



SERVICE DES LOISIRS ST-FABIEN

PROGRAMMATION AUTOMNE 2025

ADRESSES DES INSTALLATIONS

- **CENTRE DUQUESNE** 5005 rue Duquesne, H1M 2J9, Entrée de Jumonville
- **ÉCOLE ST-FABIEN** 6500 avenue De Renty, H1M 1M4, Entrée porte gauche
- **ANNEXE ST-FABIEN** 5100 rue Bossuet, H1M 2M4, Entrée Turenne/Bossuet
- **ÉCOLE GUILLAUME-COUTURE** 6300 rue Albani, H1M 2R8, Entrée par le stationnement
- **ÉCOLE LOUIS-RIEL** 5850 avenue Carignan, H1M 2V4, Entrée porte Tétreaultville

INSCRIPTIONS EN LIGNE

Inscriptions: du 4 septembre dès 9h00 jusqu'au 10 septembre 23h59

Paiement : par carte de crédit, par chèque ou argent comptant (montant exact).

Début : dès le samedi 13 septembre 2025

Congés: lundi 13 octobre (Action de grâce) et vendredi 31 octobre (Halloween).

NB: Les places sont limitées. Si l'activité qui vous intéresse est complète, nous vous invitons à vous mettre en liste d'attente.

PORTEZ ATTENTION AUX ICÔNES !

☀ Nouveauté

📢 Nouvelle plage horaire

♦ Combo d'activités jeunesse avec rabais. Pour les détails, voir la page 1.

● Possibilité de trottibus payant (navette à pieds vers Centre Duquesne) Pour les détails, voir la page 1.

♦ Rabais sur inscription à plusieurs activités *Adultes mise en forme/sportives/relaxation*, voir page 6.

POUR NOUS JOINDRE

Par téléphone: (514) 872-9747

Par courriel: informations@loisirsstfabien.org

Site internet: <https://loisirsst-fabien.wixsite.com/accueil>

ABONNEZ-VOUS À NOTRE PAGE FACEBOOK: Service des loisirs St-Fabien - Montréal

JEUNESSE / COMBO D'ACTIVITÉS

RABAIS DE 15\$: lors de l'inscription au combo d'activité. **IMPORTANT:** Vous devez inscrire votre enfant à chacune des 2 activités prévues selon les combos prédéterminés ci-bas afin d'obtenir le rabais.

 Trouver ce logo dans la programmation pour découvrir la description d'une activité faisant partie d'un combo.

Combo matinée artistique Ballet/Pré-ballet + Éveil aux arts plastiques

Combo ballet/pré-ballet et éveil aux arts plastiques: veuillez consulter le descriptif de chacune des 2 activités. Les monitrices et spécialistes seront responsables de votre enfant pendant les activités ainsi que pendant la pause. Notez que la pause est de 10 min. entre les 2 activités, pour prendre une collation. S.V.P. chaque enfant devra avoir une bouteille d'eau et une collation sans noix ni arachides.

Centre Duquesne	3-5 ans	Samedi	10h15-12h25 10h15 Pré-ballet Gr.2 11h25 Éveil aux arts	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	Inscription aux 2 act. rabais 15 \$
	5-7 ans	Samedi	10h15-12h25 10h15 Éveil aux arts 11h25 Ballet Gr. 1	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	Inscription aux 2 act. rabais 15 \$

Combo soirée artistique Art dramatique + Chorale

Combo art dramatique et chorale: veuillez consulter le descriptif de chacune des 2 activités. Notez que la pause est de 10 min. entre les 2 activités. S.V.P. chaque enfant devra avoir une bouteille d'eau et une collation sans noix ni arachides.

Centre Duquesne	7-12 ans	Jeudi	16h00-18h10 16h00 Art dram. 17h10 Chorale	18 sept. au 20 nov.	10 semaines	Inscription aux 2 act. rabais 15 \$
-----------------	----------	-------	--	---------------------	-------------	---

JEUNESSE / SERVICE DE TROTTIBUS PAYANT (NAVETTE À PIEDS VERS LE CENTRE DUQUESNE)

IMPORTANT: Vous devez inscrire votre enfant à une des activités dans la liste (ou dans la programmation avec icône ) en sélectionnant le tarif «avec Trottibus» (+30\$) de l'école St-Fabien (rue De Renty) OU Guillaume-Couture.

NOTEZ BIEN: Pour ouvrir le service pour l'activité, nous devons avoir un minimum d'enfants à partir d'une même école, sinon il sera annulé.

UNIQUEMENT POUR LES ACTIVITÉS DE CETTE LISTE:

Lundi -Dessin Manga 8-12 ans
-Soutien en français 8-10 ans

Mardi -Comédie musicale 8-12 ans
-Éveil musical 5-7 ans

Mercredi -Art dramatique 5-7 ans
-Ballet 5-7 ans Gr. 2

Jeudi -Art Dramatique 7-10 ans
-Arts plastiques 6-8 ans

Vendredi -Cuisine sans cuisson 8-12 ans
-Danse Funky-Hip-Hop 5-7 ans

JEUNESSE/ ACTIVITÉS CULTURELLES ARTS VISUELS ET ARTISANATS

(Éveil aux) Arts plastiques Monitrice Chausson ou Papillon

Dans ce cours d'éveil, les jeunes pourront utiliser leur imagination avec des techniques en peinture, dessin, collage, etc. Avec ces nouvelles connaissances et leur créativité, ces petits artistes confectionneront de chouettes créations!  Possibilité de combo d'activité: détails page 1.

 Centre Duquesne	3-5 ans avec Chausson	Samedi	11h25-12h25	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	75 \$
 Centre Duquesne	5-7 ans avec Papillon	Samedi	10h15-11h15	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	75 \$

Arts plastiques Spécialiste Waza

Ce cours permet aux jeunes d'explorer le dessin, la peinture et la sculpture. Ils acquerront les connaissances de base nécessaires à la création de projets artistiques et apprendront à exprimer leur créativité.

 Centre Duquesne	6-8 ans	Jeudi	16h30-17h30	18 sept. au 20 nov.	10 semaines	70 \$
Centre Duquesne	8-12 ans	Jeudi	17h30-18h30	18 sept. au 20 nov.	10 semaines	70 \$

☀ NOUVEAUTÉ!

Création de bracelets

Monitrice Chausson

Tu as envie d'un peu de changement dans ton coffre à bijoux? Cette activité te permettra de créer toutes sortes de bracelets avec de petites billes qui deviendront des fleurs ou même des fruits. Viens développer ta minutie et apprendre des techniques pour réaliser des projets délicats et colorés.

Centre Duquesne

7-12 ans

Samedi

12h30-13h30

13 sept. au 11 oct.

5 semaines

35 \$

☀ NOUVEAUTÉ!

Découverte de la photographie

Monitrice Pivoine

Découverte de méthodes artisanales, d'oeuvres photographiques et d'expérimentations photos au menu ! Viens créer tout en apprenant à maîtriser les bases de la photo numérique. **Matériel requis:** appareil photo numérique ou cellulaire.

Annexe St-Fabien

8-12 ans

Mardi

17h00-18h00

16 sept. au 18 nov.

10 semaines

70 \$

Dessin manga

Spécialiste Jonathan Tran

Découverte de l'univers des mangas à travers l'apprentissage du dessin de caricatures de style manga et chibi.

Centre Duquesne

8-12 ans

Lundi

16h00-17h00

15 sept. au 24 nov.
(Congé 13 oct.)

10 semaines

70 \$

Possibilité de Trottibus

🇫🇷 NOUVELLE PLAGE HORAIRE!

Initiation au dessin

Spécialiste Waza

Le cours d'initiation au dessin s'adresse aux artistes débutants qui désirent apprendre les bases en dessin à l'aide d'exercices aussi amusants que beaux et de réaliser de petits projets inspirants.

Centre Duquesne

6-8 ans

Lundi

17h15-18h15

15 sept. au 24 nov.
(Congé 13 oct.)

10 semaines

70 \$

☀ NOUVEAUTÉ!

Projets créatifs et scrapbooking

Monitrice Chausson

Une activité pour explorer sa créativité à travers différents projets : créer des cartes en tout genre, des boîtes explosives et même une toile remplie de merveilles. Ta seule limite est ton imagination. Viens explorer et créer avec différents matériaux et techniques tirés du scrapbooking, et réalise des oeuvres uniques!

Centre Duquesne

7-12 ans

Vendredi

17h45-18h45

19 sept. au 28 nov.
(Congé 31 oct.)

10 semaines

70 \$

ARTS VIVANTS

🇫🇷 NOUVELLES PLAGES HORAIRE!

Art dramatique

Moniteur.trice Salsa ou Sarrasin

Techniques de base en art dramatique, exercices théâtraux, improvisation et interprétation. ♦ Possibilité de combo: détails page 1.

Centre Duquesne

Initiation

Mercredi

16h30-17h30

17 sept. au 3 déc.

12 semaines

72 \$

Possibilité de Trottibus

avec Salsa

Centre Duquesne

7-10 ans

Jeudi

16h00-17h00

18 sept. au 20 nov.

10 semaines

60 \$

Possibilité de Trottibus

avec Sarrasin

Centre Duquesne

8-12 ans

Mercredi

17h30 - 18h30

17 sept. au 3 déc.

12 semaines

72 \$

avec Salsa

Chorale

Spécialiste Geneviève Boulanger

Activité de chant permettant le développement de sa voix et de l'oreille. Découverte de musiques d'ici et d'ailleurs. L'ouverture de l'activité de chorale est conditionnelle à l'inscription d'un minimum de 12 jeunes.

♦ Possibilité de combo avec art dramatique: détails page 1.

Centre Duquesne

7-12 ans

Jeudi

17h10-18h10

18 sept. au 20 nov.

10 semaines

80 \$

🇫🇷 NOUVELLE PLAGE HORAIRE!

Comédie musicale

Spécialiste Cadence (danse) et Sarrasin (théâtre)

Découverte de l'univers des comédies musicales, par une activité combinant le chant, la danse et l'art dramatique. Le cours de la session Automne mène à une présentation en classe devant parents.

Centre Duquesne

8-12 ans

Mardi

16h00-17h00

16 sept. au 2 déc.

12 semaines

82 \$

Possibilité de Trottibus

☀ NOUVEAUTÉ!

Initiation au violon

Spécialiste Laurie-Ann Moreau

Ce cours propose une première approche de l'instrument*, accessible à toutes et à tous, sans prérequis musical. Il permet de découvrir le violon à travers une prise en main progressive, l'apprentissage des gestes de base, la production des premiers sons et une sensibilisation à l'écoute musicale. L'accent est mis sur la posture, la tenue de l'archet, le développement de l'oreille et la coordination, dans un cadre bienveillant qui respecte le rythme de chacun. *Prévoir la location d'un instrument \$.

Centre Duquesne

8-10 ans

Mercredi

17h05-18h05

16 sept. au 4 nov.

8 semaines

60 \$

☀ NOUVEAUTÉ!

Éveil musical

Spécialiste Laurie-Ann Moreau

Ce cours offre aux enfants une première approche sensorielle et joyeuse de la musique. À travers des activités variées: chants, jeux rythmiques, explorations sonores, comptines et manipulation d'instruments adaptés à leur âge, les enfants découvrent le monde des sons et développent leur sensibilité musicale. Pour les plus jeunes, entre 18 mois et 4 ans, la participation d'un parent est exigée.

Centre Duquesne	18 mois-2 ans Parent-enfant	Mardi	14h30-15h00	16 sept. au 4 nov.	8 semaines	50 \$
Centre Duquesne	2-4 ans Parent-enfant	Mardi	15h15-15h50	16 sept. au 4 nov.	8 semaines	50 \$
Centre Duquesne Possibilité de Trottibus	5-7 ans	Mardi	16h00-17h00	16 sept. au 4 nov.	8 semaines	60 \$

DECOUVERTES

☀ NOUVEAUTÉ!

Conte et ateliers en pyjama

Monitrices Papillon et Jazz

Enfile ton pyjama et viens vivre une matinée d'histoires et de découvertes ! Accompagnés d'un parent, les enfants de 3 à 5 ans commencent par écouter un conte, puis poursuivent l'aventure à travers des ateliers ludiques inspirés de l'histoire : jeux, bricolages et activités créatives prolongent la magie de la lecture.

Centre Duquesne	3-5 ans Parent-enfant	Samedi	9h00-10h00	13 sept. au 18 oct.	6 semaines	35 \$
-----------------	--------------------------	--------	------------	---------------------	------------	-------

Cuisine sans cuisson

Monitrice Sushi

Initiation au langage et techniques culinaires. Préparation de recettes de cuisine sans cuisson à chaque semaine.

Centre Duquesne Possibilité de Trottibus	8-12 ans	Vendredi	16h15-17h15	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	120 \$
---	----------	----------	-------------	--	-------------	--------

SOUTIEN AUX ÉTUDES

☀ NOUVEAUTÉ!

Jeux et mathématiques

Monitrice Framboise

Apprentissage à travers le jeu. Chaque séance débutera en groupe avec des ateliers et jeux inspirés des mathématiques, suivie d'une période en individuel où chaque enfant pourra renforcer ses compétences en mathématiques grâce à un accompagnement personnalisé et adapté au rythme de l'élève. Les séances se termineront par un jeu en groupe.

Annexe St-Fabien	5-7 ans	Samedi	10h15-11h15	20 sept. au 22 nov.	10 semaines	70 \$
------------------	---------	--------	-------------	---------------------	-------------	-------

Soutien aux devoirs

Monitrice Frite

Une monitrice, étudiante finissante en enseignement au primaire, accompagnera les jeunes dans leurs devoirs et leçons en leur offrant un soutien personnalisé. **Matériel requis** : Devoirs et étui à crayons

Annexe St-Fabien	8-12 ans	Lundi	16h30-17h30	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	70 \$
------------------	----------	-------	-------------	--	-------------	-------

Soutien en français

Spécialiste Odette Fleury

L'objectif est de solidifier les acquis en français écrit particulièrement au niveau de l'orthographe.

Centre Duquesne Possibilité de Trottibus	8-10 ans	Lundi	16h00-17h00	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	90 \$
---	----------	-------	-------------	--	-------------	-------

Centre Duquesne	10-13 ans	Lundi	17h05-18h05	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	90 \$
-----------------	-----------	-------	-------------	--	-------------	-------

Soutien en mathématiques

Monitrice Framboise

La monitrice accompagnera les enfants dans la réalisation de leurs devoirs en mathématiques, tout en favorisant l'autonomie, la concentration et le plaisir d'apprendre. Le groupe sera composé d'un maximum de 8 jeunes afin d'offrir un soutien personnalisé à chacun. **Matériel requis** : devoirs de l'enfant et étui à crayons

Annexe St-Fabien	8-10 ans	Samedi	9h15-10h15	20 sept. au 22 nov.	10 semaines	70 \$
------------------	----------	--------	------------	---------------------	-------------	-------

ATELIERS PONCTUELS

Créations d'Halloween

Monitrice Limonade

Prépare-toi à une journée de frissons créatifs avec Limonade. Participe à un atelier où tu pourras utiliser ton imagination et ta créativité pour fabriquer un masque en plâtre, des décorations et des accessoires pour célébrer en grand la fête d'Halloween. Prix pour un atelier de 3 heures.

Centre Duquesne	8 ans et plus	Samedi	13h00-16h00	25 octobre	1 date	20\$
-----------------	---------------	--------	-------------	------------	--------	------

Créations du temps des fêtes

Monitrice Limonade

HoHo! Noël approche à grands pas. Il est temps de décorer et de rendre nos maisons festives et scintillantes. Viens créer des décorations de Noël avec Limonade. Tu pourras en profiter pour réaliser de belles créations à offrir en cadeau à tes proches. Prix pour 3 heures.

Centre Duquesne	8 ans et plus	Samedi	13h00-16h00	22 novembre	1 date	20\$
-----------------	---------------	--------	-------------	-------------	--------	------

Centre Duquesne

Parent-enfant
de 7 ans et plus

Dimanche

9h00-12h00

30 novembre

1 date

20 \$

JEUNESSE / ACTIVITÉS DANSE

Toutes les activités de danse requièrent une tenue spécifique (voir descriptions) ainsi qu'une bouteille d'eau.

RABAIS DE 15\$ POSSIBLE: Lors de l'inscription à une activité de danse au tarif Automne 2025 + Hiver 2026.

Pré-ballet

Spécialiste Cadence et Chausson

Autour d'une thématique, les enfants apprendront les pas de base en ballet à travers des exercices, des jeux et apprendront une chorégraphie. Le cours de la session Automne mène à une présentation en classe devant parents. **Habit Filles :** Maillot de danse noir, collant et chaussons de couleur peau (beige, brun, rose pâle). **Habit Garçons:** Chandail, leggings et chaussons noirs.  Possibilité de combo d'activité avec éveil aux arts plastiques: détails page 1.

Centre Duquesne	3-5 ans Gr.1	Samedi	9h00-10h00	13 sept. au 29 nov. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$
 Centre Duquesne	3-5 ans Gr.2	Samedi	10h15-11h15	13 sept. au 29 nov. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$

Ballet

Spécialiste Cadence

Apprentissage des techniques, pas de bases et d'une chorégraphie. Le cours de la session Automne mène à une présentation en classe devant parents. **Habit Filles :** Maillot de danse noir, collant et chaussons de couleur peau (beige, brun, rose pâle). **Habit Garçons:** Chandail, leggings et chaussons noirs.  Possibilité de combo d'activités avec l'éveil aux arts plastiques: détails page 1.

 Centre Duquesne	5-7 ans Gr.1	Samedi	11h25-12h25	13 sept. au 29 nov. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$
Centre Duquesne  Possibilité de Trottibus	5-7 ans Gr. 2	Mercredi	16h15-17h15	17 sept. au 3 déc. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$
Centre Duquesne	8-12 ans	Samedi	12h30-13h30	13 sept. au 29 nov. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$

Danse cheerleading

Spécialiste Biscuit

Apprentissage de la base de la discipline du cheerleading (sans voltige), des pas de danse énergiques, ainsi que des chorégraphies dynamiques. Le cours de la session Automne mène à une présentation en classe devant parents. **Habit:** Vêtements sports et souliers de course.

Annexe St-Fabien	5-7 ans	Samedi	9h15-10h15	20 sept. au 6 déc. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Samedi	10h15-11h15	20 sept. au 6 déc. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82 \$ ou 149 \$

Danse funky-hip-hop

Spécialiste Cadence

Apprentissage des techniques, pas de bases et de chorégraphies. Le cours de la session Automne mène à une présentation en classe devant parents. **Habit:** Vêtements sports et souliers de course.

Centre Duquesne  Possibilité de Trottibus	5-7 ans	Vendredi	16h15-17h15	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.) ou Automne-Hiver	10 semaines ou 22 semaines	70 \$ ou 137\$
Centre Duquesne	8-12 ans	Samedi	13h30-14h30	13 sept. au 29 nov. ou Automne-Hiver	12 semaines ou 24 semaines	82\$ ou 149\$

★ NOUVELLE FORMULE!

Troupe multi-styles (2 cours par sem.)

Spécialiste Cadence

*Préalable: expérience en danse requise.

Pratique de 3 styles de danse. Les troupes ont un cours de chorégraphie, ainsi qu'une pratique le mercredi (uniquement 6 semaines) axée sur l'apprentissage et le perfectionnement des techniques. La session Automne mène à une présentation en classe devant parents. Le tarif inclut les 2 cours par sem. **Habit:** Vêtements sports, chaussons couleur peau et souliers de course.

Centre Duquesne	8-10 ans	-Cours technique-> Mercredi 17h15 à 18h15 (6 sem.) du 17 sept. au 22 oct. -Cours chorégraphie-> Vendredi 17h15 à 18h30 (10 sem.) du 19 sept. au 28 nov. (congé 31 oct.)	95\$ ou Année 192\$
Centre Duquesne	11-17 ans	-Cours chorégraphie-> Mardi 17h00 à 18h15 (12 sem.) du 16 sept. au 2 déc. -Cours technique-> Mercredi 17h15 à 18h15 (6 sem.) du 17 sept. au 22 oct.	112\$ ou Année 209\$

JEUNESSE / ACTIVITÉS SPORTIVES

Toutes ces activités requièrent une tenue sportive, des souliers de course et une bouteille d'eau.

Athlétisme Spécialiste Cure-Dent			Découverte de l'athlétisme et de ses disciplines (course, saut et lancer).			
École Louis-Riel	5-7 ans	Samedi	9h00-10h00	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	85 \$
École Louis-Riel	8-12 ans	Samedi	10h00-11h00	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	85 \$
 NOUVEAUTÉ Athlétisme extérieur Spécialiste Cure-Dent			Activité extérieure. Point de rencontre dans la cour de l'école de l'annexe St-Fabien, puis l'activité se déroulera au parc Pierre-Bédard. Découverte de l'athlétisme et de ses disciplines (course, saut et lancer).			
Extérieur, départ de la cour de l'Annexe St-Fabien	10-12 ans	Lundi	15h30-16h30	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	70 \$
Badminton			Initiation aux règles du badminton et aux techniques de base : Service, smash, amorti, etc.			
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Jeudi	16h30-17h30	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	60 \$
Basket-ball récréatif			Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.			
Guillaume-Couture	5-7 ans	Mardi	17h00-18h00	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	60 \$
Guillaume-Couture	8-12 ans	Mardi	18h05-19h05	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	60 \$
École St-Fabien	5-7 ans	Jeudi	17h00-18h00	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	60 \$
École St-Fabien	6-8 ans	Mardi	17h00-18h00	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	60 \$
École St-Fabien	8-12 ans	Jeudi	18h05-19h05	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	60 \$
École Louis-Riel	8-10 ans	Dimanche	9h30-10h30	14 sept. au 30 nov.	12 semaines	60 \$
École Louis-Riel	11-17 ans	Dimanche	10h35-11h35	14 sept. au 30 nov.	12 semaines	60 \$
C'est ma fête sportive! Responsable Cure-Dent			Vous souhaitez célébrer votre fête en invitant vos amis à venir découvrir des activités sportives? Choisissez une date et invitez un maximum de 15 amis (incluant l'enfant fêté) Un moniteur animera des activités sportives au choix: soccer, basket-ball ou ateliers sportifs et jeux.			
École St-Fabien	Entre 5 et 12 ans	Samedi	13h00-14h30 ou 13h00-15h00	1 date au choix entre 27 sept. et le 29 nov.	1 activité de 1h30 ou 2h00	130\$ ou 150\$
 NOUVEAUTÉ Flag football Monitrice Athéna			Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.			
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Mercredi	17h30-18h30	17 sept. au 3 déc.	12 semaines	60 \$
Annexe St-Fabien	10-12 ans	Mercredi	16h30-17h30	17 sept. au 3 déc.	12 semaines	60 \$
Hockey cosom			Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.			
Guillaume-Couture	8-12 ans	Lundi	17h00-18h00	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	50 \$
École St-Fabien	6-7 ans	Vendredi	17h00-18h00	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	50 \$
École St-Fabien	8-10 ans	Vendredi	18h05-19h05	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	50 \$
École St-Fabien	11-13 ans	Vendredi	19h15-20h30 (1h15)	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	65 \$
Multi-sports			Découverte de plusieurs sports. Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.			
Guillaume-Couture	5-7 ans	Jeudi	17h00-18h00	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	60 \$

Soccer récréatif			Initiation aux techniques de base et aux stratégies de jeu.			
Guillaume-Couture	5-7 ans	Vendredi	17h00-18h00	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	50 \$
Guillaume-Couture	8-12 ans	Vendredi	18h05-19h05	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	50 \$
École St-Fabien	5-6 ans	Mercredi	17h00-18h00	17 sept. au 3 déc.	12 semaines	60 \$
École St-Fabien	6-8 ans	Lundi	17h00-18h00	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	50 \$
École St-Fabien	7-9 ans	Lundi	18h05-19h05	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	50 \$
École Louis-Riel	6-8 ans	Samedi	11h15-12h15	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	60 \$
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Mardi	16h45-17h45	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	60 \$
Annexe St-Fabien	10-12 ans	Mardi	15h30-16h45 (1h15)	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	75 \$
Taekwondo Spécialiste Max Brunal			Apprentissage des techniques de base de cet art martial. Possibilité d'achat du costume : 40\$. Le prix de la ceinture varie selon le grade. Notez que sur invitation, certains jeunes pourront participer à la passation de ceinture qui se tiendra le samedi 15 novembre 2025.			
Guillaume-Couture	6-9 ans	Mercredi	17h00-18h00	17 sept. au 26 nov.	11 semaines	82 \$
Guillaume-Couture	6-9 ans	Samedi	10h15-11h15	13 sept. au 29 nov. (Congé de cours 15 nov. pour passation)	11 semaines	82 \$
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Lundi	16h30-17h30	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	75 \$
Guillaume-Couture	10-17 ans	Mercredi	18h00-19h00	17 sept. au 26 nov.	11 semaines	95 \$
Guillaume-Couture	10-17 ans	Samedi	11h15-12h30	13 sept. au 29 nov. (Congé de cours 15 nov. pour passation)	11 semaines	95 \$
 NOUVELLE PLAGE HORAIRE! Tennis Spécialistes Benjamin Mooney ou Dimo Gueorguiev			Enseignement des techniques en fonction du niveau. Le premier cours est un cours <<test>> Il y aura un reclassement des élèves si nécessaire. Précisions pour le classement: Débutant: L'enfant en est à ses premières expériences en tennis. Intermédiaire: L'enfant est déjà familier avec le tennis. Avancé: L'enfant a une bonne expérience en tennis, a déjà pris des cours et démontre des habiletés.			
École Louis-Riel	5-6 ans avec Benjamin	Samedi	12h05-12h50	20 sept. au 6 déc.	12 semaines	95 \$
École Louis-Riel	7-8 ou 8-12 ans avec Benjamin	Samedi	12h55-13h55	20 sept. au 6 déc.	12 semaines	95 \$
École Louis-Riel	8-12 ans Déb./Inter. avec Benjamin	Samedi	14h00-15h30	20 sept. au 6 déc.	12 semaines	125 \$
École Louis-Riel	8-12 ans avec Dimo	Vendredi	19h15-20h15	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	80 \$
École Louis-Riel	13-17 ans avec Dimo	Vendredi	20h15-21h15	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	80 \$

FAMILIALES OU ADULTES /ACTIVITÉS BADMINTON ET PICKLEBALL

Toutes ces activités requièrent votre matériel sportif, tenue sportive, vos souliers de course et une bouteille d'eau.

Badminton ou pickleball au choix

Adultes ou Familial (enfants âgés entre 6 et 17 ans)

Prix par terrain, max. 4 joueurs par terrain. Le tarif familial s'adresse uniquement aux familles avec des enfants âgés entre 6 et 17 ans.
Pratique libre.* 1 heure au choix

École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Lundi	19h15-21h15*	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	Adul:125\$ Fam:70\$
École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Mercredi	19h15-21h15*	17 sept. au 3 déc.	12 semaines	Adul:150\$ Fam:85\$
École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Vendredi	19h15-21h15*	19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.)	10 semaines	Adul:125\$ Fam:70\$
École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Dimanche	9h00-13h15*	14 sept. au 30 nov.	12 semaines	Adul:150\$ Fam:85\$

ADOS & ADULTES / ACTIVITÉS MISE EN FORME ET SPORTIVES

Toutes ces activités requièrent une tenue sportive, des souliers de course et une bouteille d'eau.

♦ **RABAIS: LORS D'UNE INSCRIPTION EN SEPTEMBRE 2025 À PLUSIEURS ACTIVITÉS IDENTIFIÉES DU LOGO BLEU.**
Veuillez demander votre rabais en communiquant avec nous par téléphone ou par courriel lors de votre inscription.
2 cours : 10 \$ de rabais 3 cours : 15 \$ de rabais 4 cours : 20 \$ de rabais

♦ Aérobixe/musculation Spécialiste Isabelle Carle			Exercices cardiovasculaires et musculaires.			
École St-Fabien	15 ans et plus	Mardi	19h10-20h10	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	Ado:82 \$ Adul:105\$
♦ Body/tonus/jambes/fessiers Spécialiste Matthew Cargill			Raffermer les muscles de votre corps : épaules et bras, ainsi que les jambes et les fessiers, le tout avec de légers poids.			
École St-Fabien	15 ans et plus	Mercredi	19h10-20h10	17 sept. au 3 déc.	12 semaines	Ado:82 \$ Adul:105\$
♦ Cardio abdos Spécialiste Matthew Cargill			De multiples exercices cardiovasculaires en alternance avec des exercices pour tonifier la zone du ventre : abdos et les muscles connexes. Exige un minimum de forme physique.			
École St-Fabien	15 ans et plus	Mercredi	18h05-19h05	17 sept. au 3 déc.	12 semaines	Ado:82 \$ Adul:105\$
📢 NOUVELLE PLAGE HORAIRE! ♦ Cardio latino Spécialiste Camila Saenz			Un cours énergisant qui combine danses latines variées et mouvements d'entraînement fonctionnel. Chaque séance propose un enchaînement dynamique de rythmes entraînants, de pas de base et d'exercices ciblés pour tonifier le corps tout en s'amusant. Matériel requis : Tapis yoga et poids légers			
Annexe St-Fabien	15 ans et plus	Jeudi	19h00-20h00	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	Ado:82 \$ Adul:105\$
♦ Pilates Spécialiste Isabelle Carle			Entraînement musculaire au sol qui renforce principalement les muscles du dos, des fessiers et des abdominaux, ce qui favorise une augmentation de la force, de l'endurance et une meilleure posture.			
École St-Fabien	15 ans et plus	Mardi	18h05-19h05	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	Ado:82 \$ Adul:105\$
★ NOUVEAUTÉ ♦ Pilates-Yoga Spécialiste Isabelle Carle			Cours en deux temps qui combine le meilleur du Pilates et du Yoga. La première moitié vise le renforcement musculaire et l'amélioration posturale à travers des exercices fonctionnels. La seconde moitié propose des étirements, des postures de yoga, des respirations conscientes et se termine par une relaxation profonde. Un moment complet pour le corps et l'esprit. Matériel requis : Tapis de yoga			
École St-Fabien	15 ans et plus	Jeudi	19h15-20h15	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	Ado:82 \$ Adul:105\$
Tennis Spécialiste Benjamin Mooney			Enseignement des techniques en fonction du niveau. Max. de 8 joueurs. Consultez la section Adultes pour trouver les autres cours de tennis.			
École Louis-Riel	Débutant/Inter. 13 ans et plus	Lundi	19h15-20h45	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	Ado:110 \$ Adul:135\$
École Louis-Riel	Avancé 13 ans et plus	Samedi	10h00-12h00	20 sept. au 6 déc.	12 semaines	Ado:150 \$ Adul:180\$

ADULTES / ACTIVITES SPORTIVES, MISE EN FORME ET RELAXATION

Toutes les activités requièrent une tenue sportive, des souliers de course et une bouteille d'eau.

*** Note pour les cours de yoga: Les cours ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. Elles ne pourront donc pas s'y inscrire.

- ♦ **RABAIS:** Lors d'une inscription en septembre 2025 à plusieurs activités identifiées du losange bleu. Veuillez demander votre rabais en communiquant avec nous par téléphone ou par courriel lors de votre inscription.

2 cours : 10 \$ de rabais 3 cours : 15 \$ de rabais 4 cours : 20 \$ de rabais

Club de marche (Initiative citoyenne) Bénévole responsable Tatiana Tolico			Rejoignez notre club de marche pour profiter des bienfaits de l'exercice en plein air et pour prendre soin de votre bien-être en rencontrant des gens du quartier. Vous marcherez dans les rues du secteur en passant par certains parcs. Chaque séance débutera et se terminera avec une série d'étirements dans le parc de l'Ancienne-Pépinière derrière le Centre Duquesne. L'activité a lieu beau temps, mauvais temps, soyez donc bien équipé.			
Extérieur, départ du Centre Duquesne	18 ans et plus	Lundi	19h00-20h00	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	Gratuit
Danse contemporaine (Session courte) Spécialiste Alexanne H.Lauzon			Venez apprendre les techniques et pas de base propres à ce style de danse ainsi que des chorégraphies dans une ambiance décontractée et bienveillante. Habit: Vêtements de sports et pieds nus			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Mercredi	17h50-18h50	29 oct. au 3 déc.	6 semaines	48\$
Gymnastique holistique en ligne Spécialiste Hedwidge Toupin			Cours en ligne: Seul les participants ayant eu une pratique en présence auprès d'un spécialiste pourront s'y inscrire. Mouvements conscients, doux et lents que l'on pratique allongé au sol visant à développer la souplesse musculaire et la mobilité articulaire pour favoriser un mieux-être. Matériel requis: Tapis			
En ligne	18 ans et plus	Jeudi	10h30-12h00	18 sept. au 20 nov.	10 semaines	140 \$
 NOUVELLE PLAGE HORAIRE! Hockey cosom libre			Pratique libre de hockey cosom. Matériel requis: Bâton de hockey avec palette en plastique ou en fibre de verre et lunettes de protection obligatoire. NOTEZ BIEN: Il est interdit d'avoir un bâton à palette de bois et de mettre du ruban ou tout adhésif sur la palette.			
Guillaume-Couture	18 ans et plus	Lundi	20h30-22h30	15 sept. au 8 déc. (Congé 13 oct.)	12 semaines	Contacteur l'organisme
Guillaume-Couture	18 ans et plus	Mardi	20h15-22h15	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	Contacteur l'organisme
Guillaume-Couture	18 ans et plus	Jeudi	20h15-22h15	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	105\$
 NOUVEAUTÉ Kickboxing/Muay thai Spécialiste Laurent Mailloux			Viens apprendre les arts martiaux, une combinaison du kickboxing (pratique fusionnant des coups de pied et de poing) et du muay thai (aussi appelé l'art des 8 membres, car il utilise les poings, coudes, genoux et tibias). Conditionnement physique, discipline et maîtrise de soi au rendez-vous !			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Lundi	19h45-20h45	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	105 \$
 NOUVEAUTÉ Mouvement actif zen Spécialiste Nathalie Groulx			Activité en plein air, combinant mouvements de force, cardio, accompagnée de petits îlots d'étirements inspirés du yoga et l'apprentissage de différentes techniques de respiration.			
Extérieur, derrière le Centre Duquesne	18 ans et plus	Mercredi	9h00-10h00	17 sept. au 8 oct.	4 semaines	52 \$
Power yoga*** (Yoga des montagnes) Spécialiste Boris Sankowsky			Séance plus épicée en termes de discipline physique qui augmente la force vitale et intensifie votre santé par un focus mental, une paix émotionnelle et un sommeil approfondis et équilibrés. Matériel requis : Tapis de yoga			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Jeudi	19h50-21h20	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	190 \$
 NOUVELLE PLAGE HORAIRE! ♦ Qi-gong Spécialiste Evelyne Schubert			Respiration, visualisation, postures fixes, mouvements répétés avec étirements et automassages pour renforcer les méridiens (circuits énergétiques) et les organes, et ainsi améliorer la santé globale.			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Mardi	10h00-11h30	16 sept. au 18 nov.	10 semaines	135 \$

 NOUVELLE PLAGE HORAIRE! Tai chi Spécialiste Evelyne Schubert			Méditation en mouvement, exercices de santé, art martial dans sa forme douce; une détente qui fait vibrer exprimée par une série de mouvements exécutés en lenteur de façon fluide et ininterrompue.			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Mardi	18h30-20h00	16 sept. au 18 nov.	10 semaines	135 \$
Taekwondo Spécialiste Max Brunal			Apprentissage des techniques de base de cet art martial. Possibilité d'achat du costume : 40\$. Le prix de la ceinture varie selon le grade.			
Guillaume-Couture	18 ans et plus	Mercredi	19h00-20h15	17 sept. au 26 nov.	11 semaines	130 \$
Tennis Spécialiste Benjamin Mooney ou Dimo Gueorguiev			Enseignement des techniques en fonction du niveau. Maximum 8 joueurs. Consultez la section Ados & Adultes pour trouver les autres cours de tennis.			
École Louis-Riel	Inter/Avancé avec Benjamin	Lundi	20h45-22h15	15 sept. au 24 nov. (Congé 13 oct.)	10 semaines	135 \$
École Louis-Riel	Inter/Avancé avec Benjamin	Mardi	19h15-20h45	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	160 \$
École Louis-Riel	Avancé avec Benjamin	Mardi	20h45-22h45	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	180 \$
École Louis-Riel	Débutant avec Dimo	Jeudi	19h15-20h45	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	160 \$
École Louis-Riel	Inter/Avancé avec Dimo	Jeudi	20h45-22h15	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	160 \$
 NOUVEAUTÉ Yin Yoga *** (Mini-Session découverte) Spécialiste Mylene Cayer			Le Yin Yoga est un style de yoga au rythme plus doux, où l'on pratique les postures en les maintenant plus longtemps. Offrez-vous un moment pour relâcher les tensions, apaiser le mental, améliorer votre souplesse et cultiver un profond état de calme intérieur. Venez vous déposer tout en douceur sur votre tapis. Matériel requis : Tapis de yoga			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Vendredi	9h30-10h45	19 sept. au 3 oct.	3 semaines	35\$
 Yoga actif*** Spécialiste Nathalie Groulx			Ce cours de yoga actif se veut une pratique alliant mouvement, force et flexibilité. Venez vous étirer, tonifier et relaxer à l'aide de ce cours de yoga. Matériel requis : Tapis de yoga			
Centre Duquesne	Tous niveaux 18 ans et plus	Mardi	9h15-10h30	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	155\$
 Yoga doux*** Spécialiste Nathalie Groulx			Dans ce cours de yoga doux, venez vous étirez, tonifiez, mobilisez et relaxez. La professeure s'adapte aux capacités de chacun pour leur offrir un espace pour pratiquer le yoga en douceur. Matériel requis : Tapis de yoga			
Centre Duquesne	Tous niveaux 18 ans et plus	Mardi	10h45-12h00	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	155 \$
Yoga*** (Yoga de la vallée) Spécialiste Boris Sankowsky			Pratique complète qui augmente la force vitale et intensifie votre santé par un focus mental, une paix émotionnelle et un sommeil approfondis et équilibrés. Esprit positif ! Matériel requis : Tapis de yoga			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Jeudi	9h15-10h45	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	190 \$
Centre Duquesne	18 ans et plus	Jeudi	18h20-19h50	18 sept. au 4 déc.	12 semaines	190 \$
École St-Fabien	18 ans et plus	Samedi	9h45-11h15	13 sept. au 29 nov.	12 semaines	190 \$
 Yoga sur chaise*** Spécialiste Alexanne H.Lauzon			Dans un espace bienveillant, nous pratiquerons différentes postures de yoga, des mudras (gestes des mains) et de courtes méditations. Le tout afin de se mettre en mouvement en douceur, reprendre contact avec sa respiration et se détendre. Matériel inclus.			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Jeudi	14h00-15h15	18 sept. au 20 nov.	10 semaines	105 \$
 Zumba Spécialiste Geneviève Labine			Exercices physiques dynamiques et motivants sous forme de danse latine. Vous apprendrez des mouvements de danse: Salsa, Reggaeton, Cumbia, etc.			
Annexe St-Fabien	18 ans et plus	Mardi	18h30-19h30	16 sept. au 2 déc.	12 semaines	105 \$

ADULTES / ACTIVITES CULTURELLES

ARTS VISUELS ET ARTISANATS

Art/artisanat et café (Activité libre)

Un espace pour venir pratiquer son art/artisanat librement, peu importe la technique (dessin, peinture, tricot, broderie, etc.) afin d'échanger avec d'autres et créer des liens avec des gens du quartier. Apportez votre matériel.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Jeudi 13h30-15h30 18 sept. au 20 nov. 10 semaines 35\$

Journal créatif

Spécialiste Alexanne H.Lauzon

Découverte du Journal Créatif comme outil de développement personnel, d'introspection et de créativité. C'est un journal intime non conventionnel combinant l'écriture, le dessin et le collage. Chaque participant doit avoir son cahier 8 ½ par 11 à page blanche. Possibilité d'acheter un cahier au coût de 5\$. Le reste du matériel d'art est fourni.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Vendredi 9h45-12h00 3 oct. au 28 nov. (Congé 31 oct.) 8 semaines 80 \$ ou 85\$ avec cahier

Peinture acrylique ou aquarelle

Spécialiste Guy Baillargeon

Atelier axé sur une approche individuelle afin de permettre à chaque participant d'être soutenu dans ses créations. Multi niveaux. Matériel non inclus.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Vendredi 19h00-21h00 19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.) 10 semaines 146\$

Peinture aquarelle

Spécialiste Guy Baillargeon

Exploration de l'aquarelle par une approche thématique visant à faire un tour d'horizon des techniques. L'approche se veut décontractée afin de donner libre cours à la créativité de chacun. Multi niveaux. Matériel non inclus.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Mercredi 19h00-21h00 17 sept. au 3 déc. 12 semaines 175\$

Centre Duquesne **18 ans et plus** Vendredi 13h00-16h00 19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.) 10 semaines 188\$

Peinture à l'huile ou acrylique

Spécialiste Guy Baillargeon

Atelier axé sur une approche individuelle afin de permettre à chaque participant d'être soutenu dans ses créations. Multi niveaux. Matériel non inclus.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Mercredi 13h00-16h00 17 sept. au 3 déc. 12 semaines 225\$

ACTIVITES COMMUNAUTAIRES ET LANGUE

☀ NOUVEAUTÉ

Perfectionnement en français

Spécialiste Odette Fleury

Ce cours s'adresse aux adultes ayant déjà une base en français et souhaitant approfondir leurs compétences linguistiques. À travers des exercices écrits (orthographe, grammaire et syntaxe), ainsi que des cercles de discussions, les participants amélioreront leur expression écrite et orale. Le tout dans un cadre convivial, pour gagner en confiance dans l'usage du français.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Jeudi 19h00-20h30 18 sept. au 20 nov. 10 semaines 135\$

🔊 NOUVELLE PLAGE HORAIRE!

Jeux de société et café (Activité libre)

Un espace pour venir jouer, échanger et créer des liens avec des gens du quartier. Choix du/des jeux selon les intérêts des participants. Il y aura à votre disposition: Scrabble, Skip-Bo, Rummy, Dominos ou cartes.

Centre Duquesne **18 ans et plus** Mardi 18h30-20h00 16 sept. au 18 nov. 10 semaines 25\$

Centre Duquesne **18 ans et plus** Vendredi 13h30-15h30 19 sept. au 28 nov. (Congé 31 oct.) 10 semaines 35\$

☀ NOUVEAUTÉ!

S'ouvrir à sa communauté

(Groupe de discussion, Programme Participe-Présent)

Spécialiste Alexanne H.Lauzon

Ce groupe vous offre l'occasion de partager d'agréables moments avec des gens de votre quartier, de découvrir les ressources disponibles, de renouer ou découvrir des intérêts et reprendre confiance en vos capacités. Tout ça dans une ambiance bienveillante! Ces rencontres vous offrent un lieu d'échanges et de réflexions sous forme d'ateliers et de discussions autour de différents thèmes, comme: découvrir vos forces, élargir votre réseau social, définir vos intérêts et votre place dans la communauté, et plus encore! Une courte activité de loisirs (15min.) vous sera proposée au début de chaque séance.

Centre Duquesne **50 ans et plus** Mercredi 13h15-15h30 17 sept. au 12 nov. et 14 jan. 9 semaines + 1 rencontre Gratuit

ATELIERS PONCTUELS

Atelier journal et mix média

Spécialistes Alexanne H.Lauzon et Josée Lepage

Atelier combinant les forces du Journal créatif (voir description ci-bas) et les techniques créatives du Mix média. Alexanne et Josée vous concoctent un atelier riche permettant d'allier le côté introspectif et l'aspect artistique. Prix pour 1 atelier de 3 heures. Matériel inclus.

Centre Duquesne

18 ans et plus

Dimanche

13h00-16h00

30 novembre

1 date

20\$

NOUVEAUTÉ

Atelier d'auto-compassion en pleine conscience

Spécialiste Mylene Cayer

Apprenez à mieux gérer vos émotions, à vous offrir plus de bienveillance, à retrouver une motivation positive sans autocritique, et à réduire votre stress et votre anxiété grâce la méditation pleine conscience et l'autocompassion.

Centre Duquesne

18 ans et plus

Vendredi

9h00-11h00

24 octobre

1 date

15\$

MODALITÉS POUR L'ENSEMBLE DES ACTIVITÉS

MODALITÉS

- Paiement: chèque, carte de crédit ou comptant (montant exact). **Les taxes sont incluses** dans les prix.
- **Frais d'administration de 5\$/ famille non remboursable**, applicable dès l'inscription.
- Chaque chèque sans provision entraînera des frais de 25\$.
- Dès l'inscription, des frais d'administration de 25\$ s'appliqueront pour tout abandon de cours.
- **Aucun remboursement ne sera effectué après la première semaine d'activités.**
- Une activité peut être modifiée/annulée si le nombre de participants est insuffisant. L'organisme pourra rembourser dans les 45 jours suivant l'annulation.
- Tous les participants doivent enlever leurs souliers mouillés avant d'entrer dans les locaux d'activités.
- Aucun invité, parent ou ami n'est autorisé à entrer dans les locaux d'activités.
- Partenariat avec les écoles: Selon les différents événements scolaires ou parascolaires (rencontres de parents, tournois, etc.), les écoles peuvent occasionnellement avoir besoin de reprendre leurs gymnases.
- En cas d'annulation d'une séance, le cours sera remis à la fin de la session.

MERCI À NOS PARTENAIRES ET COLLABORATEURS FINANCIERS

Ville de Montréal, Services des sports, des loisirs et du développement social

Fédération québécoise des centres communautaires de loisirs

Mercier-Ouest Quartier En santé

Projet Harmonie

Centraide