



**AUTOMNE 2014  
HIVER 2015**

# PROGRAMME

**de la culture,  
des sports et  
des loisirs**



## HEURES D'OUVERTURE DE L'ACCUEIL

**Lundi, mardi et vendredi :**

de 8 h à 18 h

**Mercredi et jeudi :** de 8 h à 20 h

**Samedi :** de 10 h à 17 h

**Dimanche :** Fermé



**Centre Communautaire Intergénérationnel d'Outremont**

999, avenue McEachran, Outremont, QC H2V 3E6

**Renseignements :** 514 495-6211

[ville.montreal.qc.ca/outremont](http://ville.montreal.qc.ca/outremont)



# TABLE DES MATIÈRES

## Général

Table des matières	2
Mot de la mairesse	3
Renseignements généraux	4-5
Inscriptions en ligne 2014-2015	6
Associations et partenaires	7-8-9
Carte de l'arrondissement	20-21
YMCA du parc	35
Parcs et plateaux sportifs extérieurs	36-37
Calendrier des événements	38-39
Location des salles	40

## Culturel

Bibliothèque Robert-Bourassa	10-11
Galerie d'art d'Outremont	12-13
Théâtre Outremont	14
Coussins croissants	15
Les Ateliers de Casteliers	16

## Loisir culturel

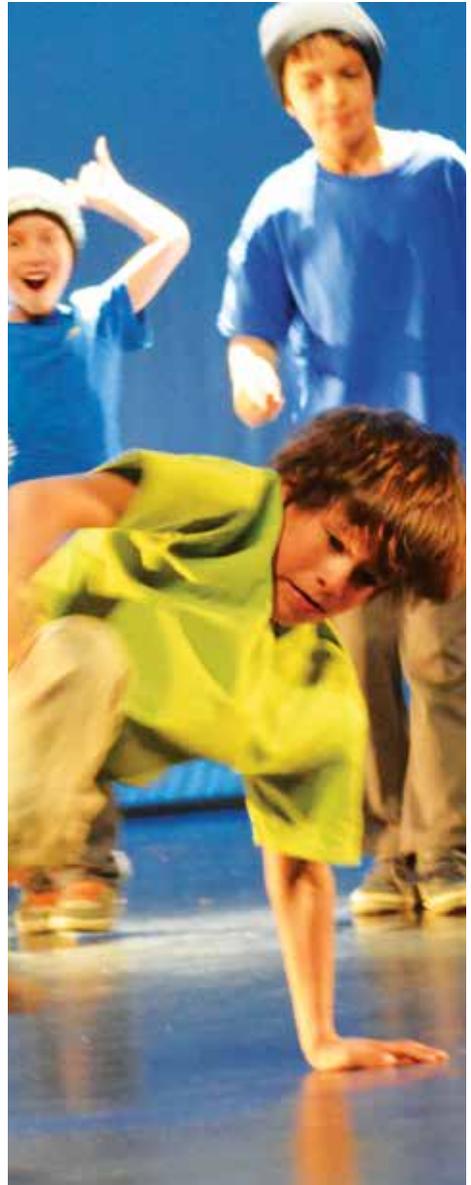
Activités de loisirs culturels	17-18
Académie de danse d'Outremont	19
Centre Pantalonal	22

## Loisir sportif

Activités de loisirs sportifs	23-30
Club de soccer Mont-Royal Outremont	30
Association de hockey mineur Mont-Royal Outremont	31
Club de patinage artistique d'Outremont	32

## Développement social

Outremont en famille	33
La Maison des Jeunes d'Outremont	34
Groupe Scouts et Guides de la 55 <sup>e</sup> Guynemer d'Outremont	34





# MOT DE LA MAIRESSE



Programme de la culture, des sports et des loisirs **Automne 2014 - Hiver 2015**

La Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social vous propose encore une fois une programmation qui saura rejoindre vos attentes et répondre à vos besoins. Couvrant les saisons automne 2014 et hiver 2015, le guide vous renseigne sur le large éventail d'activités mises à votre disposition sur le territoire d'Outremont.

En collaboration avec nos partenaires, nous avons particulièrement soigné la variété et les horaires afin que tous puissent y trouver ce qui leur convient. Comme vous le savez, nous mettons l'accent depuis plusieurs années sur l'augmentation et la modernisation de nos infrastructures sportives, sur la mise à niveau des parcs et sur la croissance du nombre d'activités pouvant être pratiquées par tous, quel que soit leur âge.

En matière de sports, nous croyons qu'il est très important de faciliter les choix et d'encourager la pratique en fournissant des lieux et des équipements à proximité des citoyens. Sur le plan culturel et du développement social, nous poursuivons des objectifs très similaires, soit d'offrir des activités qui ouvrent les horizons et qui encouragent l'adoption de modes d'expression servant autant à s'exprimer sur le plan personnel qu'à tisser des liens avec des gens qui partagent les mêmes intérêts. Nous bénéficions d'ailleurs d'un réseau d'organismes fort dynamiques qui contribuent beaucoup à la qualité de vie d'Outremont.

Pour faciliter le repérage des activités, nous avons agrandi et mis à jour la carte géographique. Parcourez le programme dès sa réception et ne tardez pas à vous inscrire lors de la période prévue à cet effet.

On vous attend en très grand nombre.

La mairesse de l'arrondissement,

Marie Cinq-Mars

# RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

## TARIFICATION ET PROGRAMMATION

La tarification et la programmation peuvent être sujettes à changement sans préavis. **Les prix n'incluent pas les taxes.**

## CARTE BIBLIOTHÈQUES-LOISIRS

La carte bibliothèques-loisirs est obligatoire pour s'inscrire aux activités de la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social (DCSLDS). Elle permet également l'accès à toutes les bibliothèques du réseau de la ville de Montréal. Cette carte est disponible au comptoir d'accueil du Centre communautaire intergénérationnel d'Outremont au 999, avenue McEachran.

Pour l'acquisition ou le renouvellement, vous devez présenter une pièce d'identité avec photo et une preuve de résidence, tels que le permis de conduire, ou la carte d'assurance maladie et une facture récente. Pour les enfants et adolescents, la carte d'assurance maladie ou la carte étudiante accompagnée d'une preuve de résidence du parent est nécessaire. Lors de l'émission de la carte, chaque personne doit être présente, car il y a prise de photo. Prendre note que le bail ne constitue pas une preuve de résidence.

## COÛT

Résidents de Montréal (valide 2 ans) : Gratuit

Non-résidents (valide 1 an)

- 44 \$ personnes âgées de 13 ans et moins

- 88 \$ personnes âgées de 14 à 64 ans

- 56 \$ personnes âgées de 65 ans et plus

- Gratuit pour les étudiants temps plein dans une institution d'enseignement montréalaise.

## PAIEMENT

Tous les frais doivent être acquittés en totalité lors de l'inscription. Les paiements par Visa, MasterCard, American Express, Interac et comptant sont acceptés. Les chèques ne sont pas acceptés.

## ANNULATION

La Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social se réserve le droit d'annuler un cours ou une activité si le nombre d'inscriptions est insuffisant, et ce, sans préavis. Les personnes inscrites recevront, au choix, un crédit ou un remboursement.

## STATIONNEMENT PRÉPAYÉ AU CENTRE COMMUNAUTAIRE INTERGÉNÉRATIONNEL

Facilitez vos déplacements en payant votre stationnement à l'avance, à la session ou à la saison, selon l'activité à laquelle vous ou votre enfant, êtes inscrits. Sur demande, pour accommoder les familles qui possèdent deux véhicules et qui accompagnent leur enfant inscrit à une activité, un second permis est disponible à moindre coût. Le numéro de la plaque d'immatriculation est obligatoire pour l'émission des permis. Veuillez présenter votre certificat d'immatriculation.

## COÛT

- Session automne ou hiver ou printemps :  
22,15 \$ / session

- Saison (automne/hiver ou printemps/été) :  
39,87 \$ / saison

- Saison (automne/hiver/printemps) :  
52,18 \$ / saison

- Permis de stationnement pour le second véhicule :  
8,85 \$

- Remplacement du permis perdu : 6,20 \$

## À NOTER

- Pour bénéficier de ce forfait, une preuve d'inscription à une activité offerte au CCI est exigée;

- Le coût est fixe. Aucune ristourne n'est applicable si le permis est acheté en cours de session ou de saison;

- Nous ne garantissons pas de place de stationnement;

- Un nombre limité de permis est émis.

# UNE ÉQUIPE DYNAMIQUE

Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social

999, avenue McEachran - Téléphone : 514 495-6211

Directeur : **Michel Allen**

Chef de division, culture, bibliothèque et

développement social : **Anne-Marie Poitras**

Chef de division, sports et loisirs : **Sonia St-Laurent**

Chef de section, bibliothèque : **Christiane St-Onge**

Régisseur, activités culturelles : **Manon Touchette**

Régisseur, sports et loisirs : **Louis-Philippe Chrétien**

Régisseur, sports et loisirs : **Toni Louis**

## TRANSFERT - NOTE DE CRÉDIT - REMBOURSEMENT

Aucun remboursement n'est accepté. Toute demande de transfert d'une activité à une autre dans la même session sera autorisée si elle est faite au plus tard après le premier cours de la session et si le nombre de places disponibles dans la nouvelle activité le permet. Dans le cas d'une annulation de participation avant le début de la session, une note de crédit, moins des frais administratifs de 20 \$, sera conservée au dossier du client. Une fois la session débutée, une demande de note de crédit ou de remboursement sera considérée uniquement sur demande écrite accompagnée d'un certificat médical. Des frais d'administration de 20 \$ seront perçus et le remboursement sera proportionnel au nombre de cours suivis.

## ABONNEMENT FAMILIAL

On entend par famille un maximum de deux (2) adultes qui partagent la même unité de logement, sans enfant ou alors avec un nombre d'enfants illimités à charge âgés de moins de 18 ans, qui demeurent avec ces adultes à temps plein ou à temps partiel.

## RESPONSABILITÉ

Les participants sont responsables d'eux-mêmes, de leur équipement et du matériel qu'ils utilisent. La Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social se dégage de toute responsabilité en cas de bris, perte ou accident pouvant survenir sur les lieux des activités.

## POLITIQUE FAMILIALE

La politique familiale de l'arrondissement d'Outremont prévoit une réduction en pourcentage des coûts d'inscription aux activités s'adressant aux enfants pour les familles de trois enfants ou plus résidant sur le territoire de l'arrondissement. Les activités éligibles à cette réduction de coûts sont les activités structurées offertes en régie ou par un organisme

partenaire de l'arrondissement pour la même session d'activités. Après l'analyse d'une demande écrite d'un parent pour une session d'inscription (automne, hiver ou printemps-été), la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social remboursera 33 % des coûts totaux d'inscription des activités éligibles des 3 enfants pour cette même session d'inscription. Pour les familles ayant 4 enfants et plus, le remboursement sera de 50 % des coûts totaux d'inscription des activités éligibles de tous les enfants pour cette même session d'inscription.

## RÉDUCTION DE 10 % POUR LES 55 ANS ET +

Si vous avez 55 ans et plus, vous bénéficiez d'une réduction de 10 % sur le coût de l'inscription à toute activité identifiée à cette fin et offerte par la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social.

## VIGNETTE D'ACCOMPAGNEMENT TOURISTIQUE ET DE LOISIR

La vignette d'accompagnement touristique et de loisir (VATL) est acceptée par l'arrondissement d'Outremont.

La VATL accorde la gratuité d'entrée à l'accompagnateur d'une personne âgée d'au moins 12 ans, ayant une déficience ou un problème de santé mentale et nécessitant une aide lors de la visite de sites touristiques, culturels et récréatifs.

Pour obtenir la VATL qui est offerte gratuitement, il suffit d'en faire la demande en allant sur le site [www.vatl.org](http://www.vatl.org)



**ACTIVITÉ CERTIFIÉE  
QUALITÉ FAMILLE**

Repérer ce pictogramme dans notre brochure; il vous indique les activités familiales.

# INSCRIPTIONS EN LIGNE 2014-2015

## Inscription par Internet

L'inscription en ligne est offerte pour toutes les activités identifiées par le pictogramme sur le site de Loisirs en ligne, selon les dates indiquées dans le calendrier ci-dessous.



Rendez-vous sur le site de Loisirs en ligne au : [www.ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne](http://www.ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne)

Pour voir les activités offertes par la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social : Cliquez sur **ARRONDISSEMENTS**, cochez **OUTREMONT**, puis cliquez sur **RECHERCHER**.

### EXIGENCES POUR S'INSCRIRE

**Par internet :** Le numéro à 14 chiffres de la carte bibliothèques-loisirs valide.  
Paiement par carte de crédit seulement.

**Au comptoir :** La carte bibliothèques-loisirs valide. Paiement par carte de crédit, débit ou comptant.

### CALENDRIER DES INSCRIPTIONS POUR L'ANNÉE 2014 – 2015

SAISON	INTERNET ET AU COMPTOIR	DÉBUT DES ACTIVITÉS
AUTOMNE 2014	Résidents d'Outremont : 21 août Pour tous : 28 août	8 septembre 2014
HIVER 2015	Résidents d'Outremont : 27 novembre Pour tous : 4 décembre	12 janvier 2015
PRINTEMPS 2015	Résidents d'Outremont : 5 mars Pour tous : 12 mars	7 avril 2015
PARC SOLEIL* (CAMP DE JOUR ÉTÉ)	<b>PAR LA POSTE, PAR FAX OU EN PERSONNE (FORMULAIRE À COMPLÉTER)</b> Du 2 mars au 3 avril 2015 (Priorité aux résidents d'Outremont du 2 au 27 mars)	
	<b>AU COMPTOIR (FORMULAIRE À COMPLÉTER)</b> À partir du 6 avril 2015 (Confirmation immédiate) L'inscription par Internet n'est pas possible pour le camp de jour	

**NOTE IMPORTANTE :** Aucune inscription ni formulaire ne sera accepté avant les dates indiquées dans ce calendrier.

\*Camp de jour : Lors de l'inscription par la poste, par télécopieur ou en personne, le numéro de carte de crédit est obligatoire. Vous recevrez votre reçu par la poste lorsque l'inscription aura été complétée, soit dans les jours qui suivent, si le nombre de places le permet. Les inscriptions avec confirmation immédiate se feront dès le 6 avril 2015. Nous acceptons les formulaires provenant de l'extérieur de l'arrondissement d'Outremont dès le 2 mars 2015. Ils seront conservés par ordre d'arrivée jusqu'au samedi 29 mars et traités dès le lundi 6 avril. Aucun formulaire incomplet ne sera accepté.

### LES TARIFS INDIQUÉS N'INCLUENT PAS LES TAXES.

Le programme annuel des activités ainsi que le formulaire d'inscription au camp de jour Parc Soleil se trouvent sur le site internet de l'arrondissement. [ville.montreal.qc.ca/outremont](http://ville.montreal.qc.ca/outremont)

Téléphone : 514 495-6211 - Télécopieur : 514 495-7411

Courriel : [loisirs.outremont@ville.montreal.qc.ca](mailto:loisirs.outremont@ville.montreal.qc.ca)

CE PROGRAMME EST VALIDE POUR LES SESSIONS D'AUTOMNE, D'HIVER ET DE PRINTEMPS.

UN PROGRAMME ESTIVAL SERA DISPONIBLE AU PRINTEMPS 2015.

# ASSOCIATIONS ET PARTENAIRES

## ACADÉMIE DE DANSE D'OUTREMONT

L'ADO offre un programme en danse basé sur les principes pédagogiques, somatiques et artistiques. La mission de l'ADO est de démocratiser la danse et de la rendre accessible à tous !

**Directrice : Irène Galesso**

**514 276-6060**

**info@academiedanse.com - academiedanse.com**

Voir page 19 de ce programme

## ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR MONT-ROYAL OUTREMONT

L'Association de hockey mineur Mont-Royal Outremont (AHMRO) est un organisme à but non lucratif ayant pour mission de favoriser et d'encadrer la pratique du hockey mineur sur glace dans la Ville de Mont-Royal et l'arrondissement d'Outremont.

**hockeymineurmro@gmail.com - hockeymro.ca**

Voir page 31 de ce programme

## ASSOCIATION DU PARC CANIN D'OUTREMONT (APCO)

L'Association du parc canin d'Outremont a pour mission d'être le porte-parole des propriétaires de chiens dans leurs relations avec la communauté. Ils s'impliquent activement dans l'entretien du parc mis à leur disposition.

**Président : Alain Lamontagne**

**parccaninoutremont@gmail.com**

## CASTELIERS

Casteliers est un organisme à but non lucratif voué à la diffusion des arts de la marionnette à Montréal. Il s'adresse tant aux enfants qu'aux adultes et propose des spectacles de formes traditionnelles ou contemporaines.

**Directrice générale : Louise Lapointe**

**514 270-7779**

**info@casteliers.ca - casteliers.ca**

Voir page 16 de ce programme

## CENTRE D'ÉTUDES MUSICALES PANTONAL

Le Centre d'études musicales Pantonal est un organisme privé sans but lucratif et voué à l'enseignement de la musique. Il est issu de l'Institut de recherche Pantonal, fondé en 1969 par Michel Perrault et établi à Outremont.

**Directeur administratif : Mario Tremblay**

**514 273-1055**

**pantonal@pantonal.ca - pantonal.ca**

Voir page 22 de ce programme

## CERCLE DES AÎNÉS D'OUTREMONT

Le Cercle des aînés d'Outremont organise des activités sociales (bridge, etc.) et des dîners rencontres pour ses membres. Pour toute information, communiquez avec l'accueil de la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social.

**Président : Jacques Grégoire**

**514 495-6211**

## CENTRE DE BÉNÉVOLAT SARPAD OUTREMONT

Le Service d'accompagnement et de répit aux personnes âgées à domicile (SARPAD) offre des services aux personnes âgées en perte d'autonomie et aux aidants naturels qui ont la responsabilité d'une personne âgée ou handicapée.

**Coordonnatrice : Marie-Paule Duquette**

**514 271-8869**

**sarpadou@sarpad.com - sarpad.com**

## CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE D'OUTREMONT

Le CPAO encadre les jeunes dans leur apprentissage du patinage selon le programme de Patinage Canada. Nous offrons aux débutants les cours de groupe de Patinage Plus (PP) et Patinage Plus Avancé (PPA) et aux patineurs ayant complété ces niveaux, des cours semi-privés et privés du programme STAR.

**Présidente : Audrey Claign**

**cpaoutremont.com - cluboutremont@gmail.com**

Voir page 32 de ce programme

# ASSOCIATIONS ET PARTENAIRES

## **CLUB DE SOCCER MONT-ROYAL OUTREMONT**

Le Club de soccer Mont-Royal Outremont (Griffons CSMRO) a pour mission de promouvoir, d'organiser et de développer toutes les activités reliées à la pratique du soccer chez les jeunes et les adultes de la Ville de Mont-Royal et l'arrondissement d'Outremont.

**Président : Luc Brutus**

**514 495-7473**

**info@csmro.ca - csmro.ca**

Voir page 30 de ce programme

## **CLUB DE TENNIS DU PARC JOYCE**

Les trois terrains de tennis du parc Joyce sont réservés aux membres du Club de tennis du parc Joyce en semaine de 13 h à 23 h ainsi que la fin de semaine et les jours fériés.

**Président : Éric Gagnon**

**info@tennisjoyce.net - tennisjoyce.net**

## **COMITÉ DE JUMELAGE D'OUTREMONT**

Le Comité de jumelage a pour principal mandat de promouvoir les relations entre les citoyens d'Outremont et ceux des villes jumelles, soit Le Vésinet en France, et Oakwood aux États-Unis.

**Présidente : Francine Unterberg**

**514 271-0959**

**comitedejumelageoutremont@hotmail.com**

## **CORPORATION DU THÉÂTRE OUTREMONT**

En tant que diffuseur culturel, la Corporation du Théâtre Outremont présente une programmation diversifiée dans les disciplines des arts de la scène et en cinéma au Théâtre Outremont.

**Directeur général et artistique : Raymond Cloutier**

**514 495-9944**

**info@theatreoutremont.ca - theatreoutremont.ca**

Voir page 14 de ce programme

## **GALERIE D'ART D'OUTREMONT**

La Galerie d'art d'Outremont a pour but de diffuser la production d'artistes professionnels dont les recherches s'inscrivent dans toutes les disciplines en art visuel et de familiariser le public, le plus large possible, avec les différentes avenues que propose l'art contemporain.

**Présidente : Andrée Tessier**

**Coordonnateur : Laurent Bouchard**

**514 495-7419**

**laurentbouchard@ville.montreal.qc.ca**

**galeriedartdoutremont.ca**

Voir page 12 de ce programme

## **LES AMIS DE LA PLACE MARCELLE-FERRON**

Organiser des activités en art public et des événements culturels qui s'inspirent de la pensée artistique et sociale de Marcelle Ferron. Son foyer principal est la place Marcelle-Ferron, (angle des avenues Bernard et De l'Épée).

**Président : Jean Lapointe**

**514 276-8756**

**amisdelaplacemarcelleferron@gmail.com**

## **LES ULTRAMONTAIS**

Le club de l'âge d'or Les Ultramontais organise des activités sociales (bridge, scrabble, etc.) et des sorties pour ses membres.

**Claire Felx**

**514 278-7493**

## **MAISON DES JEUNES D'OUTREMONT L'ESPACE-TEMPS**

L'Espace-Temps, le café-rencontre des jeunes d'Outremont, t'invite à lui rendre visite dans ses locaux situés au parc Saint-Viateur. Viens profiter de l'ambiance décontractée, des jeux sur consoles, de billard, de baby-foot et de ping-pong.

**Coordonnateur : Nathaniel Bousquet**

**514 270-2367**

**espace.temps@qc.aira.com**

**mdjespacetemps.wordpress.com**

Voir page 34 de ce programme

# ASSOCIATIONS ET PARTENAIRES

## OUTREMONT EN FAMILLE

Outremont en famille a pour mission de favoriser le bien-être et le développement des enfants d'Outremont et des arrondissements adjacents et de leur famille par le biais d'activités éducatives, socioculturelles, sportives et communautaires, en lien avec les partenaires du milieu.

**Présidente : Flor Del Pilar Arana**

**info@outremontenfamille.org**

**outremontenfamille.org**

Voir page 33 de ce programme

## SCOUTS ET GUIDES DE LA 55<sup>e</sup> GUYNEMER

La 55<sup>e</sup> Guynemer offre une méthode de scoutisme reconnue et authentique, dirigée par des jeunes pour les jeunes. Le scoutisme permet de développer son leadership, son autonomie et sa responsabilité à travers des jeux et des activités enrichissantes.

**Chef de groupe : David Boudreau**

**514 358-8268**

**chefdegroupe@55guynemer.org - 55guynemer.org**

Voir page 34 de ce programme

## SOCIÉTÉ D'HISTOIRE D'OUTREMONT

La Société d'histoire d'Outremont recueille, étudie, conserve et met en valeur l'histoire et le patrimoine collectif. Elle en favorise la connaissance par des publications, des conférences, des visites guidées et des manifestations culturelles.

**514 286-2448**

**info@histoireoutremont.org**

## TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS

La Table de concertation des aînés a pour mission de défendre et de promouvoir les intérêts des personnes âgées d'Outremont, de leur faire connaître les ressources du milieu, d'organiser et de maintenir des activités sociales, sportives et culturelles pour favoriser leur bien-être.

**Présidente : Francine Unterberg**

**514 271-0959**

## YMCA DU PARC

Les YMCA du Québec sont un organisme de bienfaisance qui contribue à l'épanouissement du corps, de l'intelligence et de l'esprit, ainsi qu'au mieux-être des personnes, des familles et des collectivités.

**514 271-YMCA (9622)**

**ymcaquebec.org**

Voir page 35 de ce programme

## TENNIS MONTRÉAL

Tennis Montréal a pour mission de promouvoir et développer la pratique du tennis chez les sportifs de tous les âges, de niveau débutant à élite.

**514 270-2724**

**informations@tennismontreal.qc.ca**



Pour plus d'information ou pour devenir membre ou bénévole, n'hésitez pas à joindre ces associations et partenaires.

# BIBLIOTHÈQUE ROBERT-BOURASSA



41, avenue Saint-Just, Outremont, QC H2V 4T7  
514 495-6208  
bibli.outremont@ville.montreal.qc.ca  
nelligan.ville.montreal.qc.ca  
(catalogue des 45 Bibliothèques de Montréal)  
facebook.com/bibli.robert.bourassa

**Toutes les activités sont gratuites.** Pour connaître le calendrier des activités des Bibliothèques de Montréal, y compris celui de la bibliothèque Robert-Bourassa, rendez-vous sur le site [bibliomontreal.com/calendrier](http://bibliomontreal.com/calendrier)

## ACTIVITÉS POUR LES JEUNES



### Heures du conte pour les tout-petits (0 à 3 ans)

Samedis 6 septembre, 4 octobre, 1<sup>er</sup> novembre et 6 décembre 2014, 10 janvier, 7 février, 14 mars, 11 avril et 2 mai 2015  
De 10 h 15 à 10 h 45 et de 11 h 15 à 11 h 45  
(2 groupes)

### Heures du conte thématiques (3 à 7 ans)

Halloween : Samedi 25 octobre 2014,  
de 10 h 30 à 11 h 30  
Noël : Samedi 13 décembre 2014,  
de 10 h 30 à 11 h 30

Saint-Valentin : Samedi 14 février 2015,  
de 10 h 30 à 11 h 30  
Pâques : Samedi 28 mars 2015,  
de 10 h 30 à 11 h 30

### Ateliers de marionnettes par Casteliers (4 à 6 ans)

Samedis 27 septembre (Journées de la culture),  
18 octobre et 22 novembre 2014; 24 janvier,  
21 février, 7 mars (Festival de Casteliers), 18 avril et  
16 mai 2015

### Concours de livrets d'activités avec des certificats-cadeaux de la librairie Loustic à gagner (0 à 13 ans)

Halloween : du 11 au 31 octobre 2014  
Noël : du 22 novembre au 20 décembre 2014  
Saint-Valentin : du 24 janvier au 14 février 2015  
Montréal joue (semaine de relâche) :  
du 21 février au 8 mars 2015  
Pâques : du 14 mars au 4 avril 2015

### Le Club le JEU dit GO ! (8 ans et plus)

Tous les jeudis après l'école, du 4 septembre au  
18 décembre 2014 et du 8 janvier au 11 juin 2015,  
de 16 h à 17 h

# BIBLIOTHÈQUE ROBERT-BOURASSA



## ACTIVITÉS POUR LES ADULTES

### Clubs de lecture

De septembre à mai, tous les premiers mercredis et jeudis du mois (2 groupes)  
De 13 h 30 à 15 h 30

### Semaine des bibliothèques publiques du Québec

Marie-Anne Poggi rencontre l'écrivain Naïm Kattan  
Lundi, 20 octobre 2014, de 10 h 30 à 12 h

## ACTIVITÉS POUR LES AÎNÉS (65 ANS ET PLUS)

### Matinée des aînés

Tous les mardis, du 9 septembre au 16 décembre 2014 et du 6 janvier au 16 juin 2015,  
entre 9 h 30 et 11 h 30



## ACTIVITÉS POUR TOUS

### Saison de la lecture

Du 19 septembre au 24 novembre 2014

### Octobre, mois de l'accessibilité universelle

Tout le mois d'octobre 2014

### Semaine des bibliothèques publiques du Québec

Du 18 au 25 octobre 2014

### Journée internationale du jeu à ta bibliothèque

15 novembre 2014

### Festival Montréal joue

Du 21 février au 8 mars 2015 (semaine de relâche)

Pour connaître notre horaire ou notre politique de prêt, veuillez nous contacter par téléphone ou par courriel.

# GALERIE D'ART D'OUTREMONT

41, avenue Saint-Just, Outremont (Québec) H2V 3E6  
Téléphone : 514 495-7419 - Visite virtuelle : [galeriedartdoutremont.ca](http://galeriedartdoutremont.ca)  
Heures d'ouverture : Mardi au vendredi de 13 h à 18 h - Samedi et dimanche de 13 h à 17 h



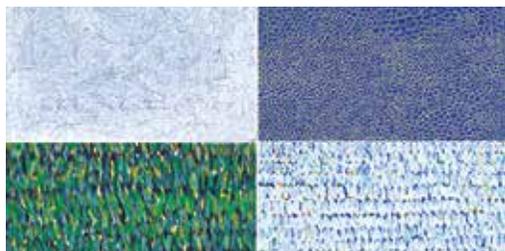
**Marianne Pon-Layus**  
**du 11 septembre au 5 octobre 2014**

Marianne Pon-Layus met en scène des jeunes femmes dans des positions de domination et de soumission. Pour peindre ces personnages, elle utilise des autoportraits photographiques, des images en circulation sur Internet, des prises de vues de films et d'émissions de télévision. Ce faisant, elle s'interroge sur la notion d'identité et sa relation avec les représentations médiatiques.



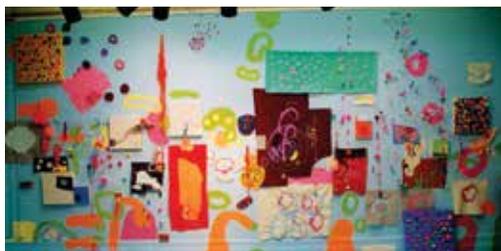
**Michèle Delisle**  
**du 6 au 30 novembre 2014**

« *Je suis nomade, depuis presque toujours. Au cours de ces déplacements, les personnes rencontrées me serviront de modèles, de guides et d'inspiration. Le corps, mais aussi l'espace qu'il occupe, déterminent ma peinture. Ce que je donne à voir, comme ce qui est suggéré, est dans les choses plus simples, observées et vécues.* »



**Josette Trépanier, Louise Mercure,  
Joceline Chabot, Hélène Sarrazin**  
**du 9 octobre au 2 novembre 2014**

Les quatre exposantes ont choisi de s'approprier quatre fonctions de la peau, à la fois organique et psychiques, auxquelles correspondent quatre figurations : le sac, l'écran, le tamis, le miroir. Chacune développe un langage visuel très différent.



**Sonia Harberstich**  
**du 4 décembre 2014 au 4 janvier 2015**

L'installation réalisée à la Galerie d'art d'Outremont est une accumulation de pastilles de dimensions variées et aux couleurs vibrantes. Les pastilles sont produites par la simple action de couler la matière liquide qui, en se figeant, adopte et conserve la forme que lui impose sa propre viscosité.

# GALERIE D'ART D'OUTREMONT



## **Peter Rochon du 8 janvier au 1<sup>er</sup> février 2015**

Les toiles de Peter Rochon reflètent l'état d'âme des sans-abris et des démunis qu'il rencontre dans les rues de Montréal. Cet artiste s'intéresse aux événements, aux situations, à la société, mais surtout à ceux qui occupent le vaste et précaire espace de déstabilisation, d'incertitude et d'originalité désigné par le terme marginalité.



## **Jennifer Macklem du 5 au 29 mars 2015**

« Mes peintures proposent un échange avec la lumière et l'espace. Je suis intéressée par ce qui est « dans l'air », au sens de ce qui est invisible, de ce qui n'est que profondément ou subtilement perceptible, comme, par exemple, les sentiments dans l'air... »



## **Pierre Durette du 5 février au 1<sup>er</sup> mars 2015**

L'exposition proposée sera constituée de sculptures en porcelaine et de peintures à l'huile : « Mon projet s'inspire du vaudou, de la voûte de Svalbard et des plaques de Pioneer pour en ressortir notre rapport à l'autel, au don et à la collection. »



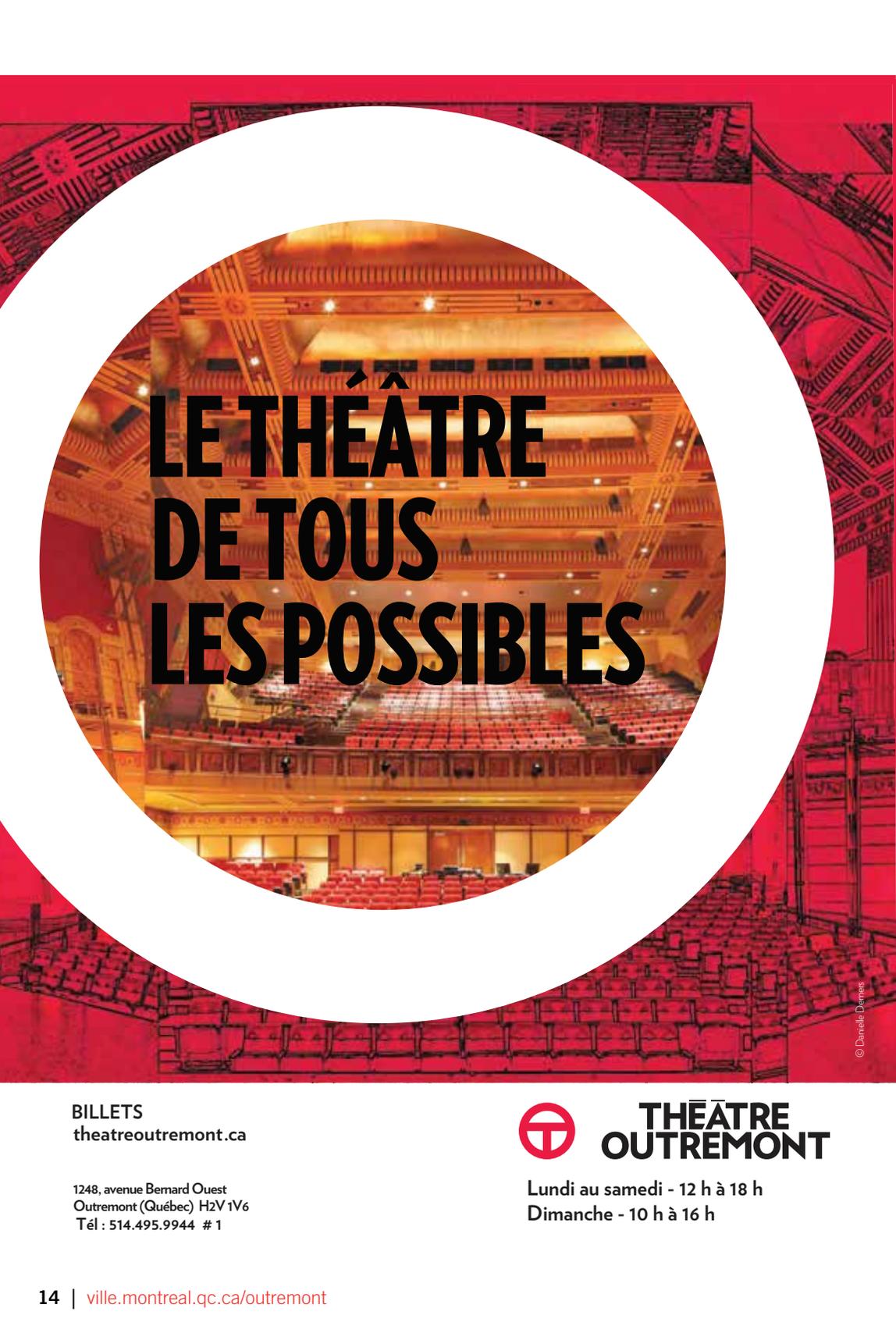
## **David Lafrance du 2 au 26 avril 2015**

« Les oeuvres de « Déficit nature » seront disposées afin de mettre en scène des jardins, des lieux de rassemblement et des bâtiments aux références des plus hétéroclites. Le rustique cohabite avec l'émancipation de la richesse et du mauvais goût. Mon travail récent en sculpture sur bois sera un ajout dynamique à cette composition. »



## **Étienne Rochon - Allison Moore du 30 avril au 24 mai 2015**

Ils présentent une installation inédite créée à partir de sérigraphies et d'estampes numériques imprimées sur divers matériaux et assemblées à l'Atelier Graff. Il s'agit d'un diorama animé, une maquette d'un monde imaginaire miniaturisé où des créatures inquiétantes s'activent à travers de multiples scènes hautement narratives et grouillantes de détails. Place à la poésie loufoque !



# LE THÉÂTRE DE TOUS LES POSSIBLES

**BILLETS**  
[theatreoutremont.ca](http://theatreoutremont.ca)

1248, avenue Bernard Ouest  
Outremont (Québec) H2V 1V6  
Tél : 514.495.9944 # 1



**THÉÂTRE  
OUTREMONT**

Lundi au samedi - 12 h à 18 h  
Dimanche - 10 h à 16 h



# COUSSINS CROISSANTS



# THÉÂTRE OUTREMONT

## 10<sup>e</sup> anniversaire - programmation 2014-2015

**Dimanche 5 octobre 2014**

### **L'histoire de Babar le petit éléphant**

Jeunesses musicales du Canada  
Conte musical, récitant et piano

Faites découvrir aux petits la célèbre histoire du roi Babar, brillamment mise en musique par un des plus grands compositeurs français, Francis Poulenc. Une pièce à la fois touchante, amusante et grandiose qui vous fera entendre les images sonores des aventures du petit éléphant sous diverses formes musicales : la berceuse chantée par la mère de Babar, la valse musette de la pâtisserie, la marche du mariage, la polka des noces et le beau nocturne final sous le clair de lune.

Un récit plein de rebondissements, accompagné d'une musique colorée et dynamique qui sauront à coup sûr émouvoir et faire rire toute la famille.

**Dimanche 30 novembre 2014**

### **Un monde pour Noël**

Jeunesses musicales du Canada  
L'Ensemble Alkemia :  
Dorothea Ventura, voix et flûtes  
Stéphanie Pothier, voix et percussions  
Jean-François Daignault,  
voix, flûtes à bec et chalumeau  
Marilyn Perreault,  
conception, texte et mise en scène

Suivez les traces d'une fillette espiègle à la recherche de ses cadeaux. Par la magie de Noël, sa quête lui fera faire le tour de la Terre. Elle découvrira des façons bien différentes de fêter Noël, mais aussi des valeurs universelles.

Un concert théâtral tout en finesse qui vous fera entendre quelques uns des plus beaux chants de Noël anciens, traditionnels et contemporains au son des voix harmonieuses, des flûtes et des tambours... sans oublier les grelots !

**Dimanche 1<sup>er</sup> mars 2015**

### **Les puces de Stradivarius**

Jeunesses musicales du Canada  
Concert théâtral Trio à cordes

Le luthier italien Antonio Stradivari, surnommé Stradivarius, est un génie de la fabrication des violons et des violoncelles. Mais quel est donc le secret de la confection de ses instruments de musique exceptionnels ? C'est précisément ce que veut découvrir le luthier Niccolo Amati, son plus féroce concurrent. Profitant du carnaval qui bat son plein à Crémone, Amati envoie des musiciens espions dans l'atelier du prodige, afin de tester les nouveaux modèles tant admirés.

Mais le fameux secret se cache peut-être... dans le travail acharné de Stradivarius pour protéger ses créations contre les voraces petites puces à bois qui infestent son atelier !

**Dimanche 12 avril 2015**

### **Babaloune**

Conseil des arts de Montréal en tournée

Fable écologique racontée par la baleine Babaloune, ce spectacle rassemble les enfants autour d'instruments de musique aussi fascinants qu'inusités. Voyageant à travers les océans, Babaloune nous raconte les changements qu'elle remarque. Elle nous parle de poissons vieux comme le monde, de plancton, de survie.

Une histoire d'amitié et de musique, qui prend petits et grands dans ses filets !

---

Croissants servis à l'arrivée du public et animation musicale, dès 10 h 15, au petit Outremont.

Le public est invité à intégrer la grande salle de spectacle à 11 h. Le concert a lieu dans la grande salle.

**Prix unique pour tous : 7 \$**

Disponible sur le site : [THEATREOUTREMONT.CA](http://THEATREOUTREMONT.CA)

# LES ATELIERS DE CASTELIERS



## JEUNES

Conception et fabrication  
d'une marionnette sur table

### Adolescents (11 - 15 ans)

Les participants apprendront les différentes étapes de fabrication d'une marionnette sur table : conception, modelage, mécanismes, costume et exploration des principes de manipulation.

Durée : 12 semaines - de septembre à décembre

Heures : 18 au total

Horaire : Les mardis de 16 h 30 - 18 h

Coût : 150 \$ - pour les résidents  
200 \$ - pour les non-résidents

Magali Chouinard, responsable des ateliers

Téléphone : 514 270-7779

magali@casteliers.ca

Voir tous les détails sur casteliers.ca

## ADULTES

Conception et fabrication  
d'une marionnette

### Adultes débutants ou intermédiaires (16 ans et +)

Sous la direction de marionnettistes professionnels, les participants conçoivent leur personnage et réalisent les différentes étapes de création de leur marionnette : conception, modelage, moulage, mécanismes et costume. Un survol des techniques de manipulation est également offert à la fin de la session.

Durée : 15 semaines - de septembre à décembre

Heures : 45 au total

Horaire : Les mardis de 18 h 30 à 21 h 30

Coût : 300 \$ - pour les résidents  
350 \$ - pour les non-résidents

Magali Chouinard, responsable des ateliers

Téléphone : 514 270-7779

magali@casteliers.ca

Voir tous les détails sur casteliers.ca



\*Tous les matériaux sauf le tissu sont inclus dans le prix.

# ACTIVITÉS DE LOISIRS CULTURELS



## AQUARELLE – ADULTE

Professeur : Geneviève Odin

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



**Mardi, de 13 h 30 à 16 h**

### DÉBUTANT ET INTERMÉDIAIRE

Ce cours s'adresse autant aux personnes qui veulent s'initier aux techniques de base qu'à celles qui souhaitent perfectionner leurs acquis.

**Mercredi, de 13 h 30 à 16 h - ATELIER DIRIGÉ**

Les aquarellistes expérimentés qui veulent explorer le médium de façon personnelle pourront bénéficier des conseils techniques du professeur et des critiques de groupe.

[Une exposition des œuvres des participants aux activités artistiques aura lieu du 29 au 31 mai 2015.](#)

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Mardi : du 9 sept au 25 nov 2014

Mercredi : du 10 sept au 26 nov 2014

Résidents : 120 \$ - Non-résidents : 180 \$

55 ans et plus : 108 \$

Veuillez prendre note que le matériel doit être fourni par le participant.

### SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

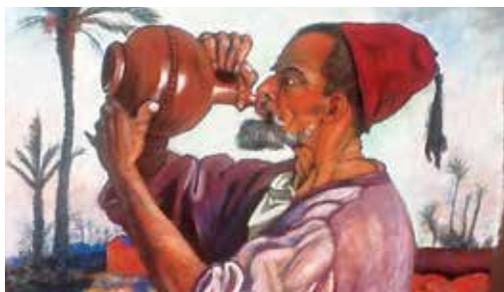
Mardi : du 13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Mercredi : du 14 jan au 25 mars 2015 (relâche le 4 mars)

Résidents : 100 \$ / Non-résidents : 150 \$

55 ans et plus : 90 \$

Veuillez prendre note que le matériel doit être fourni par le participant.



## DESSIN ACADÉMIQUE - ADULTES

(pastel sec et peinture à l'huile)

Professeur : Céline Bélec

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



**Lundi, de 13 h 30 à 16 h et de 18 h 30 à 21 h**

Le cours permet aux participants de développer leur sens de l'observation et de mieux comprendre comment fonctionnent l'ombre et la lumière. Une étude de drapé est possible. Tous niveaux. Matériel requis pour le premier cours: tablette de papier journal 18 pouces x 24 pouces, fusain en bâton et efface à fusain.

[Une exposition des œuvres des participants aux activités artistiques aura lieu du 29 au 31 mai 2015.](#)

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Du 8 sept au 1<sup>er</sup> déc 2014

(relâche 13 octobre)

Résidents : 120 \$ - Non-résidents : 180 \$

55 ans et plus : 108 \$

Veuillez prendre note que le matériel doit être fourni par le participant (environ 20 \$)

### SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Du 12 jan au 23 mars 2015 (relâche 2 mars)

Résidents : 100 \$ - Non-résidents : 150 \$

55 ans et plus : 90 \$

Veuillez prendre note que le matériel doit être fourni par le participant (environ 20 \$)

# ACTIVITÉS DE LOISIRS CULTURELS



## DESSIN ADO – 10 À 17 ANS

Professeur : Céline Bélec

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



### Samedi, de 10 h à 12 h

Le participant apprendra la base du dessin académique, soit le dessin linéaire et l'effet de contraste produit par les lumières et les ombres. Les travaux pratiques se feront par des natures mortes et autres sujets tels les animaux et les fleurs. Les plus avancés pourront réaliser un projet personnel sous la supervision du professeur. Matériel requis pour le premier cours : tablette de papier journal 18 pouces x 24 pouces, fusain en bâton et efface à fusain.

### SESSION D'AUTOMNE – 12 SEMAINES

Du 13 sept au 13 déc 2014 (relâche 27 sept et 22 nov)

Résidents : 90 \$

Non-résidents : 135 \$

Veuillez prendre note que le matériel doit être fourni par le participant (environ 20 \$)

### SESSION D'HIVER – 10 SEMAINES

Du 17 jan au 28 mars 2015 (relâche 7 mars)

Résidents : 75 \$

Non-résidents : 112.50 \$

Veuillez prendre note que le matériel doit être fourni par le participant (environ 20 \$)



## BAMBINERIE – PARENT – ENFANTS 5 ANS ET MOINS

Animation : YMCA du Parc

LIEU : CCI, 999, avenue McEachran



### Vendredi, de 9 h 30 à 11 h 45

La bambinerie animée pour les enfants de 5 ans et moins, voilà une bonne idée pour s'amuser et rencontrer de nouvelles et de nouveaux amis ! Au programme : accueil, chansons et comptines, bricolage, jeux de socialisation et partage de collations apportées par les enfants. **IMPORTANT : les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte en tout temps.**

### SESSION D'AUTOMNE – 12 SEMAINES

Du 12 sept au 28 nov 2014

1<sup>er</sup> enfant (résident) : 60 \$

2<sup>e</sup> enfant (résident) : 48 \$

Non-résidents : 90 \$

### SESSION D'HIVER – 10 SEMAINES

Du 16 jan au 27 mars 2015 (relâche 6 mars)

1<sup>er</sup> enfant (résident) : 50 \$

2<sup>e</sup> enfant (résident) : 40 \$

Non-résidents : 75 \$

# ACADEMIE DE DANSE D'OUTREMONT



**Inscriptions :** CCI au 999, avenue McEachran (local 301), Outremont, QC H2V 3E6 - 514 276-6060  
**info@academiedanse.com**  
**facebook.com/ADOutremont**

Depuis 1992, en collaboration avec l'arrondissement, l'Académie de danse d'Outremont (ADO) a pour mission de démocratiser la danse et de la rendre accessible à tous par l'expression du corps en mouvement dans l'espace. L'école avec son équipe de 20 enseignants offre des cours variés en entraînement des arts vivants de la scène. Chaque semaine, plus de 300 personnes fréquentent les studios et viennent bouger au son du rythme, se mettre en forme et découvrir leur créativité artistique !

**Horaires :** Consultez l'horaire des cours sur le site de l'arrondissement [ville.montreal.qc.ca/outremont](http://ville.montreal.qc.ca/outremont) ou sur le site de l'école [academiedanse.com](http://academiedanse.com)

**Année académique :** Le programme est échelonné sur trois sessions de 10 semaines, avec des classes ouvertes en novembre et des démonstrations publiques de fin d'année au Théâtre Outremont (achat de billets), dimanche 24 mai 2015.

## COURS OFFERTS

**ENFANTS** - théâtre mouvement - jazz - hip hop - parkour - moderne - danse parents-enfants - danse expression - danse créative - cirque - capoeira - breakdance - bébé danse - ballet - atelier chorégraphique - arts visuels danse

**ADOLESCENTS** - zumba - théâtre mouvement - tango - somatique - pointes et variations

**ADULTES** - pilates - parkour - moderne - mise en forme tonus plus - jazz - hip hop - danses du monde - danse expression - contemporain - cirque - capoeira - breakdance - ballet - atelier chorégraphique - arts visuels danse - afro latin

**AÎNÉS** - théâtre mouvement - somatique - pilates - danses du monde - danse expression - arts visuels danse

Session automne 2014		Session hiver 2015		Session printemps 2015	
<b>Durée</b> 10 semaines		<b>Durée</b> 10 semaines		<b>Durée</b> 9 sem. + démonstration	
du 15 septembre au 1 <sup>er</sup> décembre		du 3 janvier au 13 mars		du 14 mars au 24 mai	
<b>Inscription</b> du 8 au 13 septembre		<b>Inscription</b> du 24 au 29 novembre		<b>Inscription</b> du 7 au 13 mars	
du lundi au vendredi de 16 h à 19 h et samedi de 11 h à 14 h		du lundi au vendredi de 16 h à 19 h et samedi de 9 h à 14 h		samedi de 9 h à 14 h et du lundi au vendredi de 16 h à 19 h	
Coûts (taxes incluses)					
<b>Frais d'inscription.</b> Un seul pour l'année et par famille et non remboursable.					
Automne 2014 - <b>25 \$</b>		Hiver 2015 - <b>20 \$</b>		Printemps 2015 - <b>15 \$</b>	
<b>Frais de spectacle :</b> <b>30 \$</b> payable au début de la session de printemps 2015					
Frais par session de 10 semaines	Tarif (13 ans et -) et (50 ans et +)	Tarif entre 14 et 50 ans	Préparation pointes	Pointes et variations	
1 cours/semaine	<b>130 \$</b>	<b>145 \$</b>	<b>50 \$</b>	<b>60 \$</b>	
2 cours/semaine	<b>230 \$</b>	<b>260 \$</b>	<b>90 \$</b>	<b>105 \$</b> (ADO offre le 2 <sup>e</sup> cours par sécurité de l'entraînement)	
3 cours/semaine	<b>310 \$</b>	<b>345 \$</b>			

# CARTE DE L'ARRONDISSEMENT

## ARRONDISSEMENT D'OUTREMONT

### ÉDIFICES MUNICIPAUX

1. Bibliothèque Robert-Bourassa et Galerie d'art d'Outremont
2. Caserne 75 des pompiers
3. Centre communautaire intergénérationnel et aréna et du développement social
4. Mairie et bureau d'arrondissement
5. Maison des jeunes l'Espace-Temps et accueil du jumelage
6. Piscine John-F.-Kennedy
7. Poste de police de quartier
8. Service de l'aménagement urbain et du patrimoine
9. Service de la sécurité publique
10. Service des travaux publics
11. Théâtre Outremont / Petit Outremont

### STATIONNEMENT

- Stationnements publics
- Stationnement incitatif durant les opérations de denivellement

### PARCS ET ESPACES VERTS

12. Miniparc Champagnieur
13. Miniparc De L'Épée
14. Miniparc Durocher
15. Miniparc McNider
16. Miniparc Querbes
17. Parc Beauharnois
18. Parc canin
19. Parc de Vinny
20. Parc F.X. Garneau
21. Parc Irma-LeVasseur
22. Parc Jacques-Tessier
23. Parc John-F.-Kennedy
24. Parc Joyce
25. Parc Oakwood
26. Parc Outremont
27. Parc Pierre-Elliott-Trudeau
28. Parc Pratt
29. Parc Raoul-Dandurand
30. Parc Saint-Viateur
31. Place Délaïs-Tétreault
32. Place du Vésinet
33. Place Kate-McGarrigle
34. Place Marcelle-Ferron

### DIVERS

35. CLSC - Point de service Outremont
36. Station de métro Édouard-Montpetit
37. Station de métro Outremont

### ÉCOLES ET PARCS-ÉCOLES

38. Beth Jacob School
39. Centre d'éducation des adultes Outremont
40. École Cardinal
41. Centre François-Michelle
42. Collège Stanislas (secondaire)
43. Collège Stanislas (primaire)
44. École Blaissonnière
45. École Lajoie (parc-école)
46. École Nouvelle Querbes (parc-école)
47. École Saint-Germain d'Outremont (parc-école)
48. Faculté de musique de l'Université de Montréal (UdeM)
49. Paul-Gérin-Lajoie d'Outremont
50. Pavillon Marie-Victorin de l'UdeM
51. Pavillon Stratcona de l'UdeM
52. Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie
53. École de musique Vincent-d'Indy
54. Talmud Torah Belz School
- Broth Jerusalem Girls School







Téléphone : 514 273-1055 - [pantonal@pantonal.ca](mailto:pantonal@pantonal.ca) - [pantonal.ca](http://pantonal.ca)

En collaboration avec l'arrondissement d'Outremont, Pantonal offre un **enseignement de la musique individualisé** pour tous les niveaux qui favorise l'expression musicale et l'épanouissement artistique de chacun.

### INSCRIPTIONS

À partir du 18 août 2014

999, avenue McEachran, local 138, de 10 h à 18 h

Début session : Automne : 2 septembre 2014

Hiver : 5 janvier 2015

### COÛTS

**Enfants** : Automne (15 semaines) :

340 \$ - 460 \$ - 565 \$

Hiver (20 semaines) : 450 \$ - 610 \$ - 750 \$

**Éveil musical** : Automne (15 semaines) : 150 \$

Hiver (20 semaines) : 225 \$

**Adultes** : Automne (15 semaines) :

355 \$ - 490 \$ - 610 \$

Hiver (20 semaines) : 460 \$ - 640 \$ - 800 \$

### COURS OFFERTS

Alto, basse, band, batterie, chant-clarinette, clavier, ensemble vocal, éveil musical, flûte (bec et traversière), guitare, piano, saxophone, théorie et solfège, trompette et violon.

### ÉVÉNEMENTS

**Concerts** : Noël : 14 décembre 2014

Fin d'année : 30 et 31 mai 2015

Pantonal participe à la Fête d'hiver en collaboration avec l'arrondissement d'Outremont.

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

## EN SALLE



### AÉROBIE - ADULTES

Professeur : Véronique Gaury

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



Ce cours vous convie à un entraînement cardiovasculaire dans le cadre d'une routine chorégraphique. Celle-ci améliorera votre coordination, votre équilibre et votre endurance.

Mardi, de 19 h 15 à 20 h 15 - **Aérobic Plus**

Jeudi, de 19 h 15 à 20 h 15 - **Aérobic flexibilité**

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Mardi : 9 sept au 25 nov 2014

Jeudi : 11 sept au 27 nov 2014

**1 x semaine** : Résidents : 93.89 \$

Non-résidents : 156.49 \$ - 55 ans et plus : 84.50 \$

**2 x semaine** : Résidents : 132 \$

Non-résidents : 211.20 \$ - 55 ans et plus : 118.80 \$

### SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Mardi : 13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Jeudi : 15 jan au 26 mars 2015 (relâche le 5 mars)

**1 x semaine** : Résidents : 78.24 \$

Non-résidents : 130.41 \$ - 55 ans et plus : 70.42 \$

**2 x semaine** : Résidents : 110 \$

Non-résidents : 176 \$ - 55 ans et plus : 99 \$

### BADMINTON LIBRE

Lieu : Collège Stanislas, 740, avenue Dollard

#### Nouveau !

Lundi, de 20 h à 20 h 55 et de 21 h à 21 h 55

Jeudi, de 20 h à 20 h 55 et de 21 h à 21 h 55

Vendredi, de 20 h à 20 h 55 et de 21 h à 21 h 55

Du 8 sept au 1<sup>er</sup> déc 2014 (relâche le 13 oct 2014)

Du 12 jan au 12 juin 2015 (relâche les 2, 5 et

6 mars, 3 et 6 avr et 18 mai 2015)

#### Réservations

En personne : CCI, 999, avenue McEachran

Par téléphone : 514 495-6211

Numéro de carte loisirs exigé. Aucune réservation ne sera acceptée plus d'une semaine à l'avance.

**Tarif horaire** : 7.50 \$ - Carte 10 heures : 70 \$ -

Carte 20 heures : 130 \$

Le tarif est applicable par terrain.

L'achat des différents forfaits se fait au comptoir du CCI. Aucun achat sur place. La carte de 10 heures ou de 20 heures est poinçonnée au moment de l'utilisation du terrain. Aucune date d'expiration.

**Attention** : Le joueur qui a réservé un terrain devra avoir présenté sa carte d'abonnement ou son reçu de location d'un court pour une heure dans les cinq premières minutes de l'heure réservée. Après ce délai, il perdra le privilège de sa réservation et le terrain deviendra disponible immédiatement, pour le reste de la période, à tout autre joueur.

### CONDITIONNEMENT PHYSIQUE - ADULTES

Professeur : Lucie Thouin

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran **Nouveau !**



Entraînement complet dans le but de développer et/ou de maintenir son endurance cardio-respiratoire et musculaire. Ce cours comprend les parties échauffe-

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

EN SALLE

ment, aérobie (jogging et circuit musculation), exercices au sol, étirements et relaxation. Le tout au son d'une musique entraînante.

**Nouveau !** Mardi, de 20 h 30 à 21 h 30

**Nouveau !** Jeudi, de 20 h 30 à 21 h 30

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Mardi : 9 sept au 25 nov 2014

Jeudi : 11 sept au 4 déc 2014 (relâche le 16 oct)

**1 x semaine :** Résidents : 93.89 \$

Non-résidents : 156.49 \$ - 55 ans et plus : 84.50 \$

**2 x semaine :** Résidents : 132 \$

Non-résidents : 211.20 \$ - 55 ans et plus : 118.80 \$

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Mardi : 13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Jeudi : 15 jan au 26 mars 2015 (relâche le 5 mars)

**1 x semaine :** Résidents : 78.24 \$

Non-résidents : 130.41 \$ - 55 ans et plus : 70.42 \$

**2 x semaine :** Résidents : 110 \$

Non-résidents : 176 \$ - 55 ans et plus : 99 \$

## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE 101 55 ANS ET PLUS



Professeur : YMCA du Parc

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran

Les objectifs de ce cours adapté aux aînés sont de développer ou maintenir la capacité cardiorespiratoire, l'endurance musculaire, l'équilibre ainsi que la souplesse des articulations. Les exercices sont réalisés sur chaise et debout selon le rythme de chacun.

**Nouveau !** Lundi, de 10 h à 11 h

**Nouveau !** Mercredi, de 10 h à 11 h

**Nouveau !** Vendredi, de 13 h 30 à 14 h 30

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Lundi : 8 sept au 1<sup>er</sup> déc 2014

(relâche le 13 oct)

Mercredi : 10 sept au 26 nov 2014

Vendredi : 12 sept au 28 nov 2014

**1 x semaine :**

Résidents : 84.50 \$ - Non-résidents : 156.49 \$

**2 x semaine :**

Résidents : 118.30 \$ - Non-résidents : 211.20 \$

Le prix inclus le rabais 55 ans et plus.

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Lundi : 12 jan au 23 mars 2015 (relâche le 2 mars)

Mercredi : 14 jan au 25 mars 2015 (relâche le 4 mars)

Vendredi : 16 jan au 27 mars 2015 (relâche le 6 mars)

**1 x semaine :**

Résidents : 70.42 \$ - Non-résidents : 130.41 \$

**2 x semaine :**

Résidents : 96.59 \$ - Non-résidents : 176 \$

Le prix inclus le rabais 55 ans et plus.

## FLEXIBILITÉ - ADULTES

Professeur : Véronique Gaury

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



La souplesse (ou flexibilité) est une qualité physique permettant de réaliser des mouvements avec la plus grande amplitude ou mobilité articulaire. Ce cours d'étirement améliorera de façon naturelle l'élasticité musculaire et articulaire tout en éliminant les courbatures et les raideurs ou tensions liées au quotidien.

Lundi de 20 h 30 à 21 h 30

Mercredi de 20 h 30 à 21 h 30

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Lundi : 8 sept au 1<sup>er</sup> déc 2014 (relâche le 13 oct)

Mercredi : 10 sept au 26 nov 2014

**1 x semaine :** Résidents : 93.89 \$

Non-résidents : 156.49 \$ - 55 ans et plus : 84.50 \$

**2 x semaine :** Résidents : 132 \$

Non-résidents : 211.20 \$ - 55 ans et plus : 118.80 \$

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

## EN SALLE

### SESSION D'HIVER – 10 SEMAINES

Lundi : 12 jan au 23 mars 2015 (relâche le 2 mars)

Mercredi : 14 jan au 25 mars 2015

(relâche le 4 mars)

**1 x semaine** : Résidents : 78.24 \$

Non-résidents : 130.41 \$ - 55 ans et plus : 70.42 \$

**2 x semaine** : Résidents : 110 \$

Non-résidents : 176 \$ - 55 ans et plus : 99 \$

### GYMNASTIQUE DOUCE - ADULTES

Professeur : Speranza Spiratos

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



La gymnastique douce est une méthode corporelle utilisant la détente active, la mobilisation ostéo-articulaire et l'étirement dans le but d'assouplir et de tonifier le corps afin d'améliorer la posture et de rétablir l'équilibre.

### GROUPE RÉGULIER

Mardi, de 10 h à 11 h 30

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

9 sept au 25 nov 2014

Résidents : 140.76 \$ - Non-résidents : 211.20 \$

55 ans et plus : 126.68 \$

### SESSION D'HIVER – 10 SEMAINES

13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Résidents : 117.30 \$ - Non-résidents : 176 \$

55 ans et plus : 105.57 \$

**Nouveau !** Vendredi, de 10 h 30 à 11 h 30

**GROUPE COMPLÉMENTAIRE** (réservé aux participants inscrits au groupe du mardi)

### SESSION D'AUTOMNE - 8 SEMAINES

26 sept au 14 novembre 2014

Résidents : 62.59 \$ - Non-résidents : 104.33 \$

55 ans et plus : 56.33 \$

### SESSION D'HIVER – 8 SEMAINES

23 jan au 20 mars 2015 (relâche le 6 mars)

Résidents : 62.59 \$ - Non-résidents : 104.33 \$

55 ans et plus : 56.33 \$

### GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

**Filles de 6 À 10 ANS**

Professeur : Club Rythmik Québec

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



La gymnastique rythmique est un sport qui combine la gymnastique, la danse et le ballet avec le maniement de petits appareils : ballon, ruban, cerceau, corde et massue. Elle développe la souplesse, la force, la coordination et le sens du rythme. **Les participantes doivent se présenter en vêtements de gymnastique.**

Mercredi, de 16 h à 17 h 30

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

10 sept au 26 nov 2014

Résidents : 175 \$ - Non-résidents : 262.50 \$

### SESSION D'HIVER – 12 SEMAINES

14 jan au 8 avr 2015 (relâche le 4 mars)

Résidents : 175 \$ - Non-résidents : 262.50 \$

### JUDO - 5 À 13 ANS Nouveau !

Professeur : Club JudoStan

Lieu : Collège Stanislas, 740, avenue Dollard



Le judo (voie de la souplesse) est un art martial, un sport de combat et un principe de vie d'origine japonaise. Il se compose pour l'essentiel de techniques de projection, de contrôles au sol, d'étranglements et de clefs. Les adultes qui désirent participer à des cours de judo peuvent s'inscrire au Collège Stanislas.

**5 à 13 ans**

Mardi de 18 h à 19 h - Jeudi de 18 h à 19 h

**Parent - enfant (5 à 13 ans)**

Samedi de 9 h 30 à 11 h

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

## EN SALLE

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Mardi : du 9 sept au 25 nov 2014

Jeudi : du 11 sept au 27 nov 2014

Samedi : du 13 sept au 29 nov 2014

#### 5 à 13 ans

##### 1 x semaine :

Résidents : 96 \$ - Non-résidents : 144 \$

##### 2 x semaine :

Résidents : 134.40 \$ - Non-résidents : 201.60 \$

#### Parent - enfant (5 à 13 ans)

Résidents : 144 \$ - Non-résidents : 216 \$

55 ans et plus : 129.60 \$

L'inscription du parent et de l'enfant est requise.

### SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Mardi : du 13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Jeudi : du 15 jan au 26 mars 2015 (relâche le 5 mars)

Samedi : du 17 jan au 28 mars 2015 (relâche le 7 mars)

#### 5 à 13 ans

##### 1 x semaine :

Résidents : 80 \$ - Non-résidents : 120 \$

##### 2 x semaine :

Résidents : 112 \$ - Non-résidents : 168 \$

#### Parent - enfant (5 à 13 ans)

Résidents : 120 \$ - Non-résidents : 180 \$

55 ans et plus : 108 \$

L'inscription du parent et de l'enfant est requise.

Tarifs d'affiliation à Judo Québec et Judo Canada (frais annuels non-remboursables payables au premier cours) :

7 ans et moins : 19 \$ - 8 et 9 ans : 24 \$

10 et 11 ans : 34 \$ - 12 et 13 ans : 44 \$

18 ans et plus : 84 \$

### KARATÉ (STYLE SHOTOKAN) 5 ANS ET PLUS

Professeur : Yves Potvin et Émil Pavaliu, 6<sup>e</sup> Dan

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



Un art martial qui convient à tous - **Pour les enfants**, le karaté est une activité éducative par l'apprentissage du geste, de la coordination, de la concentration, de l'éducation physique et du jeu. **Pour les adolescents et les adultes**, cela devient une discipline sportive complète impliquant des techniques de base, des chorégraphies (katas) et des combats contrôlés. **Pour les 45-70 ans**, le karaté est une gymnastique saine et diversifiée sans exigences physiques exceptionnelles.

**5 à 9 ans :** Lundi, de 18 h à 19 h

Mercredi, de 18 h à 19 h

**10 ans et plus :** Lundi, de 19 h à 20 h

Mercredi, de 19 h à 20 h

### SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Lundi : 8 sept au 1<sup>er</sup> déc 2014 (relâche le 13 oct)

Mercredi : 10 sept au 26 nov 2014

#### 5 à 17 ans :

##### 1 x semaine :

Résidents : 96 \$ - Non-résidents : 144 \$

##### 2 x semaine :

Résidents : 134.40 \$ - Non-résidents : 201.60 \$

#### 18 ans et plus :

**1 x semaine :** Résidents : 114 \$

Non-résidents : 171 \$ - 55 ans et plus : 102.60 \$

**2 x semaine :** Résidents : 159.60 \$

Non-résidents : 239.40 \$ - 55 ans et plus : 143.64 \$

### SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Lundi : 12 jan au 23 mars 2015 (relâche le 2 mars)

Mercredi : 14 jan au 25 mars 2015 (relâche le 4 mars)

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

EN SALLE

## 5 à 17 ans :

### 1 x semaine :

Résidents : 80 \$ - Non-résidents : 120 \$

### 2 x semaine :

Résidents : 112 \$ - Non-résidents : 168 \$

## 18 ans et plus :

### 1 x semaine :

Résidents : 95 \$ - Non-résidents : 142.50 \$

55 ans et plus : 85.50 \$

### 2 x semaine :

Résidents : 133 \$ - Non-résidents : 199.50 \$

55 ans et plus : 119.70 \$

Frais d'inscription à l'Association japonaise de karaté du Québec (frais annuels non-remboursables payables au premier cours) :

5 à 7 ans : 25 \$/année

8 ans à 17 ans : 35 \$/année

18 ans et + : 40 \$/année

Frais optionnels : évaluations, stages, cliniques et compétitions.

## SAMEDI ÉNERGIE - ADULTES

Professeur : Véronique Gaury

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran

Ce cours vise une dépense énergétique dans le plaisir et la variété pour débiter la fin de semaine du bon pied. Offert à la carte ou avec une formule d'abonnement, vous pourrez facilement insérer cette activité à votre horaire.

**Nouveau !** Samedi, de 10 h 15 à 11 h 30

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

13 sept au 13 sept 2014 (relâche 27 sept et 22 nov)

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

17 jan au 28 mars 2015 (relâche le 7 mars)

Résidents : Unité : 10 \$ - carte 10 cours : 75 \$ -  
carte 20 cours : 140 \$

Non-résidents : Unité : 15 \$ - carte 10 cours :

112.50 \$ - carte 20 cours : 210 \$

55 ans et plus : Unité : 9 \$ - carte 10 cours :

67.50 \$ - carte 20 cours : 126 \$

Les cartes sont valides de la session d'automne 2014 à la session de printemps 2015.

## TAÏ CHI - ADULTES

Professeur : Institut de taoïste Fung Loy Kok

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



Le tai chi taoïste est un art de santé chinois qui consiste en un enchaînement de mouvements lents qui favorisent la relaxation, la concentration et l'équilibre tout en développant la force et la souplesse. Il permet ainsi la détente du corps et de l'esprit. Il est accessible à tous.

Mercredi, de 10 h à 11 h 30

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

10 sept au 26 nov 2014

Résidents : 88.68 \$ - Non-résidents : 146.04 \$

55 ans et plus : 79.81 \$

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

14 jan au 25 mars 2015 (relâche le 4 mars)

Résidents : 73.90 \$ - Non-résidents : 121.70 \$

55 ans et plus : 66.51 \$

## TONUS - ADULTES

Professeur : Véronique Gaury

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



Ce cours qui vise l'amélioration de l'endurance et du tonus musculaire demande peu de coordination. Il répondra aux attentes des débutants comme des participants avancés.

Mardi, de 18 h 15 à 19 h 15 - **Tonus musculaire**

Jeudi, de 18 h 15 à 19 h 15 - **Step-tonus**

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

EN SALLE

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

Mardi : 9 sept au 25 nov 2014

Jeudi : 11 sept au 27 nov 2014

### 1 x semaine :

Résidents : 93.89 \$ - Non-résidents : 156.49 \$

55 ans et plus : 84.50 \$

### 2 x semaine :

Résidents : 132 \$ - Non-résidents : 211.20 \$

55 ans et plus : 118.80 \$

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Mardi : 13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Jeudi : 15 jan au 26 mars 2015 (relâche le 5 mars)

### 1 x semaine :

Résidents : 78.24 \$ - Non-résidents : 130.41 \$

55 ans et plus : 70.42 \$

### 2 x semaine :

Résidents : 110 \$ - Non-résidents : 176 \$

55 ans et plus : 99 \$

## YOGA (TSOMO YOGA) - ADULTE

Professeur : Catherine Burry,

Mona Sabbagh (mercredi)

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



Le Tsomo Yoga est le yoga de la longévité. Il s'agit d'une combinaison harmonieuse de yoga traditionnel (hatha yoga) et de techniques gestuelles empruntées aux arts martiaux non violents.

Lundi, de 17 h à 18 h 30 et de 18 h 45 à 20 h 15

Mardi, de 10 h à 11 h 30

Mercredi, de 17 h à 18 h 30 et de 18 h 45 à 20 h 15

Jeudi, de 10 h à 11 h 30

Vendredi, de 10 h à 11 h 30

## SESSION D'AUTOMNE - 14 SEMAINES

Lundi : 8 sept au 15 déc 2014 (relâche le 13 oct)

Mardi : 9 sept au 9 déc 2014

Mercredi : 10 sept au 10 déc 2014

Jeudi : 11 sept au 11 déc 2014

Vendredi : 12 sept au 12 déc 2014

### 1 x semaine :

Résidents : 164.25 \$ - Non-résidents : 246.35 \$

55 ans et plus : 147.83 \$

### 2 x semaine :

Résidents : 231 \$ - Non-résidents : 346.50 \$

55 ans et plus : 207.90 \$

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

Lundi : 12 jan au 23 mars 2015 (relâche le 2 mars)

Mardi : 13 jan au 24 mars 2015 (relâche le 3 mars)

Mercredi : 14 jan au 25 mars 2015 (relâche le 4 mars)

Jeudi : 15 jan au 26 mars 2015 (relâche le 5 mars)

Vendredi : 16 jan au 27 mars 2015 (relâche le 6 mars)

### 1 x semaine :

Résidents : 117.30 \$ - Non-résidents : 176 \$

55 ans et plus : 105.57 \$

### 2 x semaine :

Résidents : 165 \$ - Non-résidents : 284 \$

55 ans et plus : 148.50 \$

## YOGA SUR CHAISE - ADULTES

Professeur : YMCA du Parc

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran



Destiné aux personnes qui souhaitent faire de l'exercice tout en douceur ou qui ont subi une opération récemment. Cette classe de yoga présente une introduction aux bénéfices de la relaxation et du gain d'énergie que procure le yoga, en utilisant des positions debout et sur chaises.

**Nouveau !** Mercredi, de 10 h à 11 h

## SESSION D'AUTOMNE - 12 SEMAINES

10 sept au 26 nov 2014

Résidents : 93.89 \$ - Non-résidents : 156.49 \$

55 ans et plus : 84.50 \$

## SESSION D'HIVER - 10 SEMAINES

14 jan au 25 mars 2015 (relâche le 4 mars)

Résidents : 78.24 \$ - Non-résidents : 130.41 \$

55 ans et plus : 70.42 \$

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS

## SUR GLACE

### HOCKEY LIBRE - 18 ANS ET PLUS

Lieu : Patinoire d'Outremont, 999, av. McEachran

Mercredi, de 13 h 30 à 15 h 20

Jeudi, de 13 h 30 à 15 h 20

Du 10 sept au 18 déc 2014

Du 7 jan au 2 avr 2015

Un horaire spécial sera en vigueur pour la période des Fêtes.

2,61 \$ par personne

Gratuit pour les gardiens de but

Équipement complet obligatoire (casque avec visière complète et protège-cou).

### INITIATION AU PATINAGE 5 ANS ET +

Lieu : Patinoire extérieure du parc Pierre-Élliott-Trudeau



Durant quatre semaines, un entraîneur vous accompagnera pour vous aider à développer vos habiletés de base en patinage. Cette activité est ouverte aux enfants, aux adultes et aux familles. Le nombre d'entraîneurs sera déterminé par le nombre d'inscriptions. **Les enfants de moins de six ans doivent être accompagnés d'un adulte inscrit. Le port du casque est fortement recommandé.**

Samedi, de 13 h 30 à 14 h 30

**Nouveau !** Samedi, de 14 h 30 à 15 h 30

### SESSION D'HIVER – 4 SEMAINES

10 au 31 jan 2015

Les cours annulés en cas de patinoire fermée seront repris à la fin de la session.

#### 5 à 17 ans

Résidents : 24 \$ - Non-résidents : 39.28 \$

#### 18 ans et plus

Résidents : 28.56 \$ - Non-résidents : 42.84 \$

### LIGUE AMICALE DE HOCKEY FEMMES 18 ANS ET PLUS

Lieu : Patinoire d'Outremont, 999, avenue McEachran

Mardi, de 21 h à 22 h 20

9 sept au 9 déc 2014 - 6 jan au 24 mars 2015

#### Inscription

Pour les joueurs inscrits l'an dernier : du 21 au 25 août 2014.

Pour les nouveaux joueurs : du 26 au 30 août 2014

Résidents : 284.40 \$ - Non-résidents : 323.46 \$

Le nombre de places est limité. Le casque avec visière complète et le protège-cou sont obligatoires.

### LIGUE MAISON HOCKEY HOMMES LES JOUVENCEAUX - 35 ANS ET PLUS

Lieu : Patinoire d'Outremont, 999, av. McEachran

Dimanche, de 19 h 30 à 20 h 50

Dimanche, de 21 h à 22 h 20

Du 7 sept au 14 déc 2014 (relâche le 16 nov)

Du 4 jan au 22 mars 2015

#### Inscription

Pour les joueurs inscrits l'an dernier : du 21 au 25 août 2014.

Pour les nouveaux joueurs : du 26 au 30 août 2014

Résidents : 284.40 \$ - Non-résidents : 323.46 \$

Le nombre de places est limité. Le casque avec visière complète et le protège-cou sont obligatoires.

# ACTIVITÉS DE LOISIRS SPORTIFS



# CLUB DE SOCCER MONT-ROYAL OUTREMONT

## PATINAGE LIBRE

Lieu : Patinoire d'Outremont, 999, av. McEachran

Lundi, de 13 h 30 à 14 h 20

Mercredi, de 12 h à 12 h 50

Vendredi, de 12 h à 12 h 50

Dimanche, de 13 h 30 à 14 h 50

Du 8 sept au 21 déc 2014

Du 9 jan au 5 avr 2015

Un horaire spécial sera en vigueur pour la période des Fêtes.

Avec carte loisirs : Gratuit

Sans carte loisirs : 2,61 \$

Il est strictement défendu de pratiquer le patinage artistique ou le hockey durant ces périodes.

## PATINAGE LIBRE POUR LES CPE ET GARDERIES D'OUTREMONT

Lieu : Patinoire d'Outremont, 999, av. McEachran

Une période de patinage libre est offerte chaque semaine pour les CPE et garderies de l'arrondissement.

Jeudi, de 9 h 30 à 10 h 30

Du 11 sept au 18 déc 2014

Du 8 jan au 2 avr 2015

Gratuit (pour les établissements situés dans l'arrondissement d'Outremont)



**csmro.ca - info@csmro.ca - 514 495-7473**

Mandaté par la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social d'Outremont, le Club de soccer Mont-Royal Outremont (CS MRO, aussi connu sous le nom « les Griffons ») a pour mission de promouvoir, d'organiser et de développer les activités reliées à la pratique du soccer chez les jeunes et les adultes de son territoire.

Soucieux de vouloir toucher et desservir le plus grand nombre de citoyens, le CS MRO participe à tous les niveaux de compétition du soccer québécois. Se basant sur les ligues récréatives pour initier les jeunes à la pratique de ce merveilleux sport, le Club a pour but de développer les jeunes à travers une structure compétitive régionale (A), inter-régionale (AA) et provinciale (AAA) et même semi-professionnelle.

## CDC 2014-2015

Le Club de soccer MRO a le plaisir d'inviter les jeunes joueurs de soccer de l'arrondissement d'Outremont et de la Ville de Mont-Royal à son camp de détection qui se tiendra à l'automne 2014. Le camp de détection s'adresse à tous les enfants qui souhaitent faire du soccer durant l'hiver. Nous ferons des groupes d'entraînement homogènes afin d'offrir à chacun un encadrement approprié. Venez en grand nombre !

Pour plus de détails sur l'inscription et le déroulement des activités, communiquez avec le Club (csmro.ca)

# ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR MONT-ROYAL OUTREMONT



## Saison 2014-2015

Site Web : [www.hockeymro.ca](http://www.hockeymro.ca)

Pour communiquer avec l'Association, cliquer sur l'onglet « Nous joindre ».

S'adressant aux garçons et aux filles de 4 à 21 ans, le programme de hockey mineur est mis sur pied par l'Association de hockey mineur MRO en collaboration avec la Ville de Mont-Royal et l'arrondissement d'Outremont. En raison des règlements de Hockey Québec, ce programme n'est offert qu'aux résidents de Mont-Royal et d'Outremont.

L'Association de hockey mineur MRO tient à vous rappeler que le hockey est un sport d'équipe. Les joueurs doivent être présents aux pratiques et aux matchs. **PRIÈRE DE NE PAS VOUS INSCRIRE SI VOUS PRÉVOYEZ VOUS ABSENTER FRÉQUEMMENT.** Selon la politique et la philosophie de l'Association, un joueur pourrait voir son inscription refusée si son comportement durant la saison précédente envers ses coéquipiers, ses entraîneurs ou les arbitres a été jugé inacceptable ou si son taux de présence est insuffisant.

### PROGRAMMES

Ligues récréatives et compétitives (garçons et filles) : Les matchs ont lieu la semaine et la fin de semaine, de septembre au début d'avril.

**Camp d'été** : 2 semaines au mois d'août 2015

**Camp de printemps** : Fin de semaine en avril, mai et juin 2015

### INSCRIPTIONS

**Anciens joueurs** - Inscriptions tardives du 28 juillet au 15 août 2014

**Nouveaux joueurs** - Inscriptions du 28 juillet au 15 août 2014



### LIEUX DES PARTIES LOCALES

Aréna de Mont-Royal - 1050, chemin Dunkirk et  
Patinoire d'Outremont - 999, avenue McEachran

### ÉQUIPEMENT REQUIS

L'équipement complet de hockey est obligatoire, y compris le protecteur buccal, le casque avec visière complète et le protège-cou. Si vous achetez un casque ou des culottes de hockey, veuillez les choisir noirs.

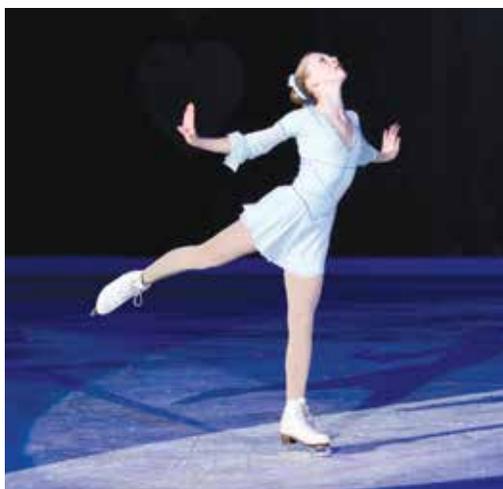
### PARENTS BÉNÉVOLES

L'engagement des parents à titre de bénévoles est essentiel au succès d'un programme de hockey comme le nôtre. Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec l'Association de hockey mineur MRO, en allant dans la section « Nous joindre » sur [hockeymro.ca](http://hockeymro.ca). Aucune expérience nécessaire.

### OFFRE D'EMPLOI (ARBITRES ET MARQUEURS)

Nous sommes à la recherche d'arbitres et de marqueurs pour la saison de hockey. Si vous avez 14 ans ou plus et qu'un de ces postes vous intéresse, veuillez communiquer avec [hockeymineurmro@gmail.com](mailto:hockeymineurmro@gmail.com)

# CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE D'OUTREMONT



## PATINAGE ARTISTIQUE - À PARTIR DE 4 ANS

### PRÉ-INSCRIPTION

#### pour les anciens patineurs

Les formulaires d'inscription seront disponibles sur notre site web pendant l'été. Pour s'inscrire, vous n'avez qu'à les compléter et les déposer ou poster au CCI. Premier arrivé, premier inscrit! Les formulaires seront traités par date de dépôt. La priorité sera accordée aux résidents d'Outremont. Le numéro de la carte des loisirs, obligatoire pour l'inscription, doit être valide 6 mois au moins après la date d'inscription et le numéro de Patinage Canada est également obligatoire pour l'inscription. Les formulaires incomplets seront refusés.

### INSCRIPTION

#### pour les nouveaux patineurs

Les formulaires seront disponibles le 22 août 2014 sur notre site web et devront être déposés au CCI à partir du samedi 23 août. Les places sont limitées. Premier arrivé, premier inscrit : les formulaires seront traités par date de dépôt. La priorité sera accordée aux résidents d'Outremont. Le numéro de la carte des loisirs obligatoire pour l'inscription, doit être valide

6 mois au moins après la date d'inscription. Les formulaires incomplets seront refusés.

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran.

**Âge minimum** : 4 ans au 1<sup>er</sup> septembre 2014

**Âge maximum** : 20 ans au 30 septembre 2014

(pour les débutants)

**Saison** : Du 13 septembre 2014 au 12 avril 2015

Note : Le casque protecteur est obligatoire pour les enfants jusqu'à l'écusson 5 réussi. L'uniforme de patinage artistique est obligatoire pour tous les patineurs dans les catégories patinage plus et patinage plus avancé (environ 80 \$).

### COÛTS et HORAIRES

Le détail des coûts ainsi que les horaires pour la saison 2014-2015 pour chacun des groupes seront disponibles sur notre site web. Payable en argent ou par carte de crédit directement à l'accueil du CCI.

### RENSEIGNEMENTS

[www.cpaoutremont.com](http://www.cpaoutremont.com) - [cluboutremont@gmail.com](mailto:cluboutremont@gmail.com)

514 889-8397

info@outremontenfamille.org

outremontenfamille.com

Facebook/outremontenfamille

## GARDIENS AVERTIS - 11 ans et plus

L'atelier enseigne aux participants les premiers soins à prodiguer aux enfants de huit ans et moins en situation de gardiennage. Il offre une base solide et outille les participants pour leur permettre de débiter leurs séances de gardiennage avec confiance.

Instructeur : Équipe premier soin

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran

## HORAIRE : Automne - Hiver

Atelier 1 de 7 heures :

Samedi 11 octobre 2014 de 9 h à 16 h

Atelier 2 de 7 heures :

Samedi 10 janvier 2015 de 9 h à 16 h

## COÛT

Session (résident) : 60 \$ (7 heures)

Session (non-résident) : 80 \$ (7 heures)

Le prix comprend la documentation, le matériel nécessaire à la formation et la carte de certification remise à la fin du cours.

Renseignements et inscriptions :

info@outremontenfamille.org

## FORMATION PREMIERS SOINS, RESPIRATION CARDIO RESPIRATOIRE (RCR) ET DÉFIBRILLA- TEUR EXTERNE AUTOMATISÉ (DEA)

À partir de 13 ans et adultes

Cette formation s'adresse à toutes les personnes qui ont le désir d'apprendre comment intervenir rapidement en situation d'urgence. Les participants apprendront la RCR, comment utiliser un DEA, comment faire face à l'intoxication, à l'ingestion de drogues et aux allergies.

Instructeur : Équipe premier soin

Lieu : CCI, 999, avenue McEachran

## HORAIRE

**Automne** : Le mercredi et le jeudi 15 et 16 octobre et le mardi 21 octobre 2014 de 19 h à 22 h

**Hiver** : le mercredi et le jeudi 14 et 15 janvier et le mardi 20 janvier 2015 de 19 h à 22 h

(Les 3 soirées de formation sont obligatoires pour l'obtention de la certification).

## COÛT

Session (résident) : 60 \$ (8 heures)

Session (non-résident) : 80 \$ (8 heures)

Le prix comprend la documentation, le matériel nécessaire à la formation et la carte de certification remise à la fin du cours

Renseignements et inscriptions :

info@outremontenfamille.org

## LA POPOTE FAMILLE

L'incontournable popote famille organisée d'octobre à avril, revient en 2014-2015, pour le plus grand plaisir des papilles des petits et des grands. Cuisinez joyeusement avec notre chef Yann Blavier et sa brigade de résidents, amis, parents ou enfants !



Pour les dates et les horaires : outremontenfamille.com - info@outremontenfamille.org



# LA MAISON DES JEUNES D'OUTREMONT



Groupe scout et guide de la  
55<sup>e</sup> Guynemer d'Outremont

# SCOUTS ET GUIDES 55<sup>E</sup> GUYNEMER



## LA MAISON DES JEUNES D'OUTREMONT

530, avenue Querbes, Montréal, QC H2V 3W5  
Téléphone : 514 270-2367 - Tél. : 514 270-2059  
espace.temps@qc.aira.com

La Maison des Jeunes d'Outremont, le lieu de rencontre des jeunes du quartier, t'invite à lui rendre visite dans ses locaux situés au parc Saint-Viateur.

Viens profiter de l'ambiance décontractée et des jeux sur consoles Playstation 3 et Xbox 360, de billard, de baby-foot et de ping-pong. La Maison des Jeunes d'Outremont, c'est aussi des tournois, des soirées vidéo, des nuits vidéo sur écran géant ainsi qu'une variété d'activités spéciales (sorties, soupers animés, voyages et plus).

## HEURES D'OUVERTURE

Du mardi au jeudi, de 15 h 15 à 21 h  
Le vendredi, de 15 h 15 à 22 h  
Le samedi, de 13 h à 23 h

## SOIRÉES THÉMATIQUES

Lundi : Libre  
Mardi : Hockey  
Mercredi : Quiz  
Jeudi : Cuisine  
Vendredi : Art et déco  
Samedi : Libre

## GRUPE SCOUTS ET GUIDES DE LA 55<sup>E</sup> GUYNEMER D'OUTREMONT

La 55<sup>e</sup> Guynemer offre une méthode de scoutisme reconnue et authentique, dirigée par des jeunes pour les jeunes, s'adressant aux jeunes de 8 à 17 ans. Le scoutisme permet de développer son leadership, son autonomie et sa responsabilité à travers des jeux et des activités enrichissantes.

Chef de groupe : David Boudreau  
Téléphone : 514 358-8268  
Courriel : [chefdegroupe@55guynemer.org](mailto:chefdegroupe@55guynemer.org)  
Site internet : [55guynemer.org](http://55guynemer.org)

## 75<sup>e</sup> anniversaire du groupe - 22 novembre 2014

Le 75<sup>e</sup> sera l'occasion d'honorer les bâtisseurs du groupe et de souligner l'ampleur de son impact passé et présent dans la communauté outremontaise.

## Souper spaghetti - avril 2015

(date exacte à venir)

L'organisme vous invite à son souper spaghetti annuel en avril 2015 (date exacte à venir), au Centre communautaire intergénérationnel (999, avenue McEachran) de l'arrondissement d'Outremont. Cette activité de financement permet au groupe de faire des activités tout au long de l'année. Pour plus de renseignements, communiquez avec eux.



Pour connaître le prochain événement ou pour plus de renseignements, consultez notre page Facebook [espace.temps](http://espace.temps)



5550, avenue Du Parc, Montréal, QC H2V 4H1  
Renseignements : 514 271-YMCA (9622)  
www.ymcaquebec.org

### HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi : 6 h 45 à 23 h  
Samedi et dimanche : 8 h à 20 h

### ABONNEMENT

LES TARIFS D'ABONNEMENT SONT CALCULÉS  
SUR UNE BASE ANNUELLE.

**Résident (conventionné) :** 39,00 \$/mois  
(Sur présentation d'une preuve de résidence dans  
l'arrondissement d'Outremont)

**Non-résidents :** 51.75 \$/mois

### L'ABONNEMENT DONNE ACCÈS À TOUS LES SERVICES ET INSTALLATIONS, SOIT :

Studios polyvalents - gymnase - salle d'entraînement  
- cardio cycle - bain de vapeur - piscine - coffrets de  
sécurité - la plus vaste sélection de cours de groupe à  
Montréal - 6 laissez-passer pour un invité - vestiaires  
pour hommes, pour femmes et pour les familles.

L'abonné a accès à une rencontre avec un entraîneur  
qualifié afin de développer des programmes  
d'entraînement individualisés, un accès illimité  
aux cours et activités dirigées, sports collectifs à  
participation libre, heures de gymnase libre, bain  
libre. N'hésitez pas à nous joindre pour plus de  
renseignements.

Les YMCA du Québec sont un organisme de  
bienfaisance qui contribue à l'épanouissement du  
corps, de l'intelligence et de l'esprit, ainsi qu'au  
mieux-être des personnes, des familles et des  
collectivités.



## PROGRAMMES POUR LA FAMILLE DU YMCA DU PARC

### ACTIVITÉS PARENTS-ENFANTS

- Matinées Bout d'Choux (activités variées et  
stimulantes), enfants de 8 mois à 5 ans
- Présco gym, 2 à 5 ans
- Kung Fu, 4 ans et plus
- Musique et mouvement, 2 à 5 ans
- Sport en famille, 7 à 10 ans

### ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

- Halte-garderie (du lundi au samedi,  
heures variées), enfants de 6 mois à 8 ans
- Camp de jour, enfant de 5 à 12 ans
- Service de fêtes d'enfants, enfant de 2 à 13 ans

### NATATION

- Programme de natation de 0 à 17 ans
- Club de natation de 6 à 17 ans
- Cours privés de natation

Veillez communiquer avec la personne respon-  
sable des activités aquatiques au 514 271-3437,  
poste 4218

### COURS INCLUS DANS

#### L'ABONNEMENT POUR LES 4-11 ANS

Basketball - Kung Fu - Soccer - Danse - Danse  
ballet - Gymnastique - Impro - Jeux de société

# PARCS ET PLATEAUX SPORTIFS EXTÉRIEURS **AUTOMNE**



## **CODE DE CONDUITE DANS LES PARCS ET ESPACES VERTS**

Afin de profiter en toute quiétude de nos parcs, nous vous rappelons la réglementation en vigueur. Il est interdit à toute personne qui fréquente un parc :

- d'y amener un animal (sauf au parc canin);
- d'y circuler à bicyclette, trottinette, planche à roulettes, patins à roues alignées, ou tout autre appareil similaire;
- de déplacer les bancs de parc;
- de grimper dans les arbres;
- d'allumer des feux ou pièces pyrotechniques;
- de consommer des drogues ou boissons alcoolisées;
- de se trouver ou de se faire tremper les pieds dans un bassin non destiné à la baignade;
- de laisser des déchets sauf dans les poubelles prévues à cette fin;
- de prendre des photos de groupe ou de filmer à des fins commerciales sans permis;
- de troubler la paix.

Les préposés aux parcs et aux terrains de jeu représentent l'autorité et ont le devoir de faire respecter les règlements. N'hésitez pas à les aborder afin d'obtenir des renseignements ou pour apporter des suggestions.



## **PARC CANIN**

Outremont possède un magnifique parc canin clôturé et aménagé qui est situé au pied du viaduc qui relie l'arrondissement d'Outremont à la ville de Mont-Royal, soit au bout de l'avenue McEachran. Bancs pour les maîtres et abreuvoir pour chiens sont à votre disposition.

# PARCS ET PLATEAUX SPORTIFS EXTÉRIEURS

## HIVER



### PATINOIRES EXTÉRIEURES

#### PATIN LIBRE SEULEMENT

- Parc Saint-Viateur
- Parc Pratt (demi-glace)
- Parc De Vimy
- Parc Outremont
- Parc P.-E.-Trudeau (1)

### PATINOIRES DE HOCKEY

- Parc Beaubien (2)\*
- Parc P.-E.-Trudeau (1)
- Parc Oakwood
- Parc Pratt (demi-glace)

\*En tout temps, la petite patinoire du parc Beaubien est réservée aux 10 ans et moins pour la pratique du hockey. AVIS IMPORTANT : Nous prions les utilisateurs de ne pas jouer au hockey sur les patinoires réservées exclusivement au patinage libre.

### CHALET OUVERTS À LA POPULATION L'HIVER

- Chalet parc Beaubien
- Chalet parc Saint-Viateur

### HORAIRE D'OUVERTURE DES CHALETs

Du lundi au vendredi, de 14 h 30 à 22 h  
Samedi et dimanche, de 9 h à 22 h

### GLISSOIRE DU PARC BEAUBIEN

Au cœur de l'arrondissement, la glissoire du parc Beaubien est accessible à tous de 8 h au coucher du soleil.

TOUS LES UTILISATEURS DOIVENT RESPECTER LES RÈGLES D'UTILISATION CI-DESSOUS POUR GLISSER EN TOUTE SÉCURITÉ :

- La supervision d'un adulte est fortement recommandée pour les enfants de moins de 10 ans;
- Le site est interdit aux enfants de moins de 6 ans non accompagnés d'un adulte;
- Le port du casque protecteur est fortement recommandé;
- Lorsque la surface est glacée, la glissade est interdite;
- Tous les départs se font au sommet de la pente;
- Glisser en direction de la cour d'école;
- Attendre que la pente soit libre avant de descendre;
- Les chambres à air ou tubes, les trois-skis et les planches à neiges sont interdits;
- Maximum de deux (2) personnes par traîneau;
- Maximum d'une (1) personne par soucoupe.

L'usage de la glissade pourra être interdit à toute personne qui enfreint ces règles ou qui trouble la paix. Les surveillants et préposés à l'entretien du parc représentent l'autorité et ont le devoir de faire respecter les règlements. N'hésitez pas à les aborder afin d'obtenir des renseignements ou pour apporter des suggestions.

**BONNE GLISSE !**

# CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS



## Journées de la culture

26, 27 et 28 septembre 2014

Pour cet événement annuel, plusieurs activités ont lieu dans l'arrondissement d'Outremont. Du concert d'opéra à la Place Marcelle-Ferron à la foire de la pomme organisé par la Fondation PGLO, tous y trouveront leur compte.

## Souper d'huîtres du Comité de jumelage d'Outremont

(date exacte à venir)

Venez déguster des huîtres sous toutes leurs formes au Centre communautaire intergénérationnel tout en aidant à financer l'organisme du Comité de jumelage d'Outremont. Un rendez-vous annuel à ne pas manquer. Pour plus d'information ou réserver vos billets, veuillez communiquer avec Mme Francine Unterberg au 514 271-0959.



## Maison hantée

31 octobre 2014

Située dans les locaux de la Maison des Jeunes d'Outremont, la maison hantée vous effrayera juste assez pour vous inciter à revenir l'année suivante. Rendez-vous au 530, avenue Querbes, frissons garantis.

## Parade des citrouilles

1<sup>er</sup> novembre 2014

Le parc Pratt s'illuminera à la lumière orangée de centaines de citrouilles dès 18 h 30. Vous pourrez admirer les talents locaux grâce à ces citrouilles recueillies le lendemain de la fête d'halloween. La Parade est remise au 2 novembre en cas de pluie.

# CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS



## **Jour du Souvenir**

11 novembre 2014

Cérémonie ayant lieu au parc Outremont devant le cénotaphe afin de commémorer l'armistice qui a mis fin à la Première Guerre mondiale, le 11 novembre 1918, à 11 h. Par tradition, deux minutes de silence sont observées à cette heure précise lorsque l'armistice fut effectif.

## **75<sup>e</sup> anniversaire du groupe scout de la 55<sup>e</sup> Guynemer**

22 novembre 2014

Le 75<sup>e</sup> est une fête en l'honneur du Groupe rappelant son histoire et fêtant son essor actuel. Le 75<sup>e</sup> anniversaire sera l'occasion d'honorer les bâtisseurs du groupe et de souligner l'ampleur de son impact passé et présent dans la communauté outremontaise.



## **Arrivée du Père Noël**

6 décembre 2014

Le Père Noël arrive au parc St-Viateur et profitera de sa visite à Outremont pour recueillir les lettres des enfants qui ne pourront venir le rencontrer sur son trône dans le chalet du parc. Itinéraire de la collecte des lettres à confirmer.

## **Concert de Noël du Centre d'études musicales Pantonal**

14 décembre 2014

Laissez-vous enchanter par ce spectacle des élèves du Centre d'études musicales Pantonal qui a lieu au Centre communautaire intergénérationnel.

## **Fête d'hiver**

8 février 2015

Le parc St-Viateur accueille les petits et les grands pour profiter de l'hiver québécois. Tous et toutes pourront se régaler grâce aux gâteries et plats préparés par les organismes de l'arrondissement. Patinage, animation, structure gonflable, promenade en calèche et maquillage sont au rendez-vous.

# LOCATION DES SALLES



CENTRE COMMUNAUTAIRE  
INTERGÉNÉRATIONNEL



## LOCATION DE SALLES AU CENTRE COMMUNAUTAIRE INTERGÉNÉRATIONNEL

- Réceptions, mariages, anniversaires, fêtes, réunions, ateliers, colloques, conférences.
- Salles de réception attrayantes et contiguës pouvant accueillir jusqu'à 350 personnes en style banquet. Accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- Cuisine spécialement aménagée pour traiteurs.
- Salles de réunion avec accès à l'équipement multimédia et Wi-Fi.
- Stationnement payant de 117 places.
- Un lieu idéal pour organiser des événements.

Appelez-nous au  
**514 495-6211**  
pour une visite !

**LE CCI  
VOUS APPARTIENT...  
PROFITEZ-EN  
PLEINEMENT !**

999, avenue McEachran  
Outremont (Québec) H2V 3E6  
[loisirs.outremont@ville.montreal.qc.ca](mailto:loisirs.outremont@ville.montreal.qc.ca)