, 25 et 31 décembre ainsi que le 1er janvier. Animation de midi à 16 h, (à l'exception des 24, 25 et 31 décembre ainsi que le 1er janvier). L'atrium est situé au 1000, rue de La Gauchetière Ouest. Pour connaître l'horaire, les tarifs et le prix de location de patins téléphonez au 514 395-0555 ou visitez www.le1000.com

ATELIERS DES LUTINS

Le lundi 26 décembre en français

Le mardi 27 décembre en anglais

En temps que Lutins, les participants fabriqueront des jouets pour les animaux qu'ils iront ensuite déposer dans les enclos comme cadeaux de Noël. Ils fabriqueront aussi des décorations à rapporter à la maison. De 13h à 16h. Membre : 40\$, Non-membre : 45\$ Pour toute la famille (un accompagnateur gratuit par enfant) au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooville.ca

RÉALISEZ EN FAMILLE UNE CARTE DE SOUHAITS ANIMÉE

Du 26 au 31 décembre et du 2 au 8 janvier Réalisez une carte de souhaits animée que vous pourrez ensuite envoyer à vos proches. De midi à 16h. Gratuit pour les 12 ans et moins; Adultes 7\$. À la CinéRobothèque de

l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

PARCOURS D'ATELIERS D'ANIMATION

Du 26 au 31 décembre et du 2 au 8 janvier Initiez-vous au cinéma d'animation en famille et réalisez votre propre film en donnant vie à des marionnettes, à du papier découpé et à d'autres objets. De midi à 16h. Gratuit pour les 12 ans et moins; Adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

DU CINÉMA SUR MESURE

Du 26 au 31 décembre et du 2 au 8 janvier Plusieurs oeuvres seront présentées quotidiennement sur grand écran, entre autres un programme spécial pour la famille qui contient une compilation des meilleurs films d'animation récents de l'ONF. À 13h30 et 16h. ou chacun crée sa propre séance de cinéma. Gratuit pour les 12 ans et moins; adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Renseignements : 514 496-6887

ALICE AU PAYS DES MERVEILLES

Du 27 au 30 décembre

Du théâtre d'ombre et de marionnettes avec des comédiens talentueux dans un décor à la fois ingénieux et magnifique. Pour les 5 ans et plus. À 11 h et 15 h. À la Cinquième Salle de la Place des Arts, 175, rue Sainte-Catherine Ouest. 18\$ par personne. Renseignements : 514 842-2112 www.laplacedesarts.com

PIERRE ET LE POU

Le mardi 27 décembre

Trois contes portés à la scène par un duo de musiciens-conteurs audacieux : attention, ça joue, ça chante et ça grove! À 14 h. Pour les 5 à 9 ans. Gratuit avec Billet - Laisser-passer. À l'Auditorium de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

DÉJENER AVEC LES LOUPS

Le mercredi 28 décembre en français

Le jeudi 29 décembre en anglais

Un petit déjeuner continental vous sera servi suivi d'une présentation sur les loups. Vous aurez la chance de préparer le petit déjeuner pour les loups et ensuite les nourrir vous-mêmes, au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. 25\$. De 8 h à 10 h 30. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooville.ca (Âge minimum 3 ans)

L'USINE DE SONS

Le jeudi 29 décembre

Un duo de musiciens endiablés pince, gratte, frotte et frappe les sculptures sonores Baschet, des instruments inusités aux possibilités sonores infinies. Spectacle pour les 8 ans et plus. Gratuit avec Billet - Laisser-passer. À l'Auditorium de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

VIENS JOUER À L'ATELIER

Le 28 et 29 décembre

Les 6 ans et plus sont invités à découvrir la collection de jeux et jouets de l'Espace Jeunes



**Atrium
Le 1000**
DE LA GAUCHETIÈRE

{ **LA patinoire
la plus animée!** }

21 POUR



Sur présentation de cette annonce, recevez une entrée gratuite à l'achat d'une entrée régulière. Valide jusqu'au 10 décembre 2011.

➤ Ouverte à l'année < Location d'équipement

➤ Aire de restauration < Stationnement intérieur

➤ Forfait familial < Forfait fête d'enfants

Info: 514 395-0555
le1000.com Métro Bonaventure

et à s'amuser en famille! De 10h à 12h. Gratuit. À l'Atelier de créativité de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Renseignements : 514 873-1100 www.banq.qc.ca

JANVIER

SOUHAITEZ LA BONNE ANNÉE AUX ANIMAUX!

Le lundi 2 janvier
Assistez à des présentations éducatives offertes par les zoologistes de l'Écomuseum et rencontrez des animaux de très près! 10h et 14h : Caribou en action! 10h30 et 13h : Oiseaux de proie, les rois du ciel! 11h30 et 14h45 : Amusantes mantes d'Amérique et fascinants reptiles! Enfants (3 à 15 ans) 9\$; (moins de deux ans) gratuit; Adultes 9\$. Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooenverville.ca

RÉALISEZ EN FAMILLE UNE CARTE DE SOUHAITS ANIMÉE

Du 2 au 8 janvier
Réalisez une carte de souhaits animée que vous pourrez ensuite envoyer à vos proches. De midi à 16h. Gratuit pour les 12 ans et moins; Adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

PARCOURS D'ATELIERS D'ANIMATION

Du 2 au 8 janvier
Initiez-vous au cinéma d'animation en famille et réalisez votre propre film en donnant vie à des marionnettes, à du papier découpé et à d'autres objets. De midi à 16h. Gratuit pour les 12 ans et moins; Adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

DU CINÉMA SUR MESURE

Du 2 au 8 janvier
Plusieurs oeuvres seront présentées quotidiennement sur grand écran, entre autres un programme spécial pour la famille qui contient une compilation des meilleurs films d'animation récents de l'ONF. À 13h30 et 16h. ou chacun créé sa propre séance de cinéma. Gratuit pour les 12 ans et moins; adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Renseignements : 514 496-6887

DÉJENER AVEC LES LOUTRES

Le mardi 3 janvier en français
Le mercredi 4 janvier en anglais
Un petit déjeuner continental vous sera servi suivi d'une présentation sur les loutres. Vous aurez la chance de préparer le petit déjeuner pour les deux loutres et ensuite les nourrir vous-mêmes au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. 25\$. De 8 h à 10 h 30. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooenverville.ca (Âge minimum 3 ans)

DÉJENER AVEC LES LYNX

Le samedi 7 janvier en français
Le dimanche 8 janvier en anglais
Un petit déjeuner continental vous sera servi suivi d'une présentation sur les lynx. Vous aurez la chance de préparer le petit déjeuner pour les deux lynx et ensuite les nourrir vous-mêmes au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. De 8 h à 10 h30. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooenverville.ca 25\$ (Âge minimum 3 ans)

LES SENS SANS DESSUS DESSOUS !

Le samedi 14 janvier
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 h, 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. Enfants : 9\$; adultes 11\$ Réservations obligatoires : 450 686-5641 poste 4676

ANIMATION EN PÂTE À MODELER

Le dimanche 15 janvier
Réalisez un film d'animation en famille lors de ce Ciné-atelier. A 13h30. Pour les 7 ans et plus. Enfants 5\$; adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

LE DUO CŒUR-POUMONS : CE SYSTÈME QUI NOUS POMPE L'AIR

Le samedi 21 janvier
Dans le cadre de Samedis au Labo, les enfants découvrent le cœur, cette pompe infatigable, et les poumons, ces éponges à air... Présentés à 10 h et à 13 h, ces 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. Enfants : 9\$; adultes 11\$ Réservations obligatoires : 450 686-5641 poste 4676

PAUL FLOU

Le samedi 21 janvier
Paul Flou est myope comme une taupe et il veut offrir quelque chose de bien spécial à sa grand-mère adorée, presque aveugle. Il part alors à la recherche du cadeau parfait... Théâtre de marionnettes pour les 4 ans et plus. À la Maison de la culture du Plateau-Mont-Royal, 465 avenue du Mont-Royal Est. Renseignements : 514 872-2266 Gratuit avec des Laissez-passer : dès le 10 décembre.

LA PLUIE DE BLEUETS

Le samedi 21 janvier
À la veille du festival du bleuets, les parents de Gabrielle sont tellement occupés qu'ils en oublient presque les grandes aspirations de leur fille de 9 ans qui rêve de participer aux olympiques du bleuets. Théâtre-cirque pour les 4 à 9 ans. À 14 h. À la Maison de la culture de Frontenac. 514 872-7882

YEUX DE LA NOIRCEUR!

Le samedi 21 janvier en français
Le Samedi 28 janvier en anglais
Une visite guidée, sous la lune, avec un zoologiste! Opportunité unique d'observer les animaux du zoo Ecomuseum la nuit, lorsqu'ils sont les seuls maîtres du zoo. Présentation spéciale et rencontre de certains animaux de très près! Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. De 18h30 à 21h30. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooenverville.ca 25\$ (Âge minimum 7 ans)

LES VOLCANS

Le dimanche 22 janvier
Découvrez tout sur les volcans et roches volcaniques 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). Réservez à l'avance au 514 398-4086 poste 4092

KÉRITY, LA MAISON DES CONTES

Le dimanche 22 janvier
Après la mort de sa tante, Natanaël, 7 ans, reçoit en héritage les nombreux livres de contes qu'elle avait l'habitude de lui lire lorsqu'elle était encore en vie... Film pour les 6 ans et plus. À 16h. Billets 5,70\$, au Théâtre Outremont, 1248 rue Bernard Ouest. 514 495-9944 www.theatreoutremont.ca

Gagnez un massage au Spa Vert

Un traitement unique et personnalisé à vos besoins

Visitez www.montrealpourenfants.com pour participer au concours

Gracieuseté de  **Montreal Enfants**



 **spa vert**
Pour vous et votre bébé. www.spavert.com



ANIMATION EN SABLE ET PAPIER DÉCOUPÉ

Le dimanche 22 janvier
Réalisez un film d'animation en famille lors de ce Ciné-atelier. A 13h30. Pour les 7 ans et plus. Enfants 5\$; adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

UN APRÈS-MIDI À L'ÉCOLE DE CIRQUE

Le dimanche 22 janvier
Les parents et les enfants pourront vivre une expérience de cirque en s'initiant à la jonglerie, au fil de fer à l'acrobatie et au trampoline. Pour les 3 ans et plus. De 13h à 16h. Enfants (3-4 ans), gratuit; (5 ans à 17 ans) 11,50\$; adultes 13,50\$. À l'école de cirque de Verdun, 5190 boul. Lasalle (angle Desmarchais) Renseignements : 514 768-5812 www.e-cirqueverdun.com

APPRENTI ANIMALIER – BOUTS DE CHOUX

Le dimanche 22 janvier en français
Le dimanche 29 janvier en anglais
Les 3 à 6 ans passeront une demi-journée au zoo Ecomuseum avec un zoologiste à préparer les repas et nourrir plusieurs animaux, participer à une activité d'enrichissement pour les animaux et plusieurs autres surprises!
De 13 h à 16 h. 45\$ par enfant. (Un accompagnateur gratuit par enfant) Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooenville.ca

LA DIGESTION OU L'ART DU DÉCOUPAGE MOLÉCULAIRE

Le samedi 28 janvier
Dans le cadre de Samedis au Labo, les enfants découvrent tout au sujet de la digestion. Présentés à 10 h et à 13 h, ces 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. Enfants : 9\$; adultes 11\$ Réservations obligatoires 450 686-5641 poste 4676 www.musee-afrappier.qc.ca/fr

LE VOYAGE

Le samedi 28 janvier
Un enfant et sa mère marchent à travers les montagnes du Japon pour atteindre une ville. Leur difficile trajet sera ponctué de trois histoires, racontées par la mère pour donner du courage à son fils. Spectacle pour les 5 à 9 ans. À 15 h. Au théâtre Mirella et Lino Saputo. 514 328-8400

UN CARNAVAL D'HIVER AU ZOO!

Les 28-29 janvier et les 4-5 et 11-12 février
Venez braver le froid avec les animaux tout en vous amusant grâce à de nombreuses activités sur le thème de l'hiver! Présentations spéciales, jeux en famille, surprises pour la St-Valentin et encore plus. De 9 h à 16 h. Enfants (3 à 15 ans) 9\$; (moins de deux ans) gratuit; Adultes 9\$. Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Réservation requise : 514 457-9449 www.zooenville.ca

LES FABLES DE LA PATÈRE

Le dimanche 29 janvier
Jazz, musique actuelle et musique de cirque, théâtre d'objets et d'images, Les Fables de la patère est un spectacle de musique et théâtre sans parole pour les 5 à 9 ans. À 16h. Billets 11,39\$, au Théâtre Outremont, 1248 rue Bernard Ouest. 514 495-9944 www.theatreoutremont.ca

ANIMATION DE MATIÈRES RECYCLÉES

Le dimanche 29 janvier

Réalisez un film d'animation en famille lors de ce Ciné-atelier. A 13h30. Pour les 7 ans et plus. Enfants 5\$; adultes 7\$. À la CinéRobothèque de l'ONF, 1564, rue St-Denis. Réservations obligatoires : 514 496-6887

FÉVRIER

LE GRAND MÉCHANT LOUP

Le vendredi 3 février
De façon à la fois surprenante et absurde, loufoque et touchante, trois cancrans font un exposé oral sur le thème du grand méchant loup. Une pièce de la troupe Dynamo-Théâtre. Pour les 6 à 12 ans. À 19 h. Billets 4\$. Au centre communautaire de l'est. 514 624-1100

LES SENS SANS DESSUS DESSOUS !

Le samedi 4 février
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 h, 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. Enfants : 9\$; adultes 11\$ Réservations obligatoires : 450 686-5641 poste 4676

APPRENTI-ANIMALIER – 7 À 12 ANS

Le samedi 4 février en français
Le dimanche 5 février en anglais
Une journée complète d'Apprenti! (pour les 7 à 12 ans) Préparation des repas des animaux pour nourrir plusieurs ensuite, activités d'enrichissement, dissection d'une boulette de rapaces et plus encore. De 9h à 16h. 60\$ par personne. Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie,

Sainte-Anne-de-Bellevue. Réservation requise : 514-457-9449 www.zooenville.ca

LES GÉANTS ET LES PETITS

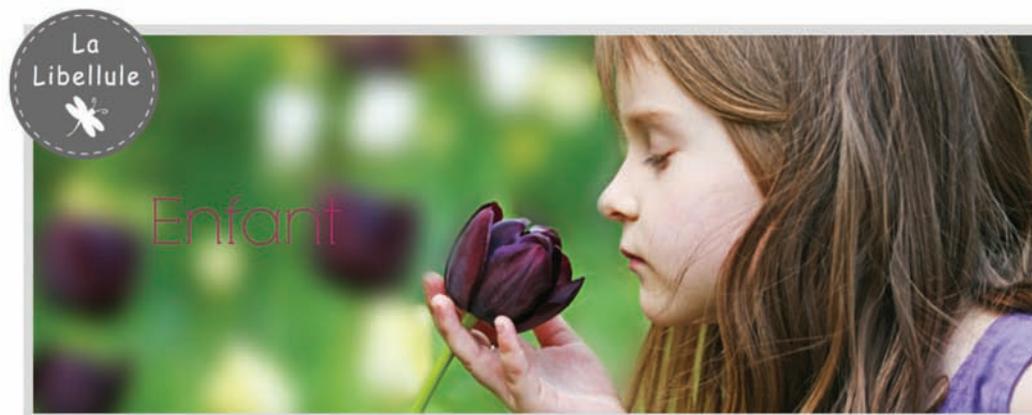
Le dimanche 5 février
Savez vous quel est l'animal le plus petit? Comparez les organismes les plus grands et les plus petits au monde lors de cet atelier découverte. À 11h30, 13h et 14h30, pour tous les âges. 7\$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Réservez à l'avance au 514 398-4086 poste 4092

CONTES ET MUSIQUE AVEC ALIONA MUNTEANU

Le Dimanche 12 février
Aliona et ses musiciens nous transportent sur des airs roumains dans une aventure où se rencontrent Loup et petits chevreux, lors de ce concert Sons et Brioches pour les 3 ans et plus. À 10 h 20 (brioches, croissants, café et jus) est servi, avant le spectacle. À 11h vous assistez au concert au piano nobile. 8\$ par personne ou 25\$ par famille. À la Place des Arts, 175, rue Sainte-Catherine Ouest. Renseignements : 514 842-2112 www.laplacedesarts.com

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



Literie pour enfant et bébé

Une marque d'amour

www.literielalibellule.com



FÊTES D'ANNIVERSAIRE

Fais ton Ourson

faistonourson.ca

Nous fêtons chez vous

Anniversaires ★ Garderies
Événements Corporatifs

Ateliers à partir de 12\$
514.781.0351

Fêtes d'Anniversaire 4 à 12 ans

SCIENCE EN FOLIE

Laissez nos scientifiques émerveiller vos enfants

Mentionnez cette annonce et recevez un sac à surprises gratuit lorsque vous réservez une fête d'anniversaire!

exp. le 28 février 2012

Sciences en Folie vous économise temps et énergie avec nos "Sacs à surprises exclusifs"

Appelez-nous pour vos activités

- Parascolaires
- Ateliers en classe
- Spectacles

NOUS NOUS DÉPLAÇONS !
(514) 344 - 6691
www.madscience.com/montreal

Les Options spectaculaires:

- Potion à bulle
- Glace sèche
- Lancement de fusée
- Barbe à papa
- Périscope

FÊTES À DOMICILE

Ateliers chocolatés!
Ateliers de bonbons!

TRUCS et TRUFFES
Chocolatière

Adultes ☉ **Enfants** ☉ **Corporatif**

www.trucsettruffes.com 514.713.0774

**FÊTE DE
TAMBOUR**
POUR UNE FÊTE INOUBLIABLE



drumparties.com
Tél. : 514-482-5554

**Thomas
Cadabra!**



Magicien professionnel
Fête d'enfants - Garderie - École
Spectacle de Noël

www.magiepourenfants.biz
514-865-9629

**Atelier de
Bijoux**

A votre domicile

Une superbe activité pour les 6 ans et plus

Un cadeau spécial pour l'enfant fêté!
Un tirage parmi les participants à l'atelier.

Matériaux inclus
Durée: 1:30 heures



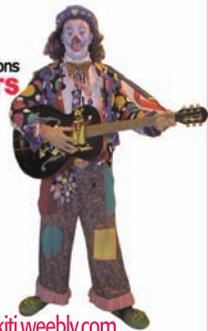
450 732-1145
www.cynthiaferraro creations.com

Tikiti le CLOWN

"Le meilleur CLOWN en ville"

Bilingue
Pour tous les âges et occasions
FÊTES D'ENFANTS

Animations
Télégrammes
Sculpture de ballons
Maquillage artistique
Magie
Guitare avec chansons
Spectacle drôle improvisé



Infos/Réservations
514.683.9365
www.animationclowntikiti.weebly.com

TODSKY!
Le Magicien



- ★ Anniversaire
- ★ Écoles et Garderies
- ★ Sculptures de ballons
- ★ Sacs à surprises magiques

www.todsky.com
Todd : 514 951-8633

Miss Dainty
Parties de «spa»

514 927-0100
www.missdaintyssa.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!



**ROGER
BENOIT**

Magicien professionnel pour les enfants...
Français/English
fête, festival, école...

Magicien professionnel pour les enfants...
Français/English
fête, festival, école...

Vidéo Témoignage Sur

magiepourenfants.com
514 254.8224



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

SuperBrador
entraîneur Suprême des Superhéros

Formation à domicile. Costumes fournis



Animation de fête pour enfant qui permet aux garçons de 4 à 7 ans de devenir Héritiers de l'Alliance des Superhéros.

514-445-7552
www.fetespourenfants.com

BOUTIQUE ATELIER D'ARTISANAT STUDIO BBG



Options de fête Perlage, collimage (scrapbooking), artisanat et plus!

Garçons et filles À partir de 4 ans.

Ateliers Pour enfants et adultes.

Venez à notre studio ou laissez-nous venir à vous!

514.564.3481
30, rue Milner #201
Montréal Ouest (Québec) H4X 1J1

info@studlobbg.com
www.studlobbg.com
Facebook - BBGStudio



Le Royaume de
Fée Enchantée

animation de fêtes de princesse et bien plus!
Pour filles de 2 à 10 ans.



Service à domicile
Costumes fournis

514-445-7552
www.fetedepincesse.com

Princesse Stephanie & ses amis

Offre aux enfants des moments magiques depuis 5 ans déjà !

Plusieurs activités au Château Enchanté !

3 salles thématiques :
 * Princesse
 * Pirate
 * Diva

Consultez notre calendrier en ligne

La FÊTE ROYALE comprend :
 des jeux divertissants,
 des bricolages amusants,
 des costumes ravissants et
 des contes fascinants

Château Enchanté
 MAINTENANT OUVERT
 76A, Brunswick, DDO
 514.574.7833

www.princessestephanie.ca stephanie@princessestephanie.ca

Fêtes en Boîtes
 Spécialistes des fêtes d'enfants

514-836-1307 animation à domicile
 sacs à surprises

www.fetesenboites.com

Pirate, princesse, fée, superstar, sirène...

Entreprise Creatively yours

scrapbooking
 confection de cartes
 perlage
 fêtes d'enfants
 ateliers saisonniers

514 967-0472 creatively_yours@hotmail.com

Chocolat Goguette

Grande variété de chocolats, moules et emballages. Commandez sur notre boutique en ligne, livraison rapide.

514-248-7700
www.chocolatgoguette.com

Atelier de chocolat et anniversaire à domicile

KID MERCURY LE MAGICIEN UNE SUPER FÊTE INOUBLIABLE!

Fêtes d'anniversaires
 Spectacle avec animaux
 Écoles et garderies
 Célébrations festives
 Événements corporatifs
 Tarifs spéciaux
 et complètement bilingue

LE MAGICIEN FAVORI DES ENFANTS ET LEURS PARENTS

514 695-6219
www.kidmercury.com

DINO anniversaire

ANNIVERSAIRE DE RÊVE!!!
 Animaux vivants, Potion magique, Expériences

514.652.5303
DINOVERSARE.COM

OBTENEZ DE RABAIS SUR VOTRE COMMANDE AVEC DINOVERSARE **10,00\$**

*Veuillez mentionner par téléphone le nom du magazine (Montréal pour enfants) lors de la réservation pour obtenir le rabais. Limite d'un rabais par réservation.

Atelier de Toutou

Fêtez avec moi... Je viens à vous!

Atelier de toutou à rembourrer parfait pour fête d'anniversaire, garderie, école, guide/scout, événement corporatif et plus...

Vivez une expérience magique.
 Pour âge de 3 à 103!!!

Brigitte ~ 514.971.8056
atelierdetoutou@sympatico.ca
www.atelierdetoutou.com

Les Fantaisies de Virginie Magicienne Professionnelle

Spectacle de Magie

FÊTE D'ENFANT
CPE - GARDERIE
SPECTACLE DE NOËL

Une production du
Théâtre Magique
www.theatremagique.info



www.spectacle-enfant.ca
Vidéos sur le site web

Tél.: 450 744-0606

Enfilons le fil pour l'occasion d'une fête!

QUILLES RÉGULIER
15,00\$
par enfant
(taxes incluses)

QUILLES COSMOS
16,00\$
par enfant
(taxes incluses)

- 1 hot dog • 1 portion régulière de frites • 1 boisson gazeuse
- 2 parties de quilles
- 1 location des souliers

Laurentian
www.laurentianlanes.com

222, Montée de Liesse
St. Laurent
Tél: 514-341-4525

4400, Jean Talon E.
St. Léonard
Tél: 514-729-2829

Réservez votre forfait fête d'enfant avec nous et l'enfant fêté recevra gratuitement une quille aux couleurs d'un personnage de bande dessinée. Une valeur de 39,95\$*.

* Offre valide avec toute fête de 15 enfants et plus. Ne peut-être combiné à toute autre offre ou promotion.

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.

NOUBLIEZ PAS VOTRE APPAREIL PHOTO!!!

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

Merlinpinpin

Le magicien des enfants
www.camirandmagic.ca
450-670-6026
Montréal & rives sud+nord

- Anniversaires
- Party de Noël
- Écoles
- Garderies
- Camps de jour

Dynamix

Fêtes d'anniversaire

À domicile ou laissez-nous vous trouver le lieu idéal!
Intérieur/Extérieur

Dynamix JEUNES EN MISSION

Les meilleurs défis au monde, pour les jeunes!
Demandez nos plus récents défis

Fêtes - Écoles - Camps - Événements spéciaux
514.333.8326 • lesaventuresdynamix.com

BEDING-BEDANG

- Fêtes d'enfants
- Magie avec lapin
- Sculptures de
- Animation
- Bilingue
- Cupcakes

514-765-0216
514-570-0216
beding@sympatico.ca

Répertoire des activités parascolaires

MONTREAL

AIDE AUX DEVOIRS

AIDE AUX DEVOIRS

au centre d'arts martiaux familial
AcadéKicks
514 99-kicks www.acadekicks.com

AIDE AUX DEVOIRS

pour les 6 – 11 ans) les mardis et
mercredis de 15h à 17h. Au Patro Le
Provost 514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

AIDE AUX DEVOIRS

pour les 8 à 13 ans. Accès à 16 postes
informatiques et à l'ensemble des
ressources disponibles à la Grande
Bibliothèque pour réaliser leurs travaux
scolaires. Service gratuit. Des accom-
pagnateurs sont sur place afin de les
guider dans leur recherche documen-
taire. 514 873-1100 www.banq.qc.ca

AIDE AUX DEVOIRS

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

ACADAM

Site web par l'entremise duquel tuteurs
et étudiants se rencontrent pour offrir
et recevoir un enseignement adapté
aux forces et aux besoins de chacun.
Répertoire de tuteurs dans toutes les
régions du Québec
www.acadam.com/fra

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

CLUB D'AIDE AUX DEVOIRS

pour les (6 à 11 ans) et les (12 à
17 ans) tous niveaux. Au Centre Y
Pointe-Saint-Charles 514 935-4711

CLUB D'AIDE AUX DEVOIRS

pour les (6 à 11 ans) et les (12 à
17 ans) tous niveaux. Au Centre Y
Hochelaga-Maisonneuve 514 255-4651

LES ASSOCIÉS D'APPRENTISSAGE DE MONTREAL

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

ARTS DE LA SCÈNE

BALLET CLASSIQUE

Académie de danse d'Outremont
514 276-6060

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

(pour les 4 ans et plus). D'après la
méthode de la Royal Academy of
Dance. Un pianiste accompagne
toutes les séances. Au Centre culturel
de Pointe-Claire, Stewart Hall.
514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

BALLET CLASSIQUE

5 niveaux pour les (7 à 19 ans)
Ballet métropolitain de Montréal
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

BALLET CLASSIQUE

Plusieurs niveaux – À partir de 4 ans.
École Ballet Divertimento
514 285-2157
www.balletdivertimento.com

BALLET CLASSIQUE

Programme professionnel
danse-études. 514 849-4111 ou
514 849-4929 www.esbcm.org

BALLET CLASSIQUE

(Méthode Cecchetti)
Filles et garçons de 4 ans et plus. Tous
les niveaux. L'Académie de danse
classique 514 695-7475

BALLET CRÉATIF

Pour les jeunes de 3 à 6 ans.
Ballet métropolitain de Montréal
514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

BALLET JAZZ

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

BALLET JAZZ

Centre de danse San Tropez à
Pointe-Claire et au Centre-Ville
514 374-7468 www.latindance.net

BALLET JAZZ

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

BALLET POUR GARÇONS

I et II (5 à 12 ans)
Des cours exclusivement pour les gar-
çons. À l'académie de ballet classique
de Montréal.
514 849-4111 ou 514 849-4929
www.abcdm.net

BALLET POUR GARÇONS

(10 à 15 ans)
Apprentissage de la technique mascu-
line : pirouettes, sauts, force musculaire,
souplesse etc. Les débutants sont
acceptés. Ballet métropolitain de
Montréal 514 521-0007
www.balletmetropolitain.com

BALLET POUR GARÇONS

(4 ans et plus)
L'Académie de danse classique
514 695-7475

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

Centre Pierrefonds 514 698-8850

BREAKDANCE

(pour les 7 ans et plus)
Académie de danse Outremont
514 276-6060

BREAKDANCE

Pour enfants, ados, adultes.
Studio avenue
Lachine 514 300-5018
www.studioavenue.net

BREAKDANCE

Pour enfants, pré-ados, ados. Au Centre
de danse San Tropez à Pointe-Claire et
au Centre-Ville 514 374-7468
www.latindance.net

BREAKDANCE

YMCA Pointe-Claire 514 630-9864
poste 236

CASSE-NOISETTE

Pour les (3-5 ans) (6-8 ans) (9-11 ans)
(12-15 ans) MB Dance Company
450 510-1759

CHALLENGE ULTIME

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

CLAQUETTES

Pour les (3-5 ans) (6-8 ans) (9-11 ans)
(12-15 ans)
MB Dance Company 450 510-1759

CLAQUETTES

Le ballet théâtral 514 502-5117

CLAQUETTES

Studio avenue 514 300-5018
www.studioavenue.net

COURS CECCHETTI

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

DANSE

(pour les 3 à 12 ans)
La danse, à la mode du Petit Gym.
Ballet, claquette, mouvements créatifs
et la gymnastique en un seul cours.
Au petit Gym de Ville Mont-Royal
514 733-1735
Au petit Gym de Pointe-Claire
514 695-7562
Au petit Gym de Vaudreuil-Dorion,
514 531-6086
www.lepetitgym.ca

DANSE AÉROBIQUE

(5 à 8 ans)
Enchaînements de mouvements de bras
et de jambes sur des rythmes enjoués.
Au Centre de Loisirs communautaires
Lajeunesse. 514 278-2654
www.centrelajeunesse.org

DANCE BOLLYWOOD

Cours de danse Bollywood pour
parent-enfant (3 à 7 ans) au Studio
Caravane. Renseignements :
info@bolly4kids.com ou au Studio caravane :
514 890-6055 www.bolly4kids.com



Sports Montréal

ACTIVITÉS POUR ENFANTS ET ADOS

- Le tour du monde de Karibou^{MD} (1 à 4 ans)
- Natation (4 mois et +)
- Danse (4 à 6 ans)
- Hip-hop (6 à 8 ans)
- Tennis (7 à 15 ans)
- Kickboxing (9 à 15 ans)
- Boot camp (13 à 15 ans)
- Danse hip-hop (13 à 15 ans)
- Natation ados (13 à 15 ans)
- Secourisme (13 ans et +) et sauvetage

ACTIVITÉS PRÉ ET POSTNATALES

- Body design
- Danse avec bébé
- Pilates avec bébé
- Aquaforme
- Aquapoussette
- Yoga • Yoga en couple

WWW.SPORTSMONTREAL.COM

514 872-7177

En collaboration avec :

COMPLEXE SPORTS
CLAUDE-BIBILLARD
Montréal

Village
Saint-Michel
Parc-Extension
Montréal

DANSE CONTEMPORAINE

Au centre de danse ballet ouest. Pour les (8-11 ans) et les (12 ans et plus) 514 783-1245 www.balletouest.com

DANSE CONTEMPORAINE

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

DANSE CONTEMPORAINE

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

DANSE CONTEMPORAINE

À l'école de danse Louise Lapierre - Montréal et ville Saint-Laurent. 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

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

DANSE CRÉATIVE

(3-5 ans) Académie de danse d'Outremont 514-276-6060

DANSE CRÉATIVE

pour les 4 à 7 ans. Moyen d'expression favorisant l'estime de soi, l'ouverture sur le monde, cette danse est source de plaisir et excellent exercice. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220 www.ville.pointe-claire.qc.ca

DANSE CRÉATIVE

Durant cette classe, l'enfant explore les possibilités de mouvement de son corps. À partir de 4 ans. À l'académie de ballet classique de Montréal. 514 849-4111 514 849-4929 www.abcdm.net

DANSE CRÉATIVE

(pour les 3-4 ans) Au Centre de danse San Tropez à Pointe-Claire et au Centre-Ville 514 374-7468 www.latindance.net

DANSE CRÉATIVE ET PRÉ-BALLET

Académie de danse d'Outremont 514 276-6060

DANSE DÉCOUVERTE

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

DANSE ET MOUVEMENT

(pour les 2 à 3) Accompagné d'un parent, l'enfant découvre la danse, source de plaisir et excellent exercice développant la créativité et l'imaginaire. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220 www.ville.pointe-claire.qc.ca

DANSE LATINE

Pour les (10-17 ans) Techniques de la salsa, du merengue et du bachata, avec ou sans partenaire. Au Cepsu à l'université de Montréal 514 343-6150

DANSE LATINE

Pour les 13 ans et plus - MB Dance Company 450 510-1759

DANSE LATINE

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

DANSE LATINE

Au Centre de danse San Tropez. 514 374-7468 www.latindance.net

DANSE MIX

(pour les 8 à 12 ans) 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

Pour les (6-7) (8-11) et (12-14 ans) Sports Montréal 514 872-7177

ÉLÉMENTAIRE, PRÉ-INTERMÉDIAIRE ET INTERMÉDIAIRE (8 À 17 ANS)

À l'académie de ballet classique de Montréal. 514 849-4111 514 849-4929 www.abcdm.net

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. Une présentation sur grand écran est prévue à la fin de la session. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220 www.ville.pointe-claire.qc.ca

FAME

Programme intensif Fame pour les (10 à 13 ans) Au Centre de danse San Tropez à Pointe-Claire et au Centre-Ville 514 374-7468 www.latindance.net

FLAMENCO

Pour les 4 ans et plus. Tous les niveaux. 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, où les jeunes apprendront des chorégraphies. Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654 www.centrelajeunesse.org

HIP HOP

pour enfants et ados - Style de danse très populaire auprès des enfants! Sports Montréal 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

HIP HOP

À partir de 4 ans. Tous les niveaux. École ballet Divertimento 514 285-2157 www.balletdivertimento.com

HIP HOP

Pour les (6-9 ans); (10-11 ans) et les (12-17 ans) 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

Au studio de danse 501 514 994-7128 ou 450 465-4437

HIP HOP

Pour enfants, pré-ados et ados. Au Centre de danse San Tropez à Pointe-Claire et au Centre-Ville 514 374-7468 www.latindance.net

HIP-HOP

(pour les 7 ans et plus) Académie de danse d'Outremont 514 276-6060

HIP HOP

Pour les (5 ans et plus) chez Enfant & compagnie 514 327-8484 www.enfantetcompagnie.com

HIP HOP

Pour enfants, ados, adultes. Studio avenue 514 300-5018 www.studioavenue.net

HIP HOP

Pour les (5-7 ans) et (8-12 ans) Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654 www.centrelajeunesse.org

INITIATION À LA DANSE

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

INITIATION À LA DANSE

Pour les (3-4 ans) Ballet théâtral de Montréal 514 502-5117

JAZZ

Tous les niveaux. Ballet Divertimento 514 285-2157 www.balletdivertimento.com

2350 Dickson, Montréal www.horizonroc.com

**CERTIFICATS-CADEAU
ACTIVITÉS POUR LES FÊTES**

Escalade

- Essais
- Cours
- Programmes corporatifs

Programmes jeunesse, 5 ans et +
Prochaine session: 21 janvier

Acro-Parc intérieur
Tyrolienne de 25 m, ponts suspendus, câbles, billots...

infos@horizonroc.com 514 899-5000

JAZZ

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

JAZZ

Pour les 4 et plus. L'académie de danse classique
514 695-7475

JAZZ-FUNKY

À l'école de danse Louise Lapierre
À Montréal et ville Saint-Laurent. 514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

JAZZ-FUNKY

Studio avenue 514 300-5018 www.studioavenue.net

JAZZ (POUR LES 7 ANS ET PLUS)

Académie de danse d'Outremont 514 276-6060

L'ART DU MOUVEMENT

POUR LES ENFANTS

Différentes techniques de danse: classique, moderne, jazz... pour les 3 à 10 ans. Au Conservatoire de danse de Montréal 514 272-7727

LATIN

Les élèves seront initiés au merengue, à la salsa, à la chacha et même au swing. Pour enfants, pré-ados, ados. Au Centre de danse San Tropez à Pointe-Claire et au Centre-Ville 514 374-7468 www.latindance.net

MODERNE

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

MOUVEMENT CRÉATIF

Le mouvement créatif vise à inculquer aux (3-4 ans) l'amour de la danse et un goût durable pour l'activité physique à travers les gestes et le jeu, le tout sur un fond de musique classique. Ballet Ouest Centre de Danse 514 783-1245 www.balletouest.com

MULTI-DANSES INITIATION

Pour les (5-6 et 6-7) Le jazz-funky, la claquette et le chanté-dansé. À l'école de danse Louise Lapierre à Montréal et ville Saint-Laurent.
514 521-3456 www.danse-louiselapierre.qc.ca

MULTI-DANSES ENFANTS

Pour les (7-11 ans) 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 à Montréal et ville Saint-Laurent. 514 521-3456
www.danse-louiselapierre.qc.ca

MULTI-DANSES ADOS

Pour les 11 - 13 et 14 - 16 ans
Cours où l'adolescent apprend des mouvements techniques et des chorégraphies. À l'école de danse Louise Lapierre 514 521-3456 Montréal et ville Saint-Laurent.
www.danse-louiselapierre.qc.ca

PARENT-ENFANT

Pour les (2-3 ans) accompagnés d'un parent. Danses, jeux, comptines et parcours stimulent l'enfant à découvrir le plaisir du mouvement. À l'école de danse Louise Lapierre 514 521-3456 Montréal et ville Saint-Laurent. www.danse-louiselapierre.qc.ca

PARENT-ENFANT

(2 ans) Académie de danse d'Outremont
514 276-6060

PARENT-ENFANT

(3 ans) Académie de ballet classique de Montréal.
514 849-4111 514 849-4929 www.abcdm.net

PARENT/ENFANT

MB Dance Company 450 510-1759

PARENT-ENFANT

(3 ans au 30 sept.) 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'académie de ballet classique de Montréal.
514 849-4111 514 849-4929 www.abcdm.net

PRÉ-BALLET

pour les (6-7 ans) Académie de danse d'Outremont
514-276-6060

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

Ce programme de pré-ballet pour les (5-6 ans) vise à préparer les élèves à la formation en ballet classique, mettant l'emphase sur la posture, la grâce et la discipline, tout en stimulant l'amour de la danse. Ballet Ouest Centre de Danse 514 783-1245
www.balletouest.com

PRÉ-BALLET

pour les (2 à 4 ans) Les ateliers Turcotte. 514 990-9760

PRÉ-BALLET

Studio avenue 514 300-5018 www.studioavenue.net

PRÉ-BALLET

Ce cours permet d'apprendre les premières notions de maintien et de mouvement en danse classique, tout en continuant d'approfondir les éléments enseignés en danse créative. À l'académie de ballet classique de Montréal. 514 849-4111 514 849-4929 www.abcdm.net

PRÉ-BALLET

pour les (6 - 8 ans)
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

PRÉPARATOIRE I ET II

(6 à 7 ans) Ces cours se veulent une initiation à la classe de ballet. À l'académie de ballet classique de Montréal. 514 849-4111 514 849-4929 www.abcdm.net

PROGRAMME PROFESSIONNEL

DANSE-ÉTUDES

en ballet classique.
514 849-4111 - 514 849-4929 www.esbcm.org

PROGRAMME PROFESSIONNEL

DANSE-ÉTUDES

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

RELÈVE ARTISTIQUE

Les 11 à 13 ans et les 14 à 16 ans étudient en alternance le ballet classique et le jazz.
Au Conservatoire de danse de Montréal 514 272-7727

SWING

Pour les 3 à 8 ans. Des mouvements de danse solo inspirés du Charleston et des danses jazz des années 20, 30 et 40 à l'école de danse swing connexion
514 993-1231 www.swingconnexion.com

TROUPE DE DANSE

Pour les 7 ans et plus. Studio avenue
514 300-5018 www.studioavenue.net

URBAINE

(pour les 6-7 ans et les 8-10 ans)
Un mélange de funky, de hip hop qui plaît à tous, garçons et filles. Sports Montréal 514 872-7177
www.sportsmontreal.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

activités récréatives Pour les (9-17 ans)
À l'école nationale de cirque au 514 982-0859

L'ART DU CIRQUE

Cours parents/enfants Sous forme de jeux, les (3 - 5 ans) côtoient l'univers du cirque et ses

DANSE

Ballet Classique et Flamenco



PROGRAMME JEUNESSE

- Une formation sérieuse dans un esprit créatif et inspirant
- De 3 à 18 ans

Spectacle annuel



Ballet Divertimento

École et centre chorégraphique
3505, rue Durocher Montréal H2X 2E7
(514) 285-2157

www.balletdivertimento.com

composantes avec l'aide de leur parent. À l'école de cirque de Verdun 514 768-5812

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

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

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

CHINDAÏ MARTIAL

Le chindaï est un art martial non-violent. Il favorise un état de calme et de confiance. Pour filles et garçons (3 à 5 ans) et (6 à 8 ans). Plateforme internationale de Chindaï Canada 514 948-0708

CHINDAÏ MARTIAL

(6-8 ans) (9-12 ans)
Art martial non violent qui favorise la détente et la discipline à travers la créativité. Pour tous ceux qui désirent relaxer après une journée d'école. Au Centre de Loisirs communautaires Lajeunesse. 514 278-2654 www.centrelajeunesse.org

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 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 à 12 ans) YMCA Westmount 514 931-8046 YMCA Pointe-Claire 514 630-9622

KARATÉ

pour les (4 ans et plus) Au studio Breathe 514 933-3666 www.studiobreathe.com

KARATÉ

Initiation parents/enfants (Dès 5 ans); Débutants, intermédiaires et avancés (7 ans et plus) Club de Karaté Mu Gen, au centre Pierre-Charbonneau 514 872-6644

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

KARATÉ

Ce programme de karaté est sans contact et non compétitif. Pour les 4 à 12 ans. Au petit Gym de Ville Mont-Royal 514 733-1735
Au petit Gym de Pointe-Claire 514 695-7562 www.lepetitgym.ca

KARATÉ

Pour les (6 à 8 ans) et les (9 à 11 ans)
Introduction au Karaté par l'apprentissage de prise d'autodéfense. YMCA Hochelaga-Maisonnette 514 255-4651

KICKBOXING

pour les (9 à 12 ans) et (13 à 15 ans) Ce cours combine des techniques de boxe et d'arts martiaux, et enseigne des valeurs importantes telles que le respect de l'adversaire et le contrôle de soi-même. 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

PETITS DRAGONS

Taekwondo pour les 3 à 5 ans.
Centre d'arts martiaux familial AcadéKicks. 514 99-kicks www.acadekicks.com

TAEKWONDO

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

TAEKWONDO

École des champions olympiques 514 721-8173
www.taekwondoessabar.com

TAEKWONDO

Pour les (7-9) et (10-17 ans) Au Cepsu à l'université de Montréal. 514 343-6150

TAEKWONDO

Cours pour adultes et enfants.
En groupe, privés et semi-privés. Académie de Taekwondo Raymond Mourand. 514 488-1633 www.mouradtkd.com

TAEKWONDO

(6 ans et plus) Centre d'arts martiaux familial AcadéKicks. 514 99-kicks www.acadekicks.com

TIGRES ET DRAGONS

Pour les (5-6 ans) Au Cepsu à l'université de Montréal 514 343-6150

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)
École de musique de Verdun 5601 Wellington, Verdun 514 768-5406

ARTS POUR LES PETITES MAINS

Pour les (3 à 5 ans) Au centre des Arts de Dollard. 514 684-1012 poste 213

ATELIERS D'ART DU DIMANCHE

pour les (2 à 4 ans) avec la participation d'un parent. Passez du temps ensemble tout en explorant le monde fascinant de l'art. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

ATELIER DE SCRAPBOOKING

pour les (8 ans et plus)
Au centre d'art La Salamandre 514 692-9809

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

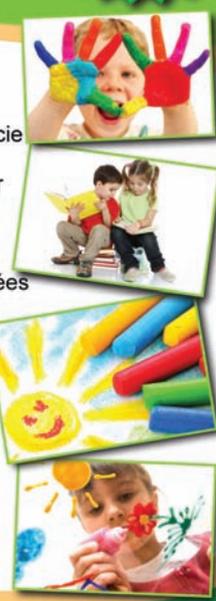


ACADÉMIE PRÉSCOLAIRE MONT-ROYAL
garderie privée et pouponnière

NOUS AGRANDISSONS
pour mieux vous servir!

- Nouvelles places disponibles
- Plus de 16 000 pieds carrés de superficie
- Enseignement bilingue enrichi sur l'approche Reggio Emilia (0-5 ans)
- Activités d'éducation physique structurées
- Programme de pré-maternelle enrichi
- Personnel hautement qualifié
- Gymnase sur le site
- Plan végétarien disponible
- Stationnement réservé

 4480 Chemin Côte-De-Liesse, Suite 190
Québec Ville-Mont-Royal, Québec H4N 2R1
Tél: 514.937.1662 • Fax: 514.937.4991 • INFO@APMRC.A





Offrez à votre enfant une éducation individualisée dans un environnement stimulant.

Alexander von Humboldt 
École internationale allemande

- École privée trilingue
- De la pré-maternelle à la 12e année
- Aucun certificat d'admissibilité requis
- Environnement multiculturel et international

PORTES OUVERTES
Vendredi le 27 janvier, de 9h à 16h

216 rue Victoria, Baie d'Urfé 514-457-2886
www.avh.montreal.qc.ca 



DÉTAILLANT DES PORTE-BÉBÉS BECO

Fêtes d'enfants et Cupcakes

Chez nous ou à votre domicile
 Mascottes, Princesses, Spa, Robotique, Enquêtes
 Criminelles, Découverte de Dinosaures, Pirates,
 Fabrication de Bijoux, Bricolage, EnfantChef et plus!



Café avec aire de jeux

Cours et ateliers pour enfants et adultes
 Gramofon, Zumba, Yoga Maman & Bébé, EnfantChef,
 Cantiamo e Balliamo in Italiano et plus!

Boutique Cadeaux parfaits pour toute la famille!

Jouets produits naturels pour bébés, porte-bébés Beco, Boba et Ergo,
 couches lavables, sacs à couches, etc.

Camp durant l'été et les congés scolaires

Une foule d'activités incluant sports, culture, artisanat et science



4687, boul. Lavoisier, Mtl. (ouest de Viau) 514-327-8484

www.enfantetcompagnie.com

Boutique en-ligne aussi

Livraison gratuite avec achats de plus de 75\$

COURS D'ART

pour enfants et ados
 peinture dessin poterie sculpture



Inscrivez-vous dès maintenant! Les cours débutent en janvier 2012

Brochure gratuite disponible



Centre des arts visuels

www.centredesartsvisuels.ca

350, av. Victoria 514-488-9558 Métro Vendôme

ATELIER DE PEINTURE

pour tous et en famille : enfant à partir de 3 ans, adolescent et adulte. À l'infusart, au 755 Saint-Laurent local 201B. 514 507 2761 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)

Ce cours dynamique vous introduit à différents artistes et sources d'inspiration; 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

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

(10 ans et plus) Au centre des beaux arts du Cégep André Laurendeau. 514 364-3320 poste 249

DESIGN DE COSTUMES

Les élèves de 14-17 ans aborderont les étapes de la conception à la réalisation. Au centre des arts visuels 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.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 DU CORPS HUMAIN

(13 à 17 ans) Les étudiants apprendront les rudiments de la représentation du corps humain alors qu'ils travailleront à partir de modèles vivants vêtus. Au centre des arts visuels 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.ca

DESSIN ET PEINTURE

Pour les (5 - 8 ans) (9 - 11 ans)
 Le centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213

DESSIN, PEINTURE ET SCULPTURE

Pour les (6-8 ans) et les (9-12 ans) 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 la 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

PROGRAMME DE PORTFOLIO POUR LES ADOLESCENTS

Pour ceux qui prévoient poursuivre des études en arts visuels, ce programme offre un support individuel qui les aidera à créer leurs portfolios pour des études avancées en arts. Au centre des arts visuels. 514 488-9558 www.centredesartsvisuels.ca

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.
 Exploration des techniques : la gravure, le papier mâché, la création de marionnettes et de masques et de sculptures d'argile. Au centre des Arts de Dollard 514 684-1012 poste 213 www.dollardartcentre.com

BASKETBALL

BASKETBALL

(8 à 12 ans) (12 à 14 ans) et (10 à 17 ans) Tous niveaux. Au Centre Y du Parc 514 271-9622

BASKETBALL

Initiation pour les (3-6 ans) et les (6 à 11 ans) dans les gymnases du Patro Le Provost 514 273-8535 www.patroleprevost.qc.ca

BASKETBALL-ADOS

Tous niveaux pour les 12 ans et plus et les 16 ans et plus. Au Centre Y Cartierville 514 313-1047

BASKETBALL-ADOS

(12 à 17 ans) Tous niveaux. Au Centre Y Notre-Dame-de-Grâce 514 486-7315

BASKETBALL-ENFANT

(9 à 12 ans) Tous niveaux. Au Centre Y Notre-Dame-de-Grâce 514 486-7315

BASKETBALL, HOCKEY COSOM

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

BASKETBALL LIBRE

(12 à 17 ans)
 Patro Le Provost 514 273-8535 www.patroleprevost.qc.ca

COUTURE

COURS D'INITIATION ET PROGRESSION INDIVIDUELLE

École de couture MF, Guylaine Bourgeault prop. Montréal 514 990-3476, Dorval, 514 493-6666 Rive-sud 450 672-6884 et Laval 450 978-1313.
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

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

EMELINE ET ANNABELLE

Ateliers de couture et camps d'été. 514 439-4550
www.emelineandannabelle.com

DIVERS

APRÈS L'ÉCOLE

(7 à 12 ans) Céramique, papier mâché, musique. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccndg.org

APRÈS L'ÉCOLE

(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

APRÈS L'ÉCOLE

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

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

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

COURS ET ATELIERS POUR ADOS

(12-17) : Initiation à la planche à roulettes; Tennis sur table (ping pong); Footbag (aki); Création de bandes dessinées; Sécurité personnelle pour filles. Au Centre communautaire Sarto Desnoyers, à Dorval 514 633-4000

DÉVELOPPEMENT DES HABILÉTÉS SPORTIVES

(pour les 3 à 6 ans)
Initiation aux techniques fondamentales du soccer, du football, du ballon panier

et d'autres sports. Au petit Gym de Ville Mont-Royal 514 733-1735
Au petit Gym de Pointe-Claire 514 635-6888
Au petit Gym de Vaudreuil-Dorion 514 531-6086
www.lepetitgym.ca

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

ENFANT CHEF!

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

HOCKEY COSOM

(9 à 11 ans) Tous niveaux. Au Centre Y Notre-Dame-de-Grâce 514 486-7315

HOCKEY COSOM ADOS

ET SOCCER ADOS
Tous niveaux pour les 12 ans et plus et les 16 ans et plus. Au Centre Y Cartierville 514 313-1047

HOCKEY COSOM ET VOLLEY-BALL

Initiation pour les (6 à 11 ans) dans les gymnases du Patro Le Provost 514 273-8535
www.patroleprovost.qc.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

SECURISTE, SAUVETEUR ET MONITEUR

Formation pour les 13 ans et plus désireux obtenir un emploi dans le domaine aquatique, soit en tant que sauveteur, moniteur de natation, moniteur en sauvetage ou comme instructeur de conditionnement physique aquatique. Sports Montréal 514 872-7177
www.sportsmontreal.com

GARDIENS AVERTIS

cours offert par la Croix-Rouge : Pour apprendre à garder les enfants, les responsabilités des gardiens, les premiers soins, les trucs pour bien s'entendre et les soins à apporter aux enfants. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccndg.org

GOLF

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

HAPKI-BODY

(pour les 5 ans et plus)
Le Hapki-Body est un sport ludique et de loisir inspiré des arts martiaux, pour leur apprendre l'auto-défense. Proactif Santé 514 768-4060
www.proactifsante.com

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



Professeurs qualifiés et diplômés



ÉCOLE INTERNATIONALE DE LANGUES DES YMCA DU QUÉBEC

1440, rue Stanley
5^e étage, Montréal, Qc
514 849-8393 ext. 709
info@ymcalangues.com
www.ymcalangues.com

Métro Peel, sortie Stanley

COURS D'ANGLAIS

Pour les jeunes 9 à 17 ans
Samedi de 13h15 à 16h30
Durée: 12 semaines

Prochaines sessions:
7 janvier au 24 mars 2012
31 mars au 16 juin 2012



Tests de niveaux gratuits tous les mercredis entre 12h30 et 17h30

COURS D'ESPAGNOL

Pour les jeunes de 10 à 16 ans
Samedi de 10h à 13h
Durée: 7 semaines

Prochaines sessions:
14 janvier au 25 février 2012
10 mars au 21 avril 2012

Gym-libre

17 déc., 7 et 14 jan. de 9h à 12h: 5 \$/enfant avec parent

Fêtes d'enfants

Variété de forfaits de gymnastique et de trampoline pour enfants de 3 à 12 ans

Programme récréatif - Session Hiver

Cours de développement moteur, 2 à 5 ans
Cours d'initiation à la gymnastique, 6 à 16 ans

Inscription en ligne

1^{er} janvier au www.gymnix.com
Complexe Claude-Robillard - 514.872.1536
1000, ave Emile-Journault, Montréal, Qc H2M 2E7

Le tour du monde de Karibou*

Programme d'activités motrices pour les 1 à 4 ans accompagné d'un parent.
* Activités offertes au YMCA de Ahuntsic-Cartierville

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, Roulo-dôme & Skatepark 514 284-0051 www.taz.ca

PETITS CUISINIERS

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

PETITS CUISTOTS

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

ÉCHECS

ASSOCIATION ÉCHECS ET MATHS.

Organisme national du jeu d'échecs en milieu scolaire, club du samedi, cours du dimanche 514 845-8352

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES ÉCHECS

514 252-3034 www.fqechecs.qc.ca

ÉQUITATION

Dans le Grand Montréal

CENTRE ÉQUESTRE BELLE RIVIÈRE

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

CENTRE ÉQUESTRE DES MILLE-ÎLES

646, boul. des Mille-Îles 450 622-3033
www.cemicheval.com

CENTRE EQUESTRE

Le Club Riding Centre
2901-A Montee Alstonvale,
Vaudreuil-Dorion 450 458-2769

CENTRE ÉQUESTRE MIRABEL

6515, rang Saint-Joachim, Mirabel
450 258-2420
www.centreequestremirabel.ca

CENTRE ÉQUESTRE MONT-BRUNO

46 Rang des Vingt, St-Basile-le-Grand
450 461-1335 www.cemb.ca

LES ÉCURIES VALLÉE DES BOIS

389, rang St-Antoine, Ste-Dorothée
450 627-2785

PONEY-CLUB DE BLAINVILLE

1025, Plan-Bouchard, Blainville
450 433-3909
www.poneyclubblainville.com

RANCH POCO

Rang St-Claude La Prairie 450 659-9295
www.ranchpoco.ca

ESCALADE

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

COURS TARENTULES

pour les 10-14 ans, cours d'initiation à l'escalade adapté aux jeunes. Au Centre d'escalade Horizon Roc : 514 899-5000 www.horizonroc.com

ESCALADE

Pour les (10-17 ans)
Débutant et intermédiaire
Au Cepsu à l'université de Montréal
514 343-6150

L'ESSAI

(à partir de 5 ans)
Destiné à des non initiés qui veulent avoir un premier contact avec l'escalade et ses composantes. 1 h 30 Au Centre d'escalade Horizon Roc : 514 899-5000 www.horizonroc.com

PETITS LÉZARDS

(5 à 9 ans)

GECKOS

(10 à 12 ans)
programme de session progressif de 6 semaines et comportant 8 niveaux. Carnet de suivi personnalisé et écussons pour chaque niveau afin de suivre l'évolution de l'enfant.
Centre d'Escalade Horizon Roc : 514 899-5000 www.horizonroc.com

ESCRIME

COURS RÉCRÉATIFS

débutant - avancé pour les (7 à 12 ans)
Club d'escrime Fleuret d'argent au complexe sportif Claude-Robillard
514 835-9164
www.escrimemontreal.com

COURS RÉCRÉATIFS

débutant - avancé
Pour les jeunes de 12 ans et moins et les ados (13 ans et plus) au Club

d'escrime Gadbois 450 718-0540 ou 514 366-7384 www.escrimegadbois.ca

LE CLUB D'ESCRIME LAGARDÈRE

Débutant & Intermédiaire pour les 9 à 12 et les 13 à 17
Au Centre St-Denis 514 274-7358

FÉDÉRATION D'ESCRIME DE QUÉBEC

www.escrimequebec.qc.ca

GYMNASTIQUE

ACTIVITÉS MOTRICES

Le tour du monde de Karibou est une série de parcours, d'ateliers, de jeux, d'exercices et d'animations pour les (12 mois à 4 ans) et un parent. 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

ADO-GYM

Pour les (12 à 16 ans) Gymnastique plus avancée pour les adolescents basée sur le programme canadien cangyim. Au Gymnix au complexe Sportif Claude-Robillard
514 872-1536 www.gymnix.com

ADO-GYM

(13 à 17 ans) Club Gymnacentre
514 872-2690 www.gymnacentre.ca

AMUSAGYM

(4 ans et plus) cours d'initiation à la gymnastique artistique. 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

École de **SKI** et de **PLANCHE** À NEIGE des **YMCA** du Québec

Joignez-vous à nous les samedis ou mercredis* pour découvrir plusieurs centres de ski exceptionnels !

PROGRAMMES DE 7 OU 8 SEMAINES DISPONIBLES[†]

- Supervision complète, cours d'une demi-journée ou ski libre.
- Programme pour les enfants de 5 ans et plus, les adolescents et les adultes.
- Moniteurs compétents et expérimentés.
- Ratio moniteur/élèves élevé.

- **Sortie famille et amis le 17 mars 2012**
- **Programme de la semaine de relâche du 5 au 9 mars 2012**

* Samedis : enfants et adultes, mercredis : adultes seulement.

† Pour les programmes du samedi seulement. Programmes de 6 ou 8 semaines offerts les mercredis.

Reconnue pour
la qualité de ses
cours depuis
55 ans

Débutant ou
expert, venez
goûter aux plaisirs
de l'hiver dans un
environnement
amusant et
sécuritaire !

Pour vous inscrire et pour
toutes informations, visitez :
ymcaquebec.org/ecoleski
514 849-5331, poste 252



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

pour les (6 à 12 ans) tous les niveaux. Au club Gymnacentre 514 872-2690 www.gymnacentre.ca

CANGYM

Ce programme a été spécialement conçu par la fédération canadienne de gymnastique afin de rencontrer les besoins des enfants de tout âge et de tout niveau de compétence. Gymnitours Le club de gymnastique de Lachine 514 639-6510 www.gymnitours.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

CARRASCO

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

CLASSES PARENT/ENFANT

(pour les bébés et les bambins jusqu'à 3 ans)

Au petit Gym de Ville Mont-Royal 514 733-1735

Au petit Gym de Pointe-Claire 514 635-6888

www.lepetitgym.ca

CHEERLEADING

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

GYMNASTIQUE DEVELOPPEMENTALE

pour les (6 à 12 ans) Cette gymnastique est au cœur du programme de développement des habiletés motrices du Petit Gym.

Au petit Gym de Ville Mont-Royal 514 733-1735

Au petit Gym de Pointe-Claire 514 695-7562

Vaudreuil-Dorion 514 531-6086 www.lepetitgym.ca

GYMNASTIQUE PRÉSCOLAIRE ET MATERNELLE

(de 3 à 6 ans)

Au petit Gym de Ville Mont-Royal 514 733-1735

Au petit Gym de Pointe-Claire 514 695-7562 www.lepetitgym.ca

GYM-BAMBIN

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

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

pour les (6-9 ans) À l'école de danse du Cégep André Laurendeau. 514 364-3320 poste 249

GYM-ENFANTINE

Pour les (5 à 7 ans) Activité psycho-motrice de gymnastique basée sur le programme québécois défi. Au Gymnyx au 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 INTERMÉDIAIRE ET GYM PLUS

Pour les (6 à 8 ans) Cours de gymnastique sur les 4 appareils et trampoline. 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

Pour les (2-5 ans avec un parent) ainsi que les (5-7 ans) Au Cepsium à l'université de Montréal 514 343-6150

GYMNASTIQUE SUR APPAREILS

Pour les (7-17 ans) Au Cepsium 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

Pour les (3-5 ans) 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. À Montréal, Laval et la Rive-sud. 1 877-872-9992 www.letourdumondedekaribou.com

MINI-GYM

(4-5 ans) Club Gymnacentre 514 872-2690 www.gymnacentre.ca

MINI-GYM

Pour les (3 à 5 ans) YMCA Hochelaga-Maisonneuve 514 255-4651 YMCA du Parc 514 271-3437 YMCA Westmount 514 931-8046

MINI-GYM

Pour les (5 à 7 ans) Initiation à la gymnastique sur appareils basée sur le programme québécois défi. Au Gymnyx au complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536

MAXI-GYM

Pour les (8 à 10 ans) Gymnastique sur appareils basée sur le programme canadien cangym. Au Gymnyx au complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536

PROGRAMME CIRCUIT RÉGIONAL

Pour filles et garçons ou filles seulement. (8 ans et plus) Gymnastique WimGym 514 683-0602 www.wimgym.ca

RÉCRÉATIF

Au club de gymnastique Gadbois 514 872-3043 www.gymgadbois.com

RÉCRÉATIF

Pour les (7 à 16 ans) Gymnastique sur appareils basée sur le programme canadien cangym. Au Gymnyx au complexe Sportif Claude-Robillard. 514 872-1536

RÉCRÉATIF

Pour les 8 mois à 17 ans. Au club gymnacentre 514 872-2690

RÉCRÉATIF

Le programme de participation offre des niveaux 1-5 aux enfants ayant peu ou pas d'expérience en gymnastique. Pour filles et garçons ou filles seulement. (5-7 ans) (7-10 ans) et (8 ans et plus) Gymnastique WimGym 514 683-0602 www.wimgym.ca

SECTEUR COMPÉTITIF

Au club de gymnastique Gadbois 514 872-3043 www.gymgadbois.com

SECTEUR COMPÉTITIF

Gymnyx du complexe Sportif Claude-Robillard. 514 872-1536 www.gymnix.com

SECTEUR COMPÉTITIF

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

SECTEUR COMPÉTITIF

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

SUPER KINDER

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

TRAMPOLINE

Pour les (8-17 ans) Au Cepsium à l'université de Montréal 514 343-615

TRAMPOLINE

Pour les (5-7 ans), (8-10 ans) et (11-14 ans) Au Gymnyx au complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536 www.gymnix.com

TRAMPOLINE ET AROBATIE

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



Académie de danse d'Outremont

Dates d'inscriptions session hiver 2012 du 4 au 7 janvier

514-276-6060

info@academiedanse.com

999, avenue McEachran Outremont (QC) H2V3E6 Métro Outremont



www.zoenville.ca

Vivez pleinement la magie de l'hiver en venant vous amuser en compagnie des animaux du Québec au ZOO ECOMUSEUM

Ouvert toute l'année (fermé seulement le 25 décembre)

Sur l'île de Montréal Autoroute 40, Sortie 44, Sainte-Anne-de-Bellevue 514-457-9449



Apprenez à patiner...
en sécurité

Avec...
Gants
RÉSISTANTS AUX
COUPURES



Thinsulate
INSULATION

Si votre enfant est
en apprentissage du patin,
ceci est une pièce d'équipement importante pour
la sécurité de votre enfant.

UNE PROTECTION ANTI-COUPURE COMPLÈTE
DE LA MAIN ET DU POIGNET.

Chez DYNOWEAR, le confort et la sécurité de votre enfant sont notre seule priorité.
Pour en savoir plus sur nos produits, veuillez visiter notre site web.

Nos Gants Résistants aux Coupures DYNOWEAR n'assurent pas une protection complète
contre les blessures. Il est important de demeurer prudent en tout temps.

BREVET EN INSTANCE.



LANGUES

ALLEMAND

Montréal 450 670-5473 - Pointe-claire
514 457-3782 - Rive Sud : 450 678-1445
www.ecolesallemandes.org

ANGLAIS ET ESPAGNOL

pour enfants et ados. À l'école inter-
nationale des langues des YMCA du
Québec. 514 849-8393 ext.709
www.langues.com

ANGLAIS ET ESPAGNOL

Centre éducatif Langmobile
514 352-4762 www.langmobile.ca

ANGLAIS

pour les 3 à 12 ans
Six niveaux de cours, le samedi ou le
dimanche avec le programme Kodojo.
514 967-3656 www.kodojo.com

ANGLAIS

pour les 3 à 12 ans
École de langues pour enfants Kazelfa
514 543-1243 www.kazelfa.com

ESPAGNOL

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

ESPAGNOL APRÈS L'ÉCOLE

(7 à 12 ans) Au centre communautaire
Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccndg.org

ESPAGNOL

pour enfants et ados. À l'école inter-
nationale des langues des YMCA du
Québec. 514 849-8393 ext.709
www.langues.com

FRANÇAIS ET ANGLAIS

Chez Enfant & compagnie
514 327-8484

FORMATION LINGUISTIQUE

POUR ADOS CHEZ BERLITZ
Au centre-ville 514 288-3111 et à ville
St-Laurent 1 855- 492-0772
www.berlitz.ca

MUSIQUE

ACADÉMIE DE MUSIQUE DE L'OUEST DE L'ÎLE

Guitare, bass, piano, voix, batterie,
saxophone, violon, clarinette, flûte,
trompet. Cours privés. À l'académie
de Musique de l'Ouest de l'Île.
514 505-6606 www.westislandmusica-
cademy.com/francais

ACADÉMIE DE MUSIQUE DE MONT-ROYAL

Piano, violon, violoncelle, flûte, tam-
bours, guitare, lecture vocale et autres.
514 880-6495

ACADÉMIE DE MUSIQUE KOSA

Piano, violon, guitare, tambours afri-
cains, brésiliens, cubains et haïtiens et
plus encore 514 482-5554

BATTERIE

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

CLAVIER ET PIANO

pour les 7 à 17 ans. Au centre com-
munautaire Notre-Dame-De-Grace
514 484-6123 www.ccndg.org

CENTRE D'ÉTUDES MUSI- CALES PANTONAL

Programme complet de formation musi-
cale, cours individuels ou en groupe.
514 273-1065

CHANT CHORAL

programme d'activités chorales adap-
tées aux différents groupes d'âge : Volet
initiation au chant choral (6 à 9 ans) et
Volet interprétation sur audition (8 à 17
ans) 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

COURS DE CHANT

Académie de musique de Montréal
514 376-8742

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.westislandmusica-
cademy.com/francais

COURS COLLECTIFS

pour les 4 ½ ans et plus.
(Programme basé sur les principes de
pédagogies ORFF et Martenot)
À l'école préparatoire de musique de
l'UQAM 514 987-3675

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

CHŒUR DE CHAMBRE

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

CHŒUR DE FORMATION

pour les (5 à 7 ans). Chœur des enfants
de Montréal. 450 458-7129
www.choeurdesenfantsdemontreal.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 JUNIOR

pour les (7 à 10 ans). Chœur des
enfants de Montréal. 450 458-7129
www.choeurdesenfantsdemontreal.com

CHŒUR SENIOR

pour les (10 à 18 ans). Chœur des
enfants de Montréal. 450 458-7129
www.choeurdesenfantsdemontreal.com

CHORALE PARENTS-ENFANTS

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

DISCIPLINES

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

ÉCOLE DES ARTS DE LA SCÈNE

nos voix nos visages
Cours à Montréal 450 442-0740

Le Petit Gym
à l'Île

Développer les habiletés
motrices en s'amusant!
DEPUIS PLUS DE 30 ANS!

PROGRAMMES OFFERTS:
Gymnastique récréative • Parents/enfants • Préscolaire
Scolaire • Danse • Habileté sportive • Karaté

CAMP DE JOUR POUR LES FÊTES
26 décembre au 6 janvier 2012
www.lepetitgym.ca

**1 COURS D'ESSAI
GRATUIT**

*Appelez à l'avance pour réserver votre place.
Nouveaux clients seulement. 1 coupon par enfant. Aucune valeur monétaire.

Ville Mont-Royal, 100 ch. Rockland # 125, 514 733-1735

ÉVEIL MUSICAL

Introduction à la musique, aux rythmes et percussions. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccondg.org

ÉVEIL MUSICAL

Pour les 3 à 6 ans Apprentissage à l'aide des chants, danses, jeux. 514 731-5820 www.berliletardif.com

ÉVEIL MUSICAL

Cours de musique préscolaire Les parents sont invités à participer à leur guise, soit en accompagnant leur(s) enfant(s), soit en observant la classe. La souris verte 514 907-6608 www.minimelo.ca

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 à 6 ans. 514 731-5820 www.berliletardif.com

ÉVEIL MUSICAL

Cours de musique préscolaire Kindermusik 514 481-2272

EXPLORATION MUSICALE

Pour les (4-6 ans) Éveil musical du Québec au Centre Pierre-Charbonneau 514 872-6644

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

GUIWARE

cours en petits groupe ou privé. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccondg.org

GUIWARE JAZZ, CLASSIQUE, ROCK

Académie de musique Kosa 514 482-5554

GUIWARE 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

INITIATION À LA MUSIQUE

pour les 4 à 8 ans Apprentissage à l'aide des chants, danses, jeux. 514 731-5820 www.berliletardif.com

INITIATION MUSICALE

pour les 4 à 7 ans École de musique de Verdun 514 768-5406 Initiation à la musique pour les 4 à 8 ans. 514 731-5820 www.berliletardif.com

L'OREILLE MUSCLÉE

Cours d'instruments variés allant du piano à la guitare électrique ou acoustique en passant par le saxophone, la basse et la percussion. 514 634-7006 www.lorellemusclee.com

LEÇONS PARTICULIÈRES

pour enfants (avec théorie et formation auditive) École de musique de Verdun 514 768-5406

MUSIQUE APRÈS L'ÉCOLE

(7 à 12 ans) Batterie, piano, violon. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccondg.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

PERCUSSIONS

Tambours africains, brésiliens, cubains et haïtiens. Académie de musique Kosa 514 482-5554

VIOLON

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

NATATION

AQUADO

Pour les (12-17 ans) Initiation à la natation. Ce cours s'adresse à des jeunes qui ne savent pas nager. Sports Montréal 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

AQUAVENTURE

Pour les (6-17 ans) Programme élaboré par la Société canadienne de la Croix-Rouge. Au Cepsium à l'université de Montréal 514 343-6150

CLUB AQUATIQUE DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES

Volet destiné aux jeunes enfants âgés de 12 ans et moins et qui ont un intérêt pour la natation de compétition. 514 494-9718

COURS DE NATATION POUR ENFANTS

Un programme à 10 niveaux pour les enfants de 5 à 12 ans. À Dollard-Des-Ormaux. 514 684-0070

ENTRAÎNEMENT AQUATIQUE

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

INITIATION À LA NATATION ET NIVEAU 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

NATATION ADO

Cours de perfectionnement des 4 styles de nage (crawl, dos crawlé, papillon et brasse) permettant de nager plus efficacement et de développer son endurance physique. Débutant, intermédiaire, expert. Sports Montréal 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

NATATION PRÉSCOLAIRE

Programme de natation adapté aux enfants de 4 mois à 5 ans. Sports Montréal 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

NATATION PRÉSCOLAIRE

Pour les (2-5 ans) accompagnés par une personne de 18 ans et plus. Au Cepsium à l'université de Montréal 514 343-6150

PROGRAMME PRÉSCOLAIRE

Pour les (6 mois à 5 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

PROGRAMME CROIX-ROUGE NATATION JUNIOR

Cours de natation pour les 6 à 12 ans, visant 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

PLONGEON

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

PATINAGE ARTISTIQUE

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE AHUNTSIC 514 956-1268

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE POINTE-AUX-TREMBLES 514 642-6050

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES 514 648-5775

INITIATION AU PATINAGE ARTISTIQUE pour les enfants d'âge préscolaire (3 à 5 ans) et d'âge scolaire. Au CPA Gadbois 514 937-1312

LES LAMES ARGENTÉES DE MONTRÉAL 450 922-5823

PATINAGE

COURS DE PATINAGE pour les 4 à 12 ans à l'Atrium 514 395-4846 www.le1000.com



Cours de gymnastique de tous les niveaux, pour les enfants de 18 mois à 16 ans, filles et garçons en semaine et/ou en fin de semaine.

Période d'inscription pour la session d'hiver 2012 dès maintenant

Camp de jour pour la semaine de relâche du 5 au 9 mars 2012

Forfaits de fêtes d'enfants disponible en fin de semaine

voir les détails au www.gymgadbois.com
info@gymgadbois.com

514 872 3043
Marché Atwater, 155 Greene 2^{ème} étage, Montréal

GYM GADBOIS

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DDO
Programmes pour enfants, ados et adultes 514 291-5442 ou 514 620-3988

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL GADBOIS
514 761-3638

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DE POINTE-AUX-TREMBLES
Pour les 4 ans et plus débutant et avancé 514 644-1773

PATINAGE DE VITESSE ST-MICHEL
514 383-0341

PATINAGE TINY TOTS
(leçons de patinage)
Association de hockey de Dollard
514 683-3825
www.dollardhockey.com/

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 pro. 514-567-3225
www.entrequatreyeux.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 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

PRÉ-MATERNELLE

LA MAISON ORCHARD HOUSE
Montréal 514 483 6556 - 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.ccdng.org

PRÉPARATION À LA MATERNELLE
(4-5 ans) Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccdng.org

PRÉSCOLAIRES 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

SCIENCES

ATELIERS SCIENTIFIQUES
Pour enfants et ados (8-9 ans) (10-12 ans) (13-16 ans) Live Stuff 514 830-2850 www.livestuff.ca

APPRENTI ANIMALIER, APPRENTI SCIENTIFIQUE
À l'écomuseum, parc-faunique éducatif 514 457-9449

LES PETITS SCIENTIFIQUES
(6 à 12 ans) Projets personnels scientifiques avec différentes thématiques. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

SOCCER

CLUB DE SOCCER DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES
514 648-2255 www.csrp.com

CLUB DE SOCCER DOLLARD POUR LES (5 À 18 ANS)
514 421-2928
www.dollardsoccer.org

ÉCOLE DE SOCCER MACGREGOR
514 935-4036

ÉCOLE DE SOCCER PRESTIGE
514 994-4939

INITIATION ADAPTÉE À CHAQUE GROUPE
des 3-5 ans; 6-7 ans; 8-11 ans dans les gymnases du Patro Le Provost 514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

L'IMPACT DE MONTRÉAL
Offre à l'année longue un large éventail de camps et de cliniques première touche pour les 5 à 16 ans. 514 328-3668 poste 250

SOCCER
Tous niveaux Au Centre Y de ville St-Laurent 514 747-9801

SOCCER ADOS
Tous niveaux pour les 12 ans et plus et les 16 ans et plus. Au Centre Y Cartierville 514 313-1047

SOCCER ADOS
Tous niveaux pour les (12 à 17 ans). Au Centre Y du Parc 514 271-9622

SOCCER ADOS
Tous niveaux pour les (12 à 17 ans). Au Centre Y Ouest-de-l'île 514 630-9622

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 pour les 7 à 18 ans. Au Club sportif Côte de Liesse 514 735-2992 www.clubcdl.com

CENTRE D'AMUSEMENT FAMILIAL

JUNGLE
AVENTURE • ADVENTURE™

THE JEUX ARCADE SURT
LINE RAMPER FAMI
ES HÉAU TUNI
NEMA
QUILLAGE
VILLAGE
NEMA
ES HÉAU TUNI
NEMA
ES HÉAU TUNI

Galerias laval

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

Suivez nous sur:
f twitter

BALLE

Pour les (7-9 ans)
3 niveaux. Au CepsuM à l'université de Montréal 514 343-6111, poste 4262

MINI-TENNIS

Pour les 4-5-6 ans. Dans les clubs intérieurs à ville St-Laurent et Pointe-Claire. 514 745-2122

SMASH

Pour les (10-17 ans) 5 niveaux. Au CepsuM à l'université de Montréal 514 343-6111 poste 4262

SPORTS MONTRÉAL

(Débutant et Intermédiaire)
Pour les (7-10 ans) et les (11-15 ans)
Cours de tennis visant l'amélioration de la technique ainsi que l'apprentissage des différentes tactiques de jeux. Offerts au Collège André-Grasset et au centre Claude Robillard 514 872-7177
www.sportsmontreal.com

TENNIS ET TENNIS DE TABLE

Initiation pour les (6 à 11 ans) dans les gymnases de Patro Le Provost 514 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

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

THÉÂTRE

ATELIERS DE PEINTURE ET THÉÂTRE

Ateliers d'expression artistique sponsorisée 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

Cours d'introduction au monde du théâtre. 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

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. Une présentation sur grand écran est prévue à la fin de la session. Au Centre culturel de Pointe-Claire, Stewart Hall. 514 630-1220
www.ville.pointe-claire.qc.ca

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

L'ART DRAMATIQUE

pour les (4 à 7 ans); (8 à 12 ans) et (13 à 17 ans) à l'école Le théâtre des Enfants 514 484-6620 Cours en anglais.
www.theatre-des-enfants.ca

LE BALLET THÉÂTRAL DE MONTRÉAL

514 502-5117

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 249

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. Cours à Montréal 450 442-0740

THÉÂTRE CRÉATIF

Pour ados. Au Centre communautaire Sarto Desnoyers, à Dorval 514 633-4000

THÉÂTRE EN FAMILLE

Adaptés pour toutes les tranches d'âge, 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 MUSICAL

Au studio de danse 501 514 994-7128 ou 450 465-4437

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

École Le monde de yoginis 514 529-4250

YOGA PARENT/ENFANT

Soham Yoga 514 678-5210
www.soham-yoga.com

YOGA POUR ENFANTS

Centre Viniyoga Lily Champagne 514 572-5474

YOGA POUR ENFANTS

Studio Breathe 514 933-3666
www.studiobreathe.com

YOGA POUR ENFANTS

Studio Espaceyoga, 514 933-8671
www.espaceyoga.com/
yoga-pour-enfants.html

RIVE-NORD ET RIVE-SUD

ACTIVITÉS AQUATIQUES

CLUB DE NATATION DE BOUCHERVILLE

450 449-8226

CLUB DE NATATION DE SAINT-LAMBERT

Pour les 4 mois et plus 450 923-6595

CLUB DE NATATION DE LAVAL

450 661-7549 poste 271

CLUB DE NATATION HIPPOCAMPE

(Saint-Hubert) 450 443-3975

CLUB DE NATATION SAMAK

(Rive-Sud) 450 466-6563
Lieux des cours : Écoles Pierre-Brosseau : 8350 boul. Pelletier, Brossard, et Antoine Brossard, 3005 boul Rome, Brossard, Piscine municipale à Sainte-Julie, École secondaire Saint-Bruno à Saint-Bruno, Collège Jean-de-la-Mennais : 870 Chemin Saint-Jean, La Prairie

CLUB DE PLONGEON LAVAL

450 664-1320 poste 5672.

Niveau récréatif à partir de 4 ans (pour ceux qui savent nager en eau profonde)

CLUB DE SAUVETAGE DE LAVAL

450 661-6001 poste 503

CLUB TORPILLE

(natation de Repentigny) 450 470-3440

COMPLEXE TENNIS 13

Le programme Croix-Rouge Natation junior est conçu pour les enfants de 5 à 12 ans. (Laval) 450 687-9913
www.tennis13.com

ÉCOLE DE NATATION DU CARREFOUR MULTISPORTS

Carrefour Multisports (Laval) 450 687.1857 poste 374
www.carrefourmultisports.com

WATER POLO DE LAVAL

450 688-4899 Au Collège Laval 275 rue Laval, Saint-Vincent de Paul

ACTIVITÉS SUR GLACE

ASSOCIATION RÉGIONALE DE PATINAGE DE VITESSE DE LAVAL

Pour les 4 ans et plus
Dans 4 arénas de Laval

ASSOCIATION DE RINGUETTE DE BROSSARD

Pour filles de 4 ans et plus, garçons entre 4 et 7 ans 450 672-4175
Aux 4 Glaces de Brossard dont 2 Arénas (Aréna Michel-Normandin, entre autres)

ASSOCIATION RÉGIONALE DE RINGUETTE DE LAVAL

450-622-7660

PROGRAMME PATINAGE PLUS

Programme d'initiation au patinage artistique qui s'adresse aux débutants de tous les âges. Au Club de patinage artistique de Laval 450 661-1225 Au Club de patinage artistique Les Lames d'Argent de Laval
www.leslamesdargent.org 450 628-8114

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

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



Les Associés d'apprentissage de Montréal

Évaluations psychologiques et orthopédagogiques pour élèves de niveau primaire ou secondaire et pour adultes.

Tutorat et rééducation

Services de consultation auprès des commissions scolaires

Soutien aux parents à la recherche de ressources pédagogiques ou médicales

4203, rue Ste-Catherine Ouest
Westmount (Qc) H3Z 1P6
Tél. : (514) 989-9360
www.lammtl.org

BODYWARES
SPÉCIALISTES DANS LES VÊTEMENTS DE DANSE

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

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 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

RINGUETTE LONGUEUIL

Filles à partir de 4 ans
450 442-0808

RINGUETTE

Les Intrépides à l'aréna
Michael-Bilodeau
Saint-Bruno-de-Montarville
Infos: 450 653-2443 poste 2864

ARTS-MARTIAUX

ACADÉMIE DE KARATÉ SHOTOKAN

450 682-4884 à Laval
Pour les (6 ans et plus), pratique à volonté 6 jours par semaine.

ASSOCIATION RÉGIONALE DE TAEKWONDO DE LA MONTÉRÉGIE

450 442-1926
Lieux des cours : Centre Sportif du Collège Édouard-Montpetit, 260 Gentilly Est, Longueuil, École Charles Bruneau, 3010 Boul. Napoléon, Brossard, École St-Joseph, 3855 Grande Allée, Saint-Hubert.

ASSOCIATION RÉGIONALE DE KARATÉ DE LAVAL

450 627-3391 Pour les (6 ans et plus)

CLUB DE JUDO DE CHAMBLY

Courriel : admin@fondremy.com
Centre Jeunesse Montérégie de Chambly, 1501 rue Salaberry
Pour les (6 ans et plus)

CLUB DE JUDO DE LONGUEUIL

450 638-2426
Centre sportif Édouard Montpetit, 260 Gentilly Est Longueuil

CLUB DE JUDO SAINT-HUBERT

450 678-5920 / À partir de 5 ans

DOJO LAVAL OUEST (JUDO)

450 962-8857
6600, 29ème avenue, Laval Ouest
Pour les 7 ans et plus

JUDO

pour les 5 ans et plus. À l'école secondaire du Mont-Bruno. Infos : Jean-François Billeau, instructeur-chef
450 441-2394

KARATÉ

Ce programme de karaté est sans contact, non compétitif et inclut des mouvements de gymnastique.
Pour les 4 à 12 ans.
Au petit Gym du Dix30 à Brossard
450 445-2345
Au Petit Gym de Blainville 450 435-5311
Au petit Gym de Laval 450 314-0535
Au petit gym de St-Bruno
450 441-1GYM

KARATÉ CHITO-RYU

450 461-0681 Lieux des cours :
1291 Sainte-Hélène Longueuil

KARATÉ GOJU-KAI

450 678-0271 Lieux des cours :
3275 av Malo Brossard

KYO SHI DO KAN

(JUDO, LAVAL)
450 665-7783 Pour les (6 ans et plus)

ARTS VISUELS

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

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

COURS DE BRICOLAGE

(pour les 6-12 ans)
Création de bricolages amusants et sophistiqués. Brico en Fête (Brossard)
514 910-2535

INITIATION ET EXPLORATION

du dessin pour les (6 ans et plus)
École des Arts et musique de Rosemère
450 621-8380

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

ATHLÉTISME

CLUB D'ATHLÉTISME DYNAMIQUE DE LAVAL
450-625-9394

BADMINTON

ASSOCIATION RÉGIONALE DE BADMINTON DE LAVAL
514-741-4849

BASKETBALL

INITIATION AU BASKETBALL
Programme « Steve Nash » développé par Basketball Canada et adapté pour nos plus jeunes. Pour les enfants nés en 2003 et 2004. 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

COUTURE

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. Montréal
514 990-3476, Rive-sud 450 672-6884 et Laval 450 978-1313.
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

DANSE

BALADI ACCOMPAGNÉ

pour les parents et les enfants de 3 à 5 ans. Au centre communautaire de Saint-Bruno-de-Montarville
Infos : Corps et âme en mouvement
450 674-4203 St-Bruno

BALADI ENFANTS

pour les 6 à 8 ans
Initiation à la danse orientale. Au centre communautaire de Saint-Bruno-de-Montarville
Infos : Corps et âme en mouvement
450 674-4203 St-Bruno

BALLET CLASSIQUE

pour les 5 à 12 ans
STREET FUNKY
pour les 5 à 12 ans

HIP-HOP

pour les 11 ans et plus

FUNKY

(pour les 14 et 15 ans)

FUNKY JAZZ ET DANSE

CONTEMPORAINE
pour les (15 ans et plus)
À l'école secondaire du Mont-Bruno.
Infos : 450 653-2443 poste 2828

BALLET CLASSIQUE

ballet jazz, Possibilité de participer à la comédie musicale Fantasia.
Académie de danse (Laval)
450 628-2285

BALLET CLASSIQUE ET JAZZ.

Danse créative pour les (3-4 ans) et pour les (5-6 ans) initiation à la danse, pour les (7-10 ans) et pour 10 ans et plus. Art scène danse (Repentigny)
450 585-7893

BALLET CLASSIQUE

À partir de 2 ans. MB Dance Company
450 510-1759



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'hiver dès maintenant!

514 683-0602 • www.wimgym.ca
2090, Autoroute Trans-Canadienne
(au route de service sud à l'est du boul. des Sources)



ANGLAIS POUR LES ENFANTS

KAZELFA

www.kazelfa.com • info@kazelfa.com

Venez vous amuser tout en apprenant l'anglais!
Jeux et activités en anglais pour les enfants

Jour : Samedi ou dimanche
Tarif : 250 \$ (5 à 12 ans)
275 \$ (3 à 4 ans)

Session : 16 cours de 1h30 pour les 3 à 12 ans - groupes selon l'âge

DÉBUT DES COURS :
21-22 janvier 2012

Lieu : 2275, St-Joseph Est

Inscriptions et informations
514 543.1243

BREAK-DANCING

Pour les (3-5 ans) (6-8 ans) (9-11 ans)
(12-15 ans) MB Dance Company
450 510-1759

BREAK-DANCING

Art scène danse (Repentigny)
450 585-7893

CLASSIQUE, JAZZ, MODERNE, HIP-HOP

Maison De Ballet Théâtre Reflet
450 663-1668 à Laval

CLAQUETTES

Académie de danse (Laval)
450 628-2285

CLAQUETTES

Art scène danse (Repentigny)
450 585-7893

CLAQUETTES

Pour les (3-5 ans) (6-8 ans) (9-11 ans)
(12-15 ans) MB Dance Company
450 510-1759

CENTRE DE DANSE PRIMEAU-POIRIER

(Mercier) 450 691-2818
Cours de base pour les (2 ans. À partir
de 4-5 ans : Rap, Hip-Hop, Funky, Jazz,
Danse sociale, ballet classique.

DANSE PARENTS ET ENFANTS

pour les 3 et 4 ans. Danse de base, rock
and roll, jazz et de nombreux jeux créa-
tifs. À l'école secondaire du Mont-Bruno.
Infos : 450 653-2443 poste 2828

DANSE PARENT-ENFANT

Pour les (2-3 ans) accompagnés d'un
parent. Danses, jeux, comptines et
parcours stimulent l'enfant à découvrir le
plaisir du mouvement. À l'école de danse
Louise Lapierre 514 521-3456 mainte-
nant à Laval, Brossard et Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

DANSE

(pour les 3 à 12 ans)
La danse, à la mode du Petit Gym,
incorpore le ballet, la claquette, les
mouvements créatifs et la gymnastique
en un seul cours.
Au petit Gym du Dix30 à Brossard
450 445-2345
Au petit Gym de Blainville 450 435-5311
Au petit Gym de Laval 450 314-0535
Au petit gym de St-Bruno
450 441-1GYM

DANSE CRÉATIVE

Pour les 4-5 ans chez Bébé Cardio, à
Longueuil, 450 332-2323
www.bebecardio.com

DANSE CRÉATIVE BALLET

Pour les 6-7 ans chez Bébé Cardio, à
Longueuil, 450 332-2323
www.bebecardio.com

DANSE CRÉATIVE ET RYTHMIQUE

Pour les 2, 3, et 4-5 ans. École Nos
voix, nos visages. Cours à la Rive-Sud
450 442-0740 / 450 463-7181

DANSES LATINES

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

DANSES SOCIALES

MB Dance Company
450 510-1759

DANSES SOCIALES

Studio de danse Jo-ré (Longueuil)
450 679-1934

ÉCOLE SALSA TROPICALE

Salsa Kids (8 à 12 ans) et Salsa ados
(12 à 17 ans) 14 boul. Renée A. Robert
(coin Curé Labelle)
Sainte-Thérèse. Infos : 514 732-0052
www.salsatropicale.com

ÉCOLE D'ENSEMBLE FOLKLORIQUE LES BON DIABLES (LAVAL)

450 663-1953 Pour les (4-5 ans), (6-8
ans) et (8-12 ans). Danses de Slovaquie,
de Hongrie, de Pologne, d'Ukraine des
États-Unis, de Chine, d'Argentine et du
Mexique. L'ensemble se spécialise prin-
cipalement dans le folklore québécois.

ÉCOLE NOS VOIX, NOS VISAGES

Ballet classique, hip-hop contemporain,
danse créative. Cours à la Rive-Sud
450 442-0740 / 450 463-7181

HIP-HOP

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

HIP-HOP

MB Dance Company 450 510-1759

HIP-HOP

Art scène danse (Repentigny)
450 585-7893

HIP-HOP

À l'école de danse Louise Lapierre
514 521-3456
Maintenant à Laval, Brossard et
Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

HIP-HOP

À l'école de danse Claude Pilon.
À Laval : 450 669-0769

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
Maintenant à Laval, Brossard et
Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

JAZZ ET PRÉ-BALLET

(51/2 ans et plus)
À l'école de danse Claude Pilon. À
Laval : 450 669-0769

JAZZ-FUNKY

À l'école de danse Louise Lapierre
514 521-3456 Montréal et ville
Saint-Laurent.
Maintenant à Laval, Brossard et
Repentigny www.danse-louiselapierre.
qc.ca

MULTI-DANSES INITIATION

Pour les (5-6) et (6-7 ans) Le jazz-funky,
la claquette et le chanté-dansé.
À l'école de danse Louise Lapierre
514 521-3456
Maintenant à Laval, Brossard et
Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

MULTI-DANSES ENFANTS

Pour les (8-11 ans) Le jazz-funky, la
claquette, le chanté-dansé, le classique
et le moderne.
À l'école de danse Louise Lapierre
514 521-3456
Maintenant à Laval, Brossard et
Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

MULTI-DANSES ADOS

Pour les (11- 13 ans) et les (14 - 16 ans)
Cours où l'adolescent apprend des
mouvements techniques et des
chorégraphies.
À l'école de danse Louise Lapierre
514 521-3456
Maintenant à Laval, Brossard et
Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

PARENT-ENFANT

Danse créative et rythmique pour les
2-3 ans chez Bébé Cardio, à Longueuil,
450 332-2323 www.bebecardio.com

PRÉ-BALLET

pour les 5 à 7 ans.
Chez Bébé Cardio, à Longueuil,
450 332-2323 www.bebecardio.com

PROGRAMME

DANSE-ÉTUDES

Ce programme s'adresse aux jeunes
du secondaire qui possèdent une expé-
rience en danse. En collaboration avec
l'École secondaire Georges-Vanier.

À l'école de danse Claude Pilon.
À Laval : 450 669-0769

SALSA ET DANSES LATINES

Baila productions à Laval
450 663-5278 www.bailaproductions.com

SALSA GROOVE

Pour les (13 - 18 ans) 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

SALSA KIDZ

Les 8 à 11 ans seront initiés à l'univers
de la danse en combinant plaisir et
techniques de salsa et danse latine. À
Bahia Studio, Longueuil 450 674-1919

SPORT POUR TOUS

Longueuil Cours de base pour les 4 ans
et plus, Aérobie, Funky, Jazz, 2 fois par
semaine 450 461-0681

STREET-FUNK

MB Dance Company 450 510-1759

DIVERS

BADMINTON

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

CHEERLEADING

(pour les 3 à 12 ans)
De la danse, des culbutes, des cas-
cades, et de la gymnastique.
Au petit Gym Dix30 à Brossard
450 445-2345
Au petit Gym de Blainville 450 435-5311

CHEERLEADING

(Dès 4 ans à l'âge adulte)
Au Club de gymnastique Laval
Excellence 450 669-4966
www.lavalexcellence.ca

DÉVELOPPEMENT DES HABILITÉS SPORTIVES

(pour les 3 à 6 ans)
Initiation aux techniques fondamentales
du soccer, du football, du ballon panier
et d'autres sports tout en faisant de
la gymnastique. Au petit Gym Dix30 à
Brossard 450 445-2345
Au petit Gym de Blainville 450 435-5311
Au petit Gym de Laval 450 314-0535
Au petit gym de St-Bruno
450 441-1GYM

GIRL GUIDES

pour les 5 à 17 ans (Saint-Bruno)

École de cirque DE VERDUN

COURS DE CIRQUE SESSION HIVER 2012
du 14 janvier au 23 mars

ENFANTS | ADULTES
Trapèze, Trampoline, Acrobatie, Jonglerie...

ATELIERS FAMILIAUX
ATELIERS ADULTES

NOUVEAU
Conditionnement physique pour adultes !

INSCRIPTION
du 9 au 14 janvier
Appelez-nous au
514 768-5812
www.e-cirqueverdun.com

ZigZagZoo
Centre d'amusement familial

IDÉES CADEAUX ZIGZAGZOO

Carte cadeaux
Carte de membre
Bouteille d'eau
T-shirt, panier cadeaux

JOYEUSES FÊTES
Consultez notre
calendrier et l'horaire
du temps des Fêtes.
Vaudreuil-Dorion
450 424-3244
www.zigzagzoo.ca

Animation en anglais dans un milieu sécuritaire. Infos : Christine Gage 450 461-9928

INITIATION À L'ANGLAIS OU L'ESPAGNOL

en expérimentant les arts, le yoga, la cuisine ou la nutrition. Centre éducatif Langmobile à Saint-Lambert. 514 352-4762 www.langmobile.ca

LE MANIEMENT DES POÏ

Les enfants peuvent s'initier à cette activité dès l'âge de 5 ans. Chez Espace forme à Saint-Eustache au 450-473-2225 www.espaceforme.ca

TRAMPOLINE

pour garçons et filles de 4 à 17 ans Bout'chou, débutant, avancé et compétitif. Au Club Quadrotramp à Saint-Bruno. Infos : 450 461-2255 www.quadrotramp.com

ÉCHECS

CLUB D'ÉCHECS CHAMBLY RICHELIEU

450-658-4491 / Tournoi amical à partir de 5 ans, bienvenue aux familles, les samedis de 11h à 15h.

CLUB JUNIOR D'ÉCHECS DE SAINT-BRUNO

Jeu libre, cours d'échecs et tournois. (pour les 5 à 18 ans) au centre communautaire de Saint-Bruno situé au 53 chemin de la Rabastalière Est. Info : Claude Lalumière au 450 653-9254

COLLÈGE

EDOUARD-MONTPETIT

local F-027E, 945, chemin de Chambly, Longueuil Info: Cedric Lacoste, 450-679-2631 poste 496

ESCALADE

L'ÉCOLE DU PETIT GRIMPEUR

Pour les (5 à 15 ans) 7 niveaux. Pour débutants, intermédiaires et avancés. Escalade Action Directe à Laval 450 688-0515. www.amusementactiondirecte.com

PLEIN D'AIR

Granby 450 777-7496

ESCRIME

CLUB D'ESCRIME (BOUCHERVILLE)

Cours récréatif débutant – avancé. Équipement fourni. Pour les 8 à 12 ans, les 13 ans et plus. Au centre multifonctionnel de Boucherville. 514 835-9164 ou 450 463-7100 poste 7123

CLUB D'ESCRIME MONTMORENCY (LAVAL)

Cours récréatif débutant avancé et compétitif fort. À partir de 7-8 ans. Équipement fourni. 450 681-4160 www.mecescrime.com

FÉDÉRATION D'ESCRIME DU QUÉBEC

www.escrimequebec.qc.ca

GYMNASTIQUE

ASSOCIATION RÉGIONALE DE GYMNASTIQUE DE LAVAL

Cours de base pour les (3 à 16 ans) 450 669-4966

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. au palestre de l'école secondaire du Mont-Bruno. Infos : Club Gym Richelieu 450 462-1496

CLASSES PARENT/ENFANT

(pour les bébés et les bambins jusqu'à 3 ans) Au petit Gym Dix30 à Brossard 450 445-2345 Au petit Gym de Blainville 450 435-5311 www.lepetitgym.ca

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

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

GYMNASTIQUE DEVELOPEMENTALE

pour les (6 à 12 ans) Cette gymnastique est au cœur du programme de développement des habiletés motrices du Petit Gym. Au petit Gym Dix30 à Brossard 450 445-2345 Au petit Gym de Blainville 450 435-5311 Au petit Gym de Laval 450 314-0535 Saint-Bruno-de-Montarville 450 441-1GYM

GYMNASTIQUE PRÉSCOLAIRE ET MATERNELLE

(de 3 à 6 ans) Au petit Gym Dix30 à Brossard 450 445-2345 Au petit Gym de Blainville 450 435-5311

GYMNASTIQUE POUR FILLES

(5 à 16 ans) Apprentissage des mouvements gymniques aux différents appareils olympiques (sol, poutre d'équilibre, barres asymétriques, cheval, trampoline, trampolinette). au palestre de l'école secondaire du Mont-Bruno. Infos : Club Gym Richelieu 450 462-1496

GYMNASTIQUE POUR GARÇONS

(5 à 12 ans) Les cours sont donnés à l'école André-Laurendeau de Saint-Hubert. Infos : Club Gym Richelieu 450 462-1496

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. À Montréal, Laval et la Rive-sud. 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 RÉCRÉATIF AVANCÉ

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

LANGUES

ALLEMAND

Montréal 450 670-5473 Pointe-claire 514 457-3782 Rive Sud : 450 678-1445 www.ecolesallemandes.org

ANGLAIS

pour les 3 à 5 ans. Deux heures dynamiques d'initiation à l'anglais par le biais de jeux, comptines, chansons et contes. À La Soleillerie à St-Lambert 450 671-9544 www.lasoleillerie.com

ANGLAIS ET ESPAGNOL

Pour les 18 mois à 12 ans. Centre éducatif Langmobile. 514 352-4762 www.langmobile.ca

ESPAGNOL FAMILIAL

pour les 8 ans et plus. Apprentissage de l'espagnol par des exercices et de la conversation en famille. Au centre communautaire de St-Bruno. Infos : 450 441-8332 www.st-bruno.ca

ESPAGNOL ET ITALIEN

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

FORMATION LINGUISTIQUE

pour ados chez Berlitz 514 288-3111 Laval : 1 855- 492-0769 Brossard : 1 855 492-0775 www.berlitz.ca

MUSIQUE

COURS PRIVÉS ET EN GROUPE

pour instruments à claviers, Guitare (Acoustique, électrique, classique, basse) Vents (Flûte à bec, flûte traversière, saxophone, clarinette) Violon et batterie. École Vimont Musique (Laval) 450 625-6116

COURS DE CHANT

École des arts de la scène- nos voix nos visages. Cours à Longueuil 450 442-0740

COURS DE CHANT

Conservatoire de musique du Québec (Laval) 450 686-7560 www.conservatoiredemusiquedubec-cecoleprivée.com/index.htm

COURS DE CHANT

École Vimont Musique (Laval) 450 625-6116

CENTRE DE FORMATION MUSICALE

Ste-Rose 450 628-9336 Initiation à la musique pour les (3 à 6 ans) Cours privés : piano, violon, alto, violoncelle, flûte, flûte traversière, cuivres, guitare, théorie musicale.

ÉCOLE DE MUSIQUE ALLÉGO (LAVAL)

450 978-1141 Initiation à la musique pour les 4 à 6 ans. Cours privés : Piano, clavier, violon guitare, chant, instruments à vent à partir de 6 ans, + formation de groupe de spectacle.

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

Centre Montessori pour le développement de la petite enfance

A Montessori-Based Center for Early Childhood Development

Maman-Bambin
pour les enfants 18 mois et plus
les activités concernant les cinq sphères de développement (socio-émotionnel, motricité globale, motricité fine, cognitif et langage)
Place limitées

Mom and Tot
for children +18 months
Activities that develop skills in each of the five areas of development (social-emotional, gross motor, fine motor, cognitive, language)
Limited Spots Available

Pointe-Claire
159, Place Frontenac

514 630.3993 orchard-house.ca

ÉVEIL MUSICAL

pour les (2-3 ans); (4-6 ans) et les (6-8 ans) École des arts de la scène- nos voix nos visages
Cours à Longueuil 450 442-0740

GUIRE ET PIANO

cours privé ou en groupe
École des arts de la scène- nos voix nos visages Cours à Longueuil 450 442-0740

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 (Laval) 450 625-6116

LES CIGALES EN HERBE

(Chorale, Chambly)
450 447-7139 Pour les (8 à 16 ans)

MUSIQUE ET MOUVEMENTS!

Pour les (0-5 ans)
Des chansons en anglais et en français sont au programme ainsi que différents types musicaux (jazz, fanfare, classique...) Chez Bébé Cardio à Longueuil 450 332-2323; à l'Académie Étoile du Nord à Chomedey - Laval et chez Le Laboratoire de la danse à Chambly 450 465-5462

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

TOUS LES INSTRUMENTS.

Pour les 4 ans et plus. Cours privés pour tous les niveaux. Conservatoire de musique du Québec à Laval 450 686-7560
www.conservatoiredemusiquedunquebec.com

PRÉ-MATERNELLE

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

PRÉSCOLAIRES D'ANGLAIS!

Centre éducatif Langmobile
514 352-4762 www.langmobile.ca/prescolaire

SOCCER

ASSOCIATION RÉGIONALE
DE SOCCER DE LA RIVE-SUD
450 926-9062

CLUB DE SOCCER ROYAL DE SAINT-BRUNO.

Infos : 450 441-8488 www.soccerstbruno.ca

ÉCOLE DE SOCCER PRESTIGE.

À Laval 514 994-4939

LE CLUB DE SOCCER LAVAL CENTRE SUD (LCS)

450 967-4925

SOCCER LAVAL

450 668-4224

THÉÂTRE

COMÉDIE MUSICALE, THÉÂTRE ET CHANT

École des arts de la scène- nos voix nos visages.
Cours à Longueuil 450 442-0740

ÉCOLE DE THÉÂTRE DU VIEUX SAINT-EUSTACHE

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

INITIATION AU THÉÂTRE

Intermédiaire et avancé
L'atelier les mil visages 514 495-8971

INITIATION AU THÉÂTRE

Ce cours initiera les 3 à 5 ans aux rudiments du théâtre. Chez Espace forme à Saint-Eustache au
450-473-2225 www.espaceforme.ca

LE THÉÂTRE

POUR ENFANTS DE LAVAL

cet organisme de Laval-des-Rapides, initie les jeunes à l'art dramatique. 450 629-8530

RENCONTRE THÉÂTRE ADOS

www.rtados.qc.ca 450 686-6883 à Laval

THÉÂTRE MUSICAL

École Vimont Musique à Laval 450 625-6116

TENNIS

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

BADMINTON

Programme Junior pour les (5 à 14 ans)
Carrefour Multisports (Laval)
450 687-1857
www.carrefourmultisports.com

CARREFOUR MULTISPORTS

(Laval) Programme de tennis Évolutif pour 3 à 16 ans
450 687-1857 poste 397
www.carrefourmultisports.com

COMPLEXE SPORTIF LONGUEUIL

450 679-6131

COMPLEXE TENNIS 13

À partir de 4 ans. (Laval)
450 687-9913 www.tennis13.com

KATIA CAPPARELLI
Institutrice de yoga pour enfants certifiée
Certified Children Yoga Instructor



www.katiacapparelli.com
info@katiacapparelli.com
T. 514.999.3602

Utilisant des techniques yogiques et holistiques pour enfant avec (déficits d'attention- autisme- trisomie 21-paralysie cérébrale et autre).

LES BIENFAITS POUR LES ENFANTS:

- respiration
- relaxation
- souplesse
- routine
- posture physique
- condition physique
- jeux
- connection avec la nature
- être bien dans sa peau
- mode de vie
- méditation
- Karma Yoga

6856 boul. Saint-Laurent, Suite 203
Montréal, Québec, H2S 3C7

Ma petite école Snowdon

Garderie éducative



TOUT BEAU, TOUT NEUF!

0-5 ans • Prépa-Maternelle
Équipe Professionnelle
Environnement chaleureux
Français renforcé • Sécuritaire

VISITE • INFORMATION • INSCRIPTION:
514 508-4333 • www.mapetiteecole.ca
5325, rue Snowdon, Montréal, Qc H3X 1Y3 - Métro Snowdon

Le Centre des Arts de Dollard
12001 boul. de Salaberry,
Dollard-des-Ormeaux



Cours d'art

Pour les adultes,
les ados
et les enfants

Téléphonez le 684-1012 (213) pour
recevoir notre brochure
de 12 pages ou surveillez
notre site web:
WWW.DOLLARDARTCENTRE.COM

Enseignés par des professionnels:
peinture à l'huile et acrylique,
dessin, pastel, argile, design
de mode, techniques mixtes,
photographie, films d'animation,
théâtre, pré-scolaire et camp
d'été des beaux-arts (5 à 12 ans).

Les cours débutent le 23 janvier 2012

L'Académie de Musique de l'Ouest de l'Île

www.westislandmusicacademy.com

Leçons de musique
Cours de Rock Band
et Récitals

Enseigné par des
instructeurs professionnels

61 Place Frontenac, Pointe-Claire,
Tél: 514 505-6606 Fax 514 375-1054
info@westislandmusicacademy.com



Enregistrez-vous
maintenant!

Louise Lapierre

DANSE

39 ans de renouveau

Enfants • Adolescents • Adultes

- Jazz • Funky-Hip-Hop
- Contemporain • Ballet
- Baladi • Claquette
- Pilates • Danse créative
- Parent-Enfant • Multi-Danses

Camp de jour artistique
pour le congé scolaire
du 5 au 9 mars

NOUVEAU PROGRAMME!
COURS POUR GARÇONS

Inscription maintenant
Classe d'essai gratuite



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

Certificat cadeau disponible !

COURS DE TENNIS

pour les 4 à 13 ans en groupe ou cours privés pour les 6 à 15 ans.

Infos : tennis Bisailon 450 441-8418

LIGUE DE MINI-TENNIS

pour (parents et enfants de 6 à 11 ans)

Ligue pour les jeunes et leurs parents désirant jouer et s'amuser ensemble.

Infos : tennis Bisailon 450 441-8418 À Saint-Bruno

Programme Tennis-Étude

450 687.1857 poste 325

www.carrefourmultisports.com

SANI SPORT

450-655-9150 (Boucherville)

450-465-7220 (Brossard)

Cours de base : À partir de 5 ans

Avancés : Groupe de 4 élèves.

TENNIS DE L'ÎLE DES SŒURS

514 766-1208

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

YOGA

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 (Laval)

450 622-9642

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. Enfants de 5 à 9 ans. Au Centre Yoga Santé (Laval)

450-622-9642

YOGA ENFANTS (5 À 9 ANS)

Studio Yoga Monde (Sainte Catherine)

450 638-9050

YOGA ADOS (9 À 14 ANS)

Studio Yoga Monde (Sainte Catherine)

450 638-9050

YOGA EN ANGLAIS

Dans cet atelier, les enfants sont initiés à l'anglais en expérimentant le yoga et les arts plastiques. Centre éducatif Langmobile

514 352-4762 Saint-Lambert

www.langmobile.ca

YOGA PARENT-ENFANT

Exploration des mouvements du Hatha yoga simplifié pour les enfants (2 ans à 5 ans) et assisté par son parent.

Chez Bébé Cardio, à Longueuil,

450 332-2323 www.bebecardio.com

Imaginez **votre** famille à Smugglers' Notch, au Vermont.



SMUGGLERS' NOTCH
V·E·R·M·O·N·T[®]

America's Family Resort™
Where Family Fun is Guaranteed!

Les plus
belle pentes
de ski!

Toute la
famille
a fait le circuit
en tryolienne

Il y a tellement
de neige!
WOW!

Merci
maman!

J'ai hâte d'aller dans la

FunZone

Mes nouveaux amis
sont super!

voir le spectacle de magie...
est-ce qu'on aura

le temps de tout faire?

#1 des forfaits familiaux à 13 reprises
Sondage auprès des lecteurs de *SKI Magazine*

Recevez le dépliant et le DVD pour la saison
hivernale GRATUITEMENT!
1.800.451.8752 // smuggs.com/mpe



pdajunior 

SÉRIE DE LA PLACE DES ARTS



Marc-Antoine Duhaime

ALICE AU PAYS DES MERVEILLES

DU 27 AU 30 DÉCEMBRE

Théâtre 5 ans + | 11h et 15h | CINQUIÈME SALLE

Encensé par la critique, ce classique de Lewis Carroll merveilleusement revisité par le Théâtre Tout à Trac ravira les enfants durant la période des fêtes !

Célébrez avec nous la 300^e représentation le jeudi 29 décembre.
Rencontrez les comédiens après le spectacle. **Venez costumé !**

Pour chaque billet, **obtenez 15 % de rabais** sur le prix d'un billet pour le spectacle *WIGWAM* présenté à la Maison Théâtre du 1^{er} au 30 décembre.

PROGRAMMATION COMPLÈTE SUR
LAPLACEDESARTS.COM

FONDATION
DE LA PLACE DES ARTS

Théâtre

Tout à Trac 



laplacedesarts.com
514 842 2112 / 1 866 842 2112