

Montréal

Le Magazine Informatif pour les Parents

pour
Enfants

Vol. 12, Numéro 4 Rentrée Scolaire 2012

Cliquez
sur nos
annonceurs
pour plus
d'information

Un cerveau **à son meilleur**
ou comment faire travailler
les neurones de vos enfants
sans que ça paraisse

Être **parent** et **entraîneur** :
savoir transmettre
sa flamme

RÉPERTOIRE
Des activités parascolaires

www.montrealpourenfants.com

LES PLUS IMPORTANTES EXPOSITIONS D'ÉCOLES PRIVÉES AU CANADA

expos D'ÉCOLES PRIVÉES

▶ VENEZ RENCONTRER
LES MEILLEURES
ÉCOLES, DE LA
MATERNELLE AU
SECONDAIRE

▶ SÉMINAIRES
D'INFORMATION

« COMMENT CHOISIR
LA MEILLEURE
ÉCOLE »

« ADMISSIBILITÉ
D'ÉCOLES ANGLAISES
SOUS LOI 115 »

MONTRÉAL
le 16 septembre
Hilton Montréal Bonaventure

Séminaires d'information
10h30 – 12h00

Salle d'exposition
12h00 – 16h00

économisez **50%**
SUR LE PRIX D'ENTRÉE RÉGULIER 20 \$
inscrivez-vous

ourkids.net/expo

PRÉSENTÉ PAR

OUR KIDS
THE TRUSTED SOURCE.

COMMANDITAIRES

QAIS

NUMÉRISATION UTILISER VOTRE
APPAREIL MOBILE POUR UN
ENREGISTREMENT RAPIDE



Abonnement disponible pour 19,95\$

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 Urbé

redaction@montrealpourenfants.com

COLLABORATION PRINCIPALE

Marie-Hélène Proulx

DIRECTEUR DES VENTES

514 931-0522

Sean Zur Nedden

ventes@montrealpourenfants.com

PUBLICITÉ

SLA Communication

Tél. : (514) 747-0047

Sans frais : 1 (888) 547-0047

Sylvie Lauzon poste 221

slauzon@slauzon.ca

Louise Lussier poste 223

llussier@slauzon.ca

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, Steve 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 19,95\$ l'année.



Collection Automne 2012
deux par deux
www.deuxpardeux.com

- 4 | **ÉDITO**
Un petit tannant entre deux arrêts
- 6 | **DEMANDEZ À NOS EXPERTS**
Anxiété
- 8 | **MIEUX-VIVRE**
Un cerveau à son meilleur - ou comment faire travailler les neurones de vos enfants sans que ça paraisse
- 12 | **TESTÉ SUR DES ENFANTS**
Un lunch Bento
- 14 | **QU'EST-CE QU'ON LIT?**
Découvrir le plaisir de lire!
- 16 | **RÉPERTOIRE**
Activités parascolaires
- 34 | **VIE DE FAMILLE**
Être parent et entraîneur : savoir transmettre sa flamme
- 40 | **ON SORT! ON S'AMUSE!**
Calendrier de sorties en famille
- 44 | **ON SORT... AVEC NOS TOUT-PETITS!**
Calendrier de sorties avec nos tout-petits
- 52 | **FAMILLES EN CAVALE**
Destination : Parc national des Îles-de-Boucherville!
- 54 | **AU PAYS DES ENFANTS**
Coucou! (je suis là)

SOMMAIRE
septembre 2012

Pour cette occasion spéciale...

roberto cavalli
JUNIOR

VERSACE
baby Dior
John Galliano
MOSCHINO
Moncler
ARMANI JUNIOR
BOSS HUGO BOSS
BURBERRY
DIESEL
SILVIAN HEACH kids

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

UN PETIT TANNANT ENTRE DEUX ARRÊTS

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

J'étais dans le métro et tentais de m'évader dans ma bulle, comme tout le monde. J'y mettais d'autant plus d'effort que, juste à côté de moi, il y avait une classe de camp de jour et plus particulièrement un petit tannant qui parlait fort et grouillait à n'en plus finir. Mais moi, les petits tannants, c'est comme cela ; ils me repèrent à 1 km à la ronde. Alors, il se retourne de but en blanc et me demande :

- Tu vas à La Ronde, toi ?
- Non, La Ronde, c'est dans l'autre direction.
- Alors d'où tu viens ?
- De danser.
- Dans un bar ? (me demande-t-il, avec un sourire coquin)
- Non, il est trop tôt pour les bars. C'est plutôt l'heure où l'on apprend à danser. Moi c'est le Tango, tu connais ?
- Bien sûr. Mon oncle à moi, il danse dans des bars... nu (lance-t-il à plein poumon)
- Ah, il doit être très musclé, ton oncle, pour faire cela (Le petit tannant m'indique alors de sa main une taille de biceps à faire rougir d'envie Monsieur Univers). Imagine le nombre d'heures passées au gym que ça prend pour avoir ces bras-là... ça doit être pas facile et bien épuisant ! Mais bon, cela va avec les conditions de travail...

Il ne m'écoutait plus : le fameux oncle, l'instrument parfait pour évoquer l'hédonisme et la provocation, se retrouvait tout à coup avec des conditions de travail et des possibles courbatures... la pure déchéance quoi ! Je m'en voulais quand même un peu d'avoir gâché une aussi belle impression. Pour le faire sourire à nouveau, j'ai donc tenté une question :

- Et toi ? Tu dances ?
- Oui, le hip-hop, dans une classe pleine de filles ! (Soulagement, le sourire espiègle revenait)
- Ah, c'est particulier, d'habitude, le hip-hop est une danse qui attire plein de garçons, c'est tellement énergique et même acrobatique. Et toi, comment tu trouves cela ?
- Moi, je suis aussi bon en acrobatie que les gars, tu sais... du Cirque du Soleil ?

Je doutais fort que mon petit bonhomme de 7-8 ans qui, quelques secondes plus tôt, semblait ignorer que l'on puisse danser ailleurs que dans un bar, avait vraiment l'occasion d'apprendre tant d'acrobaties au sein de son fameux harem dansant. Mais qui étais-je pour lui faire la morale entre deux arrêts ? Et puis, en cherchant un peu, on pouvait y voir une porte à ouvrir :

- En tout cas, tu ne me sembles pas manquer d'énergie. Je pense que tu pourrais être bon là-dedans, même peut-être pour composer la musique. Le Rap, ça prend de la répartie...

Nous arrivions à notre arrêt. Avant de partir, il m'a glissé quelques mots à l'oreille, d'un ton tellement plus doux que le reste du dialogue que, dans la surprise, je n'ai rien compris... oui... une chose : ma dernière phrase, il s'était donné la peine de l'écouter, assez, en tout cas pour me répondre, juste à moi.

Ça m'a rappelé une phrase, à propos de l'entraide sur la rue, que disaient plusieurs jeunes marginaux que j'ai interviewés, durant mes études : « J'ai semé une petite graine, ensuite, c'est à la personne de décider si elle poussera ou non. » Pour ma part, je ne saurai jamais si ma petite graine s'est introduite dans cet esprit fertile de garçon de 7-8 ans, même si j'ose espérer que ces quelques mots auront offert un léger contre-poids à l'exemple fabuleux de l'oncle effeuilleur (s'il existe... et même s'il n'existe pas). Mais je me dis que ces moments où l'on se donne, le temps d'un arrêt, l'occasion de penser à ce que l'on pourrait accomplir de bon ne sont pas si courants, au fond. En tout cas, moi, le petit tannant, je le remercie : ce n'est pas tous les jours que quelqu'un nous laisse à un arrêt avec l'espoir que l'on puisse encore influencer l'avenir. ■

Ballet - Jazz - Danse contemporaine
Ballet Ouest Centre de danse
 À partir de 3 ans jusqu'à niveaux avancés
N'hésitez pas, places limitées!



514 783-1245 • www.balletouest.com
centredanse@balletouest.com
 269, boulevard St-Jean, suite 218, Pointe Claire, QC H9R 3J1




anniversaire **ballet**
 hip hop zumba
 jiu jitsu yoga
 culbute
 parents & bambins

g'ymagine

1390 William, MTL / www.gymagine.ca / 514-419-7243

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
 Dorion | Terrebonne

Pour plus d'informations, visitez notre site web Tél. : 514-567-3225
www.entrequatreyeux.com
 Apprendre la photo autrement...

GRANDE BIBLIOTHÈQUE

ESPACE JEUNES



L'Heure du conte **B**
Des feuilles tout partout!
 Déjà la rentrée! Avant de se poser sur le sol, les feuilles poussées par le vent frivole chatouillent les enfants. Viens te faire raconter des histoires de l'automne.
Les mardis et samedis de septembre
 > De 10 h 30 à 11 h 30
 Théâtre Inimagimô

L'Heure du conte **B**
Brr! On s'habille, on se déguise!
 En octobre, revêts tes vêtements les plus chauds pour ne pas prendre froid sur la route qui te conduira à l'Heure du conte.
Les mardis et samedis d'octobre
 > De 10 h 30 à 11 h 30
 Théâtre Inimagimô

Atelier-découverte **B**
Le monde des créatures fantastiques
 Une galerie de créatures fantastiques s'est enfuie des livres. Viens les rattraper en créant un bricolage. Ensuite, mets-les en scène dans une drôle de pièce de théâtre.
Le dimanche 9 septembre
Le samedi 13 octobre
 > De 14 h à 15 h
 Atelier de créativité

Atelier-découverte **B**
Une histoire dont tu es le héros
 Participe à la deuxième mouture de cette activité inspirée de *Donjons et dragons*.
Le samedi 22 septembre
Le dimanche 14 octobre
 > De 14 h à 15 h
 Théâtre Inimagimô

Spectacle **B**
Kaguyahime – Princesse de la lune raconté
 Toute la famille est invitée à découvrir une version racontée du ballet inspiré de la princesse Kaguya. Avec le groupe de percussions japonaises **Arashi Daiko** en collaboration avec Les Grands Ballets.
Le dimanche 30 septembre
Le dimanche 7 octobre
 > De 15 h à 16 h
 Auditorium

Spectacle **B**
Ciel variable
 Accompagnés sur scène par deux musiciens, deux marionnettistes bruiteurs font vivre des dessins d'enfants en racontant une histoire.
 Conception et jeu : **Pavla Mano et Csaba Raduly**
 Avec le groupe musical **Anarchette**
 Production : Théâtre Puzzle
Le dimanche 21 octobre
 > De 14 h à 15 h
 Auditorium

La participation à toutes les activités est gratuite.

B Billet sans frais de billetterie
B Billet avec frais de billetterie (4 \$ taxes incluses)
 Chaque enfant doit être accompagné d'un adulte.

Rendez-vous à banq.qc.ca et cliquez sur **Activités - Billetterie**. Si vous n'avez pas accès à Internet, vous pouvez vous procurer des billets à la Grande Bibliothèque.

L'Espace Jeunes de la Grande Bibliothèque
 475, boulevard De Maisonneuve Est
 Montréal (Québec) H2L 5C4
 ☎️ 📧 📍 Berri-UQAM
jeunes.banq.qc.ca •  

Bibliothèque et Archives nationales Québec

Q. J'ai une fille de 10 ans et un petit garçon de 3 ans. J'élève seule mes enfants et je remarque que depuis plusieurs mois ma fille, Patricia, prend de plus en plus de poids. Elle a aussi beaucoup grandi. Je la vois manger un peu tout le temps et son corps s'arrondit. Elle se plaint de se trouver grosse et de ne plus pouvoir porter des vêtements achetés récemment. Je ne sais pas trop comment réagir et, lorsque je la vois manger, je lui fais des réflexions sur ce qu'elle mange qu'elle ne devrait pas, etc. Je sais que ce n'est pas forcément la bonne chose à faire, mais, honnêtement, je suis mal à l'aise, car j'ai peur qu'elle se sente mal et je ne sais pas comment l'aider. Je crains aussi qu'on lui fasse des remarques désagréables à l'école.

R. Voilà une question qui va sûrement intéresser des parents qui, comme vous, se posent des questions sur la manière d'intervenir ou la pertinence de le faire dans cette situation.

C'est certain que l'enfant de cet âge – et les filles sont plus précoces que les garçons sur ce plan – peut déjà commencer sa puberté. Le corps change tôt chez les jeunes d'aujourd'hui et les jeunes filles de 10 ou 11 ans peuvent être menstruées et commencer à avoir des formes, comme les seins qui poussent et les hanches qui s'arrondissent. La petite fille qu'était Patricia est peut-être en train de grandir et devenir une jeune fille. Son appétit augmente et sa silhouette n'est plus la même. Parfois, ces changements sont si soudains que c'est difficile pour l'enfant de s'adapter à ces transformations. Cela met la préadolescente mal à l'aise, surtout si, dans sa classe, elle est la plus précoce. Les enfants n'aiment jamais être trop différents... C'est peut-être aussi difficile pour vous de voir votre aînée devenir si rapidement une jeune fille. Il se peut également que la prise de poids de Patricia vous interpelle ou vous ramène à vous et votre rapport à votre propre silhouette ?

Il est si fréquent de voir nombre de femmes peu satisfaites de leur silhouette et de leur poids que parfois, lorsque leur fille s'arrondit, c'est un moment difficile à vivre pour elles.

Les préadolescents ou les adolescents ont souvent un peu de poids en trop. Leur croissance se fait par à coups et il n'est pas rare de voir une jeune fille boulotte se transformer en jeune fille élancée quelques mois plus tard.

Posez-vous la question s'il y a lieu de s'inquiéter réellement pour ces quelques kilos. Vous pouvez peut-être en parler autour de vous ou en glisser un mot à son pédiatre si cela vous semble justifié, vous pourrez ainsi être rassurée.

Le poids peut devenir rapidement un sujet sensible et il semble que Patricia exprime déjà un rejet de son corps actuel et de ses rondeurs.

Vous pouvez peut-être la rassurer en lui parlant de sa croissance en général, lui dire qu'il est normal qu'elle ait faim, car son corps a actuellement besoin de plus de nourriture pour grandir et se transformer comme il le fait. Vous pouvez saisir cette occasion pour voir avec elle si son appétit est vraiment en lien avec la faim ou si c'est davantage une réponse à des émotions un peu envahissantes et difficiles à gérer. On sait effectivement que la nourriture n'a pas juste un

caractère nutritionnel. Certes, on mange pour être en bonne santé, mais la nourriture a aussi un caractère émotionnel : on mange parce qu'on est frustré, triste ou anxieux. Comme on dit dans le langage courant : on compense. La nourriture devient alors une mauvaise réponse dans ce contexte et elle répond à un autre besoin que celui de la faim.

Voyez avec votre fille ce qui se passe dans sa vie, comment elle se sent de manière générale. Prenez le temps de lui poser des questions, sans la juger, et écoutez ce qu'elle exprime. Est-ce qu'elle semble heureuse et épanouie à l'école ? À la maison ? Avec ses amis ? Vérifiez avec elle comment elle se sent de devenir une jeune fille.

Et surtout, dédramatisez

Évitez de contrôler ce qu'elle mange ou de changer le contenu de sa boîte à lunch. Il est préférable qu'elle apprenne à percevoir les signaux de son corps quand elle a faim et, lorsqu'elle a mangé, la sensation d'être repue. Bref, qu'elle revienne aux sensations de son corps.

On évite aussi tout commentaire à table et toute tentative de régime ou de restriction... cela ne ferait qu'amplifier le problème, car on sait que tout régime vient inévitablement générer de la frustration, puis de la compulsions. Lorsqu'on est frustré... on va avoir tendance à manger pour dissiper cette émotion désagréable. C'est alors l'alternance infernale des régimes et des reprises de poids et, surtout, l'apparition de grandes insatisfactions, de mal-être et de manque de confiance en soi.

Enfin, je ne vous apprendrai rien en vous disant que le sport fait partie d'une bonne hygiène de vie et que toute activité physique peut l'aider à se sentir mieux dans son corps et mieux dans sa tête. Je ne parle pas ici de perte de poids par le sport, mais plutôt du bien-être que procure une activité physique régulière et plaisante (faire quelque chose qu'on aime fait du bien).

Bien-être dans son corps, bien-être dans sa tête : une question d'équilibre !

Bonne chance à toutes les deux.

CLAIRE FOCH

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



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.

Nous aimerions rencontrer votre fille.

Des bourses d'études sont offertes. The Study est à la recherche de filles qui deviendront des femmes formidables.

PORTES OUVERTES

VENDREDI
28 Septembre
9h à 11h

ET DIMANCHE
30 Septembre
13h à 16h



The Study
LE MONDE A BESOIN DE
FEMMES FORMIDABLES

3233 The Boulevard, Westmount
Admissions: 514.935.9352 poste 260

thestudy.qc.ca

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

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



Disponible dans toutes
les boutiques de produits naturels
et certaines pharmacies.

Sans frais : 1 866 722-2442
www.holizen.com



miviton[®]
enfant

DONNEZ-LEUR
CE QU'ILS ONT BESOIN



- Renforce le système immunitaire
- Régularise le comportement et l'agitation
- Fournit tous les éléments nutritifs essentiels



Disponible dans toutes
les boutiques de produits naturels
et certaines pharmacies.

Sans frais : 1 866 722-2442
www.holizen.com





UN CERVEAU À SON MEILLEUR

ou comment faire travailler les neurones de vos enfants sans que ça paraisse

Par ANIK ROUTHIER

Imaginez quelqu'un de très intelligent... Choisissez une personne parmi vos connaissances, puis également un personnage célèbre... Je suis presque prête à parier que dans ce dernier cas, Einstein vous est apparu à l'esprit, même si ce n'est finalement pas lui que vous avez choisi. Je vais tout de même m'attarder quelque peu sur ce scientifique. Saviez-vous qu'il était considéré comme un cancre à la petite école? Et qu'il disait ne pas avoir de talent particulier, seulement une curiosité passionnée? Tout cela explique aisément sa célèbre citation : « Le génie, c'est 5% de talent et 95% de transpiration. »

Or, des études récentes sur les enfants prodiges vont dans le même sens que ce qu'exprimait Einstein. Ceux qui développent un talent particulier n'ont pas nécessairement au départ de prédispositions particulières. Cependant, ils ont tous un point en commun : l'entraînement intensif. De là à dire qu'on peut exceller en tout, il y a un pas. Sans le franchir, on peut tout de même conclure une chose : tout entraînement permet une amélioration.

Ainsi, si vous souhaitez que les résultats scolaires de votre enfant grimpent en flèche (à défaut de vos placements REER, pour cela, je n'ai malheureusement pas la solution), pourquoi ne pas commencer un entraînement de cerveau en bonne et due forme? Quelques minutes par jour pourront suffire, et vous pourrez même en profiter pour échauffer votre propre esprit par la même occasion. Sachez d'ailleurs que cela s'avère une

excellente méthode de prévention de la maladie d'Alzheimer... Je sais bien, vous n'êtes pas si vieux que cela, mais pourquoi ne pas développer de saines habitudes dès maintenant et devenir un modèle pour votre enfant ?

Vous ne savez guère par où commencer ? Ne vous inquiétez pas, ma « tâche de cerveau » de la journée étant de rédiger cet article, je vais vous faciliter la vie en vous proposant plusieurs idées d'activités et une façon amusante de motiver vos troupes !

Un problème sans solution est un problème mal posé.

— **Albert Einstein**

LA MOTIVATION ET LES HABITUDES, À LA BASE DE TOUT

Avant d'entamer votre entraînement familial, il s'avère judicieux de vous poser quelques questions. Ça y est, je vous demande déjà de secouer vos neurones, mais je n'ai guère le choix. Prêt à répondre ? D'abord, combien de temps voulez-vous investir chaque jour à la stimulation des cerveaux de la famille ? Ici, la capacité de concentration et l'intérêt de votre enfant influenceront la réponse. À quel moment de la journée voulez-vous procéder à l'entraînement ? Choisissez un moment où vos esprits pourront fonctionner à plein régime. Quelle est la récompense désignée pour encourager la discipline et la persévérance de votre enfant ? Des bonbons, une permission spéciale, un bonus en argent de poche, un petit cadeau ou même un congé de ménage (euh... oubliez cette dernière suggestion) ? Comment établirez-vous que suffisamment d'efforts ont été fournis et que la récompense peut être remise ? En fonction du nombre d'exercices réussis ? Du temps passé à s'exercer, qu'il s'agisse de minutes ou de journées ? Comment consignerez-vous l'évolution de l'entraînement ? Dans un tableau ? À l'aide d'un petit bonhomme qui grimpe une échelle ? En donnant un morceau de casse-tête pour chaque exercice entrepris ou réussi jusqu'à ce que le casse-tête soit complété ?

Ne me dites pas que vous n'avez pas le temps.

Vous avez exactement le même nombre d'heures par jour qu'ont eu Pasteur, Michel-Ange, de Vinci ou Albert Einstein...

— **H. Jackson Brown**

AIDEZ VOTRE ENFANT À RÉUSSIR À L'ÉCOLE



GENIUS

ENFANTS ET ADOLESCENTS

POUR AUGMENTER SA CONCENTRATION ET SES PERFORMANCES SCOLAIRES

- Augmente significativement la concentration
- Améliore les fonctions du cerveau
- Aide à soulager les symptômes du TDA et du TDAH
- Aide au développement du système nerveux et des yeux
- Un produit de confiance depuis plus de 9 ans
- Efficacité prouvée par des études cliniques
- Disponible en liquide et en capsules croquables
- 100% Naturel



ACTION RAPIDE. RÉSULTATS VISIBLES EN QUELQUES JOURS SEULEMENT

Mon garçon de 8 ans éprouvait des difficultés à l'école. Son enseignante m'avertissait constamment au sujet de ses notes et de son comportement. Comme parent, j'étais découragé. Après avoir donné plusieurs produits à mon enfant sans obtenir de succès, j'ai décidé d'essayer GENIUS. Depuis, les résultats scolaires de mon fils se sont grandement améliorés. C. Leduc, Montréal, Québec

Autorisé par Santé Canada
NPN 80001374 et 80001375

Appelez-nous pour recevoir votre échantillon gratuit de GENIUS croquable

NutriPur

Des produits de qualité depuis plus de 20 ans
1 877 688-7478 www.nutripur.com

En vente chez:

Accès **pharma**
(chez Walmart)

Proxim

Brunet

Le Naturiste

Loblaws

dans les magasins de produits naturels, en pharmacie et au www.multisupplements.com

Identi-t.ca

Étiquettes personnalisées

Pour identifier tout ce qui est à risque de se perdre.

Idéal pour la rentrée scolaire et la garderie



Comme vous le voyez, toutes les options sont possibles. Faites preuve de créativité dans votre approche et gardez en tête une chose : tout cela doit demeurer plaisant. De la même manière que les gens qui fréquentent une salle d'entraînement le font avec assiduité à condition d'y trouver leur compte, votre enfant doit s'amuser lors de son entraînement. Selon votre nature mutuelle, n'hésitez d'ailleurs pas à favoriser la compétition. Par exemple, essayez d'être le premier qui finit un sudoku, en prenant soin d'ajuster le niveau de difficulté de la grille aux capacités intellectuelles de chacun, afin que la compétition demeure loyale.

Un homme qui lit trop et qui fait trop peu d'efforts cérébraux prend vite des habitudes de paresse d'esprit.
— **Albert Einstein**

DES EXERCICES « 5 MINUTES »

Voici bon nombre d'idées simples qui échaufferont les esprits... Consommez-les sur une base régulière.

Rendez-les choses aussi simples que possible, mais pas plus simples.
— **Albert Einstein**

LES JEUX D'ASSOCIATION — Au hasard, choisissez deux ou trois mots dans le dictionnaire (en utilisant un dictionnaire anglais/français, vous pourrez même en profiter pour traduire ces mots et améliorer la mémorisation de cette langue). Ensuite, trouvez un ou plusieurs liens entre ces deux ou trois mots. Exemple : chat et carnaval... Cela peut donner des réponses aussi variées que : il y a des chats et des carnivals à Rio et à Québec; les deux commencent par c (ou finissent par une consonne); ces deux termes sont associés à des fêtes où l'on se déguise – l'Halloween (pour le chat) et le Carnaval de Rio, etc. Évidemment, l'exercice devient plus difficile lorsqu'il faut trouver plus d'une réponse.

LES ASTUCES MNÉMONIQUES — Une de mes copines se plaignait récemment de ne pas arriver à retenir mon numéro de téléphone, qui ne possède aucun nombre identique. Trouver une façon originale de se souvenir d'un numéro de téléphone, d'un code ou d'un mot de passe constitue une occasion pratique de faire fonctionner notre cerveau. Par exemple, en décortiquant un numéro de téléphone en plusieurs nombres significatifs (une année de naissance, un âge particulier, un événement, un nombre de choses), on arrive à mieux le mémoriser. On peut aussi s'amuser à tenter de former un ou des

mots avec chaque numéro de téléphone, à l'aide du clavier. Que faire avec le 1 et le 0? Faites preuve de créativité : ils peuvent devenir I et O ou encore constituer des lettres bonus... Personnellement, je me suis d'ailleurs bien amusée à tenter l'exercice dont le résultat m'a surprise.

La folie, c'est se comporter de la même manière et s'attendre à un résultat différent.

— **Albert Einstein**

TACTIQUES DE CONCENTRATION — Prenez trois verres et cachez un objet sous l'un d'eux, puis faites bouger l'ensemble. Une fois terminé, demandez à votre enfant d'indiquer sous quel verre l'objet est caché. Plus simplement, mettez trois ou quatre cartes à jouer face visible. Puis, cachez les faces et faites bouger les cartes. Demandez ensuite à votre enfant d'identifier les cartes dans le nouvel ordre ainsi créé ou d'indiquer précisément où est l'une des cartes. De manière plus physique, faites rédiger des mots à votre enfant les yeux fermés ou avec la mauvaise main.

LES JEUX DE MÉMOIRE — En plus de jouer aux jeux de mémoire traditionnels (où il faut retrouver deux cartes identiques), vous pouvez vous amuser à créer des grilles plus ou moins grandes (3x3 ou plus) qui comportent des lettres ou des nombres. Après les avoir observées deux minutes, il s'agit de les reproduire le plus fidèlement possible à l'aide de sa mémoire. Avec des enfants plus petits, vous pouvez simplement colorier certaines cases et en laisser d'autres vides, puis demander de reproduire les couleurs.

La vie, c'est comme une bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre.

— **Albert Einstein**

LES JEUX DE LOGIQUE — Il y a des classiques qui se perdent, malheureusement. Si votre enfant est jeune, le tic-tac-toe s'avère une excellente occasion de développer son intellect. Plus vieux, vous pourrez jouer au tic-tac-toe en trois dimensions : mettez trois grilles l'une à côté de l'autre et imaginez qu'elles sont l'une par-dessus l'autre dans la réalité. Vous pouvez donc faire des tic-tac-toe en mettant un X dans un espace identique de chaque grille (comme s'il y en avait une par-dessus l'autre à chaque étage), ou en diagonale dans l'espace. Bon, j'avoue que par écrit, c'est un peu difficile à expliquer... Les séries mathématiques ou de symboles graphiques à compléter constituent aussi de bons exercices.

CALCUL MENTAL — Le simple fait de faire du calcul mental constitue un exercice de qualité pour les neurones, tout en

ENFANTS et ADOLESCENTS
4 mois et +

Le tour du monde de Karibou^{MD}

- Natation
- Danse découverte
- Hip-Hop
- Boot camp
- Kickboxing
- ZumbatomicTM
- Tennis, Golf
- Cardiovélo

Un grand choix d'activités pour toute la famille!

NOUVELLES et FUTURES MAMANS

- Aquaforme
- Aquapoussette
- Body design avec/sans bébé
- Yoga prénatal, en couple et avec bébé
- Danse avec bébé
- Pilates avec bébé
- En forme avec bébé

Sports Montréal

COMPLEXE SPORTIF CLAUDE-ROBILLARD Montréal

Village Saint-Michel Parc-Extension Montréal

WWW.SPORTSMONTREAL.COM

s'avérant une aptitude des plus pratiques dans la vie de tous les jours.

*Ne t'inquiète pas
si tu as des difficultés en maths,
je peux t'assurer que les miennes
sont bien plus importantes.*
— **Albert Einstein**

ORTHOGRAPHE ET VOCABULAIRE –
Demandez à votre enfant d'épeler des mots à l'endroit, puis à l'envers sans pouvoir les écrire sur une feuille. Faites-lui répéter une phrase à l'envers. Les rires sont garantis, dans le cadre de ce dernier exercice.

LES APPLICATIONS TECHNOLOGIQUES –
Si vous faites partie des gens qui possèdent un téléphone intelligent, vous pouvez télécharger des milliers d'applications gratuites qui stimulent le cerveau. Vous en trouverez pour les sudokus, pour la mémoire, pour la logique, etc. Certaines vous offrent même des problèmes à résoudre (Brain Teasers, en l'occurrence) qui s'apparentent aux problèmes écrits sans nécessairement nécessiter de calculs, mais une bonne dose de réflexion.

*Il n'existe que deux choses infinies,
l'univers et la bêtise humaine...
mais pour l'univers,
je n'ai pas de certitude absolue.*
— **Albert Einstein**

LA FORCE DES PETITS PAS...
Vous hésitez à intégrer l'entraînement intellectuel à vos habitudes, sous prétexte que quelques minutes par jour, c'est trop peu? Ne sous-estimez jamais la puissance de simples gestes quotidiens. Selon la philosophie japonaise «kaizen», qui porte sur le concept d'amélioration constante, ce sont souvent les efforts graduels et continus, qui ne demandent ni trop de temps ni d'énergie, qui fournissent les meilleurs résultats à long terme.

Quoi qu'il en soit, gardez à l'esprit cette autre citation d'Einstein : « L'imagination est plus importante que le savoir... » Alors, laissez-vous aller à imaginer mille et une autres façons de stimuler votre cerveau et celui de vos enfants... Bon entraînement!

ANIK ROUTHIER

Enseignante et hypnothérapeute
www.croissance-personnelle.com



L'EDUCATION MIXTE, PARCE QUE LE MONDE EST MIXTE.

Le LCC est fier d'être une institution mixte. La mixité apporte l'équilibre, la diversité et l'expérience de la vie qui préparent au monde actuel.

Tous ensemble!
www.lcc.ca



PORTES OUVERTES

GÉNÉRALE Le samedi 29 Septembre de 9 h 00 à 12 h 00 Le mercredi 3 octobre de 10 h 00 à 14 h 00 et de 16 h 00 à 19 h 00	MATERNELLE Le mercredi 7 novembre de 9 h 30 à 11 h 00 4090, avenue Royal Montréal (Québec) 514-482-0951
--	--



Vêtements Actifs Protecteurs

La protection contre des blessures et des ecchymoses.*

Sous-vêtements protecteurs et gants résistants aux coupures pour l'apprentissage du patin



- GANT**
 - Une protection complète de la main et du poignet.
 - La doublure de Spectra[®] RESISTANT AUX COUPURES.
 - Le confort et la dentérite sont maintenus.
 - Tissu léger qui s'ajuste à la forme de vos mains.
 - Doublure en mousse intégrée au niveau de la paume des mains afin d'amortir les chocs en cas de chute.
 - Isolant Thinsulate[™] afin de mieux conserver la chaleur.
- HAUT**
 - Rembourrage du coude intégrée de mousse
- PANTALON**
 - Rembourrage de la hanche et coccyx intégrée de mousse
 - Rembourrage du genou intégrée de mousse

Visitez notre site web pour trouver les détaillants le plus près de vous.

www.facebook.com/DynowearKids

TISSU EXTENSIBLE 4 SECS ULTRA SOUPLE



*DYNOWEAR n'est pas conçu pour offrir une protection complète contre les blessures. Utilisez la prudence à tous temps. ARTICLES VENDUS SÉPARÉMENT. BREVET DE DESIGN EN INSTANCE.

TESTÉ SUR LES ENFANTS

●●● UN LUNCH BENTO

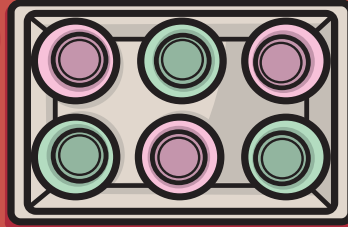
Vos fines bouches sont souvent plus disposées à manger de nouveaux aliments lorsque l'assiette est... jolie. Bento, des repas esthétiques, vient à la rescousse ! Comment concocter des lunches qui récolteront des « Wow ! » et des «

1 CHAQUE CHOSE À SA PLACE

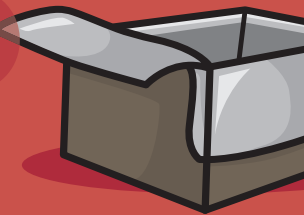
A



B



C

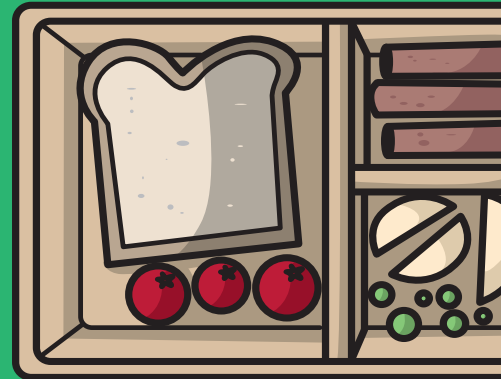


2 CONCEVOIR LE LUNCH

A



B

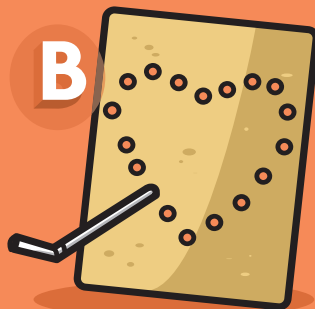


3 L'ART DE LA DÉCORATION

A



B



C



D



l'art japonais
Miam! »

A

Les repas Bento se présentent en compartiments. Un pour les protéines, un autre pour le riz, les légumes ou les fruits.

B

Vous pouvez acheter un coffret Bento en bois ou en plastique, compartimenter un plat refermable avec des moules à muffins, ou encore...

C

...utiliser de petites boîtes de carton recouvertes de papier d'aluminium.

A

Parce que la santé de vos marmots vous tient à cœur, il faut prévoir un lunch équilibré, composé d'une variété d'aliments. Des fruits et légumes, du fromage, des protéines, du riz, du pain pita et des noix sont des aliments sains qui trouveront leur place dans un lunch Bento.

B

Une fois les aliments trouvés, on imagine le thème de la boîte. Pour les matins pressés, vous pouvez simplement distribuer les aliments parmi les différents compartiments.

A

Utilisez un couteau de type X-Acto afin de tailler avec précision les aliments dans toutes sortes de formes.

B

Le bout d'une paille peut servir à trouser une tranche de fromage ou à découper des yeux dans un morceau de melon, par exemple.

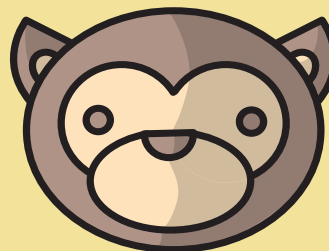
C

Il est facile de former une boule ou un cylindre de riz à l'aide d'une pellicule de plastique. Pour de meilleurs résultats, utilisez du riz un peu collant (du riz à sushis).

D

Si ce n'est pas déjà fait, munissez-vous de pochoirs circulaires ou d'autres formes... Vous pourrez rapidement créer des figures et donner de l'allure au repas.

INTERNET REGORGE D'IDÉES, DES PLUS SIMPLES AUX PLUS COMPLEXES, POUR CRÉER UN LUNCH BENTO DÉLIRANT QUI FERA LE BONHEUR DES PETITS AFFAMÉS.



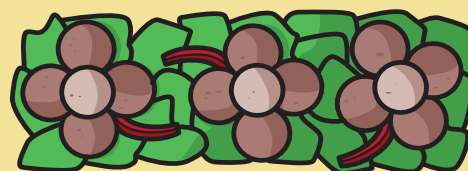
Un animal créé avec du pain pita superposé, que ce soit un lion, un singe ou un chaton.



Petit brocoli coupé en deux, sur fond de riz, avec un soleil découpé dans un fromage. Qui sait? De cette façon vous réussirez peut-être à leur passer du brocoli en douce!



Poisson rouge découpé dans une minicarotte, sur lit de riz deux couleurs. Du colorant alimentaire bleu pour l'eau, le haut est nature, fait au pochoir.



Pourquoi pas un champ de fleurs roses au jambon pressé et piment rouge (découpé au couteau) sur un pré de salade hachée?

QU'EST-CE QU'ON LIT ?

Si ce n'est déjà fait, pourquoi ne pas profiter de la rentrée scolaire pour abonner votre enfant à la bibliothèque de votre quartier ? La lecture est au cœur de la réussite scolaire, et quoi de mieux qu'une bibliothèque pour découvrir le plaisir de lire ? Pour célébrer la rentrée scolaire et littéraire, voici donc quelques livres coups de cœur qui évoquent justement le monde étonnant et magique des bibliothèques.

Par MARIOUCHE FAMELART,
bibliothécaire, Bibliothèques de Montréal



LA BIBLI DES DEUX ÂNES

Monica Brown, illustrations de John Parra, Rue du monde, 2011.
POUR LE PREMIER CYCLE
DU PRIMAIRE.

Cet album raconte une histoire vraie. Celle de Luis Soriano Bohorquez, un instituteur qui, tous

les samedis, devient bibliothécaire bénévole. Au dos de ses deux ânes chargés de livres, Alpha et Beto, il y a une bibliothèque bien spéciale : la « bibliburro » ! Depuis plus de vingt ans, Luis arpente les montagnes de la Colombie pour partager sa passion de la lecture avec les enfants des villages isolés.



L'HISTOIRE DE LA LICORNE

Michael Morpurgo, illustrations de Gary Blythe, Gallimard jeunesse, 2006.

SUPERBE ROMAN, À LIRE DÈS 8 ANS.

Thomas a 8 ans, et il déteste les livres. Mais un jour, sa mère le dépose à la bibliothèque. Il voit les enfants se rassembler pour l'heure du conte, près d'une magnifique sculpture

de licorne. Il est fasciné par les histoires que raconte la « dame à la licorne ». Dès lors, Thomas fréquente la bibliothèque avec plaisir ! Mais bientôt, c'est la guerre. Avec tous ces bombardements, les livres sont en danger. Les citoyens vont-ils réussir à les sauver des flammes ?

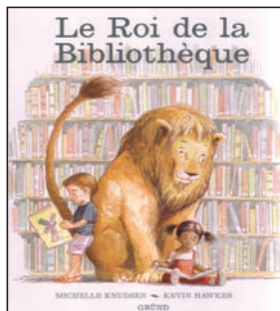


LES LARMES DE FANETTE

Isabelle Clara, illustrations de Manon Gauthier, Éditions de La Bagnole, 2011.
DÈS 5 ANS.

Un jour, Fanette rentre de la bibliothèque et se met à pleurer. Elle pleure, elle pleure et pleure encore pendant

des mois. À ses pieds, une flaque, puis une marre aux canards, et même, pendant l'hiver, une patinoire. Mais pourquoi Fanette pleure-t-elle comme ça ? Maman, papa et Pipo, le petit frère, essayeront de trouver la raison de ces gros sanglots. Un album magnifiquement illustré qui parle de l'amour des livres.

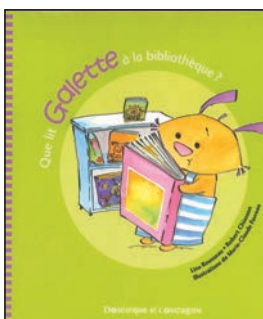


LE ROI DE LA BIBLIOTHÈQUE

Michelle Knudsen, illustrations de Kevin Hawkes, Gründ, 2007.
DE LA MATERNELLE
À LA PREMIÈRE ANNÉE.

Un jour, un lion entre à la bibliothèque. Il se promène dans les rayons et vient s'installer dans le coin lecture pour écouter l'heure du conte. Il apprend

bien vite le règlement : on ne doit pas rugir à la bibliothèque ! Au fil des jours, les usagers l'approvoisent, et lui se rend de plus en plus utile. Mais un jour, la bibliothécaire en chef a un accident, et le lion doit rugir pour avertir qu'elle est en danger. Sera-t-il encore admis dans la bibliothèque, même s'il a désobéi ? Charmant !



QUE LIT GALETTE À LA BIBLIOTHÈQUE ?

Lina Rousseau et Robert Chiasson, illustrations de Marie-Claude Favreau, Dominique et compagnie, 2009.
POUR LES ENFANTS D'ÂGE PRÉSCOLAIRE.

Dans les rayonnages de la bibliothèque, Galette cherche un livre qui lui plaira. Voici un album très court pour initier les petits au plaisir d'aller à la bibliothèque, mettant en vedette ce personnage tout mignon qu'est Galette.



PARDON MAIS C'EST MON LIVRE !

Lauren Child, La courte échelle, 2009.
POUR RIGOLER, DÈS 4 ANS.

Ce livre est vraiment amusant. Lola adore aller à la bibliothèque avec son grand frère Charlie. Elle regarde toujours son livre préféré *Papillons, punaises et petites bêtes*, car elle le trouve extra spécial. Même que ce serait le meilleur livre de l'univers selon elle! Mais cette fois-là, elle ne trouve pas son livre sur les rayons... Quoi, une autre petite fille

veut emprunter SON livre? Aïe, aïe, aïe! Charlie tente de convaincre sa petite sœur qu'il y a d'autres livres extraordinaires à découvrir à la bibliothèque. Y arrivera-t-il?

D'AUTRES TITRES À DÉCOUVRIR, SUR LE MÊME SUJET :

LES 100 PORTES SECRÈTES

Colin Thompson, Albin Michel jeunesse, 2011.
POUR LES JEUNES DE 10 ANS ET PLUS.

À LA BIBLIOTHÈQUE AVEC MIMI, LUCY COUSINS

Albin Michel jeunesse, 2005.
POUR LES ENFANTS D'ÂGE PRÉSCOLAIRE.

LA BIBLIOTHÉCAIRE DE BASSORA

Jeanette Winter, Gallimard jeunesse, 2005.
POUR LES 6 À 9 ANS.

LE LOUP DE PORCELAÏNE ET AUTRES CONTES DE MÉDIATHIQUES

Guy Jimenes, illustrations de Florence Koenig, 2011.
POUR LES 9 À 15 ANS.

LA DAME DES LIVRES

Heather Henson, illustrations de David Small, Syros, 2009.
UN ALBUM DESTINÉ AUX 8 À 10 ANS.

L'ENLÈVEMENT DE LA BIBLIOTHÉCAIRE

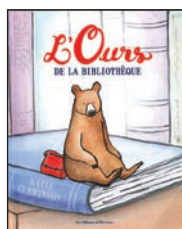
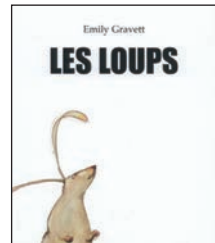
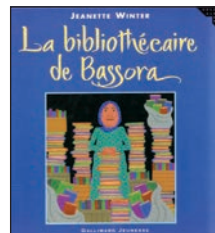
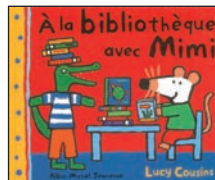
Margaret Mahy, illustrations de Quentin Blake, Gallimard jeunesse, 2002.
UN ROMAN À LIRE ET À RIRE DÈS 8 ANS.

LES LOUPS

Emily Gravett, Kaléidoscope, 2005.
POUR TOUS, DÈS 5 ANS.

L'OURS DE LA BIBLIOTHÈQUE

Katie Cleminson, Casterman, 2012.
POUR LES 3 À 6 ANS.



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 **20 DÉCEMBRE 2012**

- > 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

Pour retrouver ces livres et bien d'autres dans les Bibliothèques de Montréal, consultez www.bibliomontreal.com. Découvrez également son site jeunesse à www.bibliomontreal.com/bibliojeunes.

RÉPERTOIRES DES ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

MONTRÉAL

Aide aux devoirs

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/fr

BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES NATIONALES DU QUÉBEC

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

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

ENFANT & COMPAGNIE

514 327-8484 www.enfantetcompagnie.com

KUMON

Programme parascolaire de mathématiques et d'anglais De la pré-maternelle jusqu'au niveau pré-universitaire. 514 733-3889 www.fr.kumon.ca

LES ASSOCIÉS D'APPRENTISSAGE DE MONTRÉAL

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

PATRO LE PROVOST

pour les (6 - 11 ans) les mardis et mercredis de 15h à 17h. 514 273-8535 www.patroleprevost.qc.ca

SERVICE D'AIDE AUX DEVOIRS SUPERVISÉ

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

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

BALLET CLASSIQUE (MÉTHODE CECCHETTI)

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

BALLET CLASSIQUE

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

BALLET 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 ADOLESCENTS

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

BALLET POUR GARÇONS

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

BALLET POUR GARÇONS (10 À 15 ANS)

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

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

CAPOEIRA

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

CAPOEIRA

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

CAPOEIRA

L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours à des prix abordables. Au Centre de

loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

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 www.petitgym.com Au petit Gym de Pointe-Claire 514 695-7562 www.petitgym.com 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 8 ans) au Studio Caravane. Renseignements : info@bolly4kids.com ou au Studio caravane : 514 890-6055 www.bolly4kids.com

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 Lapière - 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 à 5 ans) En semaine 16h30 ou samedi matin. 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'École supérieure de ballet du Québec. 514 849-4929 www.esbq.ca

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 EXPRESSION

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

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

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 6 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

HIP HOP

Pour les 7 à 12 ans. L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis.
514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

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

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

www.montrealpourenfants.com



L'ACADÉMIE DE DANSE CLASSIQUE 33 années d'excellence

Directrice Artistique Linda Marchand
A.I.S.T.D. (Cecchetti)

- Ballet classique, danse contemporaine et ballet jazz
- Filles et garçons âgés de 4 ans et plus, niveaux débutants à avancés
- Classes spéciales de ballet pour adultes
- Enseignants certifiés de la méthode de ballet Cecchetti
- Spectacles de fin d'année produits professionnellement
- Situé en bordure du magnifique canal Lachine.
- Studio ensoleillés munis de barres, miroirs et piano.

**INSCRIPTIONS LE 6 ET 7 SEPTEMBRE DE 17H à 20H
514 695-7475**

**Enfin de
retour...
Tennis
CDL**

**Programmes récréatif et haute performance
pour les jeunes de 4 à 17 ans.**

**Ne tardez pas, inscrivez-vous maintenant, car les programmes
se remplissent rapidement.**

Pour plus d'informations :

Walter Weininger - ext: 201
walter@clubcdl.com



**514-735-CLUB
WWW.CLUBCDL.COM**

8305 Chemin Côte de Liesse
St-Laurent, Qc. H4T 1G5

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 Lapière 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 Lapière 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 Lapière 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 Lapière 514 521-3456 Montréal et ville Saint-Laurent.
www.danse-louiselapierre.qc.ca

PARENT-ENFANT

Bébé danse (autour d'un an) et Parents-enfants (autour de 2 ans) Académie de danse d'Outremont 514 276-6060

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

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

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

PROGRAMME PRÉPARATOIRE

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

PROGRAMME PROFESSIONNEL DANSE-ÉTUDES

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

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 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 12 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 Cepsium à l'université de Montréal 514 343-6150

JUDO

Pour les 6 à 11. L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

JUDO JEUNES ET ADOS

(10-14 ans et 14-17 ans)
Débutants, intermédiaires et avancés. Le Club de judo métropolitain 514 868.4011
www.clubjudo.com

JUDO

pour les (6 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 Karaté 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-Maisonneuve 514 255-4651

KARATÉ

Pour les 6 à 12. L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566 w www.miltonpark.org/fr

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 AcadKicks.
514 99-kicks www.acadkicks.com

TAEKWONDO (PARENT ET ENFANT)

Centre d'arts martiaux familial AcadKicks.
514 99-kicks www.acadkicks.com

TAEKWONDO

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

L'Académie de Musique de l'Ouest de l'Île

Enseigné par des
instructeurs professionnels
**Leçons de musique
Cours de Rock Band
et Récitals**

61 Place Frontenac, Pointe-Claire,
Tél: 514 505-6606 Fax 514 375-1054
info@westislandmusicacademy.com
www.westislandmusicacademy.com



Session d'automne
4 septembre
au 14 décembre

TAEKWONDO

Pour les (7-9) et (10-17 ans) Au Cepsum 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 Cepsum 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

ATELIER 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

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.infusart.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

ATELIERS

pour les 3 à 5 ans (parent-enfant)
Créations artistiques et artisanales à La cité des arts des enfants.
514 374-6378 www.citedesartsdesenfants.ca

CRÉATIONS ARTISTIQUES ET ARTISANALES

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

AVENTURE ARTISTIQUE

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

BANDE DESSINÉE

(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

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

2350 Dickson, Montréal www.horizonroc.com



ÉQUIPE DE COMPÉTITION

Journée sélection et information 25 août

ESCALADE

Essais • Cours • Programmes corporatifs

PROGRAMMES JEUNESSE, 5 ans et +

Prochaine session: 15 septembre

ACRO-PARC INTÉRIEUR

Tyrolienne de 25 m, ponts suspendus, câbles, billots...

Centre d'escalade
HORIZON



infos@horizonroc.com 514 899-5000

LE Petit Gym
the little gym



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

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

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

BB cardio

Centre spécialisé en mise en forme
Café et aire de jeux pour la famille
www.bebecardio.com
400, St-Jean, Longueuil, QC • 450-332-bébé (2323)

chez Bébé Cardio c'est la rentrée



Inscriptions dès maintenant

Cours pour maman, bébé et enfant

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 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

Pour les 6 à 18 et les 9 à 12. Au Centre de loisirs Multi-Ethnique St-Louis. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

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

Pour enfants et ados. L'école de couture Le Point d'Arrêt. Les élèves apprendront à faire un sac, un pantalon de pyjama, une jupe, un chandail à capuchon, un petit coussin, un petit ours en peluche. Montréal et Laval.
514 279-5894
www.ecolepointdarret.com

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

Cuisine

ADOS AUX FOURNEAUX

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

ATELIERS KUIZTO

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

ENFANT CHEF!

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

PARENT-ENFANT

Atelier pratique où vous apprendrez plusieurs techniques culinaires afin de recréer les recettes à la maison, en famille. pour les 8 à 12 ans. À l'académie culinaire. 514 393-8111 www.academieculinaire.com Ne manquez pas les ateliers thématiques : Halloween et Noël.

PETITS CUISINIERS

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

PETITS CUISTOTS

Cours pratique pour les 8 à 12 ans. À l'académie culinaire. 514 393-8111 www.academieculinaire.com Ne manquez pas les ateliers thématiques durant le temps de Noël.

PETITS CUISTOTS

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

Divers

APRÈS L'ÉCOLE

Activités pour les 7 à 12 ans : Au programme : céramique, papier mâché, musique. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccnrdg.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-Maisonnette 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

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 HABILETÉS 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 bijou en utilisant une sélection de cristaux et bijoux en verre. Chez Enfant & compagnie 514 327-8484

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.patroleprevost.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

SECOURISTE, SAUVETEUR ET MONITEUR

Formation pour les 13 ans et plus désirant 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

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. cours offerts par la Croix-Rouge au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123 www.ccnrdg.org

GARDIENS AVERTIS

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

GOLF

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

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

PATIN À ROUES ALIGNÉES, PATIN ACROBATIQUE, SKATEBOARD ET BMX.

Les leçons sont disponibles dans toutes les disciplines sur roues, pour tous les niveaux. Le TAZ, Roulodôme & Skatepark 514 284-0051 www.taz.ca

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

514 252-3033 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-Anthe 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 Cepsup à l'université de Montréal 514 343-6150

L'ÉCOLE DES PETITS GRIMPEURS

Cours d'escalade, exclusif aux jeunes de 5 à 15 ans qui désirent une formation en escalade. Débutants, intermédiaires et avancés. Amusement Action Directe. À Boisbriand. 450 688-0515 www.amusementactiondirecte.com

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

PROGRAMME SUR MESURE POUR LES ENFANTS AUTISTES

Amusement Action Directe. À Boisbriand. 450 688-0515 www.amusementactiondirecte.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 cangym. Au Gymnax au complexe Sportif Claude-Robillard 514 872-1536 www.gymnax.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

NOUVEAU & UNIQUE
AVENTURES ÉDITION

UNE LETTRE JUSTE POUR TOI! RETOUR À L'ÉCOLE!
La lecture en cadeau pour la rentrée scolaire!
Tous les enfants adorent recevoir du courrier.
Soyez original, offrez-leur un roman sous forme de lettre!

Visitez notre site internet et découvrez notre collection complète!
Plusieurs histoires sont disponibles selon l'âge de l'enfant.

www.UneLettreJustePourToi.com

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 AU SOL

Pour les 6 à 8 et les 9 à 12. L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

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 514 635-6888 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 514 635-6888 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) 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 Gymnix 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 Cepsun à l'université de Montréal 514 343-6150

GYMNASTIQUE SUR APPAREILS

Pour les (7-17 ans) Au Cepsun 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 Gymnix 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 Gymnix 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 Gymnix 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

Pour les (7-16 ans) Gymnastique Gadbois 514 872-3043 www.gymgadbois.com

SECTEUR COMPÉTITIF

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

CENTRE D'AMUSEMENT FAMILIAL

JUNGLE

AVENTURE • ADVENTURE™

NOUVEAUTÉ
Épicerie... faites vos emplettes comme Papa et Maman!

Fêtes d'anniversaire 25\$ de rabais
Sur les fêtes d'anniversaire de 10 enfants et plus au prix régulier. Sur présentation de ce coupon. Ne peut être jumelé avec aucune autre offre.
JUNGLE Exp. MPE 31 octobre 2012

5\$ de rabais sur une passe de saison
avant taxes.
Valide 3 mois après l'achat. Ne peut être jumelé à aucune autre offre.
JUNGLE Exp. MPE 31 octobre 2012

ENTRÉE 2 POUR 1
Sur admission générale seulement. Ne peut être jumelé à aucune autre offre.
JUNGLE Exp. MPE 31 octobre 2012

Galerias laval

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

Suivez nous sur:

Coupons non valid à partir de l'édition en ligne

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 Kindergym 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 Cepsum à l'université de Montréal
514 343-6150

TRAMPOLINE

Pour les (5-7 ans), (8-10 ans) et (11-14 ans)
Au Gymnix 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 seulément. 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

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 internationale 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

ANGLAIS

L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme communautaire à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

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.ccnldg.org

ESPAGNOL POUR ENFANTS ET ADOS.

À l'école internationale des langues des YMCA du Québec.
514 849-8393 ext.709 www.langues.com

FRAÇAIS 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, trompette.
À l'Académie de Musique de l'Ouest de l'Île.
514 505-6606
www.westislandmusicacademy.com/francais

Ateliers d'éveil musical et d'initiation à la musique

Bertille Tardif



Ces programmes permettront à votre enfant de s'initier au

- * Solfège (hauteur)
- * Rythme (durée, tempo)
- * Audition musicale (timbre, style)
- * Coordination motrice
- * Habiletés auditives
- * Habileté à socialiser
- * Connaissance de soi

aussi cours de chant et piano en privé

disponible pour Fêtes d'anniversaire

www.bertilletardif.com - 514 731-5820

Le Centre des Arts de Dollard

www.centreartdollard.com



COURS D'ART

Pour les enfants, les ados et les adultes!

Enseignés par des professionnels: dessin, peinture à l'huile et acrylique, techniques mixtes, argile, pastels, photographie, films d'animation, animation sur ordinateur, théâtre, pré-scolaire et camp d'été des beaux-arts (5 à 12 ans)

Les cours débutent le 24 septembre 2012

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



Chantez avec nous!

CHCEUR
des enfants de Montréal
Andrew Gray, Directeur artistique

3 Chœurs
Formation 5 à 7 ans
Junior 8 à 10 ans
Senior 11 à 18 ans

Répétitions au Centre communautaire NDG.
Pour plus d'informations, contactez-nous au:

450.458.7129

www.choeurdesenfantsdemontreal.com



www.zoenville.ca



Admirez la nature dans toute sa splendeur estivale!

Venez vivre des expériences fabuleuses, 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

CAZA AZAC

FRIPERIE

L'enfant d'O

ENFANT - MATERNITÉ - FEMME - JOUETS

ACHAT - VENTE - CONSIGNATION

LA PLUS GRANDE
sélection de vêtements
usagés dans un
GRAND éventail
de marques

Souris Mini Blu Catimini
Juicy Couture IKKS etc...

FRIPERIE.CA 4860 boul. des Laurentides
Laval, H7K 2J3
450-628-9999



Rossetti

À Montréal depuis 1951

Ballet Jazz - Cloquettes - Cirque
Danse Latines - Tango Classique
Salsa - Ballroom



ROSSETTI, fier collaborateur des arts de la scène Canadienne ainsi qu'un lieu incontournable pour tout ce dont vos enfants ont besoin :

Ajustements
Création uniques
Service personnalisé

3923, rue Saint-Denis, Montréal H2W 2M4
514 842-7337

ACADÉMIE DE MUSIQUE DE MONT-ROYAL

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

ACADÉMIE DE MUSIQUE KOSA
Piano, violon, guitare, tambours africains, brésiliens, cubains et haïtiens et plus encore
514 482-5554

BATTERIE

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

CLAVIER ET PIANO

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

CENTRE D'ÉTUDES MUSICALES PANTONAL

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

CHANT CHORAL

programme d'activités chorales adaptées 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.westislandmusicacademy.com/francais

COURS COLLECTIFS

pour les 5 à 7 ans. Programme basé sur les principes de pédagogies ORFF et Martenot ainsi qu'à l'apprentissage d'un instrument au niveau Préparatoire 1. À l'école préparatoire de musique de l'UQAM 514 987-3939
www.epm.uqam.ca

COURS COLLECTIFS

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

CHORALE

pour les (8 à 11 ans)
Répertoire classique, musique du monde et chant traditionnel.
Les petits choristes du Plateau. Au studio Bizz 514 849-4439

CHORALE PARENT-ENFANT

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

CHORALE PARENT-ENFANT

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

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

ÉVEIL MUSICAL

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

ÉVEIL MUSICAL

Pour les 3 à 6 ans
Apprentissage à l'aide des chants, danses, jeux. 514 731-5820 www.bertilletardif.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 3-4 ans à l'école préparatoire de musique de l'Université du Québec à Montréal. 514 987-3939 www.epm.uqam.ca

ÉVEIL MUSICAL

pour les 3 à 6 ans. 514 731-5820
www.bertilletardif.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

FLÛTE TRAVERSÈRE

Méthode Suzuki. Cours privés ou en groupe. Centre culturel de Pointe-Claire. 514 630-1220 www.ville.pointe-claire.qc.ca/fr

FORMATION AUDITIVE

Pour les (7-17 ans)
Le solfège, la dictée et l'étude de notions théoriques. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512
www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

FORMATION INSTRUMENTALE

Pour les (7-17 ans)
Cordes, vents, piano, guitare et percussion. Leçon individuelle ou de groupe. À la faculté de musique de l'Université de Montréal
514 343-7512
www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

FORMATION INSTRUMENTALE ET VOCALE

pour les jeunes et adultes à tous les niveaux À l'école préparatoire de musique de l'UQAM
514 987-3675

GROUPE ET ORCHESTRE

Pour débutant, intermédiaire et avancé - Tout âges. Académie de musique de Montréal 514 376-8742

GUITARE

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

GUITARE JAZZ, CLASSIQUE, ROCK
Académie de musique Kosa
514 482-5554

GUITARE ET PIANO
Cours privés et semi-privés
Au centre des Arts de Dollard
514 684-1012 poste 213
www.dollardartcentre.com

INITIATION À LA MUSIQUE
Pour les (5-6 ans) À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512
www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

INITIATION À LA MUSIQUE
pour les 4 à 8 ans
Apprentissage à l'aide des chants, danses, jeux. 514 731-5820 www.berlilletardif.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.berlilletardif.com

JEUNES AVENTURIERS
Cours d'initiation à un instrument. À la faculté de musique de l'Université de Montréal
514 343-7512
www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

JEUNES EXPLORATEURS
Cours d'exploration de six instruments. À la faculté de musique de l'Université de Montréal 514 343-7512
www.ecoledesjeunes.musique.umontreal.ca

L'OREILLE MUSCLÉE
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.ccnng.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

PERCUSSIONS
Ateliers familiaux 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.
Baratanga : 514 616-2308
www.baratanga.com

PIANO
Cours de piano, théorie musicale, formation auditive, lecture à vue. À l'école de piano NDG. 514 486-1812 www.pianondg.com

VIOLON
pour les 7 à 17 ans. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccnng.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-PRAIRES
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-Ormeaux.
514 684-0070

COURS DE NATATION POUR ENFANTS
L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours à des prix abordables. Contactez la Piscine Schubert au 514 313-9851
www.miltonpark.org/fr

COURS DE NATATION
Pour enfants âgés de 6 mois à 15 ans au Centre Y NDG. Renseignements et inscriptions: charlotte.smoley@ymcaquebec.org
514 486-7315

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

INITIATION À LA NATATION, PETITS NAGEURS ET PROGRAMME ÉTOILE
Pour les (6 à 17 ans)
Centre Y Cartierville 514 313-1047
Centre Y du Parc 514 271-3437
Centre Y Hochelaga-Maisonneuve 514 255-4651
Centre Y Notre-Dame-de-Grâce 514 486-7315
Centre Y Ouest-de-l'île 514 630-9622
Centre Y Westmount 514 931-8046
Centre Y Ville Saint-Laurent 514 747-9801
Centre Y Pointe-Saint-Charles 514 935-4711
Centre Y Centre-ville 514 849-8393
www.ymcaquebec.org

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
Centre Y Pointe-Saint-Charles 514 935-4711
Centre Y Centre-ville 514 849-8393
www.ymcaquebec.org

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
Pointe-aux-Trembles 514 642-6050

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE RIVIÈRE-DES-PRAIRES
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

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 pros. 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 et Pointe Claire
514 630 3993 www.orchard-house.ca

MATINÉES-JEUNES
Programme éducatif et culturel pour les 3 à 5 ans. Au centre communautaire Notre-Dame-De-Grace 514 484-6123
www.ccnng.org

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

AGENCE Thaly

- Maquillage • Airbrush
- Tatouage temporaire
- Sculpture de ballons
- Animations

agencethaly.com • info@agencethaly.com • 514 993-6179

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'écumuseum, parc-fauniqué 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

SOCCER POUR LES JEUNES
Pour les 6 à 8 et les 9 à 12. L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme communautaire à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566 www.miltonpark.org/fr

Tennis

ACADÉMIE DE TENNIS ET DE LA PSYCHOLOGIE DU SPORT (ATPS)
514 886-9929 www.tspsa.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 514 735-2582 www.clubcdl.com

BALLE
Pour les (7-9 ans) 3 niveaux. Au Cepsium 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 Cepsium 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-Sud, Rive-Nord 450 646-8698 www.tennisrivesud.com

Théâtre

ATELIERS DE PEINTURE ET THÉÂTRE
Ateliers d'expression artistique spontanée par la peinture et le théâtre afin de stimuler la créativité chez les enfants de toute âge. 514 507 2761 www.linfusart.com

ATELIER DE THÉÂTRE ET D'EXPRESSION CORPORELLE
pour les 8 à 12 ans et les 12 à 16 ans. À l'école de théâtre Rueé 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

PROGRAMME DE THÉÂTRE
Pour les jeunes de 12 à 25 ans. Black Theatre Workshop. 514 932-1104 poste 224.
www.blacktheatreworkshop.ca

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

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

Yoga

YOGA PARENT-ENFANT
Cet atelier ludique inclut des jeux sur la respiration et la pratique de postures de Yoga. Pour les 5 à 11 ans. Espace Shanti 514 996-0570 www.espaceshanti.com

YOGA 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 Vinyoga Lily Champagne
514 572-5474

YOGA POUR ENFANTS
Techniques yogiques et holistiques pour enfants. Katia Capparelli. 514 999-3602
www.katiacapparelli.com

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

YOGA POUR ENFANTS
Pour les 7 à 12. L'Association Récréative Milton-Parc est un organisme à but non lucratif qui offre de cours et d'activités à des prix abordables. Au Centre de loisirs Multi-Ethique St-Louis. 514 872-0566
www.miltonpark.org/fr

RIVE-NORD ET RIVE-SUD

Activités aquatiques

COURS PRIVÉS EN NATATION
Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

CLUB DE NATATION DE BOUCHERVILLE
450 449-8226

CLUB DE NATATION DE SAINT-LAMBERT
Pour les 4 mois et plus 450 923-6595

ÉCOLE PRÉPARATOIRE DE MUSIQUE DE L'UQAM

- ♫ Cours d'éveil musical pour enfants de 3 et 4 ans
- ♫ Cours selon la méthode Orff pour enfants de 5 à 7 ans
- ♫ Cours de formation musicale théorique, instrumentale et vocale pour jeunes et adultes
- ♫ Cours d'appoint pour l'admission aux niveaux collégial et universitaire (Programmes classique et pop jazz)
- ♫ Chorale parents-enfants
- ♫ **NOUVEAU** : Programmes pop jazz en piano, guitare et chant

www.epm.uqam.ca ♫ Courriel : dallaire.valerie@uqam.ca
Téléphone : 514 987 3939 ♫ 1440, rue St-Denis, Montréal, QC H3G 1R8

Cours de piano
Martine Savard, professeur
affiliée à l'École de musique Vincent d'Indy

enfants et adultes | ambiance détendue
tous les niveaux | tarifs raisonnables

☎ 514 - 486 - 1812
www.pianondg.com

CLUB DE NATATION DE LAVAL

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

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

MINI POLO

Initiation au Water Polo pour les 8 à 11 ans. 450 661-6001 poste 501

www.waterpololaval.com

NAGE SYNCHRONISÉE

Programme de sensibilisation à la nage synchronisée conçu par Synchro-Québec qui comprend 5 niveaux. Il offre les bases en nage synchronisée ainsi qu'en natation. Pour les 5 à 7 ans. 450 661-6001 poste 502

www.synchrolaval.com

NAGE SYNCHRONISÉE INITIATION

Ce programme vise l'apprentissage de la nage synchronisée dans un contexte progressif et par étape.

Pour les 8 à 10 ans. 450 661-6001 poste 502 www.synchro-laval.com

NAGE SYNCHRONISÉE – ADOS

Ce cours s'adresse aux adolescents qui veulent apprendre la nage synchronisée dans un contexte récréatif. Pour les 11 à 17 ans. 450 661-6001 poste 502

www.synchrolaval.com

NATATION PRÉSCOLAIRE ET JUNIOR

Pour les 2 à 5 ans et les 5 ans et plus. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)

www.peps.ulaval.ca

PLONGEON

Initiation et perfectionnement aux techniques de base des plongeurs. Pour les 5 à 8 et les 9 à 15. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)

www.peps.ulaval.ca

PLONGEON

Initiation et perfectionnement aux techniques de base des plongeurs. 450-664-0396

poste 241 www.plongeonlaval.com

WATER POLO

450 661-6001 poste 501

www.waterpololaval.com

WATER POLO DE LAVAL

450 688-4899 Au Collège Laval

275 rue Laval, Saint-Vincent de Paul

Activités sur glace

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 Club de patinage artistique Laval inc

450 661-1225 450 661-0264

www.cpalaval.qc.ca

KATIA CAPPARELLI



www.katiacapparelli.com

Institutrice de yoga spécialisée pour enfants.
Techniques yogiques et holistiques.

Également certifiée pour les enfants avec
déficit d'attention, autisme, trisomie 21, etc.

T 514.999.3602 • info@katiacapparelli.com
6856, boul. Saint-Laurent, suite 203
Montréal (Québec) H2S 3C7

LES BIENFAITS POUR LES ENFANTS :

- Respiration
- Relaxation
- Souplesse
- Routine
- Posture physique
- Condition physique
- Jeux
- Connection avec la nature
- Mode de vie
- Être bien dans sa peau
- Méditation
- Karma Yoga

Naturino

Chaussures pour enfants-junior, tailles 18 à 40

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



Gymnastique Automne 2012

Gym-libre
8, 15, 22 septembre et 15 décembre de 9h à 12h
Coût: 5\$/enfant de 2 à 7 ans avec parent

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

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

Inscription en ligne www.gymnix.com
Complexe Claude-Robillard – 514.872.1536
1000, ave Emile-Journault, Montréal

Le tour du monde de Karibou*
Programme d'activités motrices pour les 1 à 4 ans accompagné d'un parent.

* Au YMCA Ahuntsic-Cartierville: 11885, boul. Laurentien, Montréal

Vous avez chanté tout l'été...
et bien dansez maintenant ! 40^e saison

Louise Lapierre
DANSE
40 ans de renouveau

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Jazz • Funky-Hip-Hop
- Contemporain • Ballet
- Baladi • Claquette
- Pilates • Danse créative
- Parent-Enfant • Multi-Danses
- Camps de jour Artistiques et plusieurs stages ...

PROGRAMME SPÉCIAL COURS POUR GARÇONS
Inscription maintenant
Classe d'essai gratuite

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

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE LES LAMES D'ARGENT DE LAVAL
450 628-8114 www.leslamesdargent.org

CLUBS DE PATINAGE DE VITESSE
450 901-0202

Secteur St-François: poste 4 (Aréna St François)
Secteur Fabreville: poste 2 (Aréna Richard Trottier)
Secteur Ste-Dorothee: poste 1 (Aréna Samson)
Secteur Vimont / Auteuil: poste 3 (Aréna Cartier)
Secteur Laval des rapides / Pont Viau: poste 3 (Aréna Lucerne)

HOCKEY LAVAL

Pour garçons et filles (4 à 20 ans)
450 661-0811 poste 254 info@hockeylaval.com www.hockeylaval.com

PATINAGE POUR LES

(4 ans et plus) Cours d'apprentissage des techniques de base du patinage visant l'assimilation par le jeu. Aréna Michael-Bilodeau.
Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

PATINAGE ADAPTÉ

Ce programme a pour but d'initier au patinage les enfants vivant avec des difficultés motrices ou neurologiques avec un entraîneur professionnel par groupe de 3 à 5 enfants maximum. Aréna Michael-Bilodeau.
Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

PATINAGE ARTISTIQUE

Association artistique régionale des patineurs de Laval. 450 622-6339 www.aarpl.qc.ca

PATINAGE DE VITESSE

Association régionale de patinage de vitesse de Laval 450 901-0202 www.patinlaval.org

PATINAGE POUR ADOLESCENTS DÉBUTANTS

(12 à 17 ans) Apprentissage des techniques de base du patinage adapté aux ados. Aréna Michael-Bilodeau. Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

PATINAGE PARENTS-ENFANTS ET PRÉ-DÉBUTANTS

2 1/2 à 5 ans. Les plus jeunes doivent être accompagnés d'un parent sur la glace. Aréna Michael-Bilodeau. Infos : 450 653-2443 poste 2864 à St-Bruno

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

RINGUETTE

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

RINGUETTE

Longueuil Filles à partir de 4 ans 450 442-0808

Aide aux devoirs

PROGRAMME PARASCOLAIRE DE MATHÉMATIQUES ET D'ANGLAIS

De la pré-maternelle jusqu'au niveau pré-universitaire. Kumon. Rive Nord – Rive Sud. 514 733-3889 www.fr.kumon.ca

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 MONTRÉGIE

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)

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

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
Lieu des cours : 3275 av Malo Brossard

KENDO

Art martial japonais basé sur l'utilisation du sabre (Shinai). Il diffère par sa forme et ses déplacements de l'escrime d'origine occidentale. Pour ados. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377) www.peps.ulaval.ca

KYO SHI DO KAN (JUDO, LAVAL)

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

Athlétisme

VOLET INITIATION

Pour les 8 à 12 ans. Club d'athlétisme dynamique de Laval. 450 666-4330 www.athletismelaval.qc.ca

VOLET COMPÉTITION

Le but du volet compétition est d'offrir aux athlètes un service d'entraînement complet afin de réaliser des objectifs de performances. Pour les 8 ans et plus. 450 666-4330 www.athletismelaval.qc.ca

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. Bricolage en Fête (Brossard) 514 910-2535

INITIATION ET EXPLORATION DU DESSIN

pour les (6 ans et plus)



**MINI GOLF 3D
GRATUIT!**
Avec tout nos
forfaits de fêtes
et admission
générale*

Venez découvrir nos nouveautés!!!



Bientôt

À Laval seulement

450.688.9222 • 3925, boul. Curé-Labelle, Chomedey, Laval
450.462.2111 • 2975, boul. Moise-Vincent, Saint-Hubert

*Sur présentation de ce coupon. MINI GOLF 3D GRATUIT! Avec tout nos forfaits de fêtes et admission générale. Expire le 31 décembre 2012.



Professeurs qualifiés
et diplômés



ÉCOLE INTERNATIONALE
DE LANGUES YMCA

1440, rue Stanley
5^e étage, Montréal, Qc
514 849-8393 ext. 1400
info@ymcalangues.com
www.ymcalangues.com

Métro Peel, sortie Stanley

COURS D'ANGLAIS

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

Prochaines sessions :
8 septembre au 1^{er} décembre 2012
12 janvier au 30 mars 2013



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

COURS D'ESPAGNOL

Pour les jeunes de 9 à 17 ans
Samedi de 10h à 13h
Durée : 7 semaines

Prochaines sessions :
8 septembre au 20 octobre 2012
3 novembre au 15 décembre 2012



Alexander von Humboldt
école allemande internationale

- École privée trilingue
- Pré-maternelle à la 12e
- Suit le curriculum allemand tout en incorporant les prérequis du Québec
- Programme de sciences bilingue (allemand et anglais)
- Cours de français pour langue maternelle et langue seconde
- Aide aux devoirs
- Environnement international et multiculturel
- Service de garde matinal et programme après-midi
- Aucun certificat d'admissibilité requis



PORTES OUVERTES
vendredi le 12 octobre 2012
de 9h à 16h

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

École des Arts et musique de Rosemère
450 621-8380

PICASSO À VOS PINCEAUX

une aventure artistique 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

VOLET INITIATION

Pour les 8 à 12 ans. Club d'athlétisme dynamique de Laval. 450 666-4330 www.athletismelaval.qc.ca

VOLET COMPÉTITION

Le but du volet compétition est d'offrir aux athlètes un service d'entraînement complet afin de réaliser des objectifs de performances. Pour les 8 ans et plus. 450 666-4330
www.athletismelaval.qc.ca

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

PROGRAMME RÉCRÉATIF

Association régionale de basketball de Laval Courriel: presidentnerree@gmail.com ou info@basketball.ca 450 664-1917 poste 303 www.basketlaval.com

PROGRAMME RÉCRÉATIF

Association de basketball de St-François 450 736-3004 Courriel: eric.absf@hotmail.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

Pour enfants et ados. L'école de couture Le Point d'Arrêt. Les élèves apprendront à faire un sac, un pantalon de pyjama, une jupe, un chandail à capuchon, un petit coussin, un petit oursin en peluche. Laval. 514 279-5894
www.ecolepointdarret.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

BALADI

Académie de danse Rive-Sud. 450 332-2774
www.danzafuzion.com

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

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

BREAK-DANCING

Académie de danse Rive-Sud. 450 332-2774
www.danzafuzion.com

CAPOEIRA DÉBUTANT

Mélange d'art martial et de danse brésilienne qui développe souplesse, coordination et sens musical. Pour les 7 à 11 ans. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377) www.peps.ulaval.ca

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

CLAQUETTES

Académie de danse Rive-Sud. 450 332-2774
www.danzafuzion.com

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 créatifs. 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 Lapière 514 521-3456 maintenant 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 450 914-0535
Au petit gym de St-Bruno 450 441-1GYM

MULTIDANSE

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

DANSE CRÉATIVE

Exploration corporelle, danse, rythme et chorégraphies créatives. Pour les 3-4 ans et 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

DANSE ET MUSIQUE

Cours d'exploration et d'initiation musical par la danse, les rythmes, les instruments, le chant et la musique. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323
www.bebecardio.com

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 principalement 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 Lapière 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

HIP-HOP

Débutant, initié, intermédiaire et avancé. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

INITIATION À LA DANSE

Pour les (3-5 ans)
Par des jeux stimulants et des exercices amusants.
À l'école de danse Louise Lapière 514 521-3456
Maintenant à Laval, Brossard et Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

JAZZ ET PRÉ-BALLET

(5 1/2 ans et plus) À l'école de danse Claude Pilon. À Laval : 450 669-0769

JAZZ-FUNKY

À l'école de danse Louise Lapière 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 Lapière 514 521-3456
Maintenant à Laval, Brossard et Repentigny
www.danse-louiselapierre.qc.ca

MULTIDANSE

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

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 Lapière 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 Lapière 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 expérience 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

SALSA KIDZ

Académie de danse Rive-Sud. 450 332-2774
www.danzafuzion.com

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

ZUMBA

La Zumba est une danse latine aérobie sur de la musique entraînante. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

ZUMBATOMIC

Académie de danse Rive-Sud. 450 332-2774
www.danzafuzion.com

ZUMBATOMIC

Pour les 4 à 9 ans. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323
www.bebecardio.com

Divers

BADMINTON

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

CARDIO-VÉLO

Pour ado (14-16 ans) débutant, initié et intermédiaire. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

CHEERLEADING

(pour les 3 à 12 ans) De la danse, des culbutes, des cascades, 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

CHEERLEADING

Débutant et initié (9-11 ans); intermédiaire et avancé (12-14 ans) Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

DÉVELOPPEMENT DES HABILETÉS 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

GOLF

Débutant, initié et intermédiaire. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

GIRL GUIDES

pour les 5 à 17 ans (Saint-Bruno)
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

JUDO

Débutant et initié (7-14 ans); intermédiaire et avancé (14-16 ans) Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

L'ART DU CIRQUE

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

LE MANIEMENT DES POI

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



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

Période d'inscriptions
en ligne dès maintenant
www.gymgadbois.com

Forfaits de fêtes d'enfants
disponible en fin de semaine
Entraînement libre pour les adultes en soirée
info@gymgadbois.com

514.872.3043
Marché Atwater, 155 Greene 2^{ème} étage, Montréal

GYM GADBOIS



ATELIERS ÉDUCATIFS D'EXPLORATION ARTISTIQUE
Groupes d'enfants : de 1 à 2 ans de 3 à 5 ans et de 6 à 9 ans

Inscrivez votre enfant dès maintenant!

514-374-6378
www.citedesartsdesenfants.ca
info@citedesartsdesenfants.ca



LA CITÉ DES ARTS des enfants

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

ENTREPÔT MONI
DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER

UNIFORMES D'ÉCOLE DE QUALITÉ

Prix à partir de :
Polos 7\$ • Tuniques 18\$ • Shorts 4\$
Pantalons 10\$ • Molletons 12\$
Pantalons coton ouaté 6\$

514-273-2544 ou en ligne au
www.monioutlet.com
1000, ave Beaumont (Métro Acadie)
Lundi au vendredi 9h à 16h
Samedi 10h à 14h
(stationnement gratuit)

SPÉCIAL
ARGENT COMPTANT
ÉPARGNEZ 10%
SUR TOUT ACHAT DE
50,00 \$ ET PLUS

Offre valide jusqu'au
30 septembre 2012



RUGBY

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

TRAMPOLINE

pour garçons et filles de 4 à 17 ans
Bout'chou, débutant, avancé et compétitif.
Au Club Quadrotamp à Saint-Bruno. Infos :
450 461-2255www.quadrotamp.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
Rabastière 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

ESCALADE

Débutant, intermédiaire, avancé et premier
de cordée. Service des activités sportives,
Université Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.ca

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 pôle 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 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 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,
tred'équilibre, barres asymétriques, cheval,
trampoline, trampolnette).
au pôle 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.letourdumondedekarihou.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 compétitif au Club de gymnastique
Laval Excellence 450 669-4966
www.lavalexcellence.ca

TRAMPOLINE

Débutant, initié, intermédiaire et expert.
Service des activités sportives, Université
Laval. 418 656-PEPS (7377)
www.peps.ulaval.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 www.st-bruno.ca
ou 450 653-2443 poste 2862

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.conservatoiredemusiquedubecbecoleprivee.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

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

GUITARE 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.conservatoire-demusiquedubecbec.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

CARREFOUR MULTISPORTS

Renseignements au 450 687-1857 poste 374 www.carrefourmultisports.com

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

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 325
www.carrefourmultisports.com

COMPLEXE SPORTIF LONGUEUIL

450 679-6131

COMPLEXE TENNIS 13

À partir de 4 ans. (Laval)
450 687-9913 www.tennis13.com

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

MINI-TENNIS

Pour les 6 à 8 ans. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377) www.peps.ulaval.ca

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.
www.sani.ca

TENNIS

Débutant, initié, intermédiaire et avancé. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377) www.peps.ulaval.ca

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-Sud, Rive-Nord 450 646-8698 www.tennisrivesud.com

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

Tir à l'arc

CLUB DE TIR À L'ARC

Les Archers Fabreville Ste-Rose Inc. 450 622-9147

CLUB LES ARCHERS DE ST-HUBERT

info@archersdesthubert.ca
www.archersdesthubert.ca

LE CLUB DE TIR À L'ARC DE LAVAL L'ARCHERIE D'AUTEUIL

450 625-6428 www.archerieauteuil.org

LES ARCHERS DE LAVAL-OUEST

info@lesarcherslavalouest.org
www.lesarcherslavalouest.org

Yoga

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 ENFANTS

Pour 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 MASSAGE MANDALA

Découvrir le Yoga tout en s'amusant. Service des activités sportives, Université Laval. 418 656-PEPS (7377) www.peps.ulaval.ca

YOGA PARENT-ENFANT

Le cours de yoga parent-enfant est conçu pour vous permettre d'explorer différentes dimensions du yoga avec votre enfant tout en vous amusant. Pour les 5 à 9 ans. Au Centre Yoga Santé (Laval) 450 622-9642

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

YOGA PARENT-ENFANT

Chez Yoga-B à Saint-Lambert 450 672-3259
www.yoga-b.ca

L'enfantillon
maternité • enfant

2 concepts au même endroit!
Vêtements pour enfants 0 à 10 ans
Échantillons de créateurs • Européen et Québécois

Maternité
Un endroit branché, pour l'originalité que vous recherchez!
Située à Laval au 3280, boul. St-Martin Ouest
450 978-9199 • www.lenfantillon.com



ÊTRE PARENT ET ENTRAÎNEUR

savoir transmettre sa flamme

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

«Au début, j’accompagnais mon fils au hockey et je me disais que je serais plus heureux sur la glace que dans les estrades, alors j’ai proposé au gérant de l’équipe de m’inscrire parmi les entraîneurs adjoints. Mais on m’a répondu que ce n’était pas possible parce que l’entraîneur-chef venait de partir! Alors, pour que l’équipe puisse continuer, on m’a proposé de le remplacer.» Cette proposition est alors devenue le début d’une belle aventure, où Alexandre a pu devenir un personnage unique auprès de son fils William, mais aussi de beaucoup d’autres enfants, durant un moment irremplaçable de leur vie.

UNE PASSION FAMILIALE

Mais s’il est devenu, par son implication, un être unique pour les jeunes de son patelin, son histoire n’en est pas moins des plus communes dans les équipes de sport amateur : «Surtout lorsqu’il est question d’une petite ligue locale, les parents qui veulent que

leur enfant joue se retrouvent souvent à se demander “Qui va le faire, cette année ?” Alors, celui qui se sent le plus habilité a tout avantage à le faire, s’il veut que ce soit bien fait», raconte Jean Côté, professeur en psychologie du sport à l’Université Queen’s, en Ontario.

Les parents s'impliquent alors pour donner un meilleur accès à leur enfant et aux autres à une activité où ils auront l'occasion de bouger et de s'amuser. Mais pour Alexandre comme pour bien des parents entraîneurs, le désir d'une grande complicité a aussi joué un rôle dès le départ : « C'est certain que je voulais aider, mais honnêtement, si j'en ai fait si longtemps, c'est parce que j'avais une motivation plus égoïste. J'adorais faire une activité qui me passionne avec mon enfant. C'est certain qu'il faut être équitable avec tous les enfants, mais il reste que nous sommes ensemble. »

Madeleine Hallé, psychologue principale en performance au Cirque du Soleil, souligne que les enfants ne se font pas prier non plus pour jouer avec leurs parents, d'autant plus que les enfants d'entraîneur sont souvent baignés dans l'atmosphère sportive depuis leur plus jeune âge : « Imaginez pour un enfant le plaisir de pouvoir dire "Mon père est avec moi, on partage les mêmes goûts, on joue ensemble"; au début, c'est presque une lune de miel. Après, tout dépend ce que l'on en fait, mais je connais aussi des situations où, même à travers les difficultés, la complicité s'est maintenue durant 3 ou 4 ans. »

Mais qu'est-ce qui pourrait ainsi menacer l'harmonie de ce projet idyllique? Premièrement, il faut être prêt à y consacrer le temps. Pour Alexandre, même dans sa ligue amicale bien organisée de tout-petits à Ahuntsic, l'engagement n'était pas négligeable : « Nous avons un à deux entraînements par semaine et un à deux matchs par semaine. Pour les matchs, tous les enfants sont présents parce que c'est ce qui les motive le plus, mais pour les entraînements, pas toujours. Mais moi, je dois assister à toutes ces sessions et arriver une demi-heure avant, pour accueillir les joueurs et tout préparer ...et partir une demi-heure après, pour m'assurer que tous les parents sont venus chercher leur enfant. [...] Finalement, il faut être prêt à consacrer 3 heures pour chaque heure d'entraînement et au moins 5-6 heures par semaine pour accompagner son équipe. »

Cet investissement s'accroît à mesure que les enfants avancent en âge, que les niveaux augmentent et que les tournois se multiplient : en plus du temps consacré à l'équipe proprement dite, les entraîneurs sont souvent incités par leur équipe de quartier à acquérir une formation reconnue par le Programme national de certification des entraîneurs (PNCE). Cette certification, dont le premier niveau est ouvert à tous, peut être acquise en une fin de semaine et aide à acquérir, en plus des techniques, des notions de psychologie et de comportements plus professionnels.

Lorsqu'une famille se retrouve ainsi avec non pas un, mais deux passionnés du sport ou plus à son actif, toute la dynamique familiale finit par s'en ressentir, comme c'est le cas lorsqu'un ou des jeunes poursuivent un parcours sportif d'élite. Joëlle Carpentier, étudiante au doctorat à l'Université de Montréal et consultante en psychologie sportive, évoque à ce propos le concept de la « famille athlétique » : « Il est encore difficile de trancher si cette mobilisation est saine ou malsaine pour la famille, mais une chose est certaine : si le père ou la mère s'investit, en plus, dans l'entraînement, ce parent risque de s'impliquer et d'impliquer davantage toute sa famille dans le sport. »

Un des grands défis de ces familles athlétiques devient alors celui de maintenir une équité pour les frères et sœurs sans pour autant, souligne madame Carpentier, faire trop d'ombres aux autres aspects de la vie de famille : « Souvent, le parent entraîneur finit par se concentrer sur un enfant alors que l'autre parent s'occupe des autres, ce qui n'est pas nécessairement la solution idéale parce qu'au contraire, pour que la famille demeure soudée, la dyade entraîneur entraîné a tout avantage à inclure le conjoint aux activités et aussi à préserver d'autres moments

ensemble, hors du sport. » La stratégie se complexifie encore lorsque l'activité ne correspond pas aux valeurs de l'ensemble de la famille et que l'investissement dans le sport suscite des critiques, de part et d'autre. Si des enfants qui se retrouvent au centre de cette action peuvent être perçus comme privilégiés, le fait de prendre conscience des sacrifices qu'ils imposent peut parfois créer chez eux une certaine obligation de performance qui gâche le plaisir.

Madeleine Hallé a pu néanmoins observer que, dans plusieurs cas, cette mobilisation est gérée de façon fort heureuse : « Si l'enfant sait susciter l'intérêt de ses frères et sœurs en leur demandant "Vas-tu venir me voir?", cela peut créer une énergie très positive pour le groupe. » Alexandre a su convaincre sa famille qu'ils y trouveraient leur compte : « Mon épouse était même contente parce que c'était moi qui faisais le taxi pour toutes les pratiques. Ça prend un peu plus de temps, mais cela reste une activité de famille qui ne coûte pas vraiment plus cher que d'avoir un enfant qui joue. [...] Pour la famille élargie aussi, nos activités sportives ont été une façon de se rapprocher. Après un match, on continuait la soirée dans un bon resto avec les oncles, les tantes et les grands-parents qui y avaient assisté. Le moment le plus difficile, finalement, a été lorsque tout a été terminé. J'avais pris l'habitude d'organiser mon temps en fonction des pratiques. »

Les parents entraîneurs peuvent aussi être davantage portés que les autres familles à en parler et à multiplier les préparations entre les matchs ou à se retrouver pour faire leur activité favorite au parc entre deux entraînements officiels. « Si l'enfant le demande, pourquoi pas? Mais si c'est le parent entraîneur




Stewart Hall
176, ch. du Bord-du-Lac
Lakeshore, Pointe-Claire

Centre culturel de Pointe-Claire
Tél. : 514-630-1220 – www.ville.pointe-claire.qc.ca

INSCRIVEZ-VOUS POUR SEPTEMBRE : 514-630-1220
Appelez nous dès aujourd'hui pour prendre un rendez-vous



Flûte traversière et violon
Profitez-en pour la vie!
Professeurs hautement qualifiés • Méthode Suzuki
Cours privés et en groupe • Pour les 4 ½ à 99 ans





Prémamanuelle culturelle bilingue
Apprendre en s'amusant
Learning Through Play
Pour les 3 à 5 ans • Du lundi au jeudi de 9h00 à 11h30
Apprentissage culturel avec des animateurs spécialisés en art, théâtre, musique et danse. Téléphonnez pour une visite privée.

Ballet classique
Méthode de danse Cecchetti
Pré-ballet au niveau VIII • Professeurs qualifiés
Un pianiste accompagne chaque cours
Infos et inscription : Jeudi 30 août de 18h30 à 20h30



qui le propose régulièrement, cela peut devenir exigeant pour l'enfant», croit Joëlle Carpentier. Mais il n'est pas toujours évident, pour un parent et son enfant, de mettre de côté la passion qui les unit. Alexandre en sait quelque chose : «Parfois, il venait voir quand je préparais les entraînements. Il me disait "Je vais te le préparer, ton entraînement, papa" et il ajoutait un peu plus de jeu, un peu moins de techniques. C'est sûr que ça ne m'aidait pas vraiment, mais j'essayais de garder quelques-unes de ses idées pour lui faire plaisir.»

Joëlle Carpentier considère par ailleurs que le parent doit veiller à ce que les autres aspects de la vie de l'enfant ne soient pas trop envahis, surtout à un jeune âge, et qu'ils demeurent valorisés et investis, afin que la passion demeure constructive : « Garder une passion "saine" signifie que l'on garde la maîtrise sur le temps, l'argent, l'énergie, enfin tout ce que l'on investit dans ce qui nous tient à cœur parce que l'on sait que notre vie continue hors de cette activité. À partir du moment où, au contraire, la personne se définit par ses performances dans des sports, souvent compétitifs, lorsqu'un échec survient, ce n'est plus seulement une partie de soccer ou de baseball qui est perdue, mais toute une estime de soi qui vient d'être remise en cause.» Et l'habitude d'attirer l'attention ou l'affection par la performance peut aussi finir par faire tache d'huile sur les autres aspects de la vie : « On remarque que certains enfants prennent l'habitude de se sentir obligés de performer partout », renchérit-elle.

DES MODÈLES ENTRAÎNANTS

D'ailleurs, lorsque papa ou maman entraîne, les défis sont loin d'être seulement du côté de l'enfant et des matchs gagnés; le parent aussi doit faire ses preuves, en ce qui a trait à la technique, mais aussi aux regards d'une équipe de parents suspicieux qui craignent que le petit dernier de l'entraîneur soit plus favorisé que les autres : « Les enfants de l'entraîneur aussi peuvent craindre d'être traités différemment. Que ces jugements soient pertinents ou non, leur impact n'est pas toujours facile à négocier. En tant que parent, il aura aussi sans doute davantage d'affinités avec certains parents, avec qui il aime sortir durant ses temps libres, par exemple, mais cela non plus ne devrait pas paraître sur le terrain », conseille Jean Côté.

Pourtant, contrairement à ce que peuvent imaginer certains parents, Joëlle Carpentier constate que les enfants d'entraîneurs sont loin d'être toujours les plus gâtés sur le terrain : « Les parents, plus habitués avec leur enfant, ont parfois moins tendance à mettre leurs gants blancs qu'ils ne le font avec les autres pour lui parler. » Mais, note également Madeleine Hallé, l'enfant, de son côté, connaît bien son parent aussi et, auprès de lui, le parent n'a

pas la même aura d'entraîneur que pour ses petits camarades. Il n'en sent pas moins une certaine responsabilité accompagnant le privilège d'avoir papa ou maman avec lui sur le terrain : « Il sait que les autres le voient un peu comme le représentant de l'entraîneur et il peut se sentir l'obligation d'être plus discipliné, presque irréprochable, comme un aîné qui doit donner l'exemple. Cela ne doit pas être évident si l'entraîneur n'est pas aimé. »

Alexandre considère toutefois qu'il n'est pas toujours évident de faire preuve d'une parfaite impartialité dans les règlements qu'il applique lorsqu'il sait que les enfants ne sont pas totalement responsables de leur dérogation aux règlements : « On demande aux enfants d'arriver une demi-heure à l'avance, mais certains arrivent toujours en retard et on ne sait pas trop s'ils vont venir. Les règles sont claires, mais est-ce que je peux vraiment blâmer l'enfant qui ne les suit pas ? »

Ainsi, le reconnaît Madeleine Hallé, les entraîneurs de quartier se retrouvent avec la tâche de mener vers la victoire non seulement une équipe d'enfants, mais aussi toute l'équipe parentale qui doit amener et motiver les enfants avant chaque partie ou même apporter son soutien moral durant un match difficile. Mais, renchérit-elle aussi, un tel esprit « entraîneur », lorsqu'il a atteint son but, peut contribuer au dynamisme d'une équipe à bien des niveaux : « Les parents qui veulent appuyer l'entraîneur peuvent le faire par la recherche de commanditaires, en faisant bien circuler l'information ou simplement à la manière dont ils concilient leur emploi du temps aux pratiques. » En général, croit Madeleine Hallé, les parents entraîneurs ne le sont pas parce qu'ils sont des passionnés du coaching avant tout : « À force de côtoyer les jeunes et de travailler fort avec eux, des liens d'attachement viennent se tisser. » De même si le parent entraîneur a fait le premier pas au départ pour son enfant, il n'est alors pas rare qu'au bout du compte, il y trouve son propre réseau d'appartenance, à travers la fédération sportive, mais aussi avec le groupe de parents qui se serrent les coudes autour des activités et des réussites de leurs enfants.

Afin de se donner toute les chances d'en arriver à un meilleur esprit d'équipe et à plus de cohérence, Jean Côté encourage les entraîneurs à mettre au clair les règles et les valeurs prônées par l'équipe dès le départ : « Certains entraîneurs vont jusqu'à faire signer une entente avec les parents sur les principes de base. Un bon entraîneur est avant tout celui qui sait créer un environnement équitable et ludique et, lorsqu'il doit régler des tensions, est en mesure de rappeler directement le règlement auquel il fait référence. Mais s'il n'en a pas parlé avant, c'est difficile. » Dans ces moments de dialogue, indique Madeleine Hallé, le fait d'être parent soi-même peut devenir un atout de taille : « Le fait de pouvoir puiser dans sa propre expérience parentale donne souvent



COURS DE CIRQUE
ENFANTS | ADULTES

Trapèze, Trampoline
Acrobatie, Jonglerie

SESSION AUTOMNE 2012
15 septembre au 7 décembre
Inscription 4 au 15 septembre
Sur place ou par la poste :
5190, boul. LaSalle, Verdun, QC H4H 1N8
Par courriel :
info@e-cirqueverdun.com

514-768-5812 • Documents disponibles en ligne : e-cirqueverdun.com



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**

à l'entraîneur une crédibilité que n'aurait pas aussi facilement un jeune de 16-17 ans.» Et pour Alexandre, cette référence à son «expertise de parent» se fait tout naturellement : «Lorsque j'arrive sur la glace, avec mes jeunes, je veux du respect et de l'équité, un peu comme je l'exige de mon fils à la maison, lorsqu'il est avec ses amis ou ses cousins. Quand je rencontrais les parents avant la saison et [que] j'échangeais avec eux sur mes valeurs, cela les rassurait parce que c'est ce qu'ils veulent retrouver aussi, pour leurs enfants.»

L'ENTRAÎNEMENT À L'AUTONOMIE

Ces mises au point sont d'autant plus importantes que les manières d'accompagner les sportifs varient d'un parent à l'autre et que derrière les règles et les valeurs officielles de responsabilité, d'honnêteté et de respect de l'adversaire, que l'entraîneur se fait demander d'imposer, d'autres pressions peuvent aussi se faire sentir. Celles-ci peuvent provenir de l'entourage du parent ou de la fédération sportive, ou même d'autres parents qui sont influencés par le modèle du sport professionnel où la violence est souvent plus tolérée. Lorsque cette ambition devient trop forte ou que les valeurs ne correspondent plus à celle du parent entraîneur, les spécialistes suggèrent à celui-ci de se respecter avant tout et de renoncer à son rôle d'entraîneur, une situation qui peut susciter beaucoup d'ambivalence : «Lorsque la situation se présente, les parents me répondent parfois "Mais si je ne suis plus là, un autre ne fera peut-être pas mieux ?", parce qu'ils sont conscients de leur rôle de protection envers leur enfant. Il vaudrait alors mieux envisager l'idée de s'orienter, avec son enfant, vers une autre équipe», rapporte Joëlle Carpentier.

Jean Côté fait néanmoins remarquer, à ce propos, que les ligues que l'on retrouve maintenant dans les différents quartiers, organisées en fédérations sportives, sont loin d'être les seules avenues possibles pour faire du sport et même pour y acquérir un haut niveau de performance : «Les enfants ne veulent pas prendre le temps de maîtriser la technique et pas nécessairement faire de la compétition : ils veulent jouer, compter des buts. Mais en cours de route, en s'amusant et pour mieux marquer des points, la technique finit par entrer, peut être mieux. Des études scientifiques démontrent d'ailleurs que les plus grands athlètes proviennent le plus souvent de petites villes, où les sports s'apprennent souvent dans les rues, sans les parents. Idéalement, je crois qu'il faudrait créer pour les jeunes sportifs des environnements où, contrairement aux sports professionnels, on essaie de relâcher l'emprise le plus possible pour laisser les enfants s'amuser à leur manière

et être créatifs. Lorsque les enfants se battent ou s'isolent, il faut intervenir; mais sinon, en quoi serait-il problématique que les plus jeunes apprennent au contact des plus vieux?»

Alexandre remarque qu'en effet, le travail d'entraîneur oblige à se plier à une routine, ce que les enfants ne font pas toujours de gaieté de cœur. Mais l'idée que l'on puisse considérer des parents comme trop impliqués dans le sport le fait quand même réagir : «Non, je crois qu'on ne l'est jamais trop, surtout lorsqu'on est entraîneur. C'est évident que tu dois rester juste. Mais c'est l'implication des parents et des bénévoles, le nombre et le temps consacré qui donnent du poids aux démarches d'une équipe et même qui colorent un quartier. C'est important pour sa famille, et pour les autres aussi.»

Joëlle Carpentier croit également qu'encadrement et épanouissement peuvent faire bon ménage, en outillant également les parents dans leurs efforts pour évaluer, motiver et amener l'enfant vers l'autonomie et la réalisation de ses propres ambitions : «C'est à travers un mode de fonctionnement et de communication structuré qu'on parvient à démontrer à l'enfant "Tu vas prendre des chemins qui ne sont pas les miens, mais je vais t'accompagner là-dedans et je vais te donner les meilleurs moyens pour atteindre tes objectifs."» Toutefois, reconnaît madame Carpentier, cette solution demande beaucoup d'abnégation et de force de caractère de la part de l'entraîneur : «Parce que c'est malheureusement avant tout par les réussites de ses athlètes que l'entraîneur parvient à briller et ce sont surtout ceux qui ont accompagné leur équipe vers la victoire dont on se souvient. Qui se souvient d'un entraîneur en disant : "Lui, il a su rendre ses athlètes heureux?"» Mais la pression, admet Alexandre, peut aussi venir de l'intérieur et du désir de voir s'illuminer le visage d'une quinzaine de jeunes gagnants : «J'ai adoré être entraîneur, de manière générale, mais il est certain que les meilleurs moments dont on se souvient sont les victoires : les jeunes sont tellement heureux et puis cela prouve que nos entraînements ont porté fruit et que les jeunes sont toujours motivés. On se sent responsable de cette motivation aussi parce que réussir à convaincre des parents et des enfants de se présenter à 7 heures du matin parce que c'est le seul moment où on a trouvé une glace pour pratiquer son coup de patin, ce n'est pas toujours évident.»

Les parents autant que les entraîneurs ont donc intérêt à se préparer également à la possibilité d'un échec et surtout, explique Joëlle Carpentier, à éviter de présumer que ce que nous considérons comme un échec sera ressenti de même par l'enfant : «L'enfant est une personne à part entière, avec ses émotions, ses intérêts. Si une petite fille aime le patin artistique à cause de la musique et du froufrou des robes plutôt que pour la performance du coup de patin, c'est bien aussi. Mais selon la

D
S
Q

 **Cours d'allemand pour les enfants, les adolescents et les adultes !**

Pré-inscription le 6 septembre de 19H à 20H
Inscription le 8 septembre

Nos écoles du samedi offrent des cours permettant aux participants de s'initier à la langue allemande, d'approfondir ou de perfectionner leurs connaissances.

Venez apprendre l'allemand le samedi de 9h à 12h

Centre : 450 670-5473
Rive Sud : 450 678-1445
Ouest de L'île : 514 457-3782

www.ecolesallemandes.org



WIMINI MONDE, 1-2 ans
BOUTS D'CHOUX, 2-3 ans • Ballet, 3-6 ans
KINDERGYM, 3-5 ans • Super Kinder 4 1/2-6 ans
TRAMPOLINE ET ACROBATIE, 5-15 ans
PROGRAMME RÉCRÉATIF, 5-15 ans

INSCRIVEZ-VOUS POUR NOTRE SESSION D'AUTOMNE DÈS MAINTENANT!

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

perspective et selon ce que l'enfant a l'impression, lui, d'avoir réussi, il ne réagira pas forcément de la même façon que l'adulte. En voulant protéger nos enfants contre une déception anticipée, on peut en venir, malgré soi, à imposer ses propres sentiments. » L'expérience a également prouvé à Alexandre que de trop s'acharner à décortiquer un échec est rarement utile : « Parfois, on vit des défaites, même des défaites cuisantes. Alors, ce qui fonctionne le mieux est de leur demander "Pourquoi, à votre avis, on a perdu ?" Ça permet de les faire participer, et ça, c'est important... mais finalement, on doit aussi trouver quelques points positifs pour que les enfants repartent heureux chez eux. De toute façon, ce n'est pas la peine de trop insister sur les points à améliorer parce que lorsqu'on y revient, la semaine suivante, avant un match, on se rend compte que la plupart ont oublié et qu'il faut répéter. »

Dans ce contexte, pour le parent qui a dû apprendre à se comporter en entraîneur qui évalue et traite chacun impartialement, parvenir à se déconditionner en un quart de tour à la fin d'une compétition exige un... entraînement, difficile, mais nécessaire, surtout avec un enfant encore trop jeune pour faire vraiment la distinction entre les deux rôles. Il faut donc une complicité, déjà bien établie avec son enfant, afin d'éviter qu'il revienne en se demandant pourquoi les autres de son équipe sont accueillis par leur parent après une défaite, mais que lui continue à se faire demander comment mieux performer.

Toutefois dans la mesure où le parent reste centré sur les progrès plus que sur les résultats, la fierté qu'il peut trouver à voir son enfant évoluer peut se maintenir, même si le grand talent n'est pas toujours au rendez-vous, nuance madame Carpentier. Elle suggère que de ramener l'enfant à lui peut être une bonne façon de lui montrer concrètement que l'on accepte son sentiment, que l'on est là et que la vie, hors du sport, continue. « En l'écoutant, on l'amène aussi à trouver ses propres solutions pour accepter la défaite. Ils en trouvent toujours et finissent par en trouver et oublier, surtout pour les plus jeunes, dont le réseau de socialisation de l'école n'a habituellement rien à voir avec celui du sport. » Selon Madeleine Hallé également, parvenir à dompter ainsi sa peur de l'échec et à remettre les choses en perspective est un atout incontournable du jeune athlète : « Un entraîneur généralement ne rechercherait pas un athlète qui n'a jamais vécu d'échec parce que c'est un élément très formateur pour lui qui lui permettra de surmonter les prochains obstacles aussi. »

Mais vient un moment où le parent doit admettre qu'il doit passer le relais pour l'entraînement de son enfant, la plupart du temps lorsque celui-ci grandit et se joint à une équipe plus avancée, le plus souvent à l'âge des confrontations de l'adolescence. Et si, dans la plupart des cas, le parent admet que ses limites sont dépassées, le fait de ne pas en être conscient se manifeste souvent par des tensions qui peuvent aussi être ressenties à la maison, un deuil qui peut ensuite se poursuivre par une rivalité avec le nouvel entraîneur : « Tous les entraîneurs vivent cette impression lorsque leur athlète va vers quelqu'un d'autre et qu'ils ont à se demander "Que fait-il vraiment de mieux que moi, celui-là ?" Alors, imaginez comment cela peut être plus fort encore pour l'entraîneur qui est parent, en plus », ajoute madame Carpentier. « Pourtant, précise-t-elle, le parent peut continuer à entraîner d'autres enfants et à soutenir le sien. Si l'enfant a évolué vers un calibre plus élevé, il a encore besoin du soutien du parent, même s'il se situe moins sur le plan technique : le rôle du parent ne fait que se transformer. »

L'acceptation n'est toutefois pas plus simple lorsque l'enfant est en âge d'affirmer ses propres désirs et que ceux-ci ne vont plus dans le sens de la passion du parent. Ce dernier doit parfois renoncer à quelques rêves, voire aux aspirations de carrière sportive qu'il avait pour son enfant. Pour Alexandre aussi, même si la fin a été difficile à admettre, le jeune athlète qu'il a été a su lui aussi grandir et apprendre de ses expériences et il ne regrette en aucun cas ce moment intense où il a pu aider son enfant à développer son potentiel : « Vers la fin, je l'ai poussé un peu. Mais j'étais convaincu que d'être dans une équipe était une très bonne chose pour lui. Je me dis que ce n'est pas perdu. Quand j'avais son âge, j'en ai fait, puis j'ai arrêté et aujourd'hui, j'ai encore autant de plaisir à en faire. Ce que tu apprends à cet âge-là, ça te reste toute ta vie. »

MERCI À :

JOËLLE CARPENTIER, étudiante au doctorat à l'Université de Montréal et consultante en psychologie sportive

JEAN CÔTÉ, professeur en psychologie du sport à l'Université Queen's - Kingston.

MADELEINE HALLÉ, psychologue principale en performance au Cirque du Soleil

ALEXANDRE, père de William et ancien entraîneur de hockey

L'illusion, Théâtre de marionnettes
présente

Les habits neufs

Du 9 au 21 octobre 2012



Studio-théâtre de L'illusion
783 rue de Bienville
(5 min. du ☺ Mont-Royal)

2 ans et plus

Réservation: 514-523-1303 – illusiontheatre.com

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 : 220\$ (5 à 12 ans)
235\$ (3-4 ans)
Session : 12 cours de 1h30 pour les 3 à 12 ans - groupes selon l'âge
DÉBUT DES COURS : 15-16 septembre 2012
Lieu : 2275, St-Joseph Est

Inscriptions et informations
514 543.1243

L'agenda ESSENTIEL

Pour les mamans et les femmes

Le gestionnaire de la famille et de la maison « **Agenda Essentiel** » a été créée par une femme, pour les femmes, et développée par Amyuni Technologies, une entreprise de développement logiciel établie à Montréal. www.amyuni.com



AMYUNI

Technologies

Prenez le contrôle de votre vie de famille dès ce début d'année scolaire grâce à notre logiciel de gestion de la famille et de la maison :

L'Agenda Essentiel

Pour avoir le contrôle sur votre vie et profiter de l'essentiel en ne perdant plus de temps à réunir toutes sortes d'informations utiles pour le bon déroulement de la vie de tous les jours, notre gestionnaire de la famille et de la maison l'Agenda Essentiel est l'outil précieux qu'il vous faut. Gardez le lien de votre vie année après année. Au fil des saisons, au fil des années, faites défiler vos journées et celles de vos enfants dans votre Agenda Essentiel.

Visitez notre nouveau site : www.pourlesmamansetlesfemmes.com

Disponible dès maintenant ! Prix : 80 \$

Pour en savoir plus ou pour commander, communiquez avec Anabelle :
anabelle@amyuni.com • 514 868.9226 ext. 202

On sort! On s'amuse!

EN COURS...

VISITES EN TRAIN BALADE

Jusqu'au 13 octobre
Montez à bord du train balade électrique pour une visite historique animée. Durée 30 minutes. Tous les dimanches et jours fériés de beau temps. À 14h, 15h et 16h. Adulte 8,50\$; Étudiant/ainé 6,50\$; 4 ans et moins gratuit; famille 24\$.
Au parc-nature de l'Île-de-la-Visitation, 10897, rue du Pont.
Renseignements : 514 280-6709
514 850-4222

LOCATION D'EMBARCATIONS

Située au pied du pont piétonnier Atwater et en bordure de la piste cyclable du Canal de Lachine, Aventures H2O propose la location de pédalos deux ou quatre places, bateaux électriques, kayaks (solo) ou (tandem) et canots rabaskas, permettant ainsi aux visiteurs d'admirer la ville le long de l'historique canal de Lachine. Cours d'initiation. Ouvert jusqu'à la fin septembre.
Renseignements : 514 842-1306
www.aventureh2o.com

VISITE À LA FERME ÉCOLOGIQUE

À tous les jours
Étable, clapier, poulailler, mare aux oies, aires de jeux. De 10 h à 16h30, tous les jours. À la ferme écologique du parc-nature du Cap-Saint-Jacques au 183, chemin du Cap-Saint-Jacques à Pierrefonds. Gratuit mais il y a des frais de stationnement.
Renseignements : 514 280-6743
Balade en carriole (\$) et carrousel de poney (\$) Fins de semaine seulement

ATELIERS DE PERCUSSION

Activités artistiques familiales parent et enfants. Offertes en demi-journées. Chez Eureka. Renseignements : 514 279-0312 www.eureka-adi.ca

L'ODYSSÉE DES MONARQUES

Les 18, 19, 25 et 26 août et 1, 2, 3 septembre
Chaque année, les visiteurs sont conviés à assister à l'étiquetage et à la relâche des papillons monarques. Pour ces insectes migrants, c'est le début d'un long voyage vers le sud. À 13h30 et 15h30 (annulé en cas de pluie) À l'Insectarium de Montréal, 4581, rue Sherbrooke Est.
Renseignements : 514 872-1400

JOURNÉES PORTES OUVERTES

Le samedi 25 août et dimanche 26 août
Le Château Ramezay, musée et site historique de Montréal vous ouvre ses portes gratuitement. De 10 h à 18 h. au 280, rue Notre-Dame Est au Vieux-Montréal. Renseignements : 514 861-3708
www.chateauramezay.qc.ca

APPRENTI ANIMALIER

Le 27, 28 et 29 août
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. Activité bilingue. De 9h à 16h. 60\$ par enfant. Au zoo Ecomuseum, 21 125, chemin Sainte-Marie, Sainte-Anne-de-Bellevue. Réservation requise : 514-457-9449 www.zooenville.ca

SEPTEMBRE

DÉJEUNER AVEC LES LOUTRES

Le samedi 1er septembre en français
Le samedi 8 septembre 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 loutres de l'écomuseum et de les nourrir vous-mêmes! À 8h. Réservation requise. Coût : 25\$. Renseignements : 514-457-9449 ou www.zooenville.ca

ARTS MARTIAUX PARENT-ENFANTS

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

L'HEURE DU CONTE

Les samedis et les mardis
Heure du conte pour les 3 à 5 ans et leurs parents. Au menu : des histoires hautes en couleur, mais aussi des projections, des surprises, des jeux, des bricolages... De 10h30 à 11h30. Gratuit. Au Théâtre Inimagimô de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités - Billetterie. 514 873-1100

APPRENTI ANIMALIER BOUTS DE CHOUX

Le dimanche 2 septembre en français
Le dimanche 9 septembre en anglais
Les 3 à 6 ans, en compagnie d'un zoologiste, prépareront les repas des animaux, en nourriront plusieurs et feront des activités d'enrichissement pour les animaux. De 13 h à 16h. 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

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). Renseignements : 514 398-4086

CRÉATIONS ARTISTIQUES ET ARTISANALS

Ateliers hebdomadaires, chacun inspiré d'une discipline artistique ou artisanale. Pour les 6 à 9 ans. Les vendredis de 18h à 19h45. À la cité des arts des enfants. Renseignements : 514 374-6378
www.citedesartsdesenfants.ca

LA MAGIE DES LANTERNES

Du 7 septembre au 4 novembre
Pour la 20e édition de la Magie des lanternes le Jardin botanique de Montréal, nous a préparé le « Le banquet céleste ». Cette exposition nous fera admirer le Jardin de Chine illuminé et transformé par des centaines de lanternes aux formes et aux couleurs spectaculaires ! À tous les jours, jusqu'à 21 h. Au 4101, rue Sherbrooke Est. Pour tarifs et renseignements : 514 872-1400 ou visitez www.espacepourlavie.ca

PETIT RENARD

Le 8, 9, 15 et 16 septembre
Un animateur vous raconte une légende du Québec puis vous invite à bricoler un souvenir. Atelier de



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.

DIMANCHE : (9H À 17H) 2 septembre, 7 octobre, 4 novembre et le 2 décembre 2012
Disponible en anglais, le dimanche (9H à 17H) 9 septembre, 14 octobre, 11 novembre, 9 décembre 2012
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

création pour les 3 ans et plus. À 14 h, au Musée des maîtres et artisans du Québec, 615, avenue Sainte-Croix, Ville Saint-Laurent. 14\$ par famille de 4 personnes. Réservations au 514 747-7367 poste 7204

GYM-LIBRE

Le samedi 8 et 15 septembre
Activités de gymnastique libre pour les 2 à 7 ans accompagnés d'un parent. Grands parcours - trampoline. Supervision par entraîneurs certifiés. 5\$ par enfant, de 9 h à midi. Au club Gymnix du complexe sportif Claude Robillard, 1000, Émile Journault. Renseignements : 514 872-1536 www.gymnix.ca

LES TANDEMS DU DIMANCHE

Des ateliers artistiques qui s'adressent à tous. Familles, jeunes et moins jeunes sont invités à créer à partir d'un thème choisi. 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 accompagnés d'un adulte) 185, rue Sainte-Catherine Ouest. Renseignements : 514 847-6226 www.macm.org

THÉÂTRE LA ROULOTTE - PETER PAN

Le dimanche 9 septembre
Cette pièce de théâtre musicale se veut un mélange festif de clown, de théâtre d'objets et de musiques éclatées afin d'honorer l'esprit ludique et sauvage du Peter Pan qui vit en chacun de nous. Une adaptation libre et clownesque de Félix Beaulieu-Duchesneau. Gratuit. À 14h. À l'Esplanade de la Place des Arts. Renseignements : www.laplacedesarts.com/pda-evenement

PORTES OUVERTES SUR LES FERMES

Le dimanche 9 septembre
Visites guidées dans plus de 100 fermes réparties à travers le Québec, dégustations de produits régionaux, animation pour les enfants. Gratuit. De 10h à 16h. Pour obtenir tous les détails entourant la 10^{ème} édition des Portes ouvertes sur les fermes visitez www.portesouvertes.upa.qc.ca

LE MONDE DE CRÉATURES FANTASTIQUES

Le dimanche 9 septembre
Atelier découverte pour les 6-9 ans. À 14h. À l'atelier de créativité de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Gratuit. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités - Billetterie. 514 873-1100

ESPÈCES DE COURGES!

Du 15 septembre au 4 novembre
Découvrez le monde inusité des cucurbitacées grâce à l'exposition Espèces de courges! présentée gratuitement dans le Jardin du Gouverneur du Château Ramezay. Renseignements: 514 861-3708 www.chateauramezay.qc.ca

LES VOLCANS

Le dimanche 16 septembre
Les enfants découvriront tout au sujet des volcans et pourront créer leur propre éruption volcanique lors de cet atelier découverte. À 12h30, 14h et 15h30, pour tous les âges. 7\$ par enfant, bricolage inclus, gratuit pour les parents. Au musée Redpath (campus de l'Université McGill). Réservations au 514 398-4086 poste 4092

DANCE BOLLYWOOD

Le dimanche 16 et 30 septembre
Atelier de danse Bollywood pour parent-enfant (3 à 8 ans) au Studio Caravane, 903, rue St-Zotique Est, (métro Beaubien). À 10 h. 10\$ pour (parent-enfant). Renseignements : info@bolly4kids.com ou au Studio caravane : 514 890-6055 www.bolly4kids.com

APPRENTI ANIMALIER

Le samedi 22 septembre en français
Le dimanche 23 septembre 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. Au zoo Ecomuseum. Pour horaire et tarif : 514-457-9449 www.zooenverville.ca

UNE HISTOIRE DONT TU ES LE HÉROS

Le samedi 22 septembre
Au cours de cet atelier-découverte, les 10 à 13 ans pourront incarner un de leurs personnages préférés de la littérature jeunesse dans une aventure trépidante inspirée de Donjons et Dragons. De 14 h à 15 h. Gratuit. Au Théâtre Inimagimô de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer, visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités - Billetterie. 514 873-1100

LES CAFÉS SCIENTIFIQUES

Le samedi 22 septembre
Trouvez la réponse à ces questions et bien plus avec des conférenciers, tout en observant la migration des oiseaux depuis la rivière des Mille Îles à bord d'un rabaska. De 9 h à midi. Au Centre d'interprétation du Parc de la Rivière-des-Mille-Îles. Gratuit. Réservations : 450 622-1020, poste 227

MICHEBELLE

Le 22, 23, 29 et 30 septembre
Un animateur vous raconte une légende du Québec puis vous invite à bricoler un souvenir. Atelier de création pour les 3 ans et plus. À 14 h, au Musée des maîtres et artisans du Québec, 615, avenue Sainte-Croix, Ville Saint-Laurent. 14\$ par famille de 4 personnes. Réservations au 514 747-7367 poste 7204

L'AMÉLANCHIER

Le dimanche 23 septembre
Un spectacle musical, poétique et émouvant adapté du célèbre roman,

Ouverture sept. 2013

Inscrivez-Vous maintenant!

talents123
CENTRE ÉDUCATIF

- Programme éducatif exclusif
- Activités enrichies
- Gymnase et centre d'exploration intérieurs
- Environnement Écologique
- Nourriture Biologique
- Activités de fin de semaine

Enfin la garderie que vous recherchiez!

Centre Le Village
40, Place du commerce, suite 7
Île-des-Sœurs, QC H3E 1J5

www.talents123.ca
facebook.com/talents123
514-303-4140 info@talents123.ca

espace pour la vie montréal
insectarium
jardin botanique

Le Grand Bal des citrouilles
du 4 au 31 octobre

facebook twitter youtube
Pie-IX espacepourlavie.ca

lu avec finesse et passion par la comédienne Johanne Marie Tremblay, accompagnée sur scène par Étienne Loranger et ses mélodies enchantées. Pour les 8 ans et plus. À 11 h, au piano noble. À la Place des Arts, 175, rue Sainte-Catherine Ouest. 10\$ par personne. Renseignements : 514 842-2112
www.laplacedesarts.com

LES JOURNÉES DE LA CULTURE

Les 28, 29 et 30 septembre
Les Journées de la culture, c'est 3 jours d'activités gratuites et ouvertes à tous qui visent à favoriser un plus grand accès aux arts et à la culture. Programmation en ligne au
www.journeesdelaculture.qc.ca

ATELIER D'INTRODUCTION À LA CALLIGRAPHIE

Le samedi 29 septembre
L'art de la belle écriture : atelier d'initiation à la calligraphie. De 14h à 15h30. À la Bibliothèque La Petite-Patrie, 6707 av. de Lorimier. Réservation requise : 514 872-1733

LES SPLOUFONAI ET L'AVALEUR DES VIOLONS

Le vendredi 28 septembre
Conte kamishibai fantastique suivi d'un atelier de bricolage pour les 3 à 6 ans. De 10h30 à 11h30. À la Bibliothèque Saint-Henri, 4707 rue Notre-Dame O. Renseignements : 514 482-2670

CONTES ET CROISSANTS

Le samedi 29 septembre
Contes et croissants pour les tout-petits (3 à 6 ans) et leurs parents. De 11h à midi à la bibliothèque Hochelaga, 1870 rue Davidson. Gratuit.
Réservations : 514-872-8017

ATELIER D'ÉVEIL MUSICAL

Le samedi 29 septembre
Éveil musical pour les 4 à 6 ans avec des animateurs passionnés. Pour les 4 à 6 ans, de 14h à 15h. À la Bibliothèque Maisonneuve, 4120 rue Ontario E. Gratuit.
Réservation requise : 514-872-4213

CHARLOT ET LE CINÉMA MUET

Le samedi 29 septembre
Du cinéma muet au piano parlant : performance musicale sur le 7e art. De 14h à 16h Au Centre culturel de Verdun, 5955 rue Bannantyne. Gratuit.
Réservation requise : 514 765-7150

DESSINE UN MONSTRE À QUATRE MAINS, DEUX CRAYONS!

Le samedi 29 septembre
Atelier de création de monstres sympathiques ou terribles. Pour les 3 à 6 ans accompagnés d'un parent. À 14h. Gratuit. À la Librairie Paulines, 2653 rue Masson. 514 849-3585

DANSE HIP HOP

Initiation à la danse hip-hop, plaisir garanti. De 15h30 à 17h. Au centre communautaire Patro Le Prévost,

7355 av. Christophe-Colomb. Gratuit.
Renseignements : 514 273-8535 (Ext 225)

ATELIER DE XYLOPHONE

Le samedi 29 septembre
Atelier de création musicale en groupe avec des xylophones. Pour les 3 à 6 ans. De 10h à 11h et de 13h30 à 14h30. Jeunesses Musicales du Canada, 305 av. du Mont-Royal E. Gratuit. Réservation requise : 514 845-4108 Ext 221

THÈME LIBRE, AVEC L'ATELIER SKÜLPT

Le samedi 29 septembre
Atelier d'expérimentation sur la mosaïque pour les 7 à 12 ans. De 13h à 16h. à l'Atelier Skulpt, 500 rue Fullum, local 303. Gratuit. Réservation requises: 514 872-1730

MA MUSIQUE EN BD

Le samedi 29 septembre
Création d'une partition musicale sous forme de bande dessinée. Pour les 7 à 12 ans. De 14h30 à 15h30. Gratuit. À la Bibliothèque de Parc-Extension, 421 rue St-Roch. Réservations : 514-872-6071

DÉCOUPAGE DE PAPIER

Le samedi 29 septembre
Exploration de l'art traditionnel chinois du papier découpé. Activité bilingue pour les 7 à 12 ans. De 10h30 à 11h30 et de 14h à 15h. À l'École chinoise de Brossard 3055 boul. Rome Brossard. Gratuit. Réservation requise : 514 716-9632

RÉALISATION D'UN FILM ANIMÉ EN 3D

Le 29 et 30 septembre
Initiation à la technique image par image (stop motion) en 3D. Pour les 7 à 12 ans. De 10h à 11h30 et de 13h30 à 15h au Centre des loisirs de St-Laurent, rue Grenet. Gratuit. Renseignements : 514 716-5961

TON HISTOIRE EN MUSIQUE

Le dimanche 30 septembre
Atelier de création d'œuvre musicale en groupe pour 7-12 ans. De 13h30 à 14h30. À Jeunesses Musicales du Canada, 305 av. du Mont-Royal E. Gratuit. Réservation requise : 514 845-4108 Ext 221

LUMIÈRE SUR LA MARIONNETTE!

Le dimanche 30 septembre
Atelier-spectacle axé sur le plaisir de jouer. Théâtre de marionnettes pour les enfants. À 10h. Au Studio-théâtre L'illusion, 783 rue de Bienville. Gratuit. Réservation requise : 514 523-1303

ATELIER MUSIQUE EN BD

Le dimanche 30 septembre
Création d'une partition musicale sous forme de bande dessinée. Pour les 7 à 12 ans. De 14h à 15h30 À la Bibliothèque de Kirkland, 7100 boul. Hymus à Kirkland. Gratuit. Réservations : 514 630-2719



MONTRÉAL
**FESTIVAL
DU NOUVEAU
CINÉMA**
10 > 21 OCT. 2012

Les P'tits Loups

Section jeunesse
Du nouveau cinéma
pour les enfants

NOUVEAUCINEMA.CA



Boutique **Nic & Luc**
For kids from 0 to 12 years old Pour enfants de 0 à 12 ans

Vêtements, accessoires, jouets et cadeaux...

5490 Ch. Queen-Mary, Montréal 514.439.9928
www.nicetluc.com
Boutique en-ligne

PAPIER MÂCHÉ ET PEINTURE

Le dimanche 30 septembre
Atelier utilisant le papier mâché avec de la peinture. Pour les 7 à 12 ans. Activité bilingue de 12h30 à 14h à la Galerie Mile End, 5345 av. du Parc. Gratuit. Réservations : 514 271-3383

À LA DÉCOUVERTE DE LA MUSIQUE

Le dimanche 30 septembre
Atelier d'éveil musical pour les 3 à 6 ans. Au Centre culturel Georges-Vanier. De 10 h à midi, 2450 rue Workman. Gratuit. Renseignements : 514 931-2248

ON DANSE AVEC LES PETITS!

Le dimanche 30 septembre
Atelier de danse créative pour les 3 à 6 ans. De 10h à midi. Au Centre culturel Georges-Vanier. De 10 h à midi, 2450 rue Workman. Renseignements : 514 931-2248

TON HISTOIRE EN MUSIQUE

Atelier de création d'œuvre musicale en groupe. Pour les 3 à 6 ans. De 10h à 11h. À Jeunesses Musicales du Canada, 305 av. du Mont-Royal E. Gratuit. Réservations requises : 514 845-4108 Ext 221

ATELIER DE CRÉATION

Atelier de création thématique pour les 4 à 12 ans. De 13h30 à 16h30. Au Centre d'exposition du Vieux-Presbytère, 15, rue des Peupliers à Saint-Bruno. Gratuit. Renseignements : 450 441-8331

LES MÉTÉORITES

Le dimanche 30 septembre
Découvrez la différence entre les météores et les météorites lors de cet atelier découvert. À 12h30, 14h 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 au 514 398-4086 poste 4092

LES AVENTURES DU BARON DE CRAC

Le dimanche 30 septembre
Théâtre et marionnettes pour jeune public par la Troupe Marie Stella. De 13h30 à 14h30. Au Centre

socioculturel de Brossard au 7905 av. San-Francisco. Gratuit. Réservation requise : 450 923-6333

KAGUYAHIME-PRINCESSE DE LA LUNE RACONTÉ

Le dimanche 30 septembre
Version racontée du ballet inspiré de la princesse Kaguya avec le groupe de percussions Arashi Daiko. Spectacle pour les 5 ans et plus. À 15h. Billets 4\$. À l'auditorium de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer, visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités – Billeterie. 514 873-1100

L'EXPÉDITION DE LA RYTHMOBILE

Le dimanche 30 septembre
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 11 h vous assistez au concert au piano noble. À la Place des Arts, 175, rue Sainte-Catherine Ouest. Renseignements : 514 842-2112 www.laplacedesarts.com Ce spectacle gratuit est présenté dans le cadre des journées de la culture. Les places sont limitées.

OCTOBRE

L'HEURE DU CONTE

Les samedis et les mardis
Heure du conte pour les 3 à 5 ans et leurs parents. Au menu : des histoires hautes en couleur, mais aussi des projections, des surprises, des jeux, des bricolages... De 10h30 à 11h30. Gratuit. Au Théâtre Inimagimô de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités – Billeterie. 514 873-1100

DÉJEUNER AVEC LES LYNX

Le samedi 6 octobre en français
Le dimanche 14 octobre 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 de l'écomuseum et de les nourrir vous-mêmes! À 8h.

Réservation requise. Coût : 25\$. Renseignements : 514-457-9449 ou www.zooenligne.ca

KAGUYAHIME-PRINCESSE DE LA LUNE RACONTÉ

Le dimanche 7 octobre
Version racontée du ballet inspiré de la princesse Kaguya avec le groupe de percussions Arashi Daiko. Spectacle pour les 5 ans et plus. À 15h. Billets 4\$. À l'auditorium de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités – Billeterie. 514 873-1100

HABITS NEUFS DE LA RYTHMOBILE

Du 9 au 21 octobre
Une couturière farouille dans ses coffres pour en sortir rubans, fils et bobines. Elle tisse alors l'histoire d'un empereur vaniteux à qui le sort réserve une drôle de surprise... Spectacle pour les deux et plus. Les samedis et dimanches à 9h30 et 11h. L'illusion, Théâtre de marionnettes. Pour horaire et tarifs : 514 523-1303 www.illusiontheatre.com

LES P'TITS LOUPS

Du 10 au 21 octobre
Lors du prochain Festival du nouveau cinéma, une des sections sera consacrée à la jeunesse : Des films (courts et longs métrages) s'adressent aux jeunes de 3 à 12 ans et aux familles, et sont diffusés en matinées et les fins de semaines. Horaires et tarifs au www.nouveaucinema.ca

LE MONDE DE CRÉATURES FANTASTIQUES

Le samedi 13 octobre
Atelier découverte pour les 6-9 ans. À 14h. À l'atelier de créativité de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Gratuit. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités – Billeterie. 514 873-1100

CORBEAU

Du 13 au 27 octobre
Cette création nous présente la symbolique du cycle de la vie, représentée, dans la mythologie amérindienne, par l'oiseau. Spectacle pour les 4 à 9 ans. À la maison théâtre,

245, rue Ontario Est, Montréal. Horaire et tarifs au : 514 288-7211 www.maisontheatre.com

UNE HISTOIRE DONT TU ES LE HÉROS

Le dimanche 14 octobre
Au cours de cet atelier-découverte, les 10 à 13 ans pourront incarner un de leurs personnages préférés de la littérature jeunesse dans une aventure trépidante inspirée de Donjons et Dragons. De 14 h à 15 h. Au Théâtre Inimagimô de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités – Billeterie. 514 873-1100

DANCE BOLLYWOOD

Le dimanche 14 et 28 octobre
Atelier de danse Bollywood pour parent-enfant (3 à 8 ans) au Studio Caravane, 903, rue St-Zotique Est, (métro Beaubien). À 10 h. 10\$ pour (parent-enfant). Renseignements : info@bolly4kids.com ou au Studio Caravane : 514 890-6055 www.bolly4kids.com

CIEL VARIABLE

Le dimanche 21 octobre
Spectacle pour les 5 ans et plus. À 15h. Billets 4\$. À l'auditorium de l'espace jeunes de la Grande Bibliothèque. Au 475, boul. De Maisonneuve Est. Pour des laissez-passer visitez : www.banq.qc.ca et cliquez sur Activités – Billeterie. 514 873-1100

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



GOLDTEX
Magasin d'entrepôt
Qualité et choix à prix abordable

Vêtements d'école et toute autre occasion pour filles et garçons de toute âges

Venez voir. Laissez les experts chez Goldtex prendre soin de vos besoins.

Lun. 10h à 17h Jeudi 10h à 18h
Mardi 10h à 17h Ven. 10h à 18h
Mer. 10h à 17h Sam. 9h à 17h

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



Centre de la Fluidité Verbale de Montréal
CENTRE DE LA FLUIDITÉ VERBALE DE MONTRÉAL
MONTREAL FLUENCY CENTRE

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
- Bégaiement

Services bilingues offerts

***Bourses disponibles pour l'intervention**

514.489.4320
www.montrealfluency.com/fr



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

Avec nos tout-petits!

ATELIER LANGAGE DE SIGNES POUR BÉBÉ

514 777-8085
www.bouddhablanc.com

ATELIER LANGAGE DE SIGNES POUR BÉBÉ

Chez la source en soi.
Téléphonez pour horaire et
tarifs : 514 750-3735

BÉBÉ CARDIO POUSSETTE

Ce cours est conçu pour les
nouvelles mamans qui désirent
maintenir leur condition phy-
sique ou se remettre en forme
après l'accouchement tout
en profitant du beau temps
extérieur. Chez Bébé Cardio, à
Longueuil,
450 332-2323
www.bebecardio.com

CANTIAMO E BALLIAMO IN ITALIANO

Les tout-petits apprendront
des nouveaux mots en Italien
à travers des histoires, des
chansons et des danses. Pour
les 0 - 5 ans. Chez Enfant &
compagnie. 514 327-8484
www.enfantetcompagnie.com

COMPLEXE AQUATIQUE DE L'ÎLE SAINTE-HÉLÈNE

Installations de pointe offrant
une baignade en eau tempérée.
Cette piscine, dotée d'un accès
en pente douce et jeux d'eau,
est idéale pour les familles.
Du 20 août au 9 septembre :
de 15 h 30 à 19 h. du lundi au
vendredi. Et de 11 h à 16 h, les
fins de semaine.
(2 ans et moins) : gratuit; (3
à 13 ans) 3 \$; (14 ans et plus)
6 \$; Famille : 15 \$. Services
: vestiaires, toilettes, casiers,
bloc sanitaire familial et casse-
croûte. Renseignements :
514 872-6120

CONTES EN ESPAGNOL

Contes, chansons et activités
en espagnol. Les tout-petits
s'amuseront avec les couleurs,
les nombres, les formes et des
jeux. Pour les
2 à 5 ans accompagnés d'un
parent. Au centre culturel de
Pointe-Claire, 176, chemin du
Bord-du-Lac.
Pour connaître horaire et tarifs :
514 630-1220

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

Boutique La Grande Ourse, jouets pour la vie
Ouvert tous les jours à partir de midi (fermé le lundi).
263 rue Duluth est, Montréal, H2W 1H7 Tel. : 514-847-1207

DANSE AVEC BÉBÉ

Cours de danses latines pour maman et bébé (0 à 12 mois) et (1 à 3 ans) au Centre de danse San Tropez. : au Centre ville de Montréal et Pointe-Claire. Renseignements : 514 374-7486 www.latindance.net

DANSE PARENTS-ENFANTS

Cours de danse pour 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

DIMAS DANSÉS

Cours de danse pour parent et enfant au Parc du Soleil, nouveau centre d'amusement pour tout-petits à LaSalle. Renseignements : 514 367-1234 www.parcdusoleil.com

DISCO MAMAN ET BÉBÉ

Cours de danse rempli de plaisir pour vous et votre bébé (0 - 12 mois). Au studio de danse San Tropez Kids 514 374-7486 info@latindance.net www.latindance.net

ÉVEIL CRÉATIF À TRAVERS LE JEU

Du 7 septembre au 9 novembre Dix ateliers hebdomadaires, pour les 12 à 30 mois, qui ont comme principal objectif de contribuer au développement harmonieux de votre enfant. Chaque atelier est inspiré d'une discipline artistique. À La cité des arts des enfants.

514 374-6378
info@citedesartsdesenfants.ca
www.citedesartsdesenfants.ca

ÉVEIL MUSICAL POUR BÉBÉ

L'éveil aux sons et à la musique est un moyen désigné pour canaliser la sensibilité au rythme et à la mélodie chez bébé. Pour les (6-12 mois avec un parent) Au centre culturel de Pointe-Claire, 176, chemin du Bord-du-Lac. Horaire et tarifs : 514 630-1220

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

GYMNASTIQUE POUR LES TOUT-PETITS - WIMINIMONDE

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

GYM-BAMBIN

Stations d'apprentissage sous forme de parcours amusants, favorisant le développement moteur de l'enfant. Pour les 2-3 ans accompagné d'un parent. Au club Gymnix du complexe sportif Claude Robillard, 1000, Émile Journault. Renseignements : 514 872-1536 www.gymnix.ca

HEURE DU CONTE AU ZOO ECOMUSEUM

Le vendredi 7 septembre (en anglais), Le vendredi 21 septembre (en 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. Activité incluse avec les prix d'entrée réguliers. À l'ecomuseum à Sainte-Anne-de-Bellevue. Renseignements : 514 457-9449 www.zooenlle.ca

HEURE DU CONTE CHEZ ARLEQUIN

Heure du conte, avec un animateur costumé et des instruments de musique: tambour, harmonica, scie musicale ou avec des petites marionnettes. Renseignements : 514 750-5525 www.chezarlequin.com

JEUX AFFECTIFS ET DÉVELOPPEMENT DU BÉBÉ

Exploration, jeux échanges lors de ces ateliers parents enfants. Trois groupes d'âge (0-4 mois) (4-9 mois) et

(9-12 mois). Chez la source en soi. Téléphonnez pour horaire et tarifs : 514 750-3735

L'ART DU CIRQUE

Cours d'initiation au cirque pour les enfants de 2 à 4 ans accompagné d'un parent. Chez Bébéc Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

LA BERNACHE A PERDU SA BOUSOLE

Le samedi 29 septembre La bernache a perdu sa boussole : théâtre interactif pour les 2-7 ans. De 14h à 15h. À la Bibliothèque Salaberry, 4170 rue de Salaberry. Gratuit. Réservation requise : 514 723-3274

LA BIBLIOTHÈQUE DANS LES PARCS

Jusqu'au 16 septembre Contes, comptines, service de prêts et autres activités. Invitation aux familles avec jeunes enfants (6 ans et moins) Tous les mercredis, de 10h à 12h. Gratuit. Détails au comptoir de la bibliothèque Saint-Laurent de l'arrondissement Saint-Laurent. Renseignements : 514 855-6130 poste 4747

LA FÔRET DES GRANDS FRISSONS

Le samedi 29 septembre Heure du conte pour les (0-3 ans) avec Caroline Schindler de Lis avec moi. De 10h30 à 11h30. À la Bibliothèque Père-Ambroise, 2093 rue de la Visitation. Gratuit. Réservation requise : 514 872-0323 ou 514-872-1633



Laissez votre imagination vous emporter!

Gâteaux et chocolats pour toutes les occasions!

Cours de décoration de gâteaux

Vente d'accessoires

514 836 3185
gâteauxduchesse.com



À LA GARDERIE LE NID DE NAMUR NOUS OFFRONS UN ENVIRONNEMENT STIMULANT ET FAMILIER:

- Garderie privée pour les enfants de 6 mois et plus
- Programme bilingue de haute qualité
- Programme préscolaire enrichi
- Repas santé faits maison
- Sortie de groupe à chaque mois



www.niddenamur.com
514 739.3999 • garderie@niddenamur.com
4987, rue Paré, Montréal, QC H4P 1P4

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 par une série de parcours, de jeux ou d'ateliers utilisant du matériel adapté. L'environnement est très stimulant et accueillant, accompagné de musique. À Montréal, Laval et la Rive-sud. Renseignements au 514 872-7177 ou 1 877-872-9992 www.letourdumondedekaribou.com

LES VENDREDI MAMANS

Mamans et bébés, un espace vous est consacré chaque vendredi après-midi... Moment convivial et chaleureux autour de petits biscuits, tisanes, activités thématiques et chocolats. Les vendredis de 13h00 à 15h00. Coût: 5 \$. Chez la source en soi. Pour réserver votre place 514 750-3735

LIRE ET RIRE AVEC SON ENFANT

Tous les mardis. 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. De 15h30 à 17h Bibliothèque du Plateau-Mont-Royal, 465, avenue du Mont-Royal Est. Inscriptions et renseignements au 514 872-2270

MAMAN DANSE!

Son enfant dans les bras, (bébés de 2 à 12 mois), 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

MES DÉBUTS EN ART

Introduction pour les tout-petits aux joies de l'expérimentation et de la création avec différents matériaux d'art et techniques. Pour les 2 à 3 ans accompagné d'un parent. Au centre culturel de Pointe-Claire, 176, chemin du Bord-du-Lac. 514 630-1220

PARENTS POUONS

Le dernier mercredi de chaque 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, 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

PILATES AVEC BÉBÉ

Activité postnatale qui favorise la relaxation et permet de raffermir les muscles abdominaux qui ont été étirés pendant la grossesse. Au Complexe sportif Claude-Robillard. Renseignements : 514 872-7177 www.sportsmontreal.com

POWER YOGA MAMAN-BÉBÉ

Un cours de yoga de type flow qui regroupe une séquence de posture plus intense que le yoga maman et bébé régulier, mais accessible pour des débutants et intermédiaires. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

SALSA MAMAN-BÉBÉ

Cours de Salsa adapté pour les mamans accompagnées de leur Bébé ainsi que les femmes enceintes. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

URBAN MOMMY-ZUMBA

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

VISITE À LA FERME ÉCOLOGIQUE

À tous les jours Étable, clapier, poulailler, mare aux oies, aires de jeux. De 10 h à 16h30, tous les jours. À la ferme écologique du parc-nature du Cap-Saint-Jacques

au 183, chemin du Cap-Saint-Jacques à Pierrefonds. Gratuit mais il y a des frais de stationnement. Renseignements : 514 280-6743 Balade en carriole (\$) et carrousel de poney (\$) Fins de semaine seulement

YOGALATES

Un heureux mélange des cours de yoga et de pilates. Chez Bébé Cardio, à Longueuil, 450 332-2323 www.bebecardio.com

YOGA MAMAN-BÉBÉ

Spécialement adapté pour la nouvelle maman et son bébé! Votre bébé doit être âgé d'au moins 6 semaines. Espace Shanti 514 996-0570 www.espaceshanti.com

YOGA MAMAN-BÉBÉ

Pour les (0-9 mois) Au centre culturel de Pointe-Claire, 176, chemin du Bord-du-Lac. 514 630-1220

YOGA MAMAN-BÉBÉ

Pro-Actif Santé 514 768-4060 www.proactifsante.com

YOGA MAMAN-BÉBÉ

À l'institut Yoga Vie à Terrebonne, Lorraine et Laval. Renseignements : 514 409-4087 www.yoga-vie.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 2012

La rentrée scolaire chez  Chaussures **BOOTY**

Venez voir notre collection 2012-2013 au www.juniorbooty.com



514 488-5580 • Ouvert 7 jours par semaine, dimanche de midi à 17h
7137, Chemin de la Côte-Saint-Luc (centre d'achats Côte-Saint-Luc)

Académie de danse d'Outremont 

Dates d'inscriptions 10 au 15 septembre

514-276-6060

info@academiedanse.com
999, avenue McEachran
Outremont (QC) H2V3E6
Métro Outremont



EN COLLABORATION AVEC
Montréal Enfants
©2011

**Gagnez un certificat cadeau de
 250 \$ à la boutique L'Enfantillon**

L'Enfantillon
 maternité • enfant

Téléphone : 450 978-9199
 3280, boul. Saint-Martin Ouest, Laval (Québec) H7T 1A1

Comment participer ?

Devenez adepte de notre page Facebook « Montréal pour Enfants » ou à www.montrealpourenfants.com et courez la chance de **gagner un certificat cadeau de 250 \$ à la boutique L'Enfantillon**. Être amis a ses avantages ! Vous pouvez participer 1 fois par jour. Bonne chance à tous !

Tirage le 30 octobre 2012

Montréal pour Enfants 



PREMIERS PAS

Spécialiste de la chaussure pour enfants de 0 à 14 ans
PROFITEZ DE L'ÉTÉ avec le confort de PREMIERS PAS.
 Notre engagement, c'est votre entière satisfaction!

www.premiers-pas.ca

Des chaussures de qualité et des prix imbattables!











5335, chemin Queen-Mary
 Montréal (Québec) H3X 3K8
 3906, boulevard Taschereau
 Greenfield Park (Québec) J4V 2H9
 Tél.: 514 564 6334 • contact@premiers-pas.ca



Pour un allaitement réussi Nneka^{MD}

 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

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 basé sur l'approche Reggio Emilia (0-5 ans)
- Activités d'éducation physique structurées
- Programme de pré-maternelle enrichi
- Personnel hautement qualifié
- Gymnase et Bibliothèque sur le site
- Plan végétarien disponible
- Stationnement réservé






 4-80 Chemin Côte-De-Liesse, Suite 190
 Québec  Ville-Mont-Royal, Québec H4N 2R1
 Tél.: 514.937.1662 • Fax: 514.937.4991 • INFO@APMRC.A

Fêtes d'anniversaire



Jeunes en Mission :
édition
**LA QUÊTE
du TRÉSOR**



**ANNIVERSAIRE
en travail d'équipe!**

Une nouvelle aventure excitante!

- Pour les enfants de 6 à 12 ans
- Du «fun» clé en main!
- Des animateurs expérimentés et énergiques
- Pas de soucis, juste du plaisir!

Fête ses
10 ans
d'existence

À votre domicile ou nous trouvons un emplacement

514.333.8326
www.getdynamix.com



Dynamix
L'esprit d'équipe à son meilleur!

Activités parascolaires, camps,
journées pédagogiques, séjours,
carnavals, fêtes d'anniversaire!

**Fêtes d'Anniversaire
4 à 12 ans**



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 31 octobre 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



**Les Options
spectaculaires:**

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


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

FÊTES À DOMICILE



**Ateliers
chocolatés!
Ateliers de
bonbons!**

**TRUCS et
TRUFFES**
Chocolatière

Adultes  **Enfants**  **Corporatif**

www.trucsettruffes.com 514.713.0774

Musée pour Enfants

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.

CPE - Familles - Anniversaires
www.museepourenfants.com

NOUBLIEZ PAS VOTRE APPAREIL PHOTO !!!

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

Atelier de Bijoux

Une superbe activité pour les 6 ans et plus

A votre domicile

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

Matériaux inclus
Durée: 1:30 heures

Cynthia Ferraro creations
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

FÊTE DE TAMBOUR

POUR UNE FÊTE INOUBLIABLE

drumparties.com
Tél. : 514-482-5554

BEDING-BEDANG

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

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

Thomas Cadabra

Magicien professionnel
Fête d'enfants - Garderie - École
Spectacle familial

www.magiepourenfants.biz
514-865-9629

Les Fantaisies de Sophie

450 621-6019 • www.lesfantaisiesdesophie.com
402, boul. Adolphe-Chapleau, Bois-des-Filion

PARC du Soleil

Centre de Jeu éducatif intérieur

Ateliers et événements spéciaux pour les enfants de 0 à 12 ans
Salles privées pour les fêtes
Terrain de jeu intérieur
Café

7177, boul. Newman Lasalle, Qc H8N 2K3
www.parcdusoleil.com - 514.367.1234

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

Vous préparez une fête d'enfants ?
pourquoi ne pas inviter quelques !!!

Reptiles!!!

Un choix de plus de
150 reptiles vivants...
- Anacondas
- Alligators
- Lézards
- Tortues



Nous faisons des
présentations
de reptiles vivants
dans les écoles
garderies,
fêtes d'enfants

Reptizoo «Fine line serpents»
(514) 990-8680

Nouvelle
présentation de
mammifères et oiseaux

www.reptizoo.com

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

TODSKY!

Le Magicien

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

www.todsky.com
Todd : 514 951-8633

Princesse Stéphanie & ses amis

La FÊTE ROYALE comprend :

- des jeux divertissants,
- des bricolages amusants,
- des costumes ravissants et
- des contes fascinants.

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

Château Enchanté
MAINTENANT OUVERT
76A, Brunswick, DDO

514.574.7833

www.princessestephanie.ca stephanie@princessestephanie.ca

ROGER BENOIT

Magicien professionnel pour les enfants...

Français/English
fête, festival, école...

Vidéo Témoignage Sur

magiepourlesenfants.com
514 254.8224

Merlinpinpin

Le magicien des enfants

www.camirandmagic.ca
450-670-6026

Montréal & rives sud+nord

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

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...

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@studiobbg.com
www.studiobbg.com
Facebook - BBGStudio

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!

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

enfant & compagnie
 fêtes & animation • café & boutique • activités parascolaires • camps

Fêtes et Animation
 Chez NOUS ou chez VOUS!
 Aire de jeux • Salle Privée

Mascottes • Princesses
 Pirates • Super-Héros
 Découverte de Dinosaures
 Danse • Hip Hop
 Spa • EnfantChef
 Enquêtes Criminelles
 Bijoux • ArtEnfant

fabrication de savon, baume à lèvres, bouquet au chocolats
 décoration de t-shirts, peinture sur assiette ou tasse
 et beaucoup PLUS!

CAMPS temps plein ou partiel
 été et congés scolaires!
 St-Léonard | St-Laurent | Laval (Auteuil & Duvernay)

Une foule d'activités incluant:
 cuisine, sports, science,
 robotique, photographie
 art et bricolage!

CALENDRIER & RENSEIGNEMENTS:
www.enfantetcompagnie.com

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

Clowns, jongleurs, magiciens, spectacles pour enfants, etc.

Les Productions Zakiry
www.zakiry.com

514-497-2141
 Maison d'artistes

BALLONS ET MAQUILLAGE POUR ENFANTS

Fêtes d'anniversaire

L'Agent-Jacques, l'incroyable sculpteur de ballons
www.ballonextreme.com • 514 522 2149

Ti-Pois, la super maquilleuse
www.maquillagepourenfants.com • 514-998-4867

On vient chez vous!

Fêtes d'enfants

- ★ Fabrication d'ours en peluche
- ★ Course de voiture
- ★ Fabrication d'un « mini-moi »
- ★ Art pour le corps avec T-Shirt et brillants
- ★ Décoration de vos souliers de course

514.781.0351 ★ www.birthdaypartyforkids.ca

DINO versaire

FÊTE D'ENFANTS DE RÊVE!!!
 Animaux vivants, Potion magique, Expériences

514.652.5303
DINOVERSARE.COM
 NOUS NOUS DÉPLAÇONS CHEZ VOUS!

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

* Le Rabais doit être mentionné lors de votre réservation par téléphone.
 Limite de un rabais par événement.

f b

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 !



DIRECTION : Parc national des Îles-de-Boucherville

Cela faisait des lunes que LaMèreCalme n'avait pas mis les pieds aux Îles-de-Boucherville. À l'époque, elle n'avait pas d'enfants et son seul souci était que son déodorant tienne ses promesses à la suite d'une longue balade en tandem avec futur PapaZen. Aujourd'hui, elle allait pique-niquer avec Maman 3.0 et ses minis pour célébrer la fin de l'été.

Les deux mères avaient à peine eu le temps de s'installer à une table de pique-nique que des odeurs de barbecue vinrent leur chatouiller les narines. Plusieurs familles avaient décoré leur table de ballons.

Mademoiselle 3.2 : C'est l'anniversaire de quelqu'un, maman ?

Maman 3.0 : On dirait que tous ont le cœur à la fête pour la rentrée scolaire...

Fiston 3.1 : Je crois plutôt qu'on fête les goélands !

En effet, les victuailles étalées semblaient avoir ouvert l'appétit de plusieurs volatiles qui déambulaient à travers les visiteurs à la recherche de miettes. Tout comme les oiseaux, les enfants ne tardèrent pas à réclamer à manger.

GrandeSœur : Maman, j'ai faim !

LaMèreCalme, sortant un contenant après l'autre de la glacière : Justement, j'ai tout ce qu'il faut ! C'est fou comme une pause de deux mois de boîtes à lunch ravive la passion pour les sandwiches !

Une fois tous les petits estomacs remplis, les deux mères envoyèrent les enfants jouer afin de pouvoir jaser tranquilles.

Maman 3.0, camouflant habilement le sac de croustilles sous

un coin de nappe : Sers-toi, mon amie. Et raconte-moi tes vacances en détail.

LaMèreCalme, la main dans le sac : Un seul mot. AGRÉABLES ! Notre premier voyage en Europe avec les mousses s'est déroulé à merveille ! Mais, même après la plage, les châteaux et les villages médiévaux, il est toujours réconfortant de rentrer au bercail. Et toi ?

Maman 3.0, grignotant : Trois mots. LA. SAINTE. PAIX. Notre séjour dans le Bas-Saint-Laurent nous a permis de nous prélasser comme des phoques !

PetiteSœur, les interrompant : Maman, le sable est trop sec pour notre château. (Puis le sourcil relevé) Ça sent les chips par ici...

LaMèreCalme, mentant effrontément : Je crois que c'est le vent qui nous amène l'odeur de celles du voisin. (Et, pointant un abreuvoir au loin) Voilà où tu pourras remplir ton seau d'eau pour ton château de sable.

Maman 3.0, levant sa main pour féliciter sa copine : High-five ! Bien joué !

Pendant que les filles s'amusaient à faire une réplique du château d'Amboise, Fiston 3.1 et Frérot jouaient aux explorateurs.

LaMèreCalme, les yeux dans le vague : Regarde comme ils sont beaux nos garçons. Fiston joue au prof de sciences avec Frérot...

Maman 3.0, prise d'un doute en voyant les garçons disparaître derrière un buisson : Je pense que je vais aller jeter un œil.

Peu après, elle revint l'air mécontent.

Maman 3.0 : Fiston a aussi enseigné à Frérot à « faire pipi comme un homme »...

LaMèreCalme : Charmant!

Fiston 3.1, bourru : Bien quoi! Vous nous avez dit de ne pas nous éloigner!

Une petite brise fit soudainement voler la nappe, dévoilant les grignotines secrètes.

Fiston 3.1, indigné : Vous mangez des chips sans nous ?

Maman 3.0, feignant de prendre un air offusqué : Jamais je n'oserais faire une chose pareille! Nous voulions seulement y goûter en premier pour ne pas vous empoisonner avant d'aller faire un tour de bateau!

Frérot, ravi : Les filles! Y'a des chips et un bateau pour nous!

LaMèreCalme, chuchotant : Tu y es peut-être allée un peu fort. Si mon souvenir est bon, il ne s'agit pas vraiment d'un bateau...

Maman 3.0, avec un haussement d'épaules : Pfff, ça flotte donc c'est un bateau!

LaMèreCalme, moqueuse : Tu sais que les canards flottent aussi ?

Carte en main, la joyeuse équipée se rendit sur les sentiers pour une courte expédition jusqu'au bac à câble. Un kilomètre et demi de marche qui parut facilement le double sous le soleil de plomb. Juste avant l'arrivée, la troupe fit un arrêt dans un point d'observation.

PetiteSœur : Un point d'observation, maman ?

LaMèreCalme, pédagogue : C'est un endroit où on peut admirer le paysage.

Maman 3.0, à voix basse : En l'occurrence un défilé de bateaux sur lesquels on peut apercevoir des femmes en bikini. Méchant paysage!

LaMèreCalme, en riant : On aurait dû amener nos maillots pour prendre la pose sur le bac à câble!

Frérot, trépignant : Ouais, un bac à sable!

L'équipée attendit un bref instant dans la file puis prit place sur le bac. Enchantés, les cinq enfants observèrent toutes les manœuvres préparatoires à la traversée puis... une secousse accompagnée d'un bruit mécanique annonça qu'ils étaient arrivés à destination!

Les enfants, en chœur : Déjà ?!

Maman 3.0, enthousiaste : Mais ce n'est qu'un début! Gardez vos places! On va traverser à nouveau dans quelques instants!

De retour au Centre de découverte, les deux familles prirent l'abreuvoir d'assaut avant d'aller visiter la boutique du parc national. En apercevant une boîte pour recueillir des dons, Maman fouilla dans son porte-monnaie pour dénicher quelques pièces qu'elle tendit à ses petits loups.

Maman 3.0 : Tenez, c'est pour sauver la nature ou quelque chose comme ça.

Mademoiselle 3.2 : Ils vont sauver la nature avec nos sous ?

Maman 3.0 : En fait, c'est écrit que c'est pour protéger les coyotes.

Fiston 3.1, grand amateur de hockey : Les Coyotes de Phénix ?

Maman 3.0 : Euh, non. Ceux-là il vaut mieux éviter de les sauver si on veut une équipe à Québec un jour.

Trop heureuse de profiter de l'air conditionné, Maman 3.0 invita la meute à faire un détour vers la salle d'exposition où elle porta un intérêt exagéré au crottin de chevreuil, à la régurgitation de Grand-Duc et aux autres éléments présentés.

Mademoiselle 3.2, devant un tableau de différents volatiles : C'est difficile! Il faut trouver qui est l'amoureuse de chaque papa oiseau...

GrandeSœur, un combiné sur l'oreille : Quand j'appuie sur un bouton, j'entends le chant de l'oiseau!

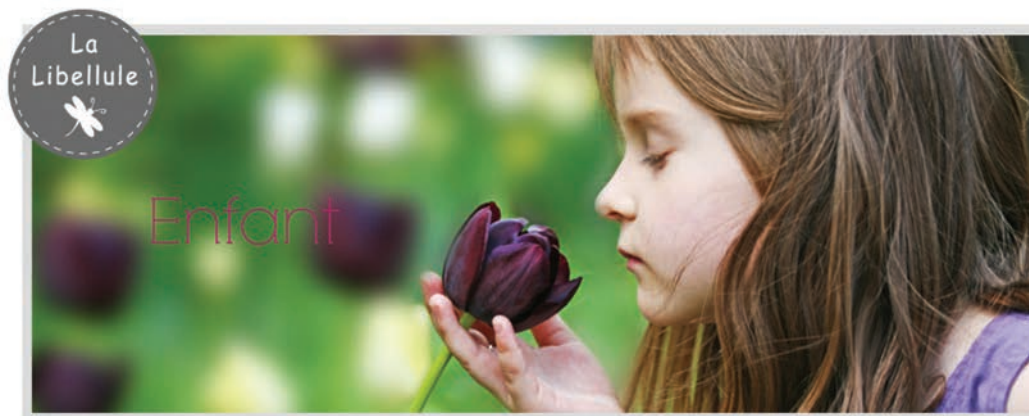
PetiteSœur, tenant l'autre combiné : Et moi, je l'entends en anglais!

Fiston 3.1, blaguant : Venez de mon côté, ils piaillent en espagnol!

LaMèreCalme : Allez, la ménagerie, regagnons nos enclos! Nous avons rendez-vous dans quelques semaines dans un parc animalier près de chez vous!

Julie Beaupré (alias LaMèreCalme)
www.la-mere-est-calme.com

Nathalie Côté (alias Maman 3.0)
www.mamantroispointzero.com



Literie pour enfant et bébé

Une marque
d'amour

www.literielalibellule.com

COUCOU ! (JE SUIS LÀ)

Par MARIE-HÉLÈNE PROULX

En territoire urbain, il y a de ces voisines à l'air discret et gentil à qui l'on n'a jamais vraiment adressé la parole, de peur de déranger. En territoire urbain, il y a aussi des arbres, tous les quatre mètres, au tronc gros comme une petite branche, et sur leurs membres fragiles pèse la lourde tâche de faire office d'îlots de verdure pour l'avenue Chateaubriand. Quelle ne fut pas ma surprise, un bel après-midi, de les voir plantés l'un devant l'autre ! Pas deux arbres, non ; un arbre et ma discrète voisine qui semblait chercher à se camoufler derrière, sans trop de succès d'ailleurs.

Alors que je la fixais d'un air interrogateur, je la vois envoyer un grand signe de la main. Heureuse de cette occasion de briser la glace en ce beau jour d'été, je lui rends son geste courtois. Elle regarde ma réaction d'un air étonné tout en continuant ses saluts bien visibles. Devant mon air perplexe alors que je viens vers elle, elle finit par m'expliquer à qui s'adresse son geste : « C'est la première fois que j'envoie ma fille faire les courses. Mais elle est grande maintenant : elle est à l'âge de prendre des responsabilités. » Et justement, en me retournant, j'aperçois derrière moi une petite fille, un sac de plastique à la main, un regard fier et un pas sautillant de joie de voir apparaître sa mère, comme par hasard, juste à ce moment.

On m'a parfois parlé de cette danse d'attachement qui se crée entre la mère et le nourrisson. Déjà, lors des premiers jours du poupon, la mère joue au « coucou » et habitue ainsi, quelques secondes à la fois, son enfant à supporter l'absence de son visage. Puis la mère dévoile à nouveau son regard, aux aguets des moindres réactions du nourrisson. Le nouveau-né, par ses sourires, donne alors à la mère confiance

en elle et lui rend le courage de le laisser explorer un peu plus loin... pas trop. Si les sourires, au contraire, ne sont pas aux rendez-vous, beaucoup de mères rappelleront leur propre maman ou une autre figure maternelle en demandant : « Coucou, es-tu là ? ».

Sur le chemin qui doit les mener à prendre leurs distances, parents et enfants partent de très près, en fin de compte. Le parent, à cause de ses quelques années de plus, se retrouve à amorcer la marche du plus petit, un petit qui découvrira, par essais et erreurs, que les tâtonnements pour s'effacer, juste assez pour ne pas perdre l'autre de vue, s'opèrent des deux côtés. Moi qui pensais que cette danse du nourrisson n'était qu'une histoire de quelques jours... Mais à cette époque de leur vie, grandes et jeunes mères se rapprochent beaucoup, paraît-il ; alors la jeune génération en vient à réaliser à quel point, l'art d'être là, pas trop..., au cas où..., apparaissant du derrière du premier arbre chenu..., ne s'acquiert que lentement, à pas de loup, à travers l'expérience partagée des jours, des années, des générations même... et ne se termine jamais vraiment. ■



enfants
adolescents
adultes

★ Hip-hop ★ Jazz ★ Ballet ★ Danse créative
★ Flamenco ★ Baladi ★ Salsa ★ Zumba
★ Programme Karibou
★ ANIMATION DE FÊTE

www.studioavenue.ca
512, 19e avenue, Lachine 514.300.5018

**Conservatoire de
Musique du Québec École
Privée**
Cours de musique - Tous les instruments
pour les 4 ans et plus

**Académie de Danse et
Ballet du Québec**
Une inscription gratuite
valeur de 65\$



Cours de musique	Zumba
Tous les instruments	Autodéfense
Chant	Taekwondo
Cours de langues	Ballet classique
Mathématiques	Ballet rythmique
Dessin	Hip Hop
	Yoga

1545, boul. Le Corbusier
Chomedey, Laval, 450 686-7560
www.conservatoiredemusiqueduquebec.com

Centre Montessori pour le développement de la petite enfance



Un programme d'enseignement innovateur,
un environnement d'apprentissage équilibré
et des éducatrices hautement qualifiées

Programme préscolaire

18 mois à 5 ans
Demi-journée et
journée complète

Maman & Bambin

Programme de séparation

Activités d'après-midi

Mandarin, petits chefs, yoga,
préparation à la maternelle
et plusieurs autres!



5565, Côte-St-Antoine, Montréal

514.483.6556

admin@orchard-house.ca



159, Place Frontenac, Pointe-Claire

514.630.3993

administration@orchard-house.ca



orchard-house.ca





**MAISON
THÉÂTRE**

**POUR LES JEUNES
DE TOUS ÂGES**

SAISON
2012-2013



14
SPECTACLES
À DÉCOUVRIR EN FAMILLE

RÉSERVATION ET INFORMATION
514.288.7211 maisontheatre.com
BERRI-UQÀM, SAINT-LAURENT OU SHERBROOKE

COMMANDITAIRE DE SAISON



PARTENAIRE MÉDIA

