



**Centre communautaire
Franc-Ouest**

Studio des jeunes



STUDIO DES JEUNES PROGRAMMATION 2007-2008

Secteurs: Barrhaven, Bells Corners, Ottawa

SESSIONS

AUTOMNE (13 semaines) Samedi, 22 Septembre au 15 Décembre

HIVER (10 semaines) Samedi, 12 Janvier au 15 Mars

PRINTEMPS (10 semaines) Samedi, 29 Mars au 31 Mai

Inscriptions

1. Réservez au **613-722-1819** ou **info@francouest.org**
2. Complétez le formulaire et libellez votre chèque à l'ordre du Centre communautaire Franc-Ouest. Un formulaire par participant. Des formulaires supplémentaires sont disponibles sur notre site Internet au www.francouest.com. **Section : Studio des jeunes**
3. Retournez le formulaire signé accompagné du paiement avant le début des cours à l'adresse suivante:

STUDIO DES JEUNES

Centre communautaire Franc-Ouest
1119, rue Lazard, suite 106, Ottawa (Ontario) K2C 2R5.

HORAIRE DES COURS

INFORMATION / RÉSERVATION : CENTRE COMMUNAUTAIRE FRANC-OUEST

Téléphone : 613-722-1819

Courriel : info@francouest.org

Site Web : www.francouest.com

			Automne	Hiver	Printemps
Gardiens avertis	11 ans et +	9h00 -12h00	60\$	60\$	60\$
	11 ans et +	9h00 -12h00	60\$	60\$	60\$
Secourisme général et RCR - Soins aux enfants Dates, heures et coûts en fonction du nombre d'inscriptions					
Secourisme et RCR grand public Dates, heures et coûts en fonction du nombre d'inscriptions					
ÉduRespect : Prévention de la violence	5- 9 ans	10h00 -12h00	coûts en fonction du nombre d'inscriptions		
	12 à 19 ans	10h00 -12h00	coûts en fonction du nombre d'inscriptions		
Prévoir l'imprévisible : Vaincre la peur	5 à 10 ans	10h00 -12h00	coûts en fonction du nombre d'inscriptions		
	11 à 16 ans	9h00 -12h00	coûts en fonction du nombre d'inscriptions		
Cours de Français langue seconde	18 ans et+	coûts en fonction du nombre d'inscriptions			
Mouvements créatifs (parent-enfant)	1-3 ans	9h00 - 9h30	35\$	35\$	38\$
Petits pas de souris	3-4 ans	9h45 -10h30	40\$	40\$	45\$
Petits pas jazzés	5-6 ans	10h30 -11h30	50\$	50\$	55\$
Danse Mix / Hip Hop	6-9 ans	10h30 -11h30	50\$	50\$	55\$
Danse Mix Ado	10-16 ans	13h00 -14h00	50\$	50\$	55\$
Danse Salsa (parent)	Dates, heures et coûts en fonction du nombre d'inscriptions				
Piano – Débutant	6 ans et +	10h30 -11h30	60\$	60\$	70\$
Piano – Privé (30 min)	6 ans et +	à déterminer		15\$/ 30 min	
Piano – semi-privé (2 élèves)	6 ans et +	à déterminer		95\$/ 45 min	
Guitare – Débutant	6 ans et +	10h30 -11h30	60\$	60\$	70\$
Guitare – Semi-privé (2 élèves,45 min)	6 ans et +	à déterminer		85\$/ 85\$ 95\$	
Guitare – Privé (30 min)	6 ans et +	à déterminer		15\$/ 30 min	
Gymnastique des tout-petits	3-4 ans	9h00 - 9h45	45\$	45\$	50\$
Gymnastique récréative	5-6 ans	9h45 -10h45	50\$	50\$	55\$
	7 ans et +	11h00 -12h30	60\$	60\$	65\$
Yoga – Enfant et adulte	9-16 ans	10h00 -11h30	45\$	45\$	45\$
Jiu Jitsu – Débutant	6-8 ans	9h00 -10h00	60\$	60\$	65\$
Jiu Jitsu – Intermédiaire	6-8 ans	10h00 -11h00	60\$	60\$	65\$
	9-12 ans	11h00 -12h00	60\$	60\$	65\$
Volley Ball	9 -12 ans	9h00 -10h00	60\$	60\$	60\$
Sports et jeux	4-5 ans	9h00 -10h00	45\$	45\$	50\$
Basket ball	9-12 ans	9h00 -10h00	60\$	60\$	60\$
Soccer	6-8 ans	10h00 -11h30	60\$	60\$	65\$
Soccer	9-12 ans	11h30 -13h00	60\$	60\$	65\$
Hockey ball	8-12 ans	11h30 -13h00	60\$	60\$	65\$

Nouveau

Nouveau

Nouveau

Nouveau

Nouveau

Nouveau

Nouveau

3 inscriptions et plus au Studio des jeunes dans la même famille – RABAIS DE 5%

INFORMATION / RÉSERVATION : CENTRE COMMUNAUTAIRE FRANC-OUEST

Téléphone : 613-722-1819

Courriel : info@francouest.org

Site Web : www.francouest.com



DESCRIPTION DES COURS

◆ Cours de la Croix-Rouge

Gardiens avertis et cours de premiers soins :

D'une durée de 8 heures, le cours Gardiens avertis traite des soins aux enfants, de la sécurité, de la prévention des accidents, des situations d'urgence et des premiers soins. Les deux autres cours de formation en secourisme et en RCR conviennent aux adultes qui veulent acquérir des techniques d'intervention simples et variées qui pourront ensuite être utilisées dans toutes sortes de situations d'urgence.

Prévoir l'imprévisible :

Le programme s'adresse aux élèves, aux parents et aux enseignants qui se familiariseront entre autres avec les principales catastrophes naturelles susceptibles de survenir dans leur milieu; les actions à poser pour mieux se préparer aux situations d'urgence; les attitudes et comportements importants à adopter pendant et après une situation d'urgence; le plan d'évacuation à l'école et à la maison.

ÉduRespect :

Un programme d'éducation préventive vise à mettre fin à la souffrance avant qu'elle se manifeste, apprennent aux enfants et aux adultes ce que sont les relations saines, comment reconnaître les signes de mauvais traitements, de violence dans les relations amoureuses et de harcèlement, et où obtenir de l'aide. Les jeunes y apprennent les techniques nécessaires pour développer des relations saines.

◆ Danse

Développer ses mouvements corporels et son sens artistique

Le cours Mouvements créatifs favorise particulièrement le rapprochement entre le parent et son enfant. Le jazz et le hip-hop sont des danses colorées et vivantes pour les enfants qui sont déjà pleins d'énergie et de rythme; et qui veulent en plus améliorer leurs mouvements corporels et découvrir leur propre style de danse. Dans le cours Danse Mix Ado, les élèves explorent des mouvements de la culture populaire et créent leur propre chorégraphie.

◆ Gymnastique

Développer sa coordination et son équilibre tout en s'amusant

Dans ce cours pour débutant et débutante, les exercices se font au sol, sur la poutre et à l'aide de tremplins. Les jeunes font des exercices de flexibilité et apprennent différents sauts et rotations, dont des roulades et la roue latérale.

◆ Jiu-Jitsu

Autodéfense, autodiscipline et confiance en soi

Le L'accent est mis sur l'autodéfense, ce qui nécessite de l'autodiscipline et une bonne exécution des techniques. Les étudiants et étudiantes apprennent les bases de différents coups de pied et coups de main ainsi que des façons de bloquer et de se défendre au sol. Ils apprennent aussi sur quelles parties du corps de l'attaquant ils doivent se concentrer afin de se sortir efficacement d'une confrontation.

◆ Yoga

Détente, concentration, nouvelle façon d'expérimenter la vie

Troubles du sommeil, stress, douleurs musculaires, problèmes de concentration, conditionnement physique, détente, recherche d'une nouvelle façon d'expérimenter la vie: les voies menant à la découverte du yoga sont nombreuses! En ce début du troisième millénaire, cette discipline dont l'origine se perd dans la nuit des temps a décidément la cote et gagne de plus en plus d'adeptes à travers le monde.

◆ Piano

Plaisir partagé et confiance accrue dans l'exécution

Les cours de groupe s'adressent spécialement aux débutants et débutantes qui connaissent peu ou pas la musique et qui de ce fait savent à peine la lire et la jouer. Le groupe comprend un maximum de 5 élèves qui utilisent chacun un clavier électronique. À partir d'un volume obligatoire, ils font des apprentissages de base, tels que: compter les rythmes, lire la musique et jouer des pièces simples. Des cours semi-privés et privés permettent de progresser plus rapidement.

◆ Sports et jeux

S'amuser, bouger, se faire des amis et apprendre

Le basket ball, le soccer, le volley ball sont des sports extrêmement populaires auprès des jeunes et des adultes de la région. En encourageant leur pratique régulière, les moniteurs du Studio des jeunes inculquent aux jeunes participants et participantes des notions d'esprit d'équipe, de franc-jeu, de coopération et de coordination.

◆ Cours de langue

Le Français langue second

Le Français langue second : L'objectif du programme est de permettre aux participants de comprendre et de parler suffisamment la langue de Molière pour acquérir une certaine autonomie et bien fonctionner dans la vie quotidienne.



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Sessions 2007-2008

Automne

Hiver

Printemps

Nom : _____ Prénom : _____

Date de naissance : ____ / ____ / ____ (jj/mm/aa)

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

#Tél.: _____ Courriel : _____

Nom de la mère : _____ #Tél. jour: _____ #Tél./autre : _____

Nom du père : _____ # Tél. jour: _____ #Tél./autre : _____

Autre : _____ Lien avec l'enfant : _____ # Tél. : _____

Allergies ou autres: _____

Cours : _____ Heure : _____

Cours : _____ Heure : _____

Ou avez vous entendu parler de nos activités et programmes :

RENONCIATION : En tant que participant aux programmes du Centre communautaire Franc-Ouest, mes héritiers et moi-même renonçons à tous droits ou réclamations à faire valoir contre le Centre communautaire Franc-Ouest à la suite d'accidents, de blessures ou de dommage quelles que soient les circonstances.

Je reconnais d'avoir pris connaissance des informations attachées à la programmation de studio des jeunes à travers l'ensemble des sources d'informations et je comprends et j'accepte la nature de mes droits et obligations.

Date : _____

Signature du parent : _____

MERCI À NOS BAILLEURS

DE FONDS ET PARTENAIRES :



Conservez vos reçus Crédit d'impôt pour la condition physique des enfants

Le crédit d'impôt proposé pour la condition physique des enfants permettra aux parents de demander un montant maximal de **500 \$** par année pour les frais admissibles payés pour chaque enfant âgé de moins de 16 ans à un moment de l'année.

La législation déposée est devant la chambre des communes mais n'est pas encor devenue loi.

Site d'information du gouvernement du Canada :
www.cra-arc.gc.ca/whatsnew/fitness-f.html

