



SERVICE DES LOISIRS ST-FABIEN

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2026

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** 5210 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

Préinscriptions (ouvert uniquement aux participants.tes de la session Hiver 2026):

18 mars dès 9h00 jusqu'au 24 mars 23h59

Inscriptions pour tous et aux nouveautés: 25 mars dès 9h00 jusqu'au 31 mars 23h59

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

Congés: lundi 18 mai (Journée nationale des patriotes).

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 !

 De retour !

 Nouvelle plage horaire

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

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

MODALITÉS POUR L'ENSEMBLE DES ACTIVITÉS

MODALITÉS

- **Frais d'administration de 5\$/ famille non remboursable**, applicable dès l'inscription.
- Paiement: chèque, carte de crédit ou comptant (montant exact). **Les taxes sont incluses** dans les prix.
- 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.
- Nous vous demandons d'arriver au maximum 5 minutes avant le début de votre activité.
- 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.

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 (activités avec icône ) , en sélectionnant le tarif «avec Trottibus» (+15\$ pour 6 semaines) de l'école St-Fabien (rue De Renty) OU Guillaume-Couture. **NOTEZ BIEN:** Nous devons avoir un minimum d'enfants à partir d'une même école, sinon le service sera annulé.

UNIQUEMENT POUR LES ACTIVITÉS DE CETTE LISTE:

Lundi -Arts en plein air 6-8 ans

Mercredi -Yoga & danse 6-8 ans

Jeudi -Initiation au violon 5-10 ans, niveau 2

Vendredi -Activités scientifiques 5-7 ans

JEUNESSE/ ACTIVITÉS CULTURELLES

(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!

Centre Duquesne	3-5 ans avec Chausson	Samedi	11h25-12h25	2 mai au 6 juin	6 semaines	35 \$
Centre Duquesne	5-7 ans avec Papillon	Samedi	12h30-13h30	2 mai au 6 juin	6 semaines	35 \$

Arts plastiques Spécialiste Wasa

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	7-12 ans	Jeudi	17h10-18h10	7 mai au 11 juin	6 semaines	35 \$
-----------------	-----------------	-------	-------------	------------------	------------	-------



Arts en plein air Spécialiste Wasa

Ce cours propose des ateliers créatifs permettant de découvrir diverses techniques artistiques ludiques et d'aller à la découverte de la nature (parc de l'Ancienne-Pépinère). À travers des activités variées, telles que le land art et la création d'œuvres éphémères avec du matériel naturel. Les jeunes artistes développeront leur curiosité, leur sens de l'observation et leur créativité. En cas de pluie, l'activité se fera à l'intérieur du Centre Duquesne.

Extérieur derrière le

Centre Duquesne

Possibilité de Trotibus

6-8 ans

Lundi

16h30-17h30

4 mai au 8 juin
(Congé 18 mai)

5 semaines

30 \$

Activités scientifiques Monitrice Pivoine

À travers des expériences, des défis et des démonstrations ludiques, les jeunes seront amenés à découvrir le monde fascinant de la science.

Centre Duquesne

Possibilité de Trotibus

5-7 ans

Vendredi

16h15-17h15

1 mai au 5 juin

6 semaines

42 \$



Initiation au violon Spécialiste Jasmine Duverger

*Préalable: Pour joindre ce cours de niveau 2, l'enfant doit avoir complété le niv. 1 ou avoir déjà fait des cours de violon.

Ce cours propose une première approche de l'instrument*, accessible à tous.. 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.*Prévoir la location d'un instrument \$.

Centre Duquesne

Possibilité de Trotibus

Niveau 2

5-10 ans

Jeudi

16h00-17h00

7 mai au 11 juin

6 semaines

45 \$

ATELIERS PONCTUELS



Peinture sur roche façon aROCHEmoiunSOURIRE Spécialiste Cadence



Découvrez la peinture sur roche à la façon du Groupe **aROCHEmoiunSOURIRE**. Dans cet atelier, vous peindrez des roches dans le but de les cacher dans le quartier et ainsi partager des sourires. À travers la création de roches peintes et en les cachant en ville ou en nature, **aROCHEmoiunSOURIRE** est « un mouvement d'actes de bienveillance qui a pour objectif de promouvoir la santé psychologique et le bonheur collectif en utilisant la créativité ». Inscription requise.

Duo

Centre Duquesne

Parent-Enfant
5 ans et plus

Samedi

14h00-15h30

16 mai

1 date

Gratuit

Scrapbooking Spécialiste Josée Lepage

Atelier de scrapbooking sur la thématique de la fin d'année scolaire et des vacances. Prix par duo parent + 1 enfant de 7 ans ou plus vieux pour 1 atelier de 3 heures.

Duo

Centre Duquesne

Parent-Enfant
7 ans et plus

Dimanche

9h00-12h00

31 mai

1 date

20 \$

JEUNESSE / ACTIVITÉS DANSE

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



Danse cheerleading Spécialiste Biscuit

Apprentissage de la base de la discipline du cheerleading (sans voltige), des pas de danse énergiques, ainsi qu'une courte chorégraphie dynamique. Cette session mène à une présentation en classe. **Habit:** Vêtements et souliers course.

Centre Duquesne

5-7 ans

Samedi

9h00-10h00

2 mai au 6 juin

6 semaines

41 \$

Centre Duquesne

8-12 ans

Samedi

10h05-11h05

2 mai au 6 juin

6 semaines

41 \$



Yoga & danse Spécialiste Cadence

Découverte du yoga et de la danse créative à travers différents exercices, jeux et ateliers créatifs (exemple d'ateliers créatifs: petit bricolage sur la respiration, dessin méditatif, etc.). Apprentissage d'enchaînements de postures de yoga et d'un court enchaînement dansé.

Centre Duquesne

Possibilité de Trotibus

6-8 ans

Mercredi

16h15-17h15

6 mai au 10 juin

6 semaines

41\$

JEUNESSE / ACTIVITES SPORTIVES

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

Athlétisme

Découverte de l'athlétisme et de ses disciplines (course, saut et lancer).

École Louis-Riel	5-7 ans	Samedi	9h00-10h00	2 mai au 6 juin	6 semaines	43 \$
École Louis-Riel	8-12 ans	Samedi	10h00-11h00	2 mai au 6 juin	6 semaines	43 \$

Badminton

Initiation aux règles du badminton et aux techniques de base : Service, smash, amorti, etc.

Annexe St-Fabien	8-12 ans	Jeudi	17h00-18h00	7 mai au 11 juin	6 semaines	30 \$
------------------	----------	-------	-------------	------------------	------------	-------

Basket-ball récréatif

Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.

Guillaume-Couture	5-7 ans	Mardi	17h00-18h00	5 mai au 9 juin	6 semaines	30 \$
Guillaume-Couture	8-12 ans	Mardi	18h05-19h05	5 mai au 9 juin	6 semaines	30 \$
École St-Fabien	5-7 ans	Jeudi	17h00-18h00	7 mai au 11 juin	6 semaines	30 \$
École St-Fabien	6-8 ans	Mardi	17h00-18h00	5 mai au 9 juin	6 semaines	30 \$
École St-Fabien	8-12 ans	Jeudi	18h05-19h05	7 mai au 11 juin	6 semaines	30 \$
École Louis-Riel	11-17 ans	Dimanche	10h30-11h30	3 mai au 7 juin	6 semaines	30 \$

Flag football Monitrice Athéna

Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.

Annexe St-Fabien	8-12 ans	Vendredi	17h00-18h00	1 mai au 5 juin	6 semaines	30 \$
------------------	----------	----------	-------------	-----------------	------------	-------

Hockey cosom

Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.

Guillaume-Couture	8-12 ans	Lundi	17h00-18h00	4 mai au 8 juin (Congé 18 mai)	5 semaines	25 \$
École St-Fabien	6-8 ans	Vendredi	17h00-18h00	1 mai au 5 juin	6 semaines	30 \$
École St-Fabien	9-12 ans	Vendredi	18h05-19h05	1 mai au 5 juin	6 semaines	30 \$

Multi-sports

Découverte de plusieurs sports.
Initiation aux techniques de base et stratégies de jeu.

Guillaume-Couture	5-7 ans	Jeudi	17h00-18h00	7 mai au 11 juin	6 semaines	30 \$
-------------------	---------	-------	-------------	------------------	------------	-------

NOUVELLE PLAGE HORAIRE Soccer récréatif

Initiation aux techniques de base et aux stratégies de jeu.

Guillaume-Couture	5-7 ans	Vendredi	17h00-18h00	1 mai au 5 juin	6 semaines	30 \$
Guillaume-Couture	8-12 ans	Vendredi	18h05-19h05	1 mai au 5 juin	6 semaines	30 \$
École St-Fabien	5-6 ans	Mercredi	17h00-18h00	6 mai au 10 juin	6 semaines	30 \$
École St-Fabien	6-8 ans	Lundi	17h00-18h00	4 mai au 8 juin (Congé 18 mai)	5 semaines	25 \$
École St-Fabien	7-9 ans	Lundi	18h05-19h05	4 mai au 8 juin (Congé 18 mai)	5 semaines	25 \$
 École Louis-Riel	5-6 ans	Samedi	9h00-10h00	2 mai au 6 juin	6 semaines	30 \$

École Louis-Riel	6-8 ans	Samedi	10h00-11h00	2 mai au 6 juin	6 semaines	30 \$
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Mardi	17h00-18h15 (1h15)	5 mai au 9 juin	6 semaines	38 \$
Taekwondo Spécialiste Max Brunal			Apprentissage des techniques de base de cet art martial. Possibilité d'achat du costume. Le prix de la ceinture varie selon le grade.			
Guillaume-Couture	6-9 ans	Mercredi	17h00-18h00	6 mai au 10 juin	6 semaines	45 \$
Guillaume-Couture	6-9 ans	Samedi	10h15-11h15	2 mai au 6 juin	6 semaines	45 \$
Annexe St-Fabien	8-12 ans	Lundi	17h00-18h00	4 mai au 8 juin (Congé 18 mai)	5 semaines	38 \$
Guillaume-Couture	10-17 ans	Mercredi	18h00-19h00	6 mai au 10 juin	6 semaines	52 \$
Guillaume-Couture	10-17 ans	Samedi	11h15-12h30	2 mai au 6 juin	6 semaines	52 \$

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*	4 mai au 8 juin (Congé 18 mai)	5 semaines	Adul:63\$ Fam:36\$
École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Mercredi	19h15-21h15*	6 mai au 10 juin	6 semaines	Adul:75\$ Fam:43\$
École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Jeudi	19h15-21h15*	7 mai au 11 juin	6 semaines	Adul:75\$ Fam:43\$
École Louis-Riel	Adultes ou Familial	Dimanche	9h00-13h15*	3 mai au 7 juin	6 semaines	Adul:75\$ Fam:43\$

ADOS & ADULTES / ACTIVITÉS MISE EN FORME ET SPORTIVES

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

Aérobixe/musculation

Spécialiste Isabelle Carle

Exercices cardiovasculaires et musculaires.

École St-Fabien	15 ans et plus	Mardi	19h10-20h10	5 mai au 2 juin	5 semaines	Ado:34\$ Adul:44\$
-----------------	----------------	-------	-------------	-----------------	------------	-----------------------

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	6 mai au 10 juin	6 semaines	Ado:41\$ Adul:53\$
-----------------	----------------	----------	-------------	------------------	------------	-----------------------

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	6 mai au 10 juin	6 semaines	Ado:41\$ Adul:53\$
-----------------	----------------	----------	-------------	------------------	------------	-----------------------

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	5 mai au 2 juin	5 semaines	Ado:34\$ Adul:44\$
-----------------	----------------	-------	-------------	-----------------	------------	-----------------------

Pilates-Yoga

Spécialiste Isabelle Carle

Cours en deux temps qui combine le meilleur du Pilates (30min.) et du Yoga (45min.). La première partie vise le renforcement musculaire et l'amélioration posturale à travers des exercices fonctionnels. La seconde partie propose des étirements, des postures de yoga, des respirations conscientes et se termine par une relaxation profonde. **Tapis yoga requis.**

École St-Fabien	15 ans et plus	Jeudi	19h15-20h30 (Cours de 1h15)	14 mai au 4 juin	4 semaines	Ado:34\$ Adul:44\$
-----------------	----------------	-------	--------------------------------	------------------	------------	-----------------------

ADULTES / ACTIVITÉS 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.



DE RETOUR!

Gymnastique holistique en ligne

Spécialiste Hedwidge Toupin

Cours en ligne: Seuls les participants ayant déjà eu une pratique en présence d'un spécialiste pourront s'y inscrire. Mouvements conscients, doux et lents que l'on pratique allongé au sol pour développer la souplesse musculaire et la mobilité articulaire et favoriser un mieux-être. **Matériel requis:** Tapis

En ligne

18 ans et plus

Jeudi

10h30-12h00

16 avril au 11 juin
(congé 4 juin)

8 semaines

112 \$

Hockey cosom libre

Pratique libre. Matériel requis: Bâton avec palette en plastique ou en fibre de verre et lunettes de protection obligatoire. Notez qu'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

27 avril au 25 mai
(Congé 18 mai)

4 semaines

Contacteur
l'organisme

Guillaume-Couture

18 ans et plus

Mardi

19h15-21h15

5 mai au 9 juin

6 semaines

Contacteur
l'organisme

Guillaume-Couture

18 ans et plus

Jeudi

20h15-22h15

7 mai au 11 juin

6 semaines

53 \$

Muay thai /Kickboxing

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 !

Annexe St-Fabien

18 ans et plus

Lundi

18h15-19h15

4 mai au 8 juin
(Congé 18 mai)

5 semaines

53 \$

Power yoga* (Yoga des montagnes)**

Spécialiste Boris Sankowsky

Cours plus épicé en termes de discipline physique, qui augmente l'énergie vitale et la force physique. Le yoga permet de cultiver la paix émotionnelle, un sommeil approfondi et la santé globale. Posture, exercices dynamiques, respiration (Pranayama) et Kriyas pour conserver, stimuler et harmoniser votre force vitale; ponctuées de méditation et de détente. **Tapis yoga requis.**

Centre Duquesne

18 ans et plus

Jeudi

19h50-21h20

7 mai au 11 juin

6 semaines

95 \$

Qi-gong et Tai-chi (exploration)

Spécialiste Evelyn Schubert

Qi-gong: Respiration, visualisation, postures fixes, mouvements répétés avec étirements et automassages pour renforcer les méridiens et les organes, et ainsi améliorer la santé globale. Tai chi : Méditation en mouvement, 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

7 avril au 12 mai

6 semaines

81 \$

Taekwondo

Spécialiste Max Brunal

Apprentissage des techniques de base de cet art martial. Possibilité d'achat du costume. Le prix de la ceinture varie selon le grade.

Guillaume-Couture

18 ans et plus

Mercredi

19h00-20h15

6 mai au 10 juin

6 semaines

71 \$

Tennis

Spécialiste Dimo Gueorguiev

Enseignement des techniques en fonction du niveau. Maximum 8 joueurs.

École Louis-Riel

Débutant/Inter
avec Dimo

Lundi

19h15-20h45

4 mai au 8 juin
(Congé 18 mai)

5 semaines

67 \$

École Louis-Riel

Inter/Avancé
avec Dimo

Lundi

20h45-22h15

4 mai au 8 juin
(Congé 18 mai)

5 semaines

67 \$

École Louis-Riel

Débutant
avec Dimo

Jeudi

19h15-20h45

7 mai au 11 juin

6 semaines

80 \$

École Louis-Riel

Inter/Avancé
avec Dimo

Jeudi

20h45-22h15

7 mai au 11 juin

6 semaines

80 \$

Yin Yoga ***

Spécialiste Nathalie Groulx ou Mylène 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 et couverture

Centre Duquesne

18 ans et plus
avec Nathalie

Lundi

19h00-20h15

4 mai au 8 juin
(Congé 18 mai)

5 semaines

65 \$

Centre Duquesne	18 ans et plus avec Mylène	Vendredi	9h30-10h45	1 mai au 5 juin	6 semaines	70 \$
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	5 mai au 9 juin	6 semaines	78\$
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	5 mai au 9 juin	6 semaines	78 \$
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	7 mai au 4 juin	5 semaines	53 \$
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	5 mai au 9 juin	6 semaines	53 \$

ADULTES / ACTIVITES CULTURELLES

Journal et projets créatifs Spécialiste Alexanne H.Lauzon			Nul besoin d'expérience, venez créer chaque semaine autour d'un thème afin d'éveiller votre créativité et faire du développement personnel dans un espace bienveillant. Alexanne vous guidera à travers des explorations en journal sous forme d'écriture, de dessin et/ou de collage, en plus de divers projets créatifs. 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 est fourni.			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Mercredi	9h45-12h00	6 mai au 10 juin	6 semaines	60 \$
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. Apportez votre matériel			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Vendredi	13h00-16h00	1 mai au 5 juin	6 semaines	113\$
Peinture aquarelle, acrylique ou à l'huile Spécialiste Guy Baillargeon			Atelier axé sur une approche individuelle afin de permettre à chaque participant d'être soutenu dans ses créations. Multi niveaux. Apportez votre matériel.			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Mercredi	19h00-21h00	6 mai au 10 juin.	6 semaines	88 \$
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. Apportez votre matériel.			
Centre Duquesne	18 ans et plus	Mercredi	13h00-16h00	6 mai au 10 juin	6 semaines	113\$

ATELIERS PONCTUELS

Atelier journal et mix média Spécialistes Alexanne H.Lauzon et Josée Lepage

Autour d'un thème, Alexanne et Josée vous concoctent un atelier riche permettant d'allier l'introspection en journal ainsi que l'aspect artistique et esthétique qu'offre le travail avec différents médiums et techniques en mix média. L'atelier combine l'écriture, le dessin et le collage ainsi que des techniques créatives. Prix pour 1 atelier de 3 h. Matériel inclus.

Centre Duquesne 18 ans et plus Dimanche 13h00-16h00 31 mai 1 date 20\$

Atelier peinture sur roches façon aROCHEmoiunSOURIRE Spécialiste Alexanne H.Lauzon



Découvrez la peinture sur roche à la façon du Groupe **aROCHEmoiunSOURIRE**. Dans cet atelier, vous peindrez des roches dans le but de les cacher dans le quartier et ainsi partager des sourires. Qu'est-ce qu'**aROCHEmoiunSOURIRE**? À travers la création de roches peintes et en les cachant en ville ou en nature, **aROCHEmoiunSOURIRE** est « un mouvement d'actes de bienveillance qui a pour objectif de promouvoir la santé psychologique et le bonheur collectif en utilisant la créativité ». Matériel fournis. Inscription requise.

Centre Duquesne 18 ans et plus Jeudi 10h00-12h00 14 mai 1 date Gratuit

Matinées créatives 50 + Animatrice Alexanne H.Lauzon

Ces matinées sont une occasion de venir partager avec des gens du quartier autour d'une proposition créative, un prétexte pour se retrouver et échanger. Un café à la main, Alexanne vous proposera un projet différent un matin par mois pour laisser aller votre créativité dans le plaisir. Nul besoin d'expérience en art ou de talent particulier, uniquement le désir de créer en agréables compagnies. Matériel fournis. Inscription par date.

Centre Duquesne 50 ans et plus Jeudi 9h30-11h30 28 mai et 11 juin Inscription par date. Gratuit

Sortie au musée et atelier de peinture 50 + Spécialiste Guy Baillargeon

Une invitation spéciale à visiter une exposition du Musée des beaux arts de Montréal avec comme guide notre spécialiste en peinture Guy Baillargeon. Le projet se décline en deux étapes, un jeudi après-midi où le groupe fera la visite au musée (départ de la rue bishop), et le jeudi suivant sera un atelier en peinture au Centre Duquesne qui vous permettra d'interpréter une pièce de votre choix que vous aurez découverte lors de votre visite. Apportez votre matériel (au choix: aquarelle, huile ou acrylique). Des billets d'autobus seront disponibles pour ceux et celles qui ne détiennent pas de passe de transport en commun. Activité gratuite, mais l'inscription est requise. Max 14 participants.

Musée et Centre Duquesne 50 ans et plus Jeudi 13h00-16h00 23 et 30 avril 2 semaines Gratuit

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

