CCSE
Maisonneuve

PROGRAMMATION

Communautaire, culturelle, physique et sportive

Printemps 2024

Mercier
Hochelaga-Maisonneuve
Montréal

Québec

Suivez-nous!

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

CARTE DE *membre*

Pour devenir membre du CCSE Maisonneuve, il suffit de vous procurer une carte de membre à travers le site www.sport-plus.com au moment de vous inscrire à une activité. Valide pour une durée d'un an, la carte de membre est obligatoire au coût de 5$. De plus, notez qu'elle est dématérialisée. Elle figure uniquement dans notre logiciel de gestion.

COMPTE *Sport-Plus*

Avant l'inscription, vous devez créer votre profil de membre sur la plateforme Sport-Plus au www.ccse.ca. Vous pouvez créer en ligne soit un compte individuel soit un compte familial incluant des membres d'une famille vivant à la même adresse.

MODALITÉS D'INSCRIPTIONS ET D'ACTIVITÉS

Inscriptions et préinscriptions
Les dates d'inscription sont indiquées à la page 3.
Les préinscriptions sont offertes aux personnes inscrites à la session précédente (hiver 2024) et qui désirent se réinscrire à la même activité, même jour, même heure à la session suivante. Pour ajouter une nouvelle activité, il faut s'inscrire lors de la période d'inscription.

Frais et Modalités de paiement
Les frais d'inscription doivent être acquittés en totalité avant le début des activités. Un frais de gestion de **8$ par session par personne** est applicable lors d'une inscription aux activités.
Pour les inscriptions en ligne, le paiement doit s'effectuer par carte de crédit Visa ou Mastercard seulement. Pour les inscriptions sur place, le paiement doit s'effectuer par carte de débit ou en argent comptant.

Politique de remboursement / crédit
- Frais d'administration de 10% en tout temps.
- Remboursement à 100% si l'annulation provient du CCSE.
- Toutes les demandes de remboursement doivent êtes adressées par courriel à info@ccse.ca avant le début des activités.
-Crédit au prorata des cours restant sur présentation du billet de médecin, en tout temps.

Annulation d'une activité par le CCSE
Le CCSE Maisonneuve se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions est insuffisant, ou pour toute autre raison jugée valable. Dans ce cas, le remboursement sera complet.

Relevé 24 (RL-24) pour les frais de garde au service d'animation
Afin d'obtenir votre relevé, vous devez ajouter votre numéro d'assurance sociale (NAS) dans votre dossier client. Sans le NAS, aucun relevé ne sera émis. Le relevé 24 pour vos impôts sera transmis dans votre compte Sport-Plus en ligne. Aucun envoi postal ne sera fait.

Crédit d'impôt pour les activités des enfants
Vous pouvez demander un crédit d'impôt remboursable pour l'inscription de l'enfant à un programme qui comprend des activités physiques ou des activités artistiques, culturelles ou récréatives. (information complète sur le site gouvernemental de Revenu Québec).

Crédit d'impôt pour les activités des aînés
Si vous avez plus de 70 ans, vous pouvez demander un crédit d'impôt remboursable pour les frais payés pour votre inscription à des activités physiques ou à des activités artistiques, culturelles ou récréatives si toutes les conditions sont remplies. (information complète sur le site gouvernemental de Revenu Québec).

Loisirs accessibles
Afin de faciliter le paiement d'une activité, il est possible de conclure une entente sur place avec le coordonnateur des programmes du secteur. Informez vous.

Vignette de stationnement
Évitez une contravention. Procurez vous une vignette de stationnement au coût de **8$** (valide pour la session hiver-printemps 2024).

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Rabais

IMPORTANT : Le rabais est applicable en personne seulement. Notez que si vous vous inscrivez en ligne vous n'aurez pas accès au rabais par la suite.

55 ans +

Plus vous bougez, plus vous économisez!

(preuve d'identité avec photo exigée)
Inscrivez vous à l'une des activités et obtenez un rabais !

10 %

Programme d'accessibilité financière aux personnes à faible revenu

Pour être admissible, vous devez nous présenter une preuve de revenu familial avant impôt (avis de cotisation ou preuve d'aide sociale).
Ce montant doit être inférieur au montant indiqué sur le tableau selon le nombre de personnes de votre famille.

25 %

Année	1 pers.	2 pers.	3 pers.	4 pers.	5 pers.	6 pers.	7 pers.
2024	29 380$	36 576$	44 966$	54 594$	61 920$	69 835$	77 751$

Un seul rabais par famille est applicable.

LÉGENDE des activités

Surveillez nos nouveautés
De nouvelles activités s'ajoutent à notre programmation.
Elles sont identifiées par une étoile.
Oserez vous les essayer?

Préinscriptions
Surveillez la pastille verte dans la liste des activités. Offertes aux personnes inscrites à la session précédente et qui désirent se réinscrire à la même activité, même jour, même heure à la session suivante.

Cours à la carte
Vous aimeriez essayer une de nos activités ou vous avez peu de disponibilités pour une session complète ? Participez à nos cours à la pièce. (voir pages 25-26)

CALENDRIER des sessions

Notez que la programmation peut changer sans préavis

SESSION	DURÉE	PAS DE COURS
PRINTEMPS	15 AVRIL AU 9 JUIN	FERMÉ LES 18, 19 ET 20 MAI AGA LE 24 AVRIL : PAS DE COURS À PARTIR DE 18H
ÉTÉ (ADULTES-AÎNÉS)	9 JUIN AU 16 AOÛT	FERMÉ LE 24 JUIN ET LE 1ER JUILLET
CAMP DE JOUR 5-12 ANS CAMP ÉTÉ 12-17 ANS	25 JUIN AU 16 AOÛT	FERMÉ LE 1ER JUILLET

HORAIRE DES INSCRIPTIONS

Notez que la programmation peut changer sans préavis

SESSION PRINTEMPS 2024 | **ENTRE LE 15 AVRIL ET LE 9 JUIN** (Fermé les 18-19-20 mai)

Préinscriptions			
Secteur	Heure	Date	Lieu
Adultes-Aînés	10h à 19h	25 au 28 mars	sur place au CCSE ou en ligne
Enfance-Famille	13h à 19h		
Caserne	17h à 21h	18 et 19 mars	

Les préinscriptions sont offertes aux personnes inscrites à la session précédente (hiver 2024) et qui désirent se réinscrire à la même activité, même jour, même heure à la session suivante.

Inscriptions			
Secteur	Heure	Date	Lieu
Adultes-Aînés	10h à 19h	2 avril	sur place au CCSE ou en ligne
Enfance-Famille	13h à 19h		
Jeunesse	13h à 19h		
Caserne	16h à 19h		

CAMP DE JOUR | **DU 25 JUIN AU 16 AOÛT** (Fermé le 1er juillet)

Préinscriptions			
Secteur	Heure	Date	Lieu
Enfance-Famille	11h à 19h	4 avril	sur place au CCSE ou en ligne
Jeunesse			

Les préinscriptions sont offertes aux personnes inscrites au camp de jour Club des Pirouettes 2023 ou au camp d'été jeunesse 2023.

Inscriptions			
Secteur	Heure	Date	Lieu
Enfance-Famille	13h à 19h	5 avril	sur place au CCSE ou en ligne
Jeunesse			

Afin de vous assurer d'une place, veuillez passer au CCSE pour récupérer un numéro de fil d'attente dès 8h30 les 4 et 5 avril

SESSION ÉTÉ (ADULTES-AÎNÉS) | **DU 9 JUIN AU 16 AOÛT** (Fermé les 25 juin et 1er juillet)

Inscriptions			
Secteur	Heure	Date	Lieu
Adultes-Aînés	10h à 19h	21 et 22 mai	sur place au CCSE ou en ligne

Le CCSE Maisonneuve, un centre communautaire de loisir inclusif!

LE CCSE MAISONNEUVE

Un milieu de vie unique!

Le CCSE Maisonneuve est le symbole vivant de plus d'un demi-siècle d'engagement communautaire dans le quartier. Durant les dernières décennies, ce sont des dizaines de milliers de membres qui se sont impliqués et ont contribué pour que le CCSE continue de rayonner sur le quartier Hochelaga-Maisonneuve.

NOTRE *Mission*

Le CCSE Maisonneuve est un centre communautaire de loisir, un milieu de vie qui vise l'épanouissement des personnes de tous âges et des familles ainsi que le développement d'un lien d'appartenance par la participation principalement à des activités de loisir, par l'éducation populaire et par l'action communautaire en interaction avec la communauté d'Hochelaga-Maisonneuve.

NOTRE *Vision*

Le CCSE Maisonneuve deviendra une référence majeure en loisir communautaire pour chaque citoyen d'Hochelaga-Maisonneuve.

NOS *Valeurs*

Inclusif, Rassembleur, Bienveillant, Collaboratif, Innovant, Écoresponsable.

ACTIVITÉS ET SERVICES

Dans sa programmation annuelle, le CCSE Maisonneuve propose des activités dans quatre (4) secteurs différents afin de répondre aux besoins de ses différentes clientèles.

ENFANCE-FAMILLE (0-12 ANS)

- Activités pour les tout-petits de 0 à 5 ans
- Activités parent-enfant
- Activités physiques et culturelles pour les 5 à 12 ans
- Service d'animation de loisir pour les 4 à 9 ans et les 10 à 12 ans (LE PAC)
- Camp de la relâche scolaire
- Camp de jour estival
- Journées pédagogiques

JEUNESSE (12-17 ANS)

- Milieu de vie de 12 à 14 ans
- Milieu de vie de 15 à 17 ans
- Activités physiques et culturelles
- Animations thématiques
- Comité PAR et POUR les jeunes (la Klick)
- Relâche scolaire
- Camp d'été

CASERNE (VOLET CIRQUE)

- Activités physiques et culturelles
- Activités spécialisées dans les arts du cirque
- Milieu de vie

ADULTES-AÎNÉS (18 ANS ET +)

- Activités physiques et culturelles
- Activités communautaires
- Milieu de vie
- Comité PAR et POUR les Aînés (Comité en Or)

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

- Portes ouvertes aux activités
- Spectacles de théâtre et de chant
- Salon des artisans de Noel
- Sorties culturelles
- Lancement de programmation
- Conférences

et plus encore...

LOCATION DE SALLES

Un événement en vue ?

- 6 salles de grandeurs variées
- Stationnement
- Près des transports en commun
- Accessibilité universelle

BÉNÉVOLAT
Je m'implique

Vous souhaitez mettre vos aptitudes au service de votre communauté? Ne cherchez pas trop loin!

Une équipe dynamique et passionnée vous attend au CCSE Maisonneuve. De nombreuses opportunités d'engagement communautaire sont possibles au sein de notre équipe lors d'événements spéciaux ou lors d'activités telles que le soutien aux devoirs, le Bingo, l'organisation de la billetterie lors des spectacles du Café-Théâtre et plus encore. N'hésitez pas à vous renseigner à la réception du CCSE Maisonneuve.
Inscrivez-vous sur notre site Internet www.ccse.ca

LES COMITÉS

LE SAVIEZ-VOUS?
Saviez-vous que plusieurs comités sont en place au CCSE pour permettre aux membres de s'impliquer et d'améliorer nos services?

Comité de mobilisation
À la suite de notre événement 6 à 8 Mobilisation tenu au mois d'avril 2023, nous avons décidé de mettre en place un comité qui permettra aux membres de s'impliquer concrètement pour le CCSE Maisonneuve. Ce nouveau comité a donc pour mandat d'élaborer un plan de mobilisation qui sera mis en œuvre en collaboration avec l'équipe et les membres du conseil d'administration. Si vous êtes intéressés à faire partie de ce nouveau comité, n'hésitez pas à nous contacter au 438-384-3332 ou à info@ccse.ca.

Comité en Or
Le comité en Or est un comité composé exclusivement de personnes aînées. Ce comité PAR ET POUR a pour objectif d'améliorer notre offre de service auprès d'eux et de s'assurer qu'elle répond à leur besoin.

Comité des bénévoles
Ce comité a pour objectif de favoriser le recrutement, la rétention et la reconnaissance des bénévoles par la mise en place d'un plan d'action et de différents outils.

Comité La Klick
Ce comité est dédié à la planification et à l'organisation des soirées thématiques du Carrefour Jeunesse PAR ET POUR les jeunes de 12 à 17 ans. Il s'agit également d'un espace pour nouer de nouvelles connaissances et proposer ses idées d'activités ou d'amélioration pour le Carrefour Jeunesse.

BÉNÉVOLAT

Je m'implique

JE SOUTIENS LE CCSE MAISONNEUVE!

LE SAVIEZ-VOUS?

>>> Saviez-vous que le financement de votre CCSE Maisonneuve n'avait pas été indexé depuis 2018?

>>> Saviez-vous que votre CCSE Maisonneuve a, en plus, subi d'importantes coupures en 2023 et en subira d'autres en 2024?

SOUTENEZ VOTRE CCSE MAISONNEUVE!

L'importance du loisir et du CCSE dans le quartier :

Le loisir est important dans notre société, car il va au-delà de l'adoption de saines habitudes de vie. Il joue un rôle de prévention (santé physiques et mentales, criminalité, etc.) et de lutte à la pauvreté. Nous utilisons le loisir pour agir directement sur les facteurs de risque et de vulnérabilité des personnes et des communautés. Le loisir permet l'épanouissement individuel et collectif, le vivre-ensemble, la valorisation et l'estime de soi, l'intégration sociale et permet de briser l'isolement.

Votre CCSE Maisonneuve joue un rôle ESSENTIEL dans le quartier pour le développement des individus et de la communauté. Comme le dirait Sébastien Fréchette, alias Biz, écrivain et rappeur québécois: les membres de l'équipe sont '« [...] des ingénieurs sociaux qui bâtissent des ponts entre les citoyens [...] ".

Vous trouvez que le CCSE Maisonneuve est un organisme important du quartier?
Vous désirez nous aider?

· Impliquez-vous au comité de mobilisation;
· Parlez de l'importance du loisir autour de vous;
· Engagez-vous au conseil d'administration;
· Impliquez-vous en tant que bénévole;
· Participez à nos activités et événements;
· Faites connaître le CCSE Maisonneuve à votre entourage.

ENFANCE-FAMILLE (0-12 ans)

ACTIVITÉS 0-5 Ans

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Les Matinées de Pirouettes Parc intérieur	**0-5 ans**	**Samedi**	**9h00 à 12h00**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**5.00 $**	**CCSE**
		Les Matinées des Pirouettes est un parc intérieur où les tout-petits de 0 à 5 ans peuvent jouer, courir et socialiser pendant les saisons froides. Ici, tout le monde met la main à la pâte : ce sont les parents qui ouvrent le parc à tour de rôle, rangent les jeux et font la promotion des activités. Une belle initiative citoyenne qui permet aux familles inscrites de se retrouver dans un lieu convivial.					

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Danse enfantine	**3-4 ans**	**Samedi**	**10h00 à 10h55**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**45.00$**	**CCSE**
		Spécialiste : Nolween Duhaut Ce cours est idéal pour développer la coordination, la musicalité et la confiance en soi chez les tout-petits. Démonstration à la fin de la session printemps le 8 juin.					
Danse - Parent-enfant	**2-3 ans**	**Samedi**	**9h00 à 9h55**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**45.00$**	**CCSE**
		Spécialiste : Nolween Duhaut Moment spécial avec votre enfant. Partagez un moment de joie et de complicité en développant la coordination et la motricité chez votre tout-petit. Démonstration à la fin de la session printemps le 8 juin.					
Le jardin de Pirouette et Cabriole	**1 à 2 ans**	**Samedi**	**9h00 à 9h50**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**65.00$**	**CCSE**
	2 à 3 ans	**Samedi**	**10h00 à 10h50**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**65.00$**	
		Spécialiste : Christopher Bouvet Le programme de psychomotricité et développement de l'enfant *Le Jardin de Pirouette et Cabriole* est axé sur le plaisir et la découverte. En privilégiant une approche par le jeu, les parents accompagnent leurs enfants qui sont amenés à se développer par le biais d'activités motrices et éducatives.					

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes).*

ENFANCE-FAMILLE (0-12 ans)

ACTIVITÉS 5-12 Ans

ACTIVITÉS CULTURELLES

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Arts de la scène	**7-9 ans**	**Jeudi**	**16h00 à 16h50**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**45.00$**	**CCSE**
	10-12 ans	**Jeudi**	**17h00 à 17h50**		**8**	**45.00$**	
		Spécialiste : France Paquin Notre atelier théâtrale invite à explorer l'art de la performance. Le tout se fait en utilisant le jeu de rôle, la narration et la mise en scène. Représentation à la fin de la session printemps le 7 juin.					
Ateliers de cuisine Petit cuistot	**7-8 ans**	**Jeudi**	**16h45 à 17h45**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**48.00$**	**CCSE**
Grand cuistot	**9-12 ans**	**Lundi**	**16h45 à 17h45**	**15 avril au 3 juin**	**7**	**42.00$**	
		Spécialiste : Justine Dumont Cours d'initiation à la cuisine et création de recettes variées que votre enfant pourra rapporter à la maison. N'oubliez pas d'ammener un contenant réutilisable.					
Chorale	**8-12 ans**	**Mardi**	**17h00 à 17h50**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**45.00$**	**CCSE**
		Spécialiste : France Paquin Votre enfant développera ses compétences vocales et apprendra des chansons amusantes dans un environnement divertissant et collectif. Représentation à la fin de la session printemps le 7 juin.					
Dessin - Manga	**8-12 ans**	**Mardi**	**16h00 à 17h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**60.00$**	**CCSE**
		Spécialiste : Noé Capian À la découverte des techniques de dessin spécifiques au manga! Votre enfant apprendra à dessiner son personnage préféré en donnant vie à des visages et à des scènes d'actions captivantes.					

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités le 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes).*

ENFANCE-FAMILLE (0-12 ans)

ACTIVITÉS 4-12 Ans

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Cirque - Multiforme	**4-5 ans**	**Dimanche**	**9h00 à 9h50**	**21 avril au 9 juin***	**7**	**65.00$**	**Bâtiment Arthur-E-Doucet**
	6-8 ans	**Dimanche**	**10h00 à 10h50**	**21 avril au 9 juin***	**7**	**65.00$**	
		Spécialiste : Théa Ruhlmann					
		Votre enfant apprendra les techniques d'acrobaties à l'aide d'accessoires.					
Cirque - Aérien	**6-8 ans**	**Dimanche**	**11h30 à 12h20**	**21 avril au 9 juin***	**7**	**65.00$**	**Bâtiment Arthur-E-Doucet**
	9-12 ans	**Dimanche**	**12h30 à 13h20**	**21 avril au 9 juin***	**7**	**65.00$**	
		Spécialiste : Théa Ruhlmann					
		Vivre une expérience unique dans les aires par l'apprentissage des techniques de tissu, trapèze et de cerceau aérien.					
Danse Créative	**5-6 ans**	**Samedi**	**11h00 à 11h55**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**45.00$**	**CCSE**
		Spécialiste : Nolween Duhaut					
		Exploration de la danse à travers des mouvements joyeux et des jeux musicaux. Présentation de fin de session le 8 juin.					
Taekwondo	**6-12 ans**	**Mercredi**	**16h00 à 16h50**	**17 avril au 5 juin**	**8**	**75.00$**	**CCSE**
		Spécialiste : Maître Ashley Castaneda					
		Art martial coréen qui combine des techniques de coups de pied, de coups de poing et de blocage. Représentation de fin de session le 5 juin.					
Arts du cirque	**5 à 6 ans**	**Lundi**	**16h45 à 17h25**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**40.00$**	**CCSE**
	7-8 ans	**Lundi**	**17h30 à 18h20**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**40.00$**	
	9 à 12 ans	**Mardi**	**17h00 à 18h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**45.00$**	
		Spécialiste : Pierre Duhaime					
		Arts du cirque rime avec agilité et créativité! Notre professionnel initiera votre enfant aux techniques de jonglage et d'équilibre. De nombreuses activités sont au programme! (monocycle, échasse, fil de fer, etc.)					

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes).*

ENFANCE-FAMILLE (0-12 ans)

SERVICE D'ANIMATION

Animation en semaine pour les 4 -12 ans

Le Service d'animation pour les 4 à 12 ans est un milieu de vie communautaire qui permet aux enfants de venir se divertir au moyen d'activités de loisir après l'école. Il est offert de 15h30 à 18h du lundi au vendredi pendant les jours de classe.

Nous offrons un service de qualité avec des animateurs et animatrices dynamiques ayant reçu une formation en animation, gestion de groupe et premiers soins.

Plaisir, **découverte** et **apprentissage** sont les axes de notre service d'animation.

Les objectifs du service d'animation

- **Stimuler** les enfants de la maternelle 4 ans à la 6e année dans un programme d'animation thématique différent chaque semaine.
- **Répondre** aux besoins des enfants et des parents dans un encadrement sécuritaire et de confiance.
- **Favoriser** l'inclusion et la vie communautaire dans le domaine du loisir.
- **Permettre** aux enfants de s'épanouir parmi une multitude d'activités sportives et culturelles structurées.

Service de raccompagnement

Nous proposons un service de raccompagnement des élèves de la maternelle 4 ans à la 6e année de l'école Maisonneuve jusqu'au bâtiment du CCSE Maisonneuve pour les enfants inscrits au service d'animation.

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	COÛT
Service animation	4 à 9 ans De la maternelle à la 4e année	Lundi au vendredi	15h30 à 18h00	Jusqu'au 20 juin	25$ par semaine ou 6$ par jour Facturation à la fin du mois
PAC PréAdos CCSE 10-12 ans	10-12 ans De la 5e à la 6e année	Lundi au vendredi	15h30 à 18h00	Jusqu'au 20 juin	Gratuit (carte de membre obligatoire)

INSCRIRE VOTRE ENFANT

Pour inscrire votre enfant au service d'animation, venez nous rencontrer au CCSE Maisonneuve ou contactez-nous au **438 384-3332**

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités le 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes).*

ENFANCE-FAMILLE (0-12 ans)

JOURNÉES PÉDAGOGIQUES

Découvrez la programmation de nos journées pédagogiques à venir. Les journées pédagogiques sont animées dans un milieu de vie communautaire et offertes aux enfants de 4 à 12 ans de niveau scolaire du quartier. Vous pouvez faire vos inscriptions **sur place au CCSE Maisonneuve ou en ligne.**

Inscription obligatoire **au moins 7 jours** avant la journée pédagogique et doit être payée en entier au moment de l'inscription.Notez qu'au moins 10 inscriptions doivent être reçues afin de garantir l'offre de service sans quoi il y aura l'annulation de la journée pédagogique.
Service disponible de **8h à 18h.**
Les journées pédagogiques sont offertes selon le calendrier scolaire de l'école Maisonneuve.

DATE	THÉMATIQUE	COÛT	DESCRIPTION
Jeudi 18 avril	**Souvenir de vacances et sortie au GAM**	**25.00 $**	**Rabais 2 pédagos pour** *40.00$* — Nous explorerons le monde en apprenant sur la géographie, les cultures et l'importance des souvenirs personnels. Il y aura un atelier d'exploration musicale en collaboration avec le Garage à musique.
Vendredi 19 avril	**Journée sportive**	**25.00 $**	Une expérience qui renforce les liens d'équipe pour un maximum de plaisir en équipe.
Vendredi 3 mai	**Insectarium (sortie)**	**35.00 $**	Rejoignez-nous dans une expérience enrichissante et éducative à l'insectarium.Votre enfant en apprendra davantage sur le monde des insectes.
Vendredi 31 mai	**Artistique**	**25.00 $**	Rejoignez-nous dans une journée complètement artistique. Activités de bricolage et visite à la maison de la culture pour l'exposition "petit bonheur".
Mardi 11 juin	**Party de fin d'année**	**25.00 $**	Une panoplie d'activités sera au rendez-vous pour fêter la fin de l'année scolaire. Votre enfant s'amusera à des jeux sportifs, de plein air, artistiques, de kermesses, etc.

IMPORTANT: Toutes les activités régulières (cours) ont lieu, même lors des journées pédagogiques.

CAMP DE JOUR (5-12 ans)

PRÉINSCRIPTIONS*:

Date : **4 avril 2024**
Heure : **11h00 à 19h00**

*Critères d'admissibilité : Avoir été inscrit.e à l'été 2023 (Fratrie acceptée)
En ligne sur votre compte Sport-Plus ou en personne au CCSE Maisonneuve.

INSCRIPTIONS :

Date : **5 avril 2024**
Heure : **13h00 à 19h00**

En ligne sur votre compte Sport-Plus ou en personne au CCSE Maisonneuve.

Pour connaître les tarifs, consultez notre site Internet : www.ccse.ca

CAMP DE JOUR :

- Du lundi au vendredi (25 juin au 16 août , fermé le 1er juillet)
- De 9h00 à 16h00

RABAIS
10% : 2e enfant
25% : 3e enfant
25% : Faible revenue*

*Pour les enfants d'une même famille résidant à la même adresse. Rabais applicable sur le prix le plus bas. MHM uniquement.

SERVICE D'ACCUEIL :

- Du lundi au vendredi (25 juin au 16 août , fermé le 1er juillet)
- De 7h00 à 9h00 et de 16h00 a 18h00

CAMP D'ÉTÉ (12-17 ans)

PRÉINSCRIPTIONS*:

Date : **4 avril 2024**
Heure : **11h00 à 19h00**

*Critères d'admissibilité : Avoir été inscrit.e à l'été 2023 (Fratrie acceptée)
En ligne sur votre compte Sport-Plus ou en personne au CCSE Maisonneuve.

INSCRIPTIONS :

Date : **5 avril 2024**
Heure : **13h00 à 19h00**

En ligne sur votre compte Sport-Plus ou en personne au CCSE Maisonneuve.

Pour connaître les tarifs, consultez notre site Internet : www.ccse.ca

CAMP D'ÉTÉ :

- Du lundi au vendredi (25 juin au 16 août , fermé le 1er juillet)
- De 10h00 à 17h00

COÛT
30$/semaine (régulier)

RABAIS
25% : Faible revenue*
*Preuve de résidence exigée. Ne peut être jumelé à aucune autre offre.

Une sortie par semaine est prévue.

JEUNESSE (12-17 ans)

Une programmation qui offre une foule d'activités et d'ateliers gratuits pour les jeunes de 12 à 17 ans. Ce qu'on t'offre, c'est un milieu de vie quotidien, tout au long de l'année scolaire. Le Carrefour Jeunesse (CJ, pour les intimes!), c'est **LE lieu** de rencontre, d'échange, d'expression et de réalisation pour les ados. Tu trouveras à ta disposition des tables de jeux (*babyfoot* ,*air hockey* , billard, jeux vidéos...). Le CCSEMaisonneuve offre également une période d'aide aux devoirs pour ceux et celles qui ont besoin d'un petit coup de pouce supplémentaire.

Carte de membre obligatoire **(Carte M)**

La carte d'assurance maladie ou le passeport est exigé pour s'inscrire au Carrefour Jeunesse

MILIEU DE VIE

ACTIVITÉS	GROUPE D'ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Animation Milieu de vie	12-17 ans	Lundi au vendredi	15h30 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Quartier musique	12-17 ans	Lundi au vendredi	16h30 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Quartier art	12-17 ans	Lundi au vendredi	16h30 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Quartier culinaire	12-17 ans	Lundi au vendredi	16h30 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Salle de jeux	12-17 ans	Lundi au vendredi	15h30 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Période de devoirs	12-17 ans	Lundi au vendredi	16h30 à 18h30	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse

ANIMATION ET COMITÉ PAR ET POUR

ACTIVITÉS	GROUPE D'ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Comité la Klick	12-17 ans	Mercredi	16h00 à 17h00	17 avril au 21 juin	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Soirée ludique	12-17 ans	Lundi au vendredi	16h00 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Soirée de jeux vidéos	12-17 ans	Lundi au vendredi	16h00 à 21h00	15 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Souper communautaire	12-17 ans	Jeudi	17h00 à 19h00	18 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse
Soirée spéciale	12-17 ans	Vendredi	17h00 à 21h00	19 avril au 21 juin*	10	Carte M	Carrefour Jeunesse

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

JEUNESSE (12-17 ans)

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
Basketball	12-17 ans	Lundi	18h30 à 19h30	15 avril au 3 juin*	7	Carte M	École Chomedey-De Maisonneuve
Activités sportives extérieures	12-17 ans	Mardi	18h30 à 20h30	16 avril au 4 juin	8	Carte M	École Chomedey-De Maisonneuve
Tournois sportif	12-17 ans	Mercredi	18h30 à 19h30	17 avril au 5 juin	8	Carte M	École Chomedey-De Maisonneuve
Multisports	12-17 ans	Jeudi	18h30 à 20h30	18 avril au 6 juin	8	Carte M	École Chomedey-De Maisonneuve

Comité LA KLICK

12-17 ANS

Ce comité est dédié à la planification et à l'organisation des soirées thématiques du Carrefour Jeunesse PAR ET POUR les jeunes de 12 à 17 ans. Il s'agit également d'un espace pour tisser de nouvelles connaissances et pro-poser ses idées d'activités ou d'amélioration pour le CJ.

Implique toi!

Mercredi de 16h00 à 17h00

Du 17 avril au 5 juin

Initiation à l'ANIMATION

AIDE-ANIMATEUR 13-15 ANS

Viens apprendre le métier d'animateur. Tu pourras participer à la planification et à l'animation des activités avec l'équipe d'animateurs du service d'animation offert aux enfants âgés entre 6 à 12 ans.

Vie toute une expérience!

Lundi au vendredi de 15h30 à 18h15

Du 15 avril au 14 juin

Notez que la programmation peut changer sans préavis

***Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

ADULTES-AÎNÉS

Le secteur Adultes-Aînés permet aux membres du CCSE Maisonneuve d'améliorer leur condition physique, de développer de nouvelles habiletés, d'exprimer leur créativité et de socialiser par le moyen d'activités de loisirs à même le milieu de vie. Le Café-Théâtre permet d'offrir une programmation de cours réguliers et d'activités scéniques tout au long de l'année. Afin de divertir ses membres et de favoriser les échanges, le CCSE Maisonneuve propose également des activités ponctuelles, telles que des soupers, des sorties et des ateliers spécialisés.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

ACTIVITÉS	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	LIEU
BINGO	**Mercredi**	**13h00 à 15h00**	**17 avril au 5 juin**	**8**	**Carte M**	**CCSE**
	Responsables bénévoles : Louise Chamberland et Céline Roussy Coût des cartes en supplément : (1$). Possibilité pour les participants d'arriver plus tôt avec leur repas pour dîner sur place.					
Tennis de table libre (Ping-pong)	**Mardi**	**18h30 à 21h30**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**Carte M**	**CCSE**
	Spécialiste bénévole : Roman Kzavchyk Le CCSE Maisonneuve offre gratuitement le ping-pong à ses membres. Tous les adultes peuvent venir participer sans aucune restriction sur le niveau de jeu. Sport complet connu pour ses nombreux bienfaits sur la santé, le tennis de table favorise un équilibre physique et mental chez les participants. Le matériel nécessaire est mis à la disposition des participants gratuitement.					

Cercle de Fermières

Mardi et jeudi (16 avril au 4 juin)

10h00 à 15h00

Samedi (9 mars au 8 juin)

9h00 à 12h00

CERCLE DE FERMIÈRES HOCHELAGA - MAISONNEUVE

Organisme sans but lucratif

Mission

De par leurs actions et différentes œuvres de bienfaisance qu'ils soutiennent les Cercles de Fermières du Québec contribuent à l'amélioration des conditions de vie de la femme et de la famille, ainsi qu'à la préservation et la transmission du patrimoine culturel et artisanal.

Cotisation 35$+ Carte de membre du CCSE Maisonneuve exigée

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

ADULTES-AÎNÉS

ACTIVITÉS CULTURELLES

ACTIVITÉS	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +	LIEU
Dessin multiniveaux	**Mercredi**	**10h00 à 12h30**	**17 avril au 5 juin**	**8**	**105.00$**	**94.50$**	**CCSE**
	Spécialiste : Diane Morais						
	Cours ouvert aux personnes débutantes et avancées.						
Ébénisterie - Atelier libre	**Mardi**	**13h00 à 16h00**	**16 avril au 4 juin**	**5**	**75.00$**	**67.50$**	**CCSE**
	Mardi	**18h30 à 21h30**	**16 avril au 4 juin**	**5**	**75.00$**	**67.50$**	
	Spécialiste : Danielle Cossette						
	Mercredi	**18h30 à 21h30**	**17 avril au 5 juin****	**4**	**60.00$**	**54.00$**	
	Spécialiste : Richard Brazeau						
	Ateliers ouverts aux personnes souhaitant réaliser leurs projets personnels grâce à l'appui de nos formateurs. Ouvert à toutes les personnes ayant déjà suivi un cours d'ébéniste-initiation ou équivalent.						
Espagnol **Débutant 1**	**Lundi**	**19h00 à 21h00**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**90.00$**	**81.00$**	**CCSE**
Intermédiaire 1	**Mardi**	**19h00 à 21h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**105.00$**	**94.50$**	
Intermédiaire-Avancé	**Lundi**	**9h00 à 11h00**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**90.00$**	**81.00$**	
Avancé Conversation	**Jeudi**	**19h00 à 21h30**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**125.00$**	**112.50$**	
	Spécialiste : Ivonne Munoz						
	Apprentissage par l'interaction entre les participants. Techniques d'assimilation et maîtrise des expressions familières. Ce tarif inclut 5$ d'impression par personne						
Peinture	**Mercredi**	**10h00 à 12h00**	**17 avril au 5 juin**	**8**	**90.00$**	**81.00$**	**CCSE**
	Mercredi	**13h00 à 15h00**	**17 avril au 5 juin**	**8**	**90.00$**	**81.00$**	
	Spécialiste : Sergio Gutiérrez						
	Travail d'un projet personnel en apprenant des techniques de peinture autant en acrylique qu'à l'huile. Seul le chevalet est fourni, les participants approtent leur matériel.						
Sculpture sur bois	**Lundi**	**9h00 à 12h00**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**80.00$**	**72.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Isabelle Forest						
	Apprentissage ou approfondissement des rudiments de la sculpture sur bois pour réaliser une oeuvre en bas-relief, haut-relief, ronde-bosse ou sculpture en coches. Pour les débutants, les outils peuvent être fournis, mais un montant de 15$ doit être prévu pour l'achat de bois.						

Notez que la programmation peut changer sans préavis
***Notez qu'il n'y aura pas de cours le 24 avril pour l'AGA*
**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

ADULTES-AÎNÉS

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +	LIEU
Badminton libre	**Lundi**	**18h15 à 19h15** **19h15 à 20h15** **20h15 à 21h15**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**90.00$**	**81.00$**	**École Eulalie-Durocher**
	Mardi	**18h15 à 19h15** **19h15 à 20h15** **20h15 à 21h15**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**105.00$**	**94.50$**	**École Eulalie-Durocher**
	Mercredi	**18h15 à 19h15** **19h15 à 20h15** **20h15 à 21h15**	**17 avril au 5 juin****	**6**	**80.00$**	**72.00$**	**École Eulalie-Durocher**
	Responsable : Emmanuel Benababo Ngoie						
Conditionnement physique régulier	**Lundi**	**11h00 à 12h00**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**90.00$**	**81.00$**	**CCSE**
	Jeudi	**11h00 à 12h00**	**18 avril au 6 juin***	**8**	**100.00$**	**90.00$**	
	Spécialiste : Nadia Hafiz						
Conditionnement physique spécialisé	**Jeudi**	**10h00 à 11h00**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**100.00$**	**90.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Nadia Hafiz Méthode d'entraînement pour promouvoir un corps sain et en santé en respectant les limitations des personnes ayant des troubles musculosquelettiques (arthrose, arthrite et fibromyalgie). Cette mise en forme inclut des exercices cardiovasculaires et musculaires de faible intensité adaptés aux conditions des participants. Le participant doit porter des vêtements de sport et des souliers de course.						
Danse du monde (niveau débutant)	**Lundi**	**19h00 à 21h30**	**15 avril au 27 mai****	**6**	**45.00$**	**40.50$**	**CCSE**
	Spécialiste : Pierre Gingras de l'Association montréalaise des arts et des traditions populaires (AMATP) Ce cours permet d'apprendre plus de 30 pas de base nécessaires à la compréhension des danses du monde. Il repose sur un choix judicieux des musiques et sur une progression des apprentissages respectant la capacité à assimiler des danseuses et des danseurs du cours.						
Danse folklorique internationale (niv. intermédiaire-avancé)	**Mercredi**	**19h00 à 21h30**	**1er mai au 29 mai****	**5**	**40.00$**	**36.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Jocelyne Vaillancourt de l'Association montréalaise des arts et des traditions populaires (AMATP) Le cours de danse folklorique internationale permet de découvrir et d'apprendre des danses traditionnelles de différents pays, principalement en Europe, au Moyen-Orient, en Asie et en Amérique du Nord. Par le biais de la danse, ce cours permet d'apprivoiser différents aspects d'autres cultures comme la musique, la langue, les costumes, l'histoire et la géographie. Il peut aider à ouvrir des portes sur le monde pour en apprécier toutes les richesses culturelles. C'est une activité très sociale qui permet aussi de garder la forme physique. Le cours de danse folklorique internationale, de niveau intermédiaire avancé s'adresse à des danseuses et des danseurs qui connaissent déjà les différents pas de base et ont quelques années d'expérience en danse folklorique internationale.						

Notez que la programmation peut changer sans préavis
***Notez qu'il n'y aura pas de cours le 24 avril pour l'AGA*
**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

ADULTES-AÎNÉS

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +	LIEU
Djamboola	**Mercredi**	**19h00 à 20h00**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**80.00$**	**72.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Kétia Dantes-Mame						
Étirement et relaxation	**Mardi**	**10h00 à 11h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**100.00$**	**90.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Nadia Hafiz						
	Exercices d'étirement de faible intensité adaptés à tous. Il est recommandé de porter des vêtements de sport et des souliers de courses pour pratiquer cette activité.						
Essentrics	**Mercredi**	**18h30 à 19h30**	**17 avril au 19 juin**	**9**	**70.00$**	**63.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Marine Chevanne						
	L'Essentrics est une séance d'entraînement qui change rapidement la forme du corps par une combinaison dynamique de renforcements et d'étirements. La technique développe les muscles maigres, forts et flexibles avec des changements immédiats à la posture. Ce programme rééquilibre le corps, prévient et traite les blessures et déverrouille les articulations serrées.						
Programme PIED	**Mercredi**	**10h30 à 12h00**	**17 avril au 19 juin**	**9**	**Carte M + Gratuit**		**CCSE**
	Et vendredi	**10h30 à 12h00**	**17 avril au 19 juin**				
	Spécialiste : Raphaële Denis						
	Prévenez des chutes et garder votre autonomie. Vous êtes âgés de 65 ans et +, vous avez peur de perdre l'équilibre? Le Programme Intégré Equilibre Dynamique c'est 17 séances d'exercices et d'informations adaptées et sécuritaires données par un professionnel de santé.Le programme ne peut pas être suivi une deuxième fois. En collaboration avec le CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal. Places limitées.						
Pilates multiniveaux	**Vendredi**	**10h30 à 11h30**	**19 avril au 7 juin**	**7**	**70.00$**	**63.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Chloé Bourdages-Roy						
	Les exercices se font au sol et debout avec divers accessoires tels que les ballons, les élastiques et les petits poids. Plusieurs niveaux de difficultés sont offerts, les participants sont invités à suivre leur propre rythme.						

Notez que la programmation peut changer sans préavis
***Notez qu'il n'y aura pas de cours le 24 avril pour l'AGA*
**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

ADULTES-AÎNÉS

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS	JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +	LIEU
Qi Gong	**Lundi**	**19h30 ¨ 20h30**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**80.00$**	**72.00$**	**CCSE**
	Mardi	**10h00 ¨ 11h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**90.00$**	**81.00$**	
	Spécialiste : Jérémie Poitras du Club de Taï Chi						
	La pratique du Qi Gong peut être classée comme martiale, médicale ou spirituelle.						
TaµChi Interm®diaire-Avanc®	**Mardi**	**11h00 ¨ 12h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**90.00$**	**81.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Jérémie Poitras du Club de Taï Chi						
	Le Club de Taï Chi enseigne le Style Yang, la forme longue et traditionnelle.						
Volleyball Interm®diaire	**Jeudi**	**18h15 ¨ 19h45**	**18 avril au 30 mai**	**7**	**45.00$**	**40.50$**	**£cole Eulalie-Durocher**
Avanc®	**Jeudi**	**20h00 ¨ 21h30**	**18 avril au 30 mai**	**7**	**45.00$**	**40.50$**	
	Responsable : Antoine Blain						
Yoga Rondeurs	**Samedi**	**9h45 ¨ 10h45**	**20 avril au 8 juin***	**7**	**70.00$**	**63.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Suzanne Sirois						
	Séances de yoga avec la Fondatrice de Yoga Rondeurs. Ce cours est spécifiquement conçu pour les personnes rondes en proposant des postures et des ajustements, permettant à tous les participants de vivre une expérience enrichissante, dans un environnement sécuritaire et surtout non compétitif. En respectant le rythme de chacun, différentes postures et respirations dans le corps seront explorées afin d'activer le métabolisme et se sentir énergisé. Une serviette ou une petite couverture seront nécessaires pour avoir plus de confort. Les blocs et une sangle seront fournis. Il est recommandé d'apporter son tapis.						
Zumba	**Mardi**	**18h30 ¨ 19h30**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**60.00$**	**54.00$**	**CCSE**
	Spécialiste : Sharon Calderon						
	Jeudi	**18h30 ¨ 19h30**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**60.00$**	**54.00$**	
	Spécialiste : Sofia Colato						

Notez que la programmation peut changer sans préavis

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

CASERNE (volet cirque)

Le volet cirque du secteur Caserne est spécialisé dans les arts du cirque en milieu communautaire. Il propose une multitude d'activités récréatives et artistiques. Il permet de s'initier aux arts du cirque, de développer ou de perfectionner ses connaissances dans une atmosphère conviviale, et ce, à faible coût. L'évaluation du professeur peut être nécessaire pour certaines activités avec niveau. Tous les cours se déroulent au bâtiment Arthur-Emmanuel-Doucet.

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS		JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +
Acrobaties - Main à main		**Lundi**	**19h30 à 21h30**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**160.00$**	**144.00$**
		Spécialiste : Théa Ruhlmann					
		Techniques de mouvement au sol, avec des compléments en main à main.					
Acro-Tumbling (tous niveaux)		**Jeudi**	**18h30 à 20h00**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**165.00$**	**148.50$**
		Spécialiste : Alexandra Charette					
		Le cours d'acro-tumbling s'adresse autant à ceux qui veulent essayer une nouvelle activité qu'aux acrobates plus expérimentés qui souhaitent poursuivre leurs apprentissages ou maintenir leur niveau. L'acrobatie au sol favorise le développement de la force et de l'endurance musculaires, de la coordination, de l'équilibre et de l'orientation spatiale. L'enseignement se fait sur un "tumbling" (plancher rebondissant)					
Cerceau aérien	**Initiation**	**Mercredi**	**18h00 à 19h30**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**150.00$**	**135.00$**
		Spécialiste : Théa Ruhlmann					
	Niveau 1.5	**Mardi**	**20h00 à 21h30**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**175.00$**	**157.50$**
		Spécialiste : Corey Tomicic					
	Niveau 2	**Jeudi**	**18h15 à 19h45**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**180.00$**	**162.00$**
		Spécialiste : Anouk Vallée-Charest Une évaluation du professeur peut être nécessaire.					
Corde lisse	**Niveau 1**	**Mardi**	**20h20 à 21h40**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**170.00$**	**153.00$**
	Niveau 2	**Mardi**	**19h00 à 20h20**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**170.00$**	**153.00$**
		Spécialiste : Aurélie Tenzer					
		La corde lisse aérienne est une activité parfaite pour apprendre à exécuter et à enchaîner des figures en fluidité, en souplesse, en force et dynamique. Ce cours permet également d'enrichir son vocabulaire aérien sur corde lisse, d'améliorer la force musculaire du corps, d'augmenter sa conscience corporelle son orientation spatiale.					
Danse Manipulation au bâton contemporain	**Débutant**	**Mercredi**	**18h30 à 20h00**	**17 avril au 5 juin**	**7**	**105.00$**	**94.50$**
	Initiation	**Lundi**	**18h00 à 19h30**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**105.00$**	**94.50$**
		Spécialiste : Benjamin Tremblay					
		Au travers les bases de la manipulation du bâton, ce cours invite à sortir des sentiers battus en hybridant les connaissances de la manipulation telle que : la rotation, les lancés, le contact sur les différentes surfaces du corps, puis, les notions de danse contemporaine comme : l'orientation du corps dans l'espace, le travail de sol/ mis sol, acrobaties, chorégraphie. Ce cours présente une approche somatique permettant aux étudiants de développer la coordination, la dextérité, le réflexe, la stabilité, la force, l'endurances, le rythme, l'ai aisance en travail de partenaire, l'écoute, la mémoire chorégraphique, la présence corporelle et la confiance en soi.					

Notez que la programmation peut changer sans préavis
***Notez qu'il n'y aura pas de cours le 24 avril pour l'AGA*
**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

CASERNE (volet cirque)

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS		JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +
Équilibre	**Initiation**	**Lundi**	**18h00 à 19h30**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**115.00$**	**103.50$**
		Spécialiste : Théa Ruhlmann Cette activité est une initiation aux principes des équilibres sur mains. Nous travaillons le placement, les équilibres divers, en trépieds et sur les mains, mais aussi quelques figures d'équilibre différentes comme la planche et le crocodile. Une préparation physique pour l'endurance, la musculation et la souplesse est incluse dans la période du cours.					
Hula-hoop		**Lundi**	**19h30 à 21h00**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**125.00$**	**112.50$**
		Spécialiste : Fanny Caudron Activité ludique, vous développerez votre coordation. Les cerceaux sont fournis par l'institutrice.					
Jeu clownesque		**Jeudi**	**18h15 à 20h45**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**205.00$**	**184.50$**
		Spécialiste : Coralie Girard (Lali Lala) Ce cours offre la possibilité d'apprendre à jouer, trébucher, se rencontrer, s'observer, rire de soi, se dévoiler, se révéler. Activité idéale pour Expérimenter et apprivoiser les règles de l'art clownesque avec un seul mot d'ordre : Le plaisir ! Les explorations et improvisations proposées (en groupe, en duo et en solo) sont inspirées du théâtre physique et de la danse-théâtre pour entrer dans l'univers clownesque par le corps sans trop réfléchir.					
Sangles	**Initiation**	**Mercredi**	**19h30 à 21h00**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**170.00$**	**153.00$**
		Spécialiste : Théa Rhulman					
	Niveau 2	**Jeudi**	**19h45 à 21h15**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**195.00$**	**175.50$**
		Spécialiste : Anouk Vallée-Charest Voilà une activité à faire pour s'amuser. Le professeur utilise les sangles aériennes comme médium de surpassement physique et mental. Au programme : renforcement de la ceinture abdominale et du corps en général, de l'endurance et de la conscience corporelle. L'élève est guidé dans son cheminement individuel, est encouragé à surmonter les obstacles et à porter son entrainement aérien au niveau supérieur.					
Trapèze	**Niveau 3**	**Mardi**	**17h45 à 19h00**	**18 avril au 6 juin**	**8**	**165.00$**	**148.50$**
		Spécialiste : Aurélie Tenzer À travers ces niveaux, il sera question d'approfondir le vocabulaire aérien, d'exécuter de nouvelles figures sur le trapèze, d'améliorer sa force musculaire du corps, d'augmenter sa conscience corporelle, son orientation spatiale et de parvenir à surmonter par la même occasion ses peurs ou blocages.					

Notez que la programmation peut changer sans préavis
***Notez qu'il n'y aura pas de cours le 24 avril pour l'AGA*
**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

CASERNE (volet cirque)

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

ACTIVITÉS		JOUR	HEURE	DATE	# SEM.	COÛT	COÛT 55 ANS +
Tissu	**Initiation**	**Lundi**	**18h15 à 19h45**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**135.00$**	**121.50$**
			20h00 à 21h30	**15 avril au 3 juin***	**7**	**135.00$**	**121.50$**
		Spécialiste : Yves Landry					
	Niveau 1	**Mercredi**	**20h00 à 21h30**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**145.00$**	**130.50$**
		Spécialiste : Yves Landry					
	Niveau 1.5	**Lundi**	**18h15 à 19h45**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**150.00$**	**135.00$**
		Spécialiste : Corey Tomicic					
		Mercredi	**18h15 à 19h45**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**145.00$**	**130.50$**
		Spécialiste : Yves Landry					
		Mercredi	**20h00 à 21h30**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**145.00$**	**130.50$**
		Spécialiste : Corey Tomicic					
	Niveau 2	**Lundi**	**20h00 à 21h30**	**15 avril au 3 juin***	**7**	**150.00$**	**135.00$**
		Mardi	**18h15 à 19h45**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**165.00$**	**148.50$**
		Spécialiste : Corey Tomicic					
	Niveau 3	**Mardi**	**20h00 à 21h30**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**190.00$**	**171.00$**
		Spécialiste : Anouk Vallée-Charest					
		Mercredi	**18h00 à 20h00**	**17 avril au 5 juin****	**7**	**215.00$**	**193.50$**
		Spécialiste : Corey Tomicic					
		À travers ces différents niveaux, ce cours entend amener l'élève à développer des connaissances de plus en plus élargies en tissu, développer la force et l'endurance permettant d'effectuer un enchaînement, travailler le côté artistique, effectuer des mouvements acrobatiques avancés avec contrôle, avec élégance et avec fluidité.					
	Niveau 4	**Mardi**	**18h00 à 20h00**	**16 avril au 4 juin**	**8**	**250.00$**	**225.00$**
		Spécialiste : Anouk Vallée-Charest					
		Le niveau 4 a pour objectif d'amener l'élève à développer des connaissances encore plus élargies en tissu, travailler le côté artistique, effectuer des mouvements acrobatiques de plus en plus avancés avec contrôle, élégance et fluidité. De plus, ce cours offre la possibilité d'élaborer un numéro avec musique et vise la recherche et la création des nouveaux mouvements. À la fin de ce niveau, l'étudiant sera évalué dans ses apprentissages.					

Notez que la programmation peut changer sans préavis

***Notez qu'il n'y aura pas de cours le 24 avril pour l'AGA*

**Notez qu'il n'y aura pas d'activités les 18, 19 et 20 mai (Fête des Patriotes)*

COURS À LA CARTE

Vous êtes un habitué d'un cours et vous ne pouvez malheureusement pas vous inscrire cette session?
Vous pouvez suivre des cours à la carte s'il reste des places disponibles dans le cours. Repérez la pastille
TARIF SELON L'ACTIVITÉ : ENTRE 10$ ET 25$ PAR COURS À LA CARTE | CONTACTEZ-NOUS!

Pour les cours au CCSE, veuillez communiquer avec nous pour vous informer s'il reste des places disponibles. Si c'est le cas, vous pourrez venir au cours et payer à la réception AVANT le cours.

Pour les cours de la Caserne, le professeur doit avoir donné son accord. Vous devez donc communiquer avec nous À L'AVANCE afin que nous puissions vérifier auprès du professeur.
Réception du CCSE Maisonneuve : 438 384-332

ADULTES-AÎNÉS

Activités	Jour	Heure	Coût par cours	Lieu
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE RÉGULIER	Lundi et Jeudi	11h00 à 12h00	15.00$	CCSE
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE SPÉCIALISÉ	Jeudi	10h00 à 11h00	15.00$	CCSE
DJAMBOOLA	Mercredi	19h00 à 20h00	15.00$	CCSE
ESSENTRICS	Mercredi	18h30 à 19h30	15.00$	CCSE
ÉTIREMENT ET RELAXATION	Mardi	10h00 à 11h00	15.00$	CCSE
PILATES MULTINIVEAUX	Vendredi	10h30 à 11h30	15.00$	CCSE
QI GONG	Lundi	19h30 à 20h30	15.00$	CCSE
QI GONG	Mardi	10h00 à 11h00	15.00$	CCSE
SCULPTURE SUR BOIS	Lundi	9h00 à 12h00	18.00$	CCSE
TAI CHI - INTERMÉDIRAIRE ET AVANCÉ	Mardi	11h00 à 12h00	15.00$	CCSE
VOLLEYBALL - AVANCÉ	Jeudi	20h00 à 21h30	10.00$	ÉCOLE EULALIE-DUROCHER
VOLLEYBALL-INTERMÉDIAIRE	Jeudi	18h15 à 19h45	10.00$	ÉCOLE EULALIE-DUROCHER
ZUMBA	Mardi et jeudi	18h30 à 19h30	12.00$	CCSE

COURS À LA CARTE

CASERNE (Lieu: Bâtiment Arthur-E-Doucet)

Activités	Jour	Heure	Coût par cours
ACRO-TUMBLING (TOUS NIVEAUX)	Jeudi	18h30 à 20h00	25.00$
ACROBATIES - MAIN À MAIN	Lundi	19h30 à 21h00	25.00$
CERCEAU INITIATION	Mercredi	18h00 à 19h30	25.00$
CERCEAU - NIV 1.5	Mardi	20h00 à 21h30	25.00$
CERCEAU - NIV 2	Jeudi	18h25 à 18h45	25.00$
CORDE LISSE - NIV 1.5	Mardi	20h20 à 21h40	25.00$
CORDE LISSE - NIV 2	Mardi	19h20 à 20h00	25.00$
DANSE - MANIPULATION AU BÂTON CONTEMPORAIN	Mercredi	18h30 à 20h00	20.00$
ÉQUILIBRE - INITIATION	Lundi	18h30 à 19h30	20.00$
JEU CLOWNESQUE	Jeudi	18h15 à 20h45	32.00$
SANGLES -INITIATION	Mercredi	19h30 à 21h00	25.00$
SANGLES - NIV 2	Jeudi	19h45 à 21h15	25.00$
TISSU - INITIATION	Lundi	18h15 à 18h45 et de 20h00 à 21h30	25.00$
TISSU - NIV 1	Mercredi	20h00 à 21h30	25.00$
TISSU NIV.1.5	Mercredi	18h15 à 18h45 et de 20h00 à 21h30	25.00$
TISSU NIV 1.5	Lundi	18h15 à 18h45	25.00$
TISSU NIV 2	Lundi	20h00 à 21h30	25.00$
TISSU NIV 2	Mardi	18h15 à 18h45	25.00$
TISSU NIV 3	Mardi	20h00 à 21h30	35.00$
TISSU NIV 3	Mercredi	18h00 à 20h00	35.00$
TISSU NIV 4	Mardi	18h00 à 20h00	35.00$
TRAPÈZE - NIV 3	Mardi	17h45 à 19h00	25.00$

LES ÉVÉNEMENTS *du Ccse Maisonneuve*

LE 24 AVRIL 2024

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EXTRAORDINAIRE
Heure : 18h00 à 18h30
Lieu : Salle Expression CCSE
Participation : Membres du CCSE

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
Heure : 18h30 à 20h30
Lieu : Salle Expression CCSE
Participation : Membres du CCSE

Définition du Membre selon nos règlements généraux :
Article 3. Pour participer à l'une ou l'autre des activités du CCSE Maisonneuve, toute personne physique doit être membre. (carte de membre valide)
Article 4. Le CCSE Maisonneuve compte quatre (4) catégories de membres, soit les membres actifs, les membres employés et travailleurs autonomes, les membres de la fondation Yves Poulin et les membres honoraires.

THÉÂTRE-FORUM
Heure : 19h00
Lieu : Salle Expression CCSE
GRATUIT

LE 12 AVRIL 2024

LA TROUPE *du Café-théâtre*
Saison 2024

Qui sont les Dilettantes?
Le Café-Théâtre du CCSE Maisonneuve fait partie de la programmation du secteur Adultes-Aïnés avec la grande collaboration du groupe Les Dilettantes composé de Pierre Vaillant, Isabelle Descôteaux et de France Paquin.

SPECTACLE DE THÉÂTRE

Les 39 marches
De John Bûchante et Alfred Hitchcock.
Adaptation théâtrale de Patrick Barlow.
D'après un concept original de Simon Corble et Nobby Dimon
Adaptation française de Gérald Sibleyras

Dates : 3 et 4 mai
Heure : 20h00

Date : 5 mai
Heure : 14h00

Admission : **20$** en prévente et 23$ à la porte

SPECTACLE DE CHANT
Arrangements vocaux par Isabelle Descôteaux

Dates : 31 mai et 1er juin
Heure : 20h00

Date : 2 juin
Heure : 14h00

Admission : **20$** en prévente et 23$ à la porte

DÉMONSTRATIONS *de fin de session*

ENFANCE-FAMILLE

Activités	Date	Heure et groupe	Groupe	Lieu
ART DU CIRQUE	**3 juin**	16h45 à 17h25	5-6 ans	SALLE EXPRESSION CCSE
		17h30 à 18h20	7-8 ans	
	4 juin	17h00 à 18h00	9-12 ans	
TAEKWONDO	**5 juin**	16h00 à 16h50	6-12 ans	SALLE EXPRESSION CCSE
SPECTACLE ARTS DE LA SCÈNE ET CHORALE	**7 juin**	17h00 à 17h50	7-12 ans	SALLE EXPRESSION CCSE
DANSE	**8 juin**	9h00 à 9h55	Parent-Enfant 3-4 ans	SALLE LES MAINS CCSE
		10h00 à 10h55	Enfantine 3-4 ans	
		11h00 à 11h55	Créative 5-6 ans	
CIRQUE	**9 juin**	9h00 à 9h50	Multiforme 4-5 ans	GYMNASE BÂTIMENT ARTHUR-E-DOUCET
		10h00 à 10h50	Multiforme 6-8 ans	
		12h30 à 13h20	Aérien 6-8 ans	
		13h30 à 14h20	Aérien 9-12 ans	

CASERNE

Activités	Date	Heure	ACCÈS	Lieu
SPECTACLE DE FIN DE SESSION	**7 juin**	19h00	Ouvert à tous - Gratuit	GYMNASE BÂTIMENT ARTHUR-E-DOUCET

Prestation par les membres inscrits à différentes disciplines de cirque.

MERCI À NOS PARTENAIRES

BAILLEURS DE FONDS

Mercier Hochelaga-Maisonneuve Montréal

Québec

SOUTIENS AUX PROGRAMMES

Desjardins Caisse populaire d'Hochelaga-Maisonneuve

Québec solidaire ALEXANDRE LEDUC HOCHELAGA-MAISONNEUVE

Les Pirates Verts Soutien alimentaire

Gouvernement du Canada

NOS POINTS DE SERVICES

Le CCSE Maisonneuve (Ancien marché)
4375, rue Ontario Est
Montréal (Québec) H1V 1K5
438 384-3332

Secteurs : Enfance-Famille, Adultes-Aînés

Carrefour Jeunesse
4240, rue Ontario Est
Montréal (Québec) H1V 1K1
438 384-3332

Secteur : Jeunesse

La Caserne (volet cirque) Bâtiment Arthur-Emmanuel-Doucet
3622, rue Hochelaga
Montréal (Québec) H1W 1J1
438 384-3332

Secteur : Caserne