

# Programmes pour enfants

## APPRENDRE À PATINER 3 à 6 ans avec un parent

Du 10 janvier au 14 février (6 cours bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le mercredi, de 18 h 00 à 18 h 45	Patinoire extérieure de Chelsea (chemin Old Chelsea)	35 \$ par participant

Les enfants apprendront à patiner grâce à divers exercices et jeux. Le port d'un casque protecteur est obligatoire. Un parent doit accompagner l'enfant sur la glace. Instructrice : Martine Venne

## APPRENDRE À PATINER 7 ans et plus

Du 10 janvier au 14 février (6 cours bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le mercredi, de 19 h 00 à 19 h 45	Patinoire extérieure de Chelsea (chemin Old Chelsea)	35 \$ par participant

Les enfants apprendront à patiner grâce à divers exercices et jeux. Le port d'un casque protecteur est obligatoire. Instructrice : Martine Venne

## CAMP DE JOUR D'ÉTÉ

Le nouveau camp de jour d'été vous épatera. Apprenez tous les détails dans notre nouvelle brochure qui sera publiée au printemps.

## NOUVEAU GROUPE DE JEUX D'HOLLOW GLEN

Du 17 janvier au 25 avril (14 sessions bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le mercredi, de 9 h 30 à 11 h 30	Centre communautaire d'Hollow Glen	5 \$ par participant

Relâche le 7 mars

Un endroit idéal pour rencontrer d'autres parents et enfants de la communauté. Les enfants s'amusez en toute sécurité dans un environnement non structuré pendant que les parents savourent un bon café.

Renseignements : Karen Coyle, 613 688-7700

## GYMNASTIQUE RÉCRÉATIVE 1 de 3 à 4 ans

Session d'hiver : du 20 janvier au 31 mars

(10 cours bilingues) - Relâche le 10 mars

Session du printemps : du 14 avril au 2 juin

(8 cours bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le samedi, de 9 h 00 à 9 h 50	École du Grand-Boisé – gymnase	Hiver : 70 \$ Printemps : 60 \$ par participant

Programme de gymnastique récréative. Les enfants pourront essayer les appareils de base tout en s'amusant. Instructrices : Louise Bélisle, Brianne Philippe Bélisle, Claire Landry, Anne-Marie Lafontaine et Hanna Spiers

## GYMNASTIQUE RÉCRÉATIVE 2 de 5 à 13 ans

Session d'hiver : du 20 janvier au 31 mars

(10 cours bilingues) - Relâche le 10 mars

Session du printemps : du 14 avril au 2 juin

(8 cours bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le samedi, de 10 h à 11 h	École du Grand-Boisé – gymnase	Hiver : 75 \$ Printemps : 65 \$ par participant

Programme de gymnastique récréative pour les gens qui veulent explorer ce sport. Ils pourront essayer les divers appareils de gymnastique, améliorer leur équilibre et leur coordination, et faire des progrès à leur propre rythme. Ce programme est conforme aux normes de Gymnastics Canada Gymnastique. Instructrices : Louise Bélisle, Brianne Philippe Bélisle, Claire Landry, Anne-Marie Lafontaine et Hanna Spiers

## NOUVEAU HOCKEY - LIGUE POUR FILLES ET GARÇONS - FARM POINT

de 4 à 6 ans

De la mi-décembre au début de mars

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le mercredi, 18 h 30 à 19 h 30	Patinoire extérieure de Farm Point (chemin de la Rivière)	30 \$ par participant

Une ligue pour s'amuser et apprendre à jouer au hockey cet hiver pour filles et garçons de Chelsea âgés de 4 à 6 ans. Renseignements : Devin Brennan, 819 827-4685

# Programmes pour enfants

## HOCKEY - LIGUE POUR FILLES ET GARÇONS de 7 à 13 ans

De la mi-décembre au début de mars

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le lundi et le vendredi, de 18 h 30 à 19 h 30	Patinoire extérieure de Chelsea (chemin Old Chelsea)	75 \$ par participant

Une ligue pour s'amuser et apprendre à jouer au hockey cet hiver pour filles et garçons de Chelsea âgés de 7 à 13 ans. Renseignements : Katie Gray, 819 827-4066



## JOUJOUTHÈQUE DE CHELSEA ET GROUPE DE JEUX

La Joujouthèque de Chelsea prête des jouets, des jeux et des casse-tête aux enfants de moins de 5 ans, les vendredis et les samedis, de 10 h à 11 h 30. La carte de membre annuelle est de 35 \$ par famille. Nous sommes situés au sous-sol du Centre communautaire de Chelsea, au 220, chemin Old Chelsea. Pour toute information concernant la carte de membre, les possibilités de bénévolat ou les dons de jouets, veuillez communiquer avec Megan au 819 827 8707.

Le groupe de jeux se rencontre aussi les vendredis et les samedis de 10 h à 11 h 30. Venez nous rejoindre au sous-sol du Centre communautaire de Chelsea pour jouer ou rencontrer d'autres parents, tuteurs et enfants. Pour plus d'information, veuillez communiquer avec Nathan au 819 827 5839.

## PEINTURE- FARM POINT de 8 à 14 ans

Du 4 février au 1<sup>er</sup> avril (8 cours bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le dimanche, de 9 h 00 à 10 h 30	Centre communautaire de Farm Point	100 \$ par participant (matériel inclus)

Relâche le 4 mars

## KARATÉ SHOTOKAN CHELSEA 8 ans et plus

Début : 8 janvier

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le lundi et mercredi, de 19 h à 20 h, débutant et intermédiaire	École Chelsea Elementary – salle multi-fonctionnelle	75 \$ par participant pour 3 mois
Le lundi et mercredi, de 19 h 00 à 20 h 30, avancé		20 \$ de frais annuel pour l'association

Renseignements et inscription : Jean-Pierre Groulx, 819 669-5827

## MUSIQUE ET MOUVEMENTS POUR ENFANTS ET PARENTS

5 ans et moins

Du 19 janvier au 23 février et du 16 mars au 11 mai (14 ateliers)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le vendredi, de 9 h 45 à 10 h 30	Centre communautaire de Chelsea, salle A	10 \$ par famille

Relâche le 6 avril

Ce programme informel comprend des chants, de la danse, des jeux de mouvement et des activités en français et en anglais. Apportez divers instruments de percussion tels que des cloches, des cuillères, des bâtons, des tambourins et de petits tambours. Instructrice : Tanya Fader

Pour apprendre différentes techniques pour faire des paysages à la peinture acrylique. Une heure et demie de créativité et de découverte. Instructrice : Christine Léger





## POTERIE de 7 à 12 ans

Du 15 janvier au 12 mars (8 cours)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le lundi, de 16 h 30 à 18 h 00	Mud Pies Pottery, 181, chemin Old Chelsea	160 \$ par participant (matériel inclus)

Relâche le 5 mars

Viens jouer dans la boue et créer une œuvre d'art très originale. Tu apprendras les techniques de poterie, dont la construction à la main, le vernissage et l'usage de la roue de poterie. Tu pourras faire des créatures étonnantes, des châteaux, des bains d'oiseaux, des tasses et des bols dont tu pourras te servir par la suite. Tous les objets fabriqués pourront être utilisés pour les aliments et iront au micro-ondes et au four. Instructrice : Carrie Leavoy, [www.mudpiespottery.ca](http://www.mudpiespottery.ca)

## TRAMPOLINE ET CULBUTES 7 ans et plus

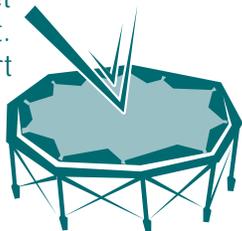
Préalable : avoir terminé le niveau I en gymnastique récréative

**Session d'hiver** : du 20 janvier au 31 mars (10 cours bilingues) - Relâche le 10 mars

**Session du printemps** : du 14 avril au 2 juin (8 cours bilingues)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le samedi, de 11 h 00 à 12 h 30	Gymnase de l'École du Grand-Boisé	Hiver : 95 \$ Printemps : 75 \$ par participant

La trampoline est un sport tout désigné pour les enfants qui aiment courir, sauter et avoir du plaisir. Les effets bénéfiques de ce sport incluent la vitesse, la force et la conscience spatiale, sans compter les avantages sur le plan de la confiance en soi, de la discipline et de l'attention au détail. La trampoline et les culbutes font appel à une variété de styles et exigent beaucoup d'entraînement. Ce cours est aussi un bon départ pour les autres sports qui requièrent beaucoup d'endurance physique et d'équilibre. Instructrices : Louise Bélisle, Brianne Philippe Bélisle.



## YOGA de 4 à 7 ans

**Session d'hiver** : du 20 janvier au 24 mars (8 cours)

Relâche le 10, 17 mars

**Session du printemps** : du 14 avril au 2 juin (8 cours)

Quand ?	OÙ ?	Coût
Le samedi, de 9 h 00 à 9 h 45	Centre communautaire Chelsea - salle A	65 \$ par participant, par session

Le yoga est amusant pour les enfants. Il bâtit aussi leur confiance en soi et les aide à se concentrer. Ce cours fera usage d'images, d'histoires de yoga et de jeux pour les initier à la respiration, aux postures et à la méditation. Instructrice : Catherine Lesage



cuisine
végétarienne

Café  
**Soup'Herbe**

Nous concoctons de délicieux repas sants, créatifs dans une atmosphère champêtre, à seulement dix minutes de la ville.

**Heure d'ouverture**  
Du mardi au samedi :  
11h - 21h

Dimanche : 9h30 - 20h30  
Le brunch est servi tous les dimanches de 9h30 à 14h

**Café Soup'Herbe**  
168 chemin Old Chelsea,  
Chelsea (Québec)

**Réservations :**  
**827-7687**

Cuisine végétarienne cosmopolite