

# PROGRAMMATION Printemps 2025



CCSE MAISONNEUVE - CENTRE COMMUNAUTAIRE DE LOISIRS



CCSE Maisonneuve  
4375, rue Ontario E  
Montréal, QC H1V 1K5



[www.ccse.ca](http://www.ccse.ca)



(438) 384-3332



# RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

## COMMENT DEVENIR MEMBRE ?

### CRÉEZ VOTRE PROFIL

Lors de votre première inscription, vous devez créer un **profil membre**.

### EN LIGNE VIA SPORT-PLUS :

Rendez-vous sur notre site Internet [www.ccse.ca](http://www.ccse.ca) et cliquez sur **Inscription en ligne** puis « *Créer mon compte* ».

En suivant les instructions, vous pourrez créer facilement un compte individuel ou un compte familial en incluant les membres de votre famille vivant à la même adresse.

### EN PERSONNE :

Vous pouvez également vous déplacer au CCSE Maisonneuve et nous pouvons vous aider à créer votre profil.



### OBTENEZ VOTRE « CARTE DE MEMBRE »

Une fois votre profil membre créé, vous devez régler le montant de votre adhésion au coût de **5\$**, valide un an à partir de la date d'inscription.

Cette carte est digitalisée, elle figure uniquement dans notre logiciel.

Vous pouvez toujours vous inscrire à l'activité de votre choix, en ligne via notre site Internet ou en personne au CCSE Maisonneuve.

### IMPORTANT :

*Passez uniquement par notre site Internet, car vous risquez de ne pas accéder à la bonne plateforme ! Ne tapez pas « Sport-Plus » dans Google (ou un autre moteur de recherche) pour vous connecter à votre compte.*

### VOUS RENCONTREZ DES DIFFICULTÉS ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous au 438 384-3332.

## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS ET D'ACTIVITÉS

### 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 et par personne** est applicable lors de votre inscription à une activité payante.

### PRÉINSCRIPTIONS, POUR QUI ?

Les préinscriptions sont offertes aux personnes inscrites à la session précédente (Hiver 2025) et qui désirent se réinscrire à la même activité, même jour, même heure à la session suivante (Printemps 2025).

Si vous souhaitez vous inscrire à une nouvelle activité, il faudra attendre la période des inscriptions.

### POLITIQUE DE REMBOURSEMENT/CRÉDIT

- Frais d'administration de 10% lorsque le membre annule après le début de la session;
- Remboursement à 100% si l'annulation provient du CCSE Maisonneuve;
- Toutes les demandes de remboursement doivent être adressées par courriel à [info@ccse.ca](mailto:info@ccse.ca);
- Crédit au prorata des cours restant (100% seulement sur présentation d'un billet du médecin).

### ANNULATION D'UNE ACTIVITÉ

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.

# RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

## MODE DE PAIEMENT

Pour les inscriptions en ligne, le paiement doit s'effectuer uniquement par carte de crédit Visa ou Mastercard, tandis que les inscriptions sur place nécessitent un règlement par carte de débit ou en argent comptant.

## 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 membre. **Sans le NAS, aucun relevé ne sera émis.** Le relevé 24 pour vos impôts sera transmis via 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 Internet de Revenu Québec](#).

## Rabais 55 ans et +



**10%**  
Sur votre activité\*

\*Lorsque vous vous inscrivez à une activité, le rabais s'applique.

## APPLICABLE EN PERSONNE UNIQUEMENT.

Une preuve d'identité avec photo est exigée pour être éligible au rabais lors de l'inscription.

## LOISIRS ACCESSIBLES

Afin de faciliter le paiement d'une activité, il est possible de conclure une entente sur place avec le coordonnateur.trice des programmes du secteur. Veuillez vous informer à l'avance.

## VIGNETTE DE STATIONNEMENT

Évitez une contravention : procurez-vous une vignette de stationnement **au coût de 8\$** (valable pour cette session) disponible à la réception.

*Attention : Cette vignette n'est pas remboursable et ne peut être utilisée que sur le véhicule identifié lors de l'achat.*



## Programme d'accessibilité financière pour les personnes à faible revenu



**25%**  
Sur votre activité\*

\*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 ci-dessous, selon le nombre de personnes de votre famille. **Un seul rabais par famille est applicable.**

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

**IMPORTANT : Les rabais sont applicables en personne uniquement.**

Notez que si vous effectuez votre inscription en ligne, vous n'aurez pas accès au rabais par la suite.

# HORAIRES DES INSCRIPTIONS

## SESSION PRINTEMPS – DÉBUTE LE 14 AVRIL 2025

### PRÉINSCRIPTIONS\*

Secteurs	Heures	Dates	Lieu
Enfance-Famille	13h à 19h	24 au 27 mars	CCSE ou en ligne
Adultes-Aînés	10h à 19h		
Caserne	16h à 19h		

**\*Prérequis :** Avoir été inscrit(e) à la même activité à la session hiver 2025 et avoir une carte de membre valide. L'inscription est continue après cette date, selon les places disponibles.

### INSCRIPTIONS

Secteurs	Heures	Date	Lieu
Enfance-Famille	13h à 19h	31 mars	CCSE ou en ligne
Jeunesse	13h à 19h		
Adultes-Aînés	10h à 19h		
Caserne	16h à 19h		

Ouvert à tous selon les places disponibles.

## CAMPS DE JOUR – DÉBUTE LE 23 JUIN 2025 (FERMÉ LES 24 ET 30 JUIN)

### PRÉINSCRIPTIONS\*

Camps	Heures	Date	Lieu
5-11 ans	11h à 19h	3 avril	CCSE ou en ligne
12 ans			
13-17 ans			

**\*Prérequis :** Avoir été inscrit(e) à l'été 2024 et avoir une carte de membre valide.

### INSCRIPTIONS

Camps	Heures	Date	Lieu
5-11 ans	11h à 19h	4 avril	CCSE ou en ligne
12 ans			
13-17 ans			

Afin de vous assurer une place, veuillez récupérer un numéro de fil d'attente dès 8h30 le jour même au CCSE.

## SESSION ÉTÉ ADULTES-AÎNÉS – DÉBUTE LE 8 JUIN 2025 (FERMÉ LES 24 ET 30 JUIN)

### INSCRIPTIONS

Secteur	Heure	Dates	Lieu
Adultes-Aînés	10h à 19h	20 et 21 mai	CCSE ou en ligne

### BESOIN D'AIDE LORS DES INSCRIPTIONS ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous au 438 384-3332.



# LE CCSE MAISONNEUVE



# NOTRE HISTOIRE

En 1968, un groupe de jeunes nommé **La Klick**, se réunit dans le sous-sol de l'église Sainte-Jeanne-d'Arc, menant à la création officielle du Centre Culturel et Sportif Sainte-Jeanne d'Arc par l'abbé **Yves Poulin** en 1971.

Élargissant ses services aux enfants et aux adultes-aînés, le centre devient le Centre culturel et sportif de l'Est en 1979, puis déménage au **Marché Maisonneuve** en 1980.

Rebaptisé **CCSE Maisonneuve** en 1996, il reste un pilier essentiel de la vie communautaire locale.

Il est important de rappeler que le CCSE Maisonneuve a soutenu la création et le développement d'initiative du milieu :

- Je passe-Partout (1988)
- Les Enfants de l'Espoir (1990)
- Groupe Communication Collective (1992)
- Faites de la musique et Tourisme H-M (1995)
- Jeunes Sportifs d'Hochelaga (2008)

**Notre projet socioéducatif** vise à créer un environnement enrichissant en promouvant le respect, la responsabilité et la coopération.

Nous offrons des activités variées qui répondent aux besoins de nos membres à toutes les dimensions de leur personne, tout en facilitant l'intégration des personnes vulnérables. Nous proposons des loisirs de qualité à des coûts adaptés et favorisons la collaboration avec les organismes locaux, les écoles et l'arrondissement Mercier-Hochelaga-Maisonneuve.

En encourageant la participation active des membres et en soutenant nos bénévoles, nous renforçons notre impact communautaire.

## UN MILIEU DE VIE UNIQUE !

**NOTRE MISSION** : Le CCSE Maisonneuve est un centre de loisirs, un milieu de vie qui vise l'épanouissement des personnes de tous âges et des familles. Un lien d'appartenance se développe par la participation principalement à des activités de loisir, par l'éducation populaire et par l'action communautaire, en interaction directe auprès de la communauté d'Hochelaga-Maisonneuve.

**NOS VALEURS** : Inclusif, Rassembleur, Bienveillant, Collaboratif, Innovant et Écoresponsable.

« On s'implique dans la communauté depuis plus de 50 ans ! »



CCSE Maisonneuve - Vieux marché Maisonneuve



Carrefour Jeunesse du CCSE Maisonneuve



Édifice Emmanuel-Arthur Doucet (Caserne)

# NOS SECTEURS



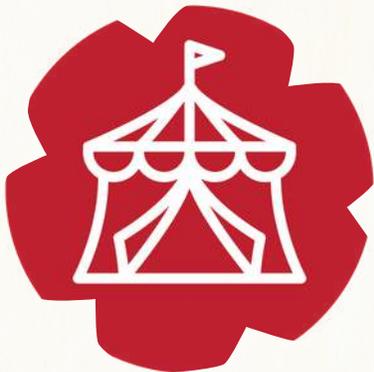
## ENFANCE-FAMILLE (0 À 12 ANS)

- 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 loisirs pour les 4 à 9 ans et les 10 à 12 ans (LE PAC)
- Camp de la relâche scolaire
- Camp de jour estival



## JEUNESSE (12 À 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 de jour estival



## CASERNE VOLET CIRQUE (18 ANS ET +)

- Activités physiques et culturelles
- Activités spécialisées dans les arts du cirque



## ADULTES-AÎNÉS (18 ANS ET +)

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



# NOS SERVICES

## LOCATION DE SALLES

### QUE LA FÊTE COMMENCE !

Vous cherchez une salle pour un anniversaire, une soirée de départ, une célébration ou encore un mariage ? **Nous sommes le partenaire idéal lors de vos événements !**

Nous vous proposons à la location :

- **6 salles** de grandeurs différentes pouvant accueillir **jusqu'à 180 personnes**
- **Grande sélection d'équipements** disponible à la location (projecteur, système de son, micros, éclairage, cuisine...) (\$)
- **Accessibles** aux personnes à mobilité réduite
- **Stationnement** disponible et **lieu desservi** par les transports en commun
- **Montage et démontage** des salles (\$)



### SÉMINAIRE, RENCONTRE, CONFÉRENCE

Nous vous accueillons pour vos rencontres d'équipe avec le matériel à disposition :

- Tableaux blancs dans certaines salles
- Places assises
- Écran TV et câbles HDMI (\$)

## VOUS AVEZ UNE DEMANDE SPÉCIALE ?

Notre équipe est à votre disposition pour répondre à vos demandes, à condition que vos besoins spécifiques apparaissent dans la demande de réservation.

**Réservez une salle en ligne : [www.ccse.ca](http://www.ccse.ca)  
OU PAR TÉLÉPHONE AU 438 384-3332.**



# FAITES UNE DIFFÉRENCE !

## VOUS SOUHAITEZ METTRE VOS APTITUDES AU SERVICE DE VOTRE COMMUNAUTÉ ?

### INTÉGREZ UNE ÉQUIPE DYNAMIQUE ET PASSIONNÉE !

De nombreuses opportunités d'engagement communautaire sont possibles au sein de notre équipe lors d'événements spéciaux ou lors d'activités (Bingo, organisation de la billetterie lors des spectacles du Café-Théâtre, etc.).

**Renseignez-vous et appliquez par courriel à [info@ccse.ca](mailto:info@ccse.ca) ou à la réception du CCSE Maisonneuve.**

### NOS COMITÉS

Nous avons mis en place plusieurs comités pour permettre aux membres de s'impliquer afin d'améliorer nos services.

**COMITÉ EN OR :** Ce comité est composé exclusivement **PAR et POUR** des personnes aînées ayant pour objectif d'améliorer notre offre de services auprès d'eux et de s'assurer qu'elle répond à leur besoin.

**COMITÉ DE MOBILISATION :** La mise en place de ce comité permet aux membres de s'impliquer concrètement pour le CCSE Maisonneuve. Ce nouveau comité a 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.

**COMITÉ LA KLINK :** 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 relations, faire des connaissances et proposer ses idées d'activités ou d'amélioration pour le CJ (Carrefour Jeunesse).

**COMITÉ DES BÉNÉVOLES :** Ce comité a pour objectif de valoriser le recrutement, la rétention et la reconnaissance des bénévoles par la mise en place d'un plan d'actions et de différents outils. Nous sommes actuellement en recherche de bénévoles pour constituer ce comité. N'hésitez pas à vous impliquer !

#### VOUS SOUHAITEZ FAIRE PARTIE D'UN COMITÉ ?

N'hésitez pas à nous contacter pour en discuter par téléphone au 438 384-3332 ou par courriel à [info@ccse.ca](mailto:info@ccse.ca)



# SOUTENEZ VOTRE CCSE

## SOUTENIR VOTRE CCSE, C'EST ENCOURAGER LE LOISIR COMMUNAUTAIRE DANS VOTRE QUARTIER !

### L'IMPORTANCE DU LOISIR ET DU CCSE MAISONNEUVE 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 physique et mentale, criminalités...) et de lutte à la pauvreté. Nous utilisons le loisir pour agir directement sur les facteurs de risques et de vulnérabilité des personnes et des communautés. Le loisir permet l'épanouissement individuel et collectif comprenant 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** au développement des individus dans le quartier.

Comme le dirait Sébastien Fréchette (alias Biz), écrivain et rappeur québécois :

« *Les travailleurs.euses en loisir [...] sont des ingénieurs sociaux qui bâtissent des ponts entre les citoyens.* »

### COMMENT AIDER LE CCSE MAISONNEUVE ?

- En s'impliquant au comité de mobilisation;
- En parlant de l'importance du loisir autour de vous;
- En vous engageant au conseil d'administration;
- En devenant bénévole;
- En participant à nos activités et événements;
- En suivant nos activités sur nos réseaux sociaux;
- En faisant un don.



## FAITES UN DON !

Informations et donations en personne au CCSE Maisonneuve ou par Interac à [comptabilite@ccse.ca](mailto:comptabilite@ccse.ca)





# ENFANCE-FAMILLE

0-12 ANS





# ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES



## MATINÉES DES PIROUETTES - PARC INTÉRIEUR

0-5 ans

Les Matinées des pirouettes est un parc intérieur où votre tout.e-petit.e peut jouer, courir et socialiser durant les saisons froides. Ici, tout le monde met la main à la pâte ! En tant que parent, vous ouvrez le parc à tour de rôle, rangez les jeux et participez à la promotion des activités.

AU CCSE MAISONNEUVE

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 9h à 12h
- Coût : 5.00\$**

# ACTIVITÉS CULTURELLES



## ARTS DE LA SCÈNE

7-9 ans et 10-12 ans

Notre atelier théâtral invite à explorer l'art de la performance. Le tout se fait en utilisant le jeu de rôles, la narration et la mise en scène.

**REPRÉSENTATION FIN DE SESSION PRINTEMPS : 6 JUIN 2025**

AVEC FRANCE PAQUIN, AU CCSE MAISONNEUVE

**7-9 ANS**

**17 avril au 5 juin**

- Jeudi, 16h à 16h50

**Coût : 48.00\$**

**10-12 ANS**

**17 avril au 5 juin**

- Jeudi, 17h à 17h50

**Coût : 48.00\$**



## ATELIERS DE CUISINE

5-6 ans, 7-8 ans et 9-12 ans

**ATELIERS PROPOSÉS GRÂCE À  
LA SUBVENTION SAC'HOCHÉ**

Notre cours de cuisine pour les enfants est une aventure culinaire conçue spécialement pour les jeunes chef(fe)s. Interactif et amusant, ce cours est l'occasion parfaite pour découvrir de nouveaux plats tout en développant des compétences essentielles en s'amusant. N'oubliez pas d'amener un contenant réutilisable.

AVEC ANGIE ST-GELAIS, AU CCSE MAISONNEUVE

**MINI CUISTOT 5-6 ANS**

**17 avril au 5 juin**

- Jeudi, 16h15 à 17h

**Coût : 52.00\$\***

**PETIT CUISTOT 7-8 ANS**

**17 avril au 5 juin**

- Jeudi, 17h15 à 18h15

**Coût : 52.00\$\***

**GRAND CUISTOT 9-12 ANS**

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 16h45 à 17h45

**Coût : 39.00\$\***

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ACTIVITÉS CULTURELLES



## CHORALE

8-12 ans

Votre enfant développera ses compétences vocales et apprendra des chansons amusantes dans un environnement divertissant et collectif.

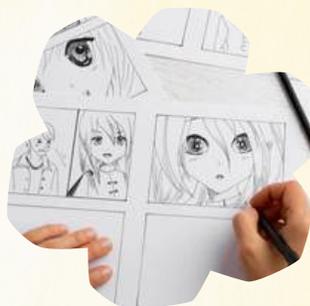
**REPRÉSENTATION FIN DE SESSION PRINTEMPS : 6 JUIN 2025**

**AVEC FRANCE PAQUIN, AU CCSE MAISONNEUVE**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 17h à 17h50

**Coût : 48.00\$**



## DESSIN - MANGA

8-12 ans

À la découverte des techniques de dessin manga, votre enfant apprendra à dessiner son personnage préféré en donnant vie à des visages et en pratiquant les expressions, le corps et les vêtements.

**AVEC NOÉ CAPIAN, AU CCSE MAISONNEUVE**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 16h à 17h

**Coût : 60.00\$**



## ÉVEIL MUSICAL

4-5 ans

Une expérience ludique destinée aux tout-petits pour découvrir le monde de la musique. À travers des jeux, des chants et l'exploration de divers instruments, les enfants développent leur expression artistique en socialisant.

**AU CCSE MAISONNEUVE**

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 9h30 à 10h20

**Coût : 42.00\$**



## JEU DE RÔLES

9-12 ans

Votre enfant apprendra à créer collectivement des personnages et des histoires fantastiques. Le jeu de rôle fait travailler l'improvisation, la réflexion et la créativité.

**AVEC NOÉ CAPIAN, AU CCSE MAISONNEUVE**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 17h15 à 18h15

**Coût : 48.00\$**



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## ARTS DU CIRQUE

5-6 ans, 7-8 ans et 9-12 ans

Arts du cirque riment avec agilité et créativité ! Notre professionnel initiera votre enfant aux techniques de jonglages et d'équilibre. De nombreuses activités sont au programme (monocycle, échasse, fil de fer, etc.).

AVEC PIERRE DUHAIME, AU CCSE MAISONNEUVE

### 5-6 ANS

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 16h15 à 16h45

Coût : 42.00\$

### 7-8 ANS

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 16h50 à 17h35

Coût : 42.00\$

### 9-12 ANS

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 17h40 à 18h30

Coût : 42.00\$



## CIRQUE - AÉRIEN AVANCÉ

8-12 ans

Votre enfant approfondira ses compétences en techniques de cirque aérien comme le tissu aérien, le trapèze, le cerceau, la corde et les sangles.

**PRÉREQUIS : DOIT AVOIR COMPLÉTÉ AU MOINS 2 SESSIONS AVEC THÉA**

AVEC THÉA RUHLMANN, ÉDIFICE ÉMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**27 avril au 8 juin\***

- Dimanche, 14h30 à 15h20

Coût : 60.00\$



## CIRQUE - ACROBATE

4-5 ans et 6-8 ans

Votre enfant apprendra les acrobaties au sol et aériennes ainsi qu'un peu de jonglerie. Un bon apprentissage des techniques de cirque de base.

AVEC THÉA RUHLMANN, ÉDIFICE ÉMMANUEL-ARTHUR DOUCET

### 4-5 ANS

**27 avril au 8 juin\***

- Dimanche, 9h à 9h50

Ou

- Dimanche, 10h à 10h50

Coût : 60.00\$

### 6-8 ANS

**27 avril au 8 juin\***

- Dimanche, 11h à 11h50

Coût : 60.00\$



## CIRQUE - AÉRIEN

6-8 ans et 9-12 ans

Un bon apprentissage des techniques de cirque aérien (tissu, trapèze, cerceau, corde et sangles).

AVEC THÉA RUHLMANN, ÉDIFICE ÉMMANUEL-ARTHUR DOUCET

### 6-8 ANS

**27 avril au 8 juin\***

- Dimanche, 12h30 à 13h20

Coût : 60.00\$

### 9-12 ANS

**27 avril au 8 juin\***

- Dimanche, 13h30 à 14h20

Coût : 60.00\$

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## DANSE PARENT-ENFANT

2-3 ans

Partagez un moment de joie et de complicité avec votre enfant tout en développant sa coordination et sa motricité !

AU CCSE MAISONNEUVE

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 9h à 9h55

Coût : 42.00\$



## DANSE CRÉATIVE

5-6 ans

Votre enfant laissera place à son imagination pour inventer de nouvelles chorégraphies avec l'aide du professeur.e.

AU CCSE MAISONNEUVE

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 11h à 11h55

Coût : 36.00\$



## DANSE ENFANTINE

3-4 ans

Votre enfant développera sa coordination, sa musicalité et sa confiance en soi tout en ayant le plaisir de danser.

AU CCSE MAISONNEUVE

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 10h à 10h55

Coût : 36.00\$



## LE JARDIN PIROUETTE ET CABRIOLE

Développez les habiletés motrices et éducatives de votre enfant via des activités adaptées et axées sur le plaisir et la découverte. Elles sont accessibles pour différents âges, renforçant équilibre, coordination, orientation spatiale et plus encore.

Visitez le site de la FQCC

AVEC ANGIE ST-GELAIS, AU CCSE MAISONNEUVE



### ARTICHAUT L'ESCARGOT - 12 À 18 MOIS

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 9h à 9h50

Coût : 45.00\$



### CANNELLE LA COCCINELLE - 18 MOIS À 2 ANS

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 10h à 10h50

Coût : 45.00\$



### FENOUIL LA GRENOUILLE - 2 ANS À 4 ANS

**26 avril au 7 juin\***

- Samedi, 11h à 11h50

Coût : 45.00\$



## TAEKWONDO

6-12 ans

Votre enfant s'initiera à cet art martial coréen qui combine des techniques de coups de pied, de coups de poing et de blocage.

AVEC MAITRE ASHLEY CASTANEDA, AU CCSE MAISONNEUVE

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 16h à 16h50

Coût : 76.00\$

REPRÉSENTATION FIN DE  
SESSION PRINTEMPS :  
3 JUIN 2025

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# SERVICE D'ANIMATION



Destiné aux 4 à 12 ans, le service d'animation est un milieu de vie communautaire qui permet aux enfants de se divertir au moyen d'activités de loisir après l'école.

Les enfants sont encadrés et animés par nos animateurs.trices qualifié(e)s et dynamiques et ayant reçu une formation en gestion de groupe et premiers soins.

## SERVICE D'ANIMATION – MATERNELLE

**Jusqu'au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 16h à 18h
- Coût : 25.00\$ par semaine / 6.00\$ par jour

## SERVICE D'ANIMATION – 1ère, 2e, 3e et 4e année

**Jusqu'au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 16h à 18h
- Coût : 25.00\$ par semaine / 6.00\$ par jour

## SERVICE D'ANIMATION – 5e et 6e année (PAC)

**Jusqu'au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 16h à 18h
- Coût : GRATUIT (AVEC CARTE DE MEMBRE VALIDE)

## SERVICE DE RACCOMPAGNEMENT

Nous proposons de raccompagner les élèves de l'école Maisonneuve et de Saint-Nom-de-Jésus jusqu'au bâtiment du CCSE Maisonneuve pour les enfants (4 à 12 ans) inscrits au service d'animation.

### À SAVOIR :

*Votre enfant n'est pas automatiquement inscrit au service d'animation s'il participe à une activité de la programmation.*

## Inscrivez votre enfant

Contactez-nous au **438 384-3332**  
ou venez nous rencontrer **au CCSE Maisonneuve**

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



**JEUNESSE**

12-17 ANS





# ANIMATION MILIEU DE VIE - GRATUIT

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.

**Carte de membre obligatoire (Carte M) et la carte d'assurance maladie est exigée pour s'inscrire au Carrefour Jeunesse.**



## ANIMATION MILIEU DE VIE

12-17 ans

Le milieu de vie est un espace inclusif qui encourage la responsabilisation de l'adolescent.e. Diverses activités optionnelles sont mises places comme des activités artistiques, de musique et de cuisine. Au quotidien, des intervenant.e.s et animateur.trice.s sont en place afin d'aider l'adolescent.e dans ses différentes problématiques.

AU CARREFOUR JEUNESSE

**14 avril au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 15h30 à 21h



## QUARTIER MUSIQUE

12-17 ans

Viens découvrir le plaisir de la musique dans un espace aménagé avec différents instruments tels que des guitares, des pianos, une batterie etc.

AU CARREFOUR JEUNESSE

**14 avril au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 15h30 à 21h



## QUARTIER ART

12-17 ans

Viens t'amuser à créer tes propres projets artistiques avec l'aide de nos animateur.trices et intervenant.e.s.

AU CARREFOUR JEUNESSE

**14 avril au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 15h30 à 21h



## QUARTIER CULINAIRE

12-17 ans

Apprends à cuisiner avec les dons de nourriture reçus au Carrefour et à créer des recettes diverses à tous les jours.

AU CARREFOUR JEUNESSE

**14 avril au 20 juin\***

- Lundi au vendredi, 15h30 à 21h



**ABONNE-TOI POUR  
SUIVRE NOS DERNIÈRES  
ACTUALITÉS !**



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ANIMATION MILIEU DE VIE - GRATUIT



## SALLE DE JEUX

12-17 ans

Profite d'un accès à notre salle de jeux : babyfoot, hockey sur table, table de billard, une tonne de jeux de société etc.

AU CARREFOUR JEUNESSE

### 14 avril au 20 juin\*

- Lundi au vendredi, 15h30 à 21h



## SALLE DE JEUX VIDÉOS

12-17 ans

Profite d'un espace de détente où tu pourras jouer à tes jeux préférés, seul.e ou en équipe !

AU CARREFOUR JEUNESSE

### 14 avril au 20 juin\*

- Lundi au vendredi, 16h30 à 18h30

## ANIMATION ET COMITÉ - GRATUIT PAR ET POUR

### SOIRÉES SPÉCIALES DU VENDREDI

12-17 ans

Rejoins-nous pour des activités spéciales tous ensemble les vendredis !

AU CARREFOUR JEUNESSE

### 18 avril au 13 juin\*

- Vendredi, 17h à 21h

### SOIRÉES LUDIQUES

12-17 ans

Rejoins-nous pour une soirée ludique ! Profite de jeux excitants, de défis amusants et d'activités créatives.

AU CARREFOUR JEUNESSE

### 17 avril au 12 juin

- Jeudi, 18h à 21h

### SOUPER COMMUNAUTAIRE

12-17 ans

Des activités de cuisine chaque semaine qui te permettront de développer tes compétences culinaires.

AU CARREFOUR JEUNESSE

### 16 avril au 11 juin

- Mercredi, 17h à 19h



## PÉRIODE DE DEVOIRS

12-17 ans

Utilise le milieu de vie pour faire tes devoirs de façon autonome tous les jours dans un local approprié à la concentration. Un soutien aux devoirs peut être apporté au besoin.

AU CARREFOUR JEUNESSE

### 14 avril au 20 juin\*

- Lundi au vendredi, 16h30 à 18h30



Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



## ACTIVITÉS CULTURELLES - GRATUIT



### DESSIN D'OBSERVATION

12-17 ans

Apprends à capturer les détails du monde qui t'entoure ! Un atelier pratique pour développer ton regard artistique et affiner ta technique de dessin.

AU CARREFOUR JEUNESSE

**22 mai au 12 juin**

- Jeudi, 18h à 19h



### COMITÉ LA KLIKK

12-17 ans

Ce comité est dédié à la planification et à l'organisation des soirées thématiques du CJ (Carrefour Jeunesse). Rencontre des nouvelles personnes et propose des idées d'activités ou autre pour améliorer ton CJ !

AU CARREFOUR JEUNESSE

**15 avril au 10 juin**

- Mardi, 16h à 17h

## ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES - GRATUIT



### BAIGNADE

12-17 ans

Viens te rafraîchir et t'amuser entre ami.e.s lors de notre sortie à la piscine ! Plonge, nage et profite d'un moment parfait pour décrocher.

À LA PISCINE PIERRE LORANGE

**23 avril au 7 mai**

- Mercredi, 18h à 20h



### ACTIVITÉS SPORTIVES DANS LES PARCS

12-17 ans

Mets tes baskets et prépare toi à te dépenser comme jamais dans les parcs. De nombreuses activités variées pour s'amuser entre ami.e.s.

AU CARREFOUR JEUNESSE

**20 mai au 3 juin**

- Mardi, 17h à 19h



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



## ATELIER DE SENSIBILISATION

12-17 ans

Une soirée de discussion avec l'équipe de Dopamine afin d'assurer que tu aies tous les bons outils pour vivre le meilleur été de ta vie !

EN COLLABORATION AVEC L'ÉQUIPE DOPAMINE

AU CARREFOUR JEUNESSE

**15 mai**

- Jeudi, 17h à 19h

## BOWLING

12-17 ans

Viens défier tes ami.e.s et montrer ton meilleur lancer ! Une soirée fun, pleine de rires et de bons moments t'attend. Inscription limitée.

AU BOWLING DARLING

**13 juin**

- Vendredi, 18h à 20h



Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# CASERNE

18 ANS ET PLUS





# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## ACROBATIES - MAIN À MAIN

Tous niveaux

Dans ce cours, vous apprendrez les techniques de mouvement au sol, avec des compléments en main à main.

AVEC THÉA RUHLMANN, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 19h30 à 21h30

Coût : 142.00\$ Rabais 55 ans et + : 127.80\$



## ACRO-TUMBLING

Tous niveaux

Vous recherchez une activité physique complète et stimulante ? L'acrobatie au sol pourrait parfaitement vous convenir. Elle favorise le développement de la force et de l'endurance musculaire, ainsi que de la coordination, de l'équilibre et de l'orientation spatiale.

AVEC ALEXANDRA CHARETTE, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 18h30 à 20h

Coût : 145.00\$ Rabais 55 ans et + : 130.50\$



## CERCEAU

Tous niveaux

Venez explorer le cerceau aérien, une discipline alliant acrobatie, souplesse et créativité. Apprenez à réaliser des figures aériennes tout en renforçant votre force, votre équilibre et votre coordination. Augmentez votre conscience corporelle, votre orientation spatiale et passez par-dessus vos peurs ou blocages avec ce cours.

AVEC MARTINE DUBÉ (INITIATION LUNDI) ET THÉA RUHLMANN (INITIATION MERCREDI), TANYA BURKA (NIV.1.5), ANOUK VALLÉE-CHAREST (NIV.2), ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

INITIATION

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 18h15 à 19h45

Coût : 125.00\$ Rabais 55 ans et + : 112.50\$



INITIATION

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 18h à 19h30

Coût : 165.00\$ Rabais 55 ans et + : 148.50\$

NIVEAU 1.5

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 20h à 21h30

Coût : 178.00\$ Rabais 55 ans et + : 160.20\$

NIVEAU 2

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 18h15 à 19h45

Coût : 160.00\$ Rabais 55 ans et + : 144.00\$

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



**NOUVEAUTÉ**

## CRÉATION DE NUMÉROS ARTISTIQUES

Intermédiaire - avancé

Créez un numéro qui vous ressemble à travers un cours stimulant et structuré, alliant technique et créativité sur cerceau et trapèze aérien. Conçu pour les artistes intermédiaires et avancés, guidé par une véritable pionnière du cerceau aérien, Martine Dubé, l'une des premières au monde à avoir maîtrisé cette discipline.

AVEC MARTINE DUBÉ, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 19h45 à 21h15

**Coût : 138.00\$ Rabais 55 ans et + : 124.20\$**



## DANSE CONTEMPORAINE

Initiation



Vous cherchez un espace de confiance pour débiter votre pratique corporelle à travers la danse et le mouvement ? L'objectif de ce cours est de prendre du plaisir à bouger tout en déployant pleinement vos capacités corporelles.

AVEC BENJAMIN HERRERO, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 18h15 à 19h45

**Coût : 93.00\$ Rabais 55 ans et + : 83.70\$**



## CORDE LISSE

Plusieurs niveaux

Apprenez à maîtriser et enchaîner des figures avec fluidité, souplesse, force et dynamisme. Ce cours permet d'améliorer la force musculaire du corps et d'augmenter sa conscience corporelle.

AVEC MARTINE DUBÉ, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

### INITIATION

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 19h45 à 21h15

**Coût : 145.00\$ Rabais 55 ans et + : 130.50\$**

### NIVEAU 1.5-2

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 19h à 20h20

**Coût : 175.00\$ Rabais 55 ans et + : 157.50\$**



## DANSE HULA-HOOP

Tous niveaux

Mêlant danse, manipulation du Hula-Hoop et expression de soi, c'est l'alliance parfaite pour améliorer sa posture, sa coordination, sa souplesse et renforcer ses muscles. Vous trouverez votre style avec le cerceau grâce aux techniques enseignées afin de stimuler votre créativité et votre expression artistique.

AVEC FANNY CAUDRON, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 18h à 19h30

**Coût : 124.00\$ Rabais 55 ans et + : 111.60\$**

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## ÉQUILIBRE

Initiation

Initiez-vous aux principes des équilibres sur les mains en travaillant le placement et les différentes positions d'équilibre. Une préparation physique axée sur l'endurance, la musculation et la souplesse, est intégrée à la séance.

AVEC THÉA RUHLMANN, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 18h à 19h30

Coût : 101.00\$ Rabais 55 ans et + : 90.90\$



## SANGLES

Plusieurs niveaux

Utilisez les sangles aériennes pour favoriser le dépassement physique et mental. Un programme axé sur le renforcement de la ceinture abdominale et du corps en général, ainsi que sur l'endurance et la conscience corporelle.

AVEC JUDY SALLOUM (INITIATION), THÉA RUHLMANN (NIV.1) ET ANOUK VALLÉE-CHAREST (NIV.2), ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

### INITIATION

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 18h à 19h30

Coût : 174.00\$ Rabais 55 ans et + : 156.60\$

NOUVEAUTE

### NIVEAU 1

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 19h45 à 21h15

Coût : 199.00\$ Rabais 55 ans et + : 179.10\$

NOUVEAUTE

### NIVEAU 2

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 19h45 à 21h15

Coût : 174.00\$ Rabais 55 ans et + : 156.60\$



## TRAPÈZE

Plusieurs niveaux

Explorez le vocabulaire aérien, l'exécution de nouvelles figures sur le trapèze, le renforcement musculaire, l'augmentation de la conscience corporelle et de l'orientation spatiale pour ainsi gérer vos peurs et blocages.

AVEC MARTINE DUBÉ, ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

### INITIATION

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 18h à 19h30

Coût : 148.00\$ Rabais 55 ans et + : 133.20\$

### NIVEAU 1

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 20h20 à 21h40

Coût : 169.00\$ Rabais 55 ans et + : 152.10\$

### NIVEAU 3

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 17h45 à 19h

Coût : 169.00\$ Rabais 55 ans et + : 152.10\$



Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



**TISSU**  
Plusieurs niveaux



Venez approfondir vos connaissances en tissu aérien, renforcer votre force et votre endurance pour des enchaînements complexes, et développer votre expression artistique avec élégance et fluidité dans l'exécution des mouvements acrobatiques.

ÉDIFICE EMMANUEL-ARTHUR DOUCET

**INITIATION (AVEC YVES LANDRY)**

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 18h15 à 19h45
- Ou

- Lundi, 20h à 21h30

**Coût : 133.00\$ Rabais 55 ans et + : 119.70\$**

**NIVEAU 1 (AVEC YVES LANDRY)**

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 20h à 21h30

**Coût : 177.00\$ Rabais 55 ans et + : 159.30\$**

**NIVEAU 2 (AVEC YVES LANDRY)**

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 18h15 à 19h45

**Coût : 177.00\$ Rabais 55 ans et + : 159.30\$**

**NIVEAU 2 (AVEC TANYA BURKA)**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 18h15 à 19h45

**Coût : 177.00\$ Rabais 55 ans et + : 159.30\$**

**NIVEAU 2.5 (AVEC COREY TOMICIC)**

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 20h à 21h30

**Coût : 133.00\$ Rabais 55 ans et + : 119.70\$**

**NIVEAU 3 (AVEC COREY TOMICIC)**

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 18h à 20h

**Coût : 250.00\$ Rabais 55 ans et + : 225.00\$**

**INITIATION (AVEC JUDY SALLOUM)**

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 19h45 à 21h15

**Coût : 155.00\$ Rabais 55 ans et + : 139.50\$**

**NOUVEAUTE**

**NIVEAU 1.5 (AVEC COREY TOMICIC)**

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 18h15 à 19h45

**Coût : 133.00\$ Rabais 55 ans et + : 119.70\$**

Ou

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 20h à 21h30

**Coût : 177.00\$ Rabais 55 ans et + : 159.30\$**

**NIVEAU 3 (AVEC ANOUK VALLÉE-CHAREST)**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 20h à 21h30

**Coût : 192.00\$ Rabais 55 ans et + : 172.80\$**

**NIVEAU 4 (AVEC ANOUK VALLÉE-CHAREST)**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 18h à 20h

**Coût : 258.00\$ Rabais 55 ans et + : 232.20\$**



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ADULTES-AÎNÉS

## 18 ANS ET PLUS





# ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES



## BINGO

Installez-vous pour le Bingo, décrochez les combinaisons gagnantes et repartez avec la cagnotte ! Si vous le souhaitez, vous pouvez arriver plus tôt avec votre repas et dîner avec les autres participant.e.s sur place.

**AVEC LOUISE CHAMBERLAND ET CÉLINE ROUSSY,  
AU CCSE MAISONNEUVE**

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 13h à 15h

**Coût : GRATUIT + CARTE MEMBRE**

**1\$ EN SUPPLÉMENT PAR CARTE DE BINGO**



## TENNIS DE TABLE

Vous êtes amateur.trice de ping-pong ? Le CCSE Maisonneuve met gratuitement à votre disposition des tables de tennis de table. Cette activité est ouverte à tous les adultes, sans restriction de niveau. Le matériel nécessaire est mis à la disposition des participant.e.s.

**AU CCSE MAISONNEUVE**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 19h à 21h30

**Coût : GRATUIT + CARTE MEMBRE**



## CERCLE DES FERMIERÈRES

Hochelaga-Maisonneuve - Organisme à but non lucratif

### Mission

De par leurs actions et différentes œuvres de bienfaisance qu'ils soutiennent, le Cercle des 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.

**15 avril au 5 juin**

- Mardi et jeudi, 10h à 15h

**19 avril au 7 juin\***

- Samedi, 9h à 12h

**Coût : CARTE MEMBRE + COTISATION DE 35\$ AUPRÈS  
DU CERCLE DES FERMIERÈRES**



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques),  
le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES



**La Puce**  
RESSOURCE INFORMATIQUE

**ATELIERS  
NUMÉRIQUES**

**NOUVEAUTÉ**

Vous avez 50 ans et plus ? Participez au projet « AlphabÉTicaction », à travers quatre ateliers variés.

Ces ateliers, adaptés à tous les niveaux, utilisent des méthodes pédagogiques innovantes et interactives. **Inscription obligatoire pour y participer et n'oubliez pas d'apporter votre appareil numérique.**

En collaboration avec [La Puce](#)

**AU CCSE MAISONNEUVE**

**LES BASES SUR L'UTILISATION DE LA TABLETTE  
ET DU TÉLÉPHONE INTELLIGENT**

**17 avril**

- Jeudi, 13h à 15h

**Coût : GRATUIT + CARTE DE MEMBRE**

**L'ESSENTIEL DU COURRIER ÉLECTRONIQUE**

**15 mai**

- Jeudi, 13h à 15h

**Coût : GRATUIT + CARTE DE MEMBRE**

**L'INTERNET**

**1er mai**

- Jeudi, 13h à 15h

**Coût : GRATUIT + CARTE DE MEMBRE**

**LA CYBERSÉCURITÉ**

**29 mai**

- Jeudi, 13h à 15h

**Coût : GRATUIT + CARTE DE MEMBRE**

# ACTIVITÉS CULTURELLES



**ATELIER DE DESSIN  
- MODÈLE VIVANT**



Cet atelier libre de dessin de modèle vivant s'adresse à des artistes ayant des connaissances en dessin. Les participant.e.s doivent apporter leur matériel. Tables, chaises et chevalets seront fournis.

**AU CCSE MAISONNEUVE**

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 19h à 21h30

**Coût : 150.00\$    Rabais 55 ans et + : 135.00\$**

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ACTIVITÉS CULTURELLES



## DESSIN

Multiniveaux

Ce cours est ouvert à tous les niveaux. À l'aide d'exercices dirigés, redécouvrez le plaisir de dessiner avec de l'encre de couleur ! Divers sujets sont proposés et pourquoi pas dessiner à l'extérieur selon la température.

AVEC DIANE MORAIS, AU CCSE MAISONNEUVE

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 10h à 12h

Coût : 87.00\$ Rabais 55 ans et + : 78.30\$



## ÉBÉNISTERIE

Atelier libre

Atelier ouvert aux personnes souhaitant réaliser leurs projets personnels grâce à l'appui de notre formatrice. Disponible pour toutes les personnes ayant déjà suivi un cours d'ébéniste-initiation ou équivalent.

AVEC DANIELLE COSSETTE, AU CCSE MAISONNEUVE

**15 avril au 13 mai**

- Mardi, 13h à 16h

Ou

- Mardi, 18h30 à 21h30

Coût : 78.00\$ Rabais 55 ans et + : 70.20\$



## ESPAGNOL

Plusieurs niveaux

Dans ce cours, l'apprentissage se fait par l'interaction entre les participant.e.s. Technique d'assimilation et maîtrise des expressions familières. Ce tarif inclut un frais de 5\$ d'impression par personne.

AVEC IVONNE MUÑOZ, AU CCSE MAISONNEUVE

### DÉBUTANT 1

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 19h à 21h

Coût : 81.00\$ Rabais 55 ans et + : 72.90\$

### INTERMÉDIAIRE 1

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 19h à 21h

Coût : 107.00\$ Rabais 55 ans et + : 96.30\$

### INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 9h à 11h

Coût : 81.00\$ Rabais 55 ans et + : 72.90\$

### AVANCÉ - CONVERSATION

**17 avril au 22 mai\***

- Jeudi, 19h à 21h30

Coût : 80.00\$ Rabais 55 ans et + : 72.00\$

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).





# ACTIVITÉS CULTURELLES



## PEINTURE

Multiniveaux

Dans ce cours, vous travaillerez sur un projet personnel en apprenant des techniques de peinture autant en acrylique qu'à l'huile. Seul le chevalet est fourni, le(la) participant.e doit apporter son matériel.

AVEC MADELEINE MAYO, AU CCSE MAISONNEUVE

### 16 avril au 4 juin

- Mercredi, 10h à 12h
- Ou
- Mercredi, 13h à 15h

Coût : 89.00\$ Rabais 55 ans et + : 80.10\$



## SCULPTURE SUR BOIS

Atelier libre



Apprenez ou approfondissez les rudiments de la sculpture sur bois pour réaliser votre œuvre. Pour les débutant.e.s, les outils peuvent être fournis. Un montant de 15\$ doit être prévu pour l'achat de bois.

AVEC ISABELLE FOREST, AU CCSE MAISONNEUVE

### 14 avril au 2 juin\*

- Lundi, 9h à 12h

Coût : 86.00\$ Rabais 55 ans et + : 77.40\$



## NOS COMITÉS PAR ET POUR !

Nous avons mis en place plusieurs comités pour permettre aux membres de s'impliquer afin d'améliorer nos services :

- Comité en Or
- Comité de mobilisation
- Comité des bénévoles

**Intéressé(e) à intégrer un comité et agir pour la communauté ?**



Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## BADMINTON

Libre

Réservez votre terrain en famille, entre ami.e.s ou entre collègues ! Le coût correspond à la réservation d'un terrain pour une heure de jeu (simple ou double).

ÉCOLE EULALIE-DUROCHER

### 14 avril au 2 juin\*

- Lundi, 18h15 à 19h15
- Ou
- Lundi, 19h15 à 20h15
- Ou
- Lundi, 20h15 à 21h15

Coût : 81.00\$ Rabais 55 ans et + : 72.90\$

### 15 avril au 3 juin

- Mardi, 18h15 à 19h15
- Ou
- Mardi, 19h15 à 20h15
- Ou
- Mardi, 20h15 à 21h15

Coût : 107.00\$ Rabais 55 ans et + : 96.30\$

### 16 avril au 4 juin

- Mercredi, 18h15 à 19h15
- Ou
- Mercredi, 19h15 à 20h15
- Ou
- Mercredi, 20h15 à 21h15

Coût : 107.00\$ Rabais 55 ans et + : 96.30\$



## BURLESQUE

Multiniveaux

Ce cours, ouvert à tous, se construit autour des codes de l'effeuillage illustrés par de courtes chorégraphies de cabaret. C'est aussi un moyen de reprendre confiance en soi et de se réapproprier son corps.

AVEC HANNAH ROIRANT, AU CCSE MAISONNEUVE

### 16 avril au 4 juin

- Mercredi, 18h30 à 20h

Coût : 125.00\$ Rabais 55 ans et + : 112.50\$



## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Adapté

Découvrez des méthodes d'entraînement pour rester en forme. Une mise en forme incluant des exercices de faible intensité adaptés. Tenue de sport et souliers de course exigés.

AVEC NADIA HAFIZ, AU CCSE MAISONNEUVE

### 17 avril au 5 juin\*

- Jeudi, 10h à 11h

Coût : 106.00\$ Rabais 55 ans et + : 95.40\$

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).





# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Régulier

Découvrez des méthodes d'entraînement pour promouvoir un corps sain et en santé. Une mise en forme incluant des exercices cardiovasculaires et musculaires adaptés à tous les âges. Tenue de sport et souliers de course exigés.

AVEC NADIA HAFIZ, AU CCSE MAISONNEUVE

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 11h à 12h

Coût : 80.00\$ Rabais +55 ans : 72.00\$

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 11h à 12h

Coût : 106.00\$ Rabais 55 ans et + : 95.40\$



## DANSE FOLKLORIQUE INTERNATIONALE

Intermédiaire - avancé

Apprenez les danses traditionnelles en plus de découvrir les aspects culturels de différents pays. Niveau intermédiaire - avancé, ce cours s'adresse aux participant.e.s qui connaissent les différents pas de base et qui ont déjà quelques années d'expérience.

AVEC JOCELYNE VAILLANCOURT DE L'AMATP,  
AU CCSE MAISONNEUVE

**30 avril au 28 mai**

- Mercredi, 19h à 21h30

Coût : 40.00\$ Rabais 55 ans et + : 36.00\$



## DANSE DU MONDE

Débutant

Apprenez plus de 30 pas de bases nécessaires à la compréhension des danses du monde. Cela repose sur un choix judicieux des musiques et sur une progression des apprentissages respectant le rythme des participant.e.s.

AVEC PIERRE GINGRAS DE L'AMATP, AU CCSE MAISONNEUVE

**14 avril au 26 mai\***

- Lundi, 19h à 21h30

Coût : 40.00\$ Rabais 55 ans et + : 36.00\$



## DANSE SCANDINAVE

Débutant - intermédiaire -  
avancé

Découvrez et apprenez les rudiments ainsi que les danses de base. Vous démarrez le cours au niveau débutant puis, vous pouvez poursuivre au niveau intermédiaire - avancé et apprendre de nouvelles danses et approfondir leurs connaissances. Folklore de couple, il est donc préférable de venir avec un.e partenaire.

AVEC JOCELYNE VAILLANCOURT ET SERGE LAMOTHE DE L'AMATP,  
AU CCSE MAISONNEUVE

**14 et 28 avril - 12 et 26 mai**

- Lundi, 13h à 16h

Coût : 30.00\$ Rabais 55 ans et + : 27.00\$



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## ESSENTRICS

Multiniveaux

Préparez-vous à changer rapidement la forme de votre corps par une combinaison dynamique de renforcements et d'étirements. Cette technique développe les muscles maigres, forts et flexibles avec des changements immédiats à la posture.

**AVEC MARINE CHEVANNE, AU CCSE MAISONNEUVE**

**16 avril au 4 juin**

- Mercredi, 18h30 à 19h30

**Coût : 89.00\$ Rabais +55 ans : 80.10\$**



## ÉTIREMENT ET RELAXATION

Multiniveaux

Prenez soin de votre corps à travers des exercices d'étirement de faible intensité, adaptés à tous. Il est recommandé de porter des vêtements de sport et des souliers de course pour cette activité.

**AVEC NADIA HAFIZ, AU CCSE MAISONNEUVE**

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 10h à 11h

**Coût : 106.00\$ Rabais 55 ans et + : 95.40\$**



## PILATES EN DOUCEUR

Multiniveaux

Adapté aux personnes de tous les âges, venez développer votre force, souplesse, endurance, et posture optimale sans stresser les articulations. Il est recommandé d'apporter son tapis, car nous n'en avons qu'une quantité limitée.

**AVEC MATHIEU LECLERC, AU CCSE MAISONNEUVE**

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 13h15 à 14h15

**Coût : 60.00\$ Rabais +55 ans : 54.00\$**



## PILATES

Multiniveaux

Apprenez différents exercices au sol et debout avec divers accessoires tels que des ballons, des petits poids. Les participant.e.s sont invité.e.s à suivre leur propre rythme. Il est recommandé d'apporter son tapis, car nous n'en avons qu'une quantité limitée.

**AVEC MATHIEU LECLERC, AU CCSE MAISONNEUVE**

**18 avril au 6 juin\***

- Vendredi, 10h à 11h

**Coût : 70.00\$ Rabais 55 ans et + : 63.00\$**

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**





# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## PILATES

Posture et renforcement musculaire

Travaillez votre posture et votre renforcement musculaire. Un excellent complément pour la pratique de sport. Ce cours est ouvert à tous, de débutant à avancé. Il est recommandé d'apporter son tapis, car nous n'en avons qu'une quantité limitée.

AVEC MATHIEU LECLERC, AU CCSE MAISONNEUVE

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 20h15 à 21h15

Coût : 60.00\$ Rabais 55 ans et + : 54.00\$



## QI GONG

Multiniveaux

Découvrez ou redécouvrez la pratique du Qi Gong ! Cet art peut être classé comme martiale, médicale ou spirituelle. Trois styles, trois choses en commun : une posture, des techniques de respiration et de la concentration.

AVEC JÉRÉMIE POITRAS, AU CCSE MAISONNEUVE

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 19h30 à 20h30

Coût : 71.00\$ Rabais 55 ans et + : 63.90\$

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 10h à 11h

Coût : 94.00\$ Rabais 55 ans et + : 84.60\$



## PROGRAMME « VIACTIVE »

PLACES LIMITÉES

Vous avez plus de 50 ans ?  
Vous souhaitez bouger en groupe et faire de nouvelles rencontres ?  
Ce programme fait pour vous !

Il est composé de séances d'exercices sécuritaires et adaptés, exécutés au son d'une musique entraînante.

En collaboration avec le [CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal](#).

AU CCSE MAISONNEUVE

**18 avril au 6 juin\***

- Vendredi, 11h à 12h

Coût : GRATUIT + CARTE DE MEMBRE



## TAI CHI

Plusieurs niveaux

Découvrez le style Yang, la forme longue et traditionnelle. Apprenez les principes de base, comment se placer, se déplacer, avancer, reculer, garder une posture droite et souple et augmenter votre niveau énergétique.

AVEC JÉRÉMIE POITRAS, AU CCSE MAISONNEUVE

DÉBUTANT - INTERMÉDIAIRE

**14 avril au 2 juin\***

- Lundi, 18h30 à 19h30

Coût : 71.00\$ Rabais 55 ans et + : 63.90\$

INTERMÉDIAIRE - AVANCÉ

**15 avril au 3 juin**

- Mardi, 11h à 12h

Coût : 94.00\$ Rabais 55 ans et + : 84.60\$

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## VOLLEYBALL

Plusieurs niveaux

AVEC ANTOINE BLAIN, ÉCOLE EULALIE-DUROCHER

### INTERMÉDIAIRE

Inscrivez-vous à cette activité si vous avez déjà joué au volleyball (cours d'éducation physique ou entre ami.e.s en intérieur ou extérieur).

**17 avril au 29 mai\***

- Jeudi, 18h15 à 19h45

**Coût : 41.00\$ Rabais +55 ans : 36.90\$**

### AVANCÉ

Inscrivez-vous à cette activité si vous avez déjà joué dans une équipe et participé à des tournois.

**17 avril au 29 mai\***

- Jeudi, 20h à 21h30

**Coût : 41.00\$ Rabais +55 ans : 36.90\$**



## YOGA CHAISE/DEBOUT

Multiniveaux

Découvrez différentes postures adaptées de yoga, notamment l'utilisation d'une chaise comme support, favorisant flexibilité et relaxation. Idéal pour tous les niveaux.

AVEC SUZANNE SIROIS, AU CCSE MAISONNEUVE

**15 avril au 3 juin\***

- Samedi, 9h30 à 10h30

**Coût : 60.00\$ Rabais 55 ans et + : 54.00\$**



## YOGA HATHA

Multiniveaux

Discipline ancestrale venue d'Inde, le Hatha Yoga allie postures, respiration et méditation pour harmoniser le corps et l'esprit. Cette pratique offre un équilibre parfait entre force et détente, favorisant un bien-être intérieur profond. Il est recommandé d'apporter son tapis, car nous n'en avons qu'une quantité limitée.

AU CCSE MAISONNEUVE

**17 avril au 5 juin\***

- Jeudi, 18h30 à 19h30

**Coût : 70.00\$ Rabais 55 ans et + : 63.00\$**



Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).



# ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



## YOGA RONDEURS

Multiniveaux

Vous avez des rondeurs et n'osez pas fréquenter une classe de yoga dite « régulière » ? Ce cours est fait pour vous ! Vivez ainsi une expérience enrichissante, dans un environnement sécuritaire et non-compétitif. Il est recommandé d'apporter son tapis et une serviette.

**AVEC JULIE DEBLOIS (LUNDI) ET SUZANNE SIROIS (SAMEDI),  
AU CCSE MAISONNEUVE**

### 14 avril au 2 juin\*

- Lundi, 18h45 à 19h45

**Coût : 60.00\$ Rabais 55 ans et + : 54.00\$**

Ou

### 19 avril au 7 juin\*

- Samedi, 10h45 à 11h45

**Coût : 60.00\$ Rabais 55 ans et + : 54.00\$**



## YOGA VINYASA

Multiniveaux

Pratique fluide et énergisante, le Vinyasa Yoga synchronise chaque mouvement avec le souffle, formant ainsi une séquence harmonieuse et dynamique. Cette approche renforce le corps tout en apaisant l'esprit et favorise une libération des tensions pour une sensation de bien-être globale. Il est recommandé d'apporter son tapis, car nous n'en avons qu'une quantité limitée.

**AU CCSE MAISONNEUVE**

### 17 avril au 5 juin\*

- Jeudi, 19h45 à 20h45

**Coût : 70.00\$ Rabais 55 ans et + : 63.00\$**



## ZUMBA

Multiniveaux

Remettez-vous en forme sur des musiques entraînantes et dynamiques pour améliorer votre tonus musculaire, votre endurance, votre coordination, votre flexibilité et votre estime de soi. Tenue de sport et souliers de course exigés.

**AVEC SHARON CALDERON (MARDI) ET SOFIA COLATO (JEUDI),  
AU CCSE MAISONNEUVE**

### 15 avril au 3 juin

- Mardi, 18h30 à 19h30

**Coût : 74.00\$ Rabais 55 ans et + : 66.60\$**

Ou

### 17 avril au 5 juin\*

- Jeudi, 18h30 à 19h30

**Coût : 65.00\$ Rabais 55 ans et + : 58.50\$**

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**

**\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques),  
le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).**

# COURS À LA CARTE



Vous êtes un(e) habitué(e) et vous ne pouvez malheureusement pas vous inscrire à cette session-ci ?  
Vous souhaitez découvrir une nouvelle activité et tester un cours avant de vous engager pour la session ?  
Essayez nos cours à la carte (**selon les places disponibles**) !

**INFORMATION :** Pour les cours du secteur Adultes-Aînés, veuillez nous contacter pour vérifier la disponibilité des places. L'activité doit être payée **AVANT** le cours.

**NOUS CONTACTER**

438-384-3332

info@ccse.ca



## SECTEUR ADULTES-AÎNÉS

Activités	Jour	Horaires	Coût	Lieu
Atelier de dessin - modèle vivant	Mercredi	19h30 à 21h30	15.00\$	CCSE
Conditionnement physique régulier	Lundi*	11h à 12h	15.00\$	CCSE
Conditionnement physique régulier	Jeudi	11h à 12h	15.00\$	CCSE
Conditionnement physique adapté	Jeudi	10h à 11h	15.00\$	CCSE
Essentrics	Mercredi	18h30 à 19h30	15.00\$	CCSE
Étirement et relaxation	Mardi	10h à 11h	15.00\$	CCSE
Pilates posture et renforcement musculaire	Lundi*	20h15 à 21h15	15.00\$	CCSE
Pilates en douceur	Lundi*	13h15 à 14h15	15.00\$	CCSE
Pilates multiniveaux	Vendredi*	10h à 11h	15.00\$	CCSE
Qi Gong	Lundi*	19h30 à 20h30	15.00\$	CCSE
Qi Gong	Mardi	10h à 11h	15.00\$	CCSE
Sculpture sur bois	Lundi*	9h à 12h	18.00\$	CCSE
Tai Chi - Débutant - Intermédiaire	Lundi*	18h30 à 19h30	15.00\$	CCSE
Tai Chi - Intermédiaire - Avancé	Mardi	11h à 12h	15.00\$	CCSE
Volleyball - Intermédiaire	Jeudi*	18h15 à 19h45	10.00\$	École Eulalie-Durocher
Volleyball - Avancé	Jeudi*	20h à 21h30	10.00\$	École Eulalie-Durocher
Yoga Hatha	Jeudi*	18h30 à 19h30	15.00\$	CCSE
Yoga Rondeurs	Lundi*	18h45 à 19h45	15.00\$	CCSE
Yoga Vinyasa	Jeudi*	19h45 à 20h45	15.00\$	CCSE
Zumba	Mardi	18h30 à 19h30	12.00\$	CCSE
Zumba	Jeudi*	18h30 à 19h30	12.00\$	CCSE

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques),  
le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).

# COURS À LA CARTE



**INFORMATION :** Pour les cours du secteur Caserne, veuillez nous contacter à l'avance, pour que nous puissions demander l'accord au professeur.



## SECTEUR CASERNE

Activités	Jour	Horaires	Coût	Lieu
Acrobaties - Main à main	Lundi*	19h30 à 21h	25.00\$	Caserne
Acro-Tumbling (tous niveaux)	Jeudi*	18h30 à 20h	25.00\$	
Cerceau initiation	Lundi*	18h15 à 19h45	25.00\$	
Cerceau initiation	Mercredi	18h à 19h30	25.00\$	
Cerceau - Niv. 1.5	Mardi	20h à 21h30	25.00\$	
Cerceau - Niv. 2	Jeudi*	18h15 à 19h45	25.00\$	
Corde lisse - Initiation	Jeudi*	19h45 à 21h15	25.00\$	
Corde lisse - Niv. 1.5 - Niv. 2	Mardi	19h à 20h20	25.00\$	
Danse contemporaine	Lundi*	18h15 à 19h45	20.00\$	
Danse Hula-Hoop	Mardi	18h à 19h30	20.00\$	
Équilibre - Initiation	Lundi*	18h à 19h30	20.00\$	
Sangles - Initiation	Jeudi*	18h à 19h30	25.00\$	
Sangles - Niv. 1	Mercredi	19h45 à 21h15	25.00\$	
Sangles - Niv. 2	Jeudi*	19h45 à 21h15	25.00\$	
Tissu - Initiation	Lundi*	18h15 à 19h45	25.00\$	
Tissu - Initiation	Lundi*	20h à 21h30	25.00\$	
Tissu - Initiation	Jeudi*	19h45 à 21h15	25.00\$	
Tissu - Niv. 1	Mercredi	20h à 21h30	25.00\$	
Tissu - Niv. 1.5	Lundi*	18h15 à 19h45	25.00\$	
Tissu - Niv. 1.5	Mercredi	20h à 21h30	25.00\$	
Tissu - Niv. 2	Mardi	18h15 à 19h45	25.00\$	
Tissu - Niv. 2	Mercredi	18h15 à 19h45	25.00\$	
Tissu - Niv. 2.5	Lundi*	20h à 21h30	25.00\$	
Tissu - Niv. 3	Mardi	20h à 21h30	35.00\$	
Tissu - Niv. 3	Mercredi	18h à 20h	35.00\$	
Tissu - Niv. 4	Mardi	18h à 20h	35.00\$	
Trapèze - Initiation	Jeudi*	18h à 19h30	25.00\$	
Trapèze - Niv. 1	Mardi	20h20 à 21h40	25.00\$	
Trapèze - Niv. 3	Mardi	17h45 à 19h	25.00\$	

Notez que la programmation peut changer sans préavis.

\*Notez qu'il n'y aura pas d'activités du 18 au 21 avril (Pâques), le 24 avril à 18h30 (AGA) et du 17 au 19 mai (Fête des Patriotes).

# ÉVÉNEMENTS

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE



ccse.ca   

**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE**

**JEUDI 24 AVRIL À 18H30**

Assister à notre AGA, c'est participer à la vie de votre CCSE Maisonneuve !

-  Retour sur les moments forts de 2024
-  Renforcement de l'engagement communautaire
-  Nouveaux enjeux pour la communauté



 [info@ccse.ca](mailto:info@ccse.ca)  438 384-3332

Notre assemblée générale et annuelle est prévue pour le **Jeudi 24 avril 2025 à 18h30**.

## HOMMAGE À FRANCIS CABREL



**SPECTACLE DE CHANT : HOMMAGE À FRANCIS CABREL**  
Encore et en chœur !

Vendredi 2 mai 2025 à 20h  
Samedi 3 mai 2025 à 20h  
Dimanche 4 mai 2025 à 14h30

- 20\$ : Prévente jusqu'à la veille du spectacle
- 23\$ : Sur place, le jour même du spectacle

**RÉSERVER DÈS MAINTENANT**  
 438 384-3332

Café-Théâtre du CCSE Maisonneuve  
4375 rue Ontario Est  
Montréal, H1V 1K5

### SPECTACLE DE CHANT

**Direction vocale :** Isabelle Descôteaux

#### Dates :

- Vendredi 2 mai 2025 à 20h
- Samedi 3 mai 2025 à 20h
- Dimanche 4 mai 2025 à 14h30

#### Admission :

- 20\$ en prévente **jusqu'à la veille du spectacle**
- 23\$ sur place **le jour même**

## UBU ROI D'ALFRED JARRY



### SPECTACLE DE THÉÂTRE : UNE BOUFFONNERIE À NE PAS MANQUER !

**Mise en scène :** Pierre Vaillant

#### Dates :

- Vendredi 30 mai 2025 à 20h
- Samedi 31 mai 2025 à 20h
- Dimanche 1 juin 2025 à 14h30

#### Admission :

- 20\$ en prévente **jusqu'à la veille du spectacle**
- 23\$ sur place **le jour même**

**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**



# PROGRAMMATION D'ÉTÉ 2025





# CAMP DE JOUR (5-11 ANS)

## Camp de jour 2025 (5-11 ANS)

Tout est possible avec le camp  
« Mission possible »



### PRÉINSCRIPTIONS\*

Date	Heure	Lieu
3 avril	11h à 19h	CCSE ou en ligne

\*Prérequis : Avoir été inscrit(e) à l'été 2024 et avoir une carte de membre valide.

### INSCRIPTIONS\*

Date	Heure	Lieu
4 avril	11h à 19h	CCSE ou en ligne

\*Inscriptions en continu du 7 avril au 13 juin selon les places disponibles (tarifs et programmation à venir).

#### CAMP DE JOUR

25 juin au 15 août (fermé le 30 juin)

- Lundi au vendredi, 9h à 16h

#### SERVICE D'ACCUEIL

25 juin au 15 août (fermé le 30 juin)

- Lundi au vendredi, de 7h à 9h et de 16h à 18h

### BESOIN D'AIDE POUR LES INSCRIPTIONS ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous au 438 384-3332.

## RABAIS

**10%** 2e enfant\*   **25%** 3e enfant\*   **25%** Faible revenu

\*Rabais pour les enfants d'une même famille résidants à la même adresse sur Mercier-Hochelaga-Maisonneuve. Rabais applicable sur le prix le plus bas. **Notez que les rabais ne peuvent pas être jumelés.**



# PAC D'ÉTÉ (12 ANS) NOUVEAUTÉ

## PAC

d'été

**PAR ET POUR les jeunes de 12 ans**

**Du 25 juin au 15 août 2025**

Programmation et inscription sur notre site Internet : [www.ccse.ca](http://www.ccse.ca)

Mercier  
Hochelaga-Maisonneuve  
**Montréal**

Gouvernement  
du Canada

Québec

Un milieu de vie estival spécial pour les jeunes de 12 ans avec des activités et des jeux adaptés à leur âge. Cet été est le moment pour eux de s'amuser, avoir des temps libres avec leurs ami.e.s. Une transition progressive vers l'adolescence avec des temps réservés pour apprendre autour d'ateliers ludiques et, tout simplement, grandir et gagner en maturité. **Votre enfant doit avoir 12 ans avant le 30 septembre pour intégrer le PAC (Pré-ados du CCSE).**

### PRÉINSCRIPTIONS\*

Date	Heure	Lieu
3 avril	11h à 19h	CCSE ou en ligne

**\*Prérequis :** Avoir été inscrit(e) au camp de jour à l'été 2024 et avoir une carte de membre valide.

#### PAC D'ÉTÉ - 12 ANS

**25 juin au 15 août (fermé le 30 juin)**

- Lundi au vendredi, 9h à 16h

### INSCRIPTIONS\*

Date	Heure	Lieu
4 avril	11h à 19h	CCSE ou en ligne

**\*Inscriptions en continu du 7 avril au 13 juin selon les places disponibles** (tarifs et programmation à venir).

#### SERVICE D'ACCUEIL AU CAMP DE JOUR

**25 juin au 15 août (fermé le 30 juin)**

- Lundi au vendredi, de 7h à 9h et de 16h à 18h

### BESOIN D'AIDE POUR LES INSCRIPTIONS ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous au 438 384-3332.

## RABAIS

**10%** 2e enfant\*    **25%** 3e enfant\*    **25%** Faible revenu

\*Rabais pour les enfants d'une même famille résidants à la même adresse sur Mercier-Hochelaga-Maisonneuve. Rabais applicable sur le prix le plus bas. **Notez que les rabais ne peuvent pas être jumelés.**



# JEUNESSE (13-17 ANS)

## Programmation de l'été (13-17 ans)



### Milieu de vie ESTIVAL 2025

Du 25 juin au 15 août 2025

Programmation et inscription sur notre site Internet : [www.ccse.ca](http://www.ccse.ca)



#### PRÉINSCRIPTIONS\*

Date	Heure	Lieu
3 avril	11h à 19h	CCSE ou en ligne

\***Prérequis** : Avoir été inscrit(e) à l'été 2024 et avoir une carte de membre valide.

#### INSCRIPTIONS\*

Date	Heure	Lieu
4 avril	11h à 19h	CCSE ou en ligne

\***Inscriptions en continu du 7 avril au 8 août selon les places disponibles.**

#### MILIEU DE VIE ESTIVAL

**25 juin au 15 août (fermé le 30 juin)**

- Lundi au vendredi, 11h à 20h
- Carte de membre et milieu de vie gratuit\*  
\*certaines sorties seront payantes (tarifs et programmation à venir).
- Inscription obligatoire

#### BESOIN D'AIDE POUR LES INSCRIPTIONS ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous au  
438 384-3332.





# SESSION D'ÉTÉ



L'été s'en vient progressivement et avec lui, une toute nouvelle programmation d'activités spécialement conçue pour les adultes en quête de détente, de découverte et de plaisir ! Danse en ligne, pétanque, yoga, pilates, tai chi, zumba, etc. profitez du beau temps et en bonne compagnie durant toute la période estivale.

## INSCRIPTIONS\*

Dates	Heure	Lieu
20 et 21 mai	10h à 19h	CCSE ou en ligne

\*(tarifs et programmation à venir).

### SESSION D'ÉTÉ

**8 juin au 10 août (fermé les 24 et 30 juin)**

- Dimanche au jeudi



## LANCEMENT DE LA PROGRAMMATION D'ÉTÉ GRATUIT

 17 Dimanche 8 juin 2025

 17h30 à 18h30 suivi de la danse en ligne de 18h30 à 21h30

 Place Genevilliers-Laliberté



**Notez que la programmation peut changer sans préavis.**



# UN GRAND MERCI

à nos partenaires !

Mercier  
Hochelaga-Maisonneuve  
Montréal 

Québec 

## Suivez

nous !



[WWW.CCSE.CA](http://WWW.CCSE.CA)



CCSE MAISONNEUVE



CCSE.MAISONNEUVE



CCSE MAISONNEUVE

