

CONCOURS • 2 LOGICIELS ANTIDOTE À GAGNER



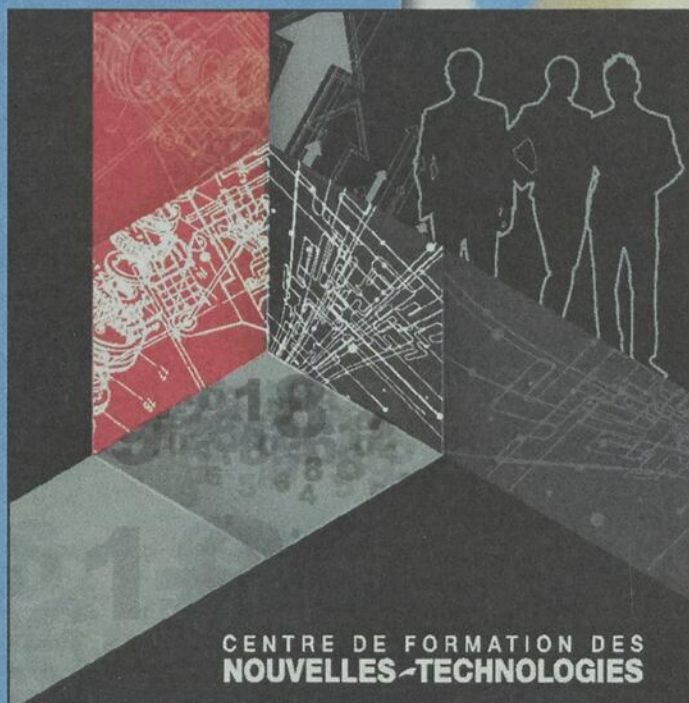
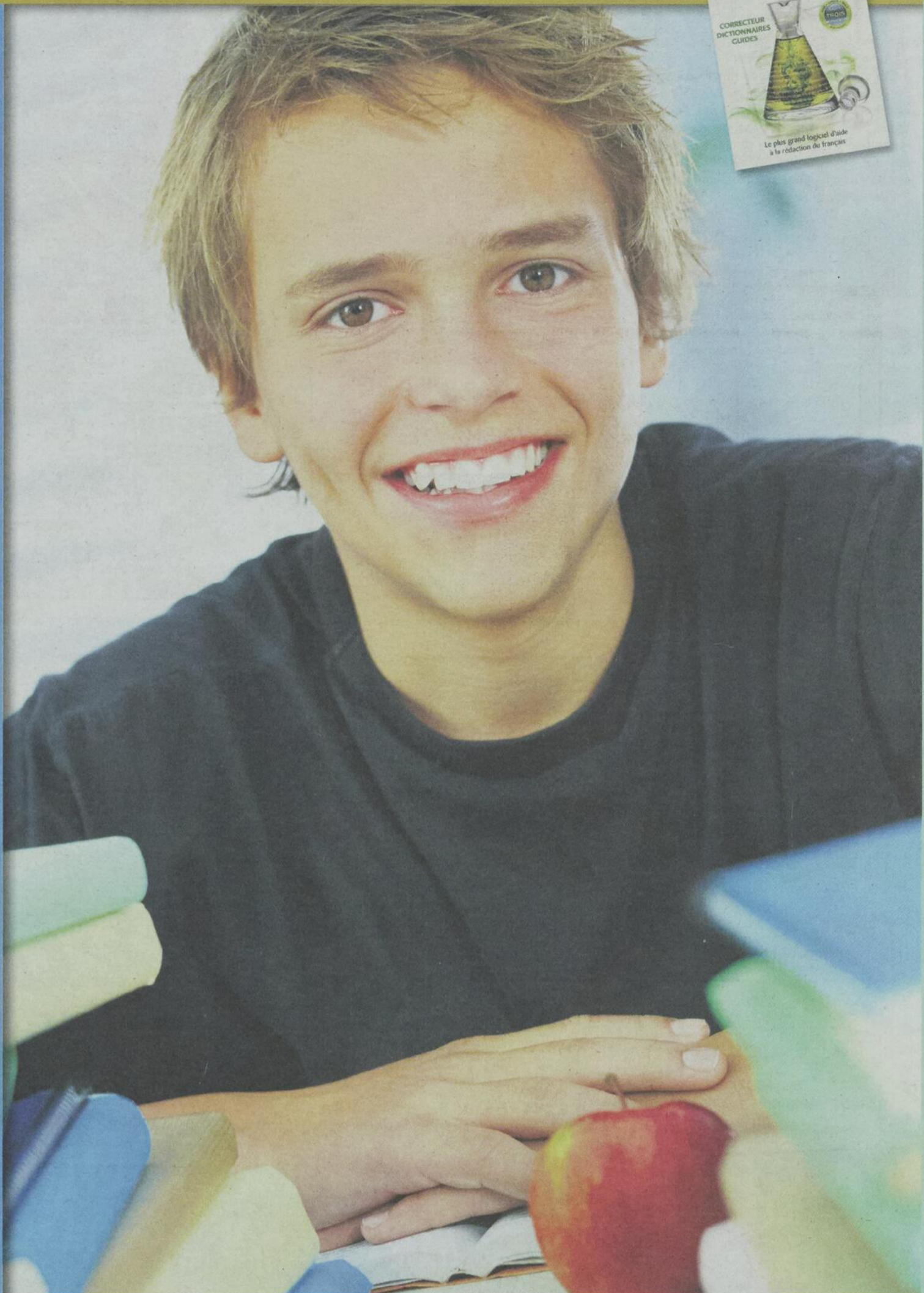
CAHIER SPÉCIAL

# LA RENTRÉE DE JANVIER



JANVIER 2014

À CONSERVER



CENTRE DE FORMATION DES NOUVELLES TECHNOLOGIES

## S'ENRICHIR, C'EST SIMPLE!

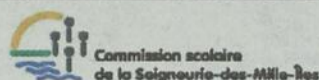
### COURS DE PERFECTIONNEMENT

- Dessin, architecture et génie (AutoCad, Revit, Sketchup, etc.)
- Comptabilité (simple comptable, Acoma, etc.)
- Web, design et multimédia (création de sites web, développement de boutiques en ligne, etc.)
- Informatique et bureautique (Word, Excel, Access, PowerPoint, etc.)

### AUTRES SERVICES DE PERFECTIONNEMENT

- Formation sur mesure
- Certification professionnelle Autodesk
- Santé et sécurité générale sur les chantiers de construction (ASP Construction)

450 433-5480 | WWW.CFNT.QC.CA | INFOCFNT@CSSMI.QC.CA



# Virevolte, pour entrer dans la danse

**A**u cours des 13 dernières années, la boutique Virevolte a su se tailler une place de choix dans l'industrie québécoise de la danse et devenir la référence des danseurs dans la région. Ce n'est pas étonnant, compte tenu de ses nombreux produits de qualité, qui ont de quoi faire rêver les danseurs, gymnastes et patineurs artistiques de tous les horizons.



**Véronick Talbot**

redaction@larevue.qc.ca

Propriétaire de la boutique Virevolte et elle-même passionnée de danse et de gymnastique, Sylvie Mainville sait répondre aux besoins de sa clientèle, qui n'a jamais cessée de croître avec les années. La popularité de son commerce est telle qu'elle a dû en doubler la superficie pour offrir davantage de marchandises et ainsi satisfaire pleinement ses clients.

«Nous possédons maintenant l'un des plus grands inventaires de la région métropolitaine. Pour les danseurs, nous avons un vaste choix d'accessoires et de vêtements de ballet classique, de jazz, de danse contemporaine, de hip-hop, de claquettes, de ballroom, de danse sociale et de baladi, de même que de nombreuses chaussures pour nous assurer d'offrir à nos clients le soulier adapté à leurs besoins. Pour les gymnastes, nous vendons des maillots, des gants, des poignets, des sacs et des vêtements. Nous tenons aussi des produits pour les patineurs artistiques et les "cheerleaders"», de spécifier Mme Mainville.

La boutique, qui s'apprête à devenir membre du Dancewear Association of Canada, est d'ailleurs le seul détaillant autorisé de la région à vendre les articles des marques Bloch, Motionwear,



Le vaste stock de la boutique Virevolte a de quoi faire rêver danseurs, gymnastes, «cheerleaders» et patineurs artistiques. (Photo : Véronick Talbot)

Leo, Danshuz, So Danca et Capezio.

## Passion et expertise

Comme si ce n'était pas assez, Virevolte a aussi une section d'idées-cadeaux pour les véritables passionnés : bijoux, peluches, décorations et jeux vous enchanteront.

«Je crois que le secret de notre succès est notre passion, notre expertise et l'attention que nous accordons à notre

clientèle. Notre priorité : l'ajustement parfait, le confort, le choix, des conseils de professionnels, et l'accessibilité à des produits spécialisés de qualité. Nous avons grandi avec notre région et avons créé, au fil du temps, de nombreuses associations avec les écoles de danse, les clubs de patinage et gymnastique du secteur. Nous connaissons leurs besoins et leurs exigences.»

Rappelons enfin qu'après avoir partici-

pé à trois éditions du Marché Casse-Noisette et y avoir remporté le Prix Coup de cœur du public, Virevolte poursuit son partenariat avec les Grands Ballets Canadiens de Montréal. Comme quoi on n'a pas fini d'entendre parler de cette boutique, qui est appelée à grandir encore et encore avec son milieu. Pour plus d'information, rendez-vous au 5500, rue Rodrigue, Terrebonne (secteur La Plaine) ou composez le 450 968-0596.

Boutique

Virevolte

JAZZ | BALLET | POINTE | HIP-HOP | TAP

## LA BOUTIQUE D'ACCESSOIRES

de danse, patinage artistique et gymnastique

Angelo Luzio

BLOCH

DAN LEON'S

MONDOR

MOTIONWEAR

danshūz

So Danca  
Just Dance

Capezio

Découvrez un environnement plein service

5500, rue Rodrigue, Terrebonne 450 968-0596

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## On blogue ensemble à l'école de l'Aubier

**E**n à peine deux mois, grâce à l'implication volontaire d'un enseignant et à la collaboration de ses collègues du 3<sup>e</sup> cycle du primaire, le nouveau blogue des élèves de l'école primaire de l'Aubier, dans le secteur La Plaine de Terrebonne, a dépassé les 4 000 clics!

redaction@larevue.qc.ca

**MARIE-CLAUDE AINEY**

C'est pour stimuler les jeunes et susciter leur sentiment d'appartenance autant à l'école qu'à la communauté que Yanick Aubin, un enseignant de 5<sup>e</sup> année, a mis sur pied «On blogue ensemble»: «Il s'agit d'un outil de communication, autant avec les parents qu'avec toute la communauté locale», explique-t-il.

Bien qu'il existe ailleurs déjà plusieurs blogues sur des classes, l'enseignant a plutôt dédié le projet à tous les groupes de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année du primaire.

### Communiquer ses passions

«Bloguer, c'est une nouvelle façon d'écrire et de lire», précise l'enseignant. Grâce à une belle coordination entre les enseignants, quelques élèves à la fois sont libérés pour élaborer leur idée.

Sous la supervision de parents bénévoles, les jeunes se penchent sur un sujet de leur choix. «Au début, on parlait généralement de vie scolaire. Mais déjà, ils créent de plus en plus de textes d'opinion», annonce l'enseignant. «Ils génèrent de très bonnes idées et apprennent à les articuler avec beaucoup d'intérêt.»

Les jeunes blogueurs demeurent sous l'anonymat de pseudonymes. «Pour préserver leur identité numérique, justifie M. Aubin. Ainsi, les commentateurs ne visent que le sujet abordé.»

### Élargir les horizons

Être publié sur le Web motive les élè-



Sur la photo, on reconnaît les enseignants impliqués dans le blogue : à l'arrière, Yanick Aubin, Mélanie Albert, Michèle Lanciault et Sandra Desgagné. À l'avant, Sarah Ouimet-Leboeuf et Caroline Aubertin.

## C'est le retour!

**L**a nouvelle année commence et le temps est aux résolutions. Parmi celles-ci, pourquoi ne pas viser la réussite scolaire et la persévérance en ce retour sur les bancs d'école après les vacances!

Dans ce cahier spécial «La rentrée de janvier», La Revue vous présente diverses initiatives réalisées dans des écoles de la région dans les derniers mois, le parcours d'une jeune femme persévérante qui a utilisé les services du Carrefour jeunesse-emploi des Moulins, les trucs de Robert Darche pour établir un conseil de famille, ceux d'ÉDUCATION-COUP-DE-FIL pour stimuler l'imaginaire de l'enfant, et plus encore!

Par ailleurs, nos annonceurs vous proposent des cours de toutes sortes (danse, musique, sport, etc.) pour petits et grands, alors qu'écoles et centres de formation annoncent leurs services et dates d'inscription.

Bonne lecture et bonne rentrée,  
Mélanie Savage  
Journaliste

## Ont collaboré

### Directeur général :

Gilles Bordonado

### Ventes :

Yves Chamberland, Jocelyne Fontaine, Francine Genest, Julie Gordian, Paul Laverdière, Jonathan Lessard, Annie Perron

### Rédaction :

Marie-Claude Ainey, Pénélope Clermont, Karine Limoges, Mélanie Savage, Véronick Talbot, Pierre Vigneault

### Montage :

Compomax

Ce cahier spécial «La rentrée de janvier» est édité par La Revue et publié à Terrebonne le mercredi 8 janvier 2014. Reproduction partielle ou complète interdite sans le consentement écrit de l'éditeur.

ves : «Leur production écrite devient significative, car elle est authentique et leur permet d'interagir avec l'entourage et la communauté. Leur texte demeure ainsi vivant plus longtemps», affirme M. Aubin.

De plus, l'équipe de professeurs a développé des outils comme le cartable ou le plan de travail pour aider les parents. En le consultant en ligne, on tombe aussi sur le blogue, ce qui porte plus facilement à sa lecture.

Si les élèves et les enseignants désirent être découverts, ils aimeraient aussi savoir ce qui se passe dans leur secteur. C'est ainsi que la conseillère municipale de La Plaine, Marie-Claude Lamarche, ira rencontrer les blogueurs afin de les informer sur leur district. Le

journaliste Georges Pothier de TVA est aussi venu les entretenir sur les ficelles de son métier.

«Accéder à ces gens qu'autrement on ne peut rencontrer, qui nous permettent de nous rapprocher des Plainois, sera sans conteste le prochain objectif.»

Taï Chi sensoriel  
Cours de méditation  
Méthode  
Marie Lise Labonté



- Mieux-être  
- Relaxation  
- Stress et anxiété

SÉANCE D'ESSAI GRATUIT  
Début : semaine du 13 janvier 2014  
Cours de jour et de soir.  
Atelier samedi 9 h à 12 h

Terrebonne & Mascouche  
514 806-7785  
www.johannelacasse.com

Cours et Ateliers d'Art Nathalie  
Développez votre créativité!

**DESSIN ET PEINTURE**  
Fusain, crayon, pastel, huile, acrylique, aquarelle, encre, collage, texture, techniques mixtes

**ADULTES ET JEUNES**  
Débutants - intermédiaires - avancés

450 430-0650 Ste-Thérèse  
nathalie.fdbeetz@videotron.ca  
www.nathalie-fd-beetz.com

Prématernelle 2 à 4 ans

Prématernelle  
**VISION**

TERREBONNE

Prématernelle privée trilingue

- ▶ Zone mini-gym adaptée aux besoins des jeunes enfants
- ▶ Séances d'éveil et de jeu
- ▶ Milieu de vie coloré, stimulant et sécuritaire
- ▶ Repas cuisinés sur place
- ▶ Frais admissibles aux crédits d'impôt



Nouveau! Groupes de 2 ans dès janvier

450.471.2819

terrebonne@visionschools.com  
visionschools.com



# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

JOSIANNE LABRIE SAUCIER

## Sur le marché du travail, après 10 ans sans emploi

**O**n se demande parfois si les programmes de soutien à l'emploi donnent bien les résultats escomptés, mais pour Josianne Labrie Saucier, la question ne se pose même pas. Il suffit de discuter quelques minutes avec elle pour se rendre compte que le Carrefour jeunesse-emploi (CJE) des Moulins a transformé sa vie.

Quand on lui demande de décrire l'impact que le CJE a eu sur son orientation de carrière, elle ne mâche pas ses mots. «J'ai reçu le coup de pied au derrière dont j'avais besoin pour me prendre en main», affirme cette mère monoparentale de deux enfants âgés de 8 et 10 ans.

La conseillère en emploi de Josianne, au CJE des Moulins, est Mélanie Lévesque et elle ne tarit pas d'éloges envers la jeune maman. «C'est une femme courageuse et déterminée qui ne recule devant aucun effort pour atteindre ses objectifs», déclare-t-elle. On en a eu la démonstration lors de l'entretien que Josianne a accordé à La Revue, au lendemain de la première tempête de neige de l'hiver. Prise dans un interminable bouchon de circulation pour revenir de Pointe-Claire à Terrebonne, en auto, elle avait dû appeler pour s'excuser de son retard. Elle avait vécu des problèmes semblables, en matinée, pour se rendre à son travail. On s'attendait à voir arriver une personne abattue, exaspérée par ces fâcheux contretemps, mais c'est plutôt une jeune femme enjouée et souriante qui a aimablement répondu à toutes les questions du journaliste.

### De multiples obstacles

Au cours des 10 années qui ont précédé son retour sur le marché du travail, la jeune maman a consacré ses énergies à élever ses deux enfants. Lorsqu'ils sont devenus plus autonomes, elle a décidé de se mettre à la recherche d'un emploi.

Le défi était grand, car elle manquait de confiance en elle; elle n'avait aucune idée du genre de poste qui pourrait lui convenir. Sa conseillère explique que le CJE l'a aidée à découvrir ses intérêts et ses aptitudes, à terminer son cours secondaire et à obtenir un diplôme d'études professionnelles (DEP) dans le secteur d'activité où elle voudrait évoluer.

Josianne passe sous silence les multiples efforts qu'elle a dû déployer et souligne plutôt son appréciation des ressources qui lui ont permis de franchir tous ces obstacles. «Les membres de l'équipe du CJE m'ont permis de prendre conscience de mes aptitudes et de mes intérêts, ils m'ont donné des conseils judicieux pour orienter mon choix de carrière», confie-t-elle. C'est aussi avec le support du personnel du CJE qu'elle a pu faire les études requises et obtenir rapidement son DEP. «J'ai découvert que je pouvais aider les personnes aux prises avec des incapacités physiques et mentales et c'est dans cette voie que je me suis dirigée», ajoute-t-elle.

«Nous l'avons également aidée à développer des approches efficaces pour dénicher le poste qui l'intéressait et cela a bien fonctionné», enchaîne Mme Lévesque. Josianne travaille maintenant



La conseillère Mélanie Lévesque est fière d'avoir pu aider Josianne Labrie Saucier à se trouver un emploi qui répond à ses aspirations.

comme assistante en soins à domicile au CSSS de l'Ouest-de-l'Île et elle adore son emploi. «J'aime rendre service aux personnes qui ont besoin d'aide. Je les reconforte, je les soutiens dans leurs activités et ils l'apprécient. En contrepartie, ils m'apportent beaucoup, par leurs connaissances, leur expérience de la vie», conclut la jeune femme.

L'expérience vécue par Josianne démontre bien qu'il existe des ressources efficaces pour aider les jeunes à se trouver un emploi à la mesure de leurs aspirations et de leurs capacités. Il faut aller frapper aux bonnes portes et savoir profiter du soutien que des gens compétents sont prêts à offrir.

Texte: Pierre Vigneault

## ÉCOLE DE MUSIQUE

Cours de : guitare, piano, batterie, basse, initiation, violon, chant et plus encore !

12 cours  
à partir de 240\$

Camp de jour musical  
été 2014 130\$/semaine

**ALLEGRIA**

École de musique

Suivez-nous sur Facebook!

[www.facebook.com/ecoledemusiqueallegria](http://www.facebook.com/ecoledemusiqueallegria)

9, rue Chayer (coin Gascon) Mascouche J7L 2T7 | 450-918-1990 | Nouvelle administration !

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## La planche à neige, ça marche

**G**arder l'intérêt des élèves demande un certain doigté. Mais maintenir la motivation de ceux qui vivent de grandes difficultés dans le système scolaire tient parfois du miracle. Pourtant, un enseignant du Centre l'Envolée, à Terrebonne, a trouvé comment stimuler ces jeunes; après «l'épreuve de la planche», rien ne leur fait plus peur. Et ça marche.

l redaction@larevue.qc.ca

**MARIE-CLAUDE AINEY**

Lorsqu'un jeune se fait expulser de son école pour troubles de comportement ou d'apprentissage, il aboutit souvent à l'Envolée, une école régionale qui doit tenter le nécessaire pour garder l'adolescent dans le milieu scolaire. Mais comment encourager ceux qui arrivent parfois déjà découragés? «Surtout en leur signifiant que nous allons traverser des étapes ensemble», explique Pierre-Yves Ainey, professeur d'anglais au centre.

### Servir d'inspiration

Afin que chacun puisse essayer quelque chose susceptible de le passionner, l'enseignant a mis sur pied, en 2005, le projet consistant à sortir chaque classe au moins deux fois l'an. Aussi, il souhaitait partager cette passion de la planche à neige qui l'anime lui-même: «Les sports m'ont valu de rester bien souvent à l'écart des problèmes lorsque j'étais plus jeune, avoue-t-il, et lorsque je croise un ancien élève pour qui ce projet a fait une différence, je reçois le plus beau des cadeaux.»

Ainsi, lors des sorties sur les monts enneigés, quelques élèves s'étant démarqués positivement se voient invités. Au total, ce sont une trentaine de jeunes qui partent ensemble conquérir leurs propres victoires et découvrir qu'il vaut parfois la peine de surmonter peurs et défis, afin de trouver la fierté personnelle de l'accomplissement. Élèves, enseignants et éducateurs créent ainsi un lien significatif, en s'accrochant à leurs vertiges.

### Préparatifs importants

L'enseignant dévoué a trouvé de l'équipement, mais aussi déniché un



De gauche à droite, Thommy Vendetti, Adam Lejour, Kevin Ireland et Samuel Archambault-Janelle. (Photo : courtoisie)

peu partout des habits de neige et leurs accessoires afin de s'assurer que personne ne souffre du froid. «Des gens nous offrent leurs vêtements, le mont La Réserve nous a remis son lot d'objets perdus, explique Pierre-Yves. Même que tout notre stock a pu être renouvelé grâce à la générosité du magasin Atlas de Mascouche!»

Mais au-delà du matériel, un tel défi demeure souvent abstrait. C'est pourquoi, dès l'automne, P.-Y. – prononcé à l'anglaise – emmène un groupe de jeunes au mont La Réserve de Saint-Donat. Ils découvrent la montagne à nu; puis, ils tentent de la gravir. «Un pas à la fois, nous y arriverons», les rassure Pierre-Yves. Il les encourage à respecter leurs limites, mais aussi à les dépasser: «Allez, juste un peu de plus!» Et ça marche.

L'hiver venu, grâce à Carole Forget, directrice des ventes du mont qui croit vraiment en un tel projet, propose à l'école un tarif réduit pour une leçon d'initiation à ceux qui n'ont jamais tenté l'expérience.

### Des effets concrets

Comment quelques sorties contribuent-elles concrètement à garder les



De dynamiques participants au projet. De gauche à droite, Gabriel Hevey, Bradley Julien-Trudeau, Pierre-Yves Ainey, Alexandre Gagné-Miron, Samuel Duchesne-Paré, Alexandre Houde, Michael Lavigne-Racicot. Sur le banc derrière : Adam Lejour, Kevin Perron et Francis Marotte-Béchar. (Photo : courtoisie)

adolescents sur les bancs d'école? «Une fois qu'ils ont gravi la montagne, le travail scolaire leur fait moins peur, rapporte Pierre-Yves. Ils comprennent que pour vivre des succès, il faut du temps et surtout, il faut tomber plusieurs fois. Ils ne comptent pas leurs chutes, seulement les fois où ils se sont

relevés.» Et ça marche. Grâce au prof d'anglais, les jeunes reprennent goût aux apprentissages; ils réalisent leur capacité à relever de grands défis, à envisager l'avenir. «Ce n'est pas grâce à moi, mais bien grâce à eux-mêmes s'ils réussissent», conclut-il.

## PORTES OUVERTES

COURS D'ESSAI GRATUITS\* du 13 au 17 JANVIER



\*Contactez-nous pour réserver votre place.

### SESSION D'HIVER

- Yoga • Tai Chi
- Gi gong • Pilates
- Méditation

Consultez notre site web pour l'horaire des cours



mondeavie.ca

1075 montée Masson, Mascouche  
**450-474-5078**

SESSION HIVER 2014

Un monde de possibilités

**Cégep Marie-Victorin**  
Savoir inventer demain  
Formation continue et Services aux entreprises

## COURS À LA CARTE

HORS PROGRAMME | CRÉDITÉS | SOIRS ET FINS DE SEMAINE

### PAVILLON BÉLANGER

767, rue Bélanger, Mtl • Métro Jean-Talon

#### BUREAUTIQUE

• Environnement bureautique.....45 h

#### COMPTABILITÉ

• Comptabilité I \*.....60 h

• Comptabilité II \*.....60 h

• Comptabilité Informatisée \*.....60 h (SIMPLE COMPTABLE et ACOMBA)

• Analyse de marché et plan de marketing...60 h

• L'entrepreneur et son projet.....90 h

#### LANGUES

• Français correctif des affaires.....45 h

• Communication orale en anglais.....75 h

### PAVILLON CENTRAL

7000, rue Marie-Victorin, Montréal

#### COMPTABILITÉ ET GESTION

• Vision globale du marketing.....60 h

#### ÉDUCATION À L'ENFANCE

• Introduction à la profession .....45 h

• Santé et alimentation en milieu de garde ..45 h

• Prévention et intervention en situations de risques .....45 h

• Psychologie de l'enfant de 0 à 6 ans.....60 h

\* Achat de matériel à prévoir.

#### INSCRIPTION

En ligne: collegemv.omnivox.ca

En personne: Pavillon Central (local C-108)

les 9 et 15 janvier 2014 (de 13h à 20h)

et le 11 janvier 2014 (de 10h à 14h).

www.collegemv.qc.ca/fc  
Types de formation Cours à la carte

INFORMATION : 514 325-0150, poste 2389 • info-cours-adultes@collegemv.qc.ca

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## Stimuler le monde imaginaire de l'enfant

**U**ne nouvelle année débute, avec son lot de bonnes intentions et de résolutions! À cette occasion, nous en profitons pour exprimer quelques réflexions sur l'enfance de nos enfants...

Ce n'est pas un secret : nous vivons dans une société de performance qui exige d'en faire toujours plus pour stimuler les enfants, avec une multitude de « modes d'emploi », de la purée santé jusqu'à la culbute sur le nez! Tout le monde de l'enfance est imprégné de la notion « éducative ». Le besoin de performance s'infiltré jusque dans les accessoires matériels liés à la croissance de l'enfant... Plus de place pour l'imprévu, l'intuition, la souplesse et l'adaptation! Pourquoi ne pas se proposer, en cette nouvelle année qui commence, que le plaisir et la créativité reprennent leur place?

### Leur laisser du temps libre

À la garderie, à l'école, et même à la maison durant les fins de semaine et l'été, le temps est planifié au quart de tour : l'horaire des activités, de préférence « éducatives », est tracé à l'avance pour éviter que les enfants ne « perdent » leur temps. Et pourtant, ces moments, apparemment vides, peuvent être très féconds.

Parents, n'ayons pas peur de ces moments où ils ne savent pas quoi faire! L'omniprésence d'un adulte pour les occuper ou les diriger empêche l'émergence d'un monde rempli de créativité. Certains diront que les enfants ne savent pas jouer seuls, car ils sont habitués d'avoir des activités structurées et

planifiées. Les enfants ont besoin de temps libre pour apprendre à développer leur imagination, leurs talents, leurs intérêts : jeux de construction, livres, jeux de rôle avec des objets, casse-tête, déguisements. Ces moments deviennent une occasion d'exprimer leur monde imaginaire, leurs besoins et leurs émotions. Ces mondes imaginaires remplis de héros, de princesses permettent aux enfants d'extérioriser certaines émotions sans l'aide de l'adulte et dans la ligne d'un développement sain. D'où l'importance de leur réserver du temps pour développer des jeux libres où l'apprentissage n'est pas qu'intellectuel.

### Vers de nouvelles possibilités

Aucun parent n'aime voir son enfant tourner en rond et il sera normal de ressentir un malaise. Cet inconfort doit être toléré, car il ouvre la porte à de nouvelles possibilités jusque-là inexploitées. Une expérience a été faite dans une école où les enfants n'avaient pas accès à leur écran durant une semaine. Au début de l'expérience, les enfants s'ennuyaient, mais peu à peu, ils ont redécouvert des jeux qu'ils avaient oubliés. Les enfants ont témoigné avoir beaucoup aimé cette expérience et même, quelques-uns ont suggéré la poursuite de cette formule! À l'opposé de ce que suggère la société de performance, c'est l'enfant lui-même qui doit, sans l'aide de l'adulte, puiser dans son imagination pour meubler son temps. Un temps d'adaptation sera nécessaire pour parents et enfants, mais tous en sortent gagnants.



Les enfants ont besoin de temps libre pour apprendre à développer leur imagination, leurs talents, leurs intérêts.

Se donner cette résolution pour l'année 2014 permettra aux petits et aux grands de respirer et de renouer avec l'univers de l'enfance.

Ça ne règle pas le problème? Vous avez besoin d'en parler? Appelez-nous : 514 525-2573 ou 1 866 329-4223. ÉDUCATION-COUP-DE-FIL est un service gratuit de consultations professionnelles par téléphone, subventionné par Centraide. Site Web : [www.education-coup-de-fil.com](http://www.education-coup-de-fil.com).



**CFP**  
DES MOULINS

## Vous aimez travailler le bois ? COURS D'ÉBÉNISTERIE

Vous apprendrez à manipuler et utiliser efficacement divers outils tout en fabriquant des projets attrayants

# Nouveau!



Cours à temps partiel de soir  
pour débutant

Date de début : 11 février 2014

Date de fin : 5 juin 2014

Horaire : de 17 h à 22 h 30 (mardi, mercredi, jeudi)

Rencontre d'information mercredi 22 janvier à 19 h

Veillez confirmer votre présence au 450 492-3551, poste 2528

2525, boul. des Entreprises Terrebonne  
(sortie 35 de l'autoroute 640)



YouTube f

[www.cfpmoulins.qc.ca](http://www.cfpmoulins.qc.ca)



# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## Déjeuner-pyjama festif pour les jeunes de Pinewood



Une centaine d'élèves de 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> année de l'école Pinewood à Mascouche, accompagnés de quelques parents, ont célébré la fin des classes, le vendredi 20 décembre, autour d'un grand buffet déjeuner. Pour l'occasion, Stefan Jacob, propriétaire de Das Foodtruck et père d'un jeune fréquentant l'établissement scolaire, a préparé de délicieuses pommes de terre frites et saucisses déjeuner. Le chef, spécialisé dans la cuisine bavaroise réinventée, a proposé ses services pour commencer sur une note festive les vacances de Noël. Cette journée-là, tout le monde se trouvait vêtu bien confortablement en pyjama. Il s'agissait d'une première initiative de ce genre, grâce à la complicité de madame Antoinette, enseignante en 4<sup>e</sup> année, mais certainement pas la dernière. Plusieurs parents ont également contribué en apportant des œufs mimosas, des céréales, des fromages, des muffins, des fruits et des jus, entre autres. De plus, Saint-Viateur Bagels a fourni gratuitement ses bagels aux enfants. (Texte et photo : Karine Limoges)

### CENTRE DE FORMATION DES NOUVELLES TECHNOLOGIES

75, rue Duquet, Ste-Thérèse (Québec) J7E 5E6 • T.: 450.433.5480

#### Programmes offerts en alternance travail-études

##### Diplôme d'études professionnelles

- Comptabilité
- Décoration intérieure et présentation visuelle
- Dessin de bâtiment
- Secrétariat
- Soutien informatique
- Vente-conseil

##### Attestation de spécialisation professionnelle (ASP)

- Lancement d'une entreprise (jour et soir)
- Représentation

Admission en ligne : [www.srafp.com](http://www.srafp.com)

Commission scolaire de la Seigneurie-des-Mille-Îles

Autodesk Authorized Training Center Centre de formation agréé

[www.cfnt.qc.ca](http://www.cfnt.qc.ca)

# PORTES OUVERTES AU COLLÉGIAL

## Jeudi 23 janvier 17 h à 20 h



#### Diplômes d'études collégiales (DEC)

- Électrophysiologie médicale
- Réadaptation physique
- Inhalothérapie et anesthésie
- Techniques juridiques
- Soins préhospitaliers d'urgence
- Techniques policières
- Éducation spécialisée
- Arts, lettres et communications, Médias sociaux

[www.ellis.qc.ca](http://www.ellis.qc.ca)  
[information@ellis.qc.ca](mailto:information@ellis.qc.ca)

#### Portes ouvertes au Collège Ellis

Jeudi 23 janvier 17 h à 20 h

Campus de Trois-Rivières

90, rue Dorval, Trois-Rivières (Québec) G8T 5X7

1 877 691-9800 poste 321 ou 819 691-2900 poste 321



### Collège Ellis

ENGAGEMENT - DÉPASSEMENT - SERVICE

Drummondville - Trois-Rivières - Longueuil - Montréal

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## Soirée, voire nuit d'écriture au Cégep

C'est le 11 novembre qu'avait lieu la 5<sup>e</sup> édition du Mini-marathon d'écriture du Cégep régional de Lanaudière à Terrebonne. Dans le plaisir et la bonne humeur, 19 étudiants ont participé à l'activité qui s'est déroulée jusqu'au milieu de la nuit.

redaction@larevue.qc.ca

**PÉNÉLOPE CLERMONT**

L'invité d'honneur de cette soirée où l'écriture et la littérature tenaient des places de choix était Samuel Archibald, à qui on doit «Arvida» et «Quinze pour cent», publiés aux éditions Le Quartanier. Ouvrant l'événement avec une conférence, l'auteur et professeur a articulé son exposé autour de sept trucs d'écriture qu'il utilise lui-même dans son travail. Afin de bien illustrer son propos, il y est allé d'exemples tirés de sa propre

expérience et a lu des extraits de ses œuvres.

Plus tard dans la soirée, des enseignants du cégep ont offert des ateliers aux étudiants afin de leur faire découvrir différentes formes d'écriture. Geneviève Côté, tutrice au centre d'aide en français écrit, a mis les étudiants au défi d'écrire un texte sous l'effet d'une contrainte qu'ils ont trouvée eux-mêmes. Steve Bourdeau, enseignant d'anglais, leur a proposé de rédiger un texte où ils devaient parler d'eux dans un style punk. Christian Larouche, enseignant de littérature, a exploité le thème de la métamorphose dans la mythologie grecque. Puis, Vincent Royer, également enseignant de littérature, a demandé aux étudiants de s'inspirer de différentes composantes du personnage de James Bond pour écrire leur propre histoire d'agent secret.

Alors que tous les participants au Mini-



Vincent Royer, enseignant du Cégep de Terrebonne, en compagnie des gagnants de la soirée : Alexis Russo, Christophe Scott, Marie-Pier Côté et Francis Leblanc. (Photo : courtoisie)

marathon d'écriture ont reçu un exemplaire du recueil de nouvelles «Arvida» de Samuel Archibald, les gagnants ont quant à eux remporté une sélection de livres choisis parmi les lauréats du Prix littéraire des collégiens des 10 dernières années.

Ainsi, Francis Leblanc a gagné le concours littéraire, alors qu'Alexis Russo et Marie-Pier Côté sont respectivement sortis vainqueurs des ateliers 1 et 2. Pour ce qui est des ateliers 3 et 4, c'est Christophe Scott qui a remporté la mise

**Accédez à l'industrie de la construction!**

Obtenez la carte  
«Santé et sécurité générale sur les chantiers de construction» émise par l'ASP Construction.

**COURS DE SOIR ET DE JOUR à partir du 20 janvier 2014**

Soyez prêts!

Pour vous inscrire vous devez:  
- Vous présenter à la réception du Centre pendant les heures d'ouverture  
- Payer par Interac, Visa, MasterCard ou argent comptant (montant exact)

\*Une session débute habituellement à chaque mois

**CENTRE DE FORMATION DES NOUVELLES-TECHNOLOGIES**

75, rue Duquet, Sainte-Thérèse • 450-433-5480, poste 5861  
www.cfnt.qc.ca • infocfnt@cssmi.qc.ca

**Demande de Dérégulation Scolaire**  
école privée - école publique  
requise avant le 8 mars 2014

Une évaluation psychoéducative pour l'année scolaire 2014-2015

Nous élaborons avec les parents, un dossier complet et écrit des forces et limites de votre enfant, sur les plans :

- Intellectuel
- Social
- Verbal
- Adaptatif
- Affectif
- Motricité

Pour prendre rendez-vous  
**H. Claude Pariseau**  
Psychoéducateur  
**450 471-2927**  
(jour, soir, fin de semaine)

Bureaux :  
Terrebonne, Laval  
Professional services in english

**la Revue**  
DE COEUR ET D'ACTION

Une nouvelle, une opinion à nous transmettre  
redaction@larevue.qc.ca

**CÉGEP RÉGIONAL de LANAUDIÈRE**

Direction de la formation continue

**HIVER 2014**

www.cegep-lanaudiere.qc.ca/formationcontinue

### DES FORMATIONS GAGNANTES

#### INSCRIPTIONS DÈS MAINTENANT

- En ligne, sur [www.cegep-lanaudiere.qc.ca/formationcontinue](http://www.cegep-lanaudiere.qc.ca/formationcontinue)
- Dans nos trois centres, entre 9 h et 12 h ou entre 13 h et 16 h

#### COURS À TEMPS PARTIEL à 1\$/heure offerts avec la collaboration d'Emploi-Québec

Avec la participation financière d'Emploi-Québec



ADMISSIBILITÉ : Être en emploi. (Les employés permanents des organismes publics et parapublics ne sont pas admissibles.) Un maximum de 2 employés par entreprise.

777, rue Notre-Dame REPENTIGNY | 450 470-0977 poste 7108  
2700, boul. des Entreprises (Pavillon D) TERREBONNE | 450 470-0977 poste 5203  
20, rue Saint-Charles Sud JOLIETTE | 450 759-6528 poste 1206

« Le Québec est responsable des mesures actives d'emploi et de certaines fonctions du service national de placement financées par le Compte d'assurance-emploi du Canada ».

#### POUR PERSONNES EN EMPLOI | OFFERTS À JOLIETTE

COURS	# DU COURS	NOMBRE D'HEURES	DATE	COÛT
CONVERSATION EN ANGLAIS (débutant et intermédiaire)	NCR-410-44	30 heures	Mardi du 04/02 au 25/03 et les jeudis 20/02 et 06/03 de 19 h à 22 h	30 \$

#### POUR PERSONNES EN EMPLOI | OFFERTS À REPENTIGNY

COURS	# DU COURS	NOMBRE D'HEURES	DATE	COÛT
FRANÇAIS ÉCRIT ET CORRECTIF : TRUCS ET ASTUCES	NCR-601-01	30 heures	Jeudi du 06/02 au 27/03 et les mardis 11/02 et 18/02 de 19 h à 22 h	30 \$
CONVERSATION EN ANGLAIS (intermédiaire et avancé) Préalable : avoir une certaine aisance à s'exprimer en anglais	NCR-410-48	30 heures	Mardi du 04/02 au 25/03 et les jeudis 20/02 et 06/03 de 19 h à 22 h	30 \$
SOLIDWORKS 3D : III Avancé Préalable : connaissance de base du logiciel	NCR-570-19	30 heures	Mardi du 25/02 au 25/03 et les lundis 17/02, 24/02, 10/03, 24/03 et 31/03 de 19 h à 22 h	30 \$
AUTOCAD 2D : II Intermédiaire Préalable : connaissance de base du logiciel	NCR-570-16	30 heures	Mercredi du 05/02 au 26/03 et les lundis 03/03 et 17/03 de 19 h à 22 h	30 \$

ÉCOLE PRIVÉE PRÉ-SCOLAIRE ET PRIMAIRE

PROGRAMME PASSEPORT MONDIAL®

# CENTRE ACADÉMIQUE DE LANAUDIÈRE

Sanctionné par le MELS

## JOURNÉE "PORTES OUVERTES"

Dimanche 22 janvier 2014 de 9h à 15h

Français et maths  
enrichis

Sixième année  
Classes non mixtes



- Volets
- Artistiques
- Culturels
- Sportif



• Tableaux interactifs

ANGLAIS  
dès la maternelle  
programme intensif 5 jours/semaine  
(sur une base volontaire)

ESPAGNOL  
dès la 3<sup>e</sup> année



Une éducation supérieure  
pour un avenir prometteur...

ANGLAIS INTENSIF  
6<sup>e</sup> année

PRÉMATERNELLE 4 ANS  
garderie à contribution  
réduite 7\$ par jour



Visitez notre site internet [LECADL.COM](http://LECADL.COM)

930, boul. L'Assomption, Repentigny 450 654-5026 [drn.lecadl.com](http://drn.lecadl.com)

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## Établir un conseil de famille

**C**hers parents, vous avez l'impression de toujours répéter les mêmes consignes? Les règles établies ne sont pas respectées? Il vous arrive de réagir ou de punir sur le coup de l'impulsion? Vos enfants ne collaborent pas aux tâches familiales? Vous semblez manquer de temps pour discuter en famille? Votre conjoint et vous n'arrivez pas à faire consensus face à l'application des règles?

| Collaborateur spécial

**ROBERT DARCHE**

Si vous avez répondu «oui» à l'une ou plusieurs de ces questions, la nouvelle année qui s'amorce est peut-être le moment choisi pour mettre en place un conseil de famille afin de favoriser la communication et l'harmonie familiale.

### Comment procéder?

Tout d'abord, fixer un temps précis, par exemple, le dernier samedi matin de chaque mois. Autour de la table, pendant le petit-déjeuner, tous les membres de la famille doivent obligatoirement être présents.

Pour cet exercice, il est très important d'éviter toutes sources de distraction (télé, téléphone, etc.) qui pourraient perturber le déroulement de la rencontre. On y consacrera de 30 à 45 minutes environ, selon les points à l'ordre du jour.

### Avantages

Le conseil de famille permet tout d'abord aux parents de faire connaître aux enfants les règles à suivre ainsi que les

conséquences positives ou négatives qui en découlent, et de s'assurer que ces derniers les comprennent bien.

C'est le moment idéal pour les parents de manifester leur satisfaction, de féliciter une réussite ou de renforcer un bon comportement. On en profitera également pour clarifier certaines situations et fixer de nouveaux objectifs (travaux scolaires, bulletin, collaboration aux tâches, etc.).

L'occasion est aussi propice pour inclure les enfants dans le processus de décisions familiales (sorties, loisirs, vacances, budget, etc.). Vous devrez, cependant, faire preuve de souplesse, tout en respectant vos valeurs profondes.

Bref, le conseil de famille se veut un temps d'arrêt pour transmettre des valeurs aux enfants et leur permettre d'apprendre à exprimer leurs besoins, d'accepter la critique et de développer le sens de l'écoute.

### Démocratie

Le conseil de famille ne doit pas devenir un exercice blâmant ou dénigrant pour les membres de la famille, et cette activité doit se dérouler dans l'ordre, le respect et la démocratie. Chacun doit prendre son droit de parole pour donner son point de vue, son approbation, ou pour proposer des solutions tout en étant regardé et écouté des autres membres.

Les décisions prises lors de cette rencontre doivent être consignées par écrit et acceptées de tous, et chacun doit s'engager à respecter les règlements et les conséquences qui en découlent.



Un conseil de famille permet d'entrer en relation plutôt qu'en réaction avec vos enfants.

### Code de vie familial

En écrivant clairement vos attentes, en les impliquant, vous vous dotez d'un code de vie familial basé sur le respect et la communication. Un code écrit qui vous permettra d'économiser vos énergies au quotidien et qui vous évitera de répéter et répéter...! Vous pourrez y référer lors du non-respect d'une règle préalablement établie.

### Ordre du jour

On peut placer sur le frigo, ou dans un endroit accessible pour tous, une feuille qui servira d'ordre du jour sur laquelle chaque membre de la famille pourra inscrire le ou les sujets dont il voudra discuter le mois prochain. Exemples : temps alloué pour la télé ou l'ordi, collaboration aux tâches domestiques, organisation

Suite à la page suivante

## COURS DE THÉÂTRE ET D'IMPROVISATION

Repentigny – Mascouche – L'Assomption – Joliette



les ateliers artistiques  
CÔTE À CÔTE

Confiance, estime, écoute, expression orale, imagination, créativité, rapidité d'esprit...

Cours réguliers, troupe de théâtre, stages spécialisés, ligue d'improvisation et plus encore !

« Une école de théâtre... pour apprendre à jouer ! »



LES ENFANTS  
SE COSTUMENT  
À TOUS LES COURS !

NOUS SOMMES EN PÉRIODE D'INSCRIPTION  
Économisez 15 \$ si vous vous inscrivez en ligne  
[www.atelierscoteacote.com](http://www.atelierscoteacote.com)

Information supplémentaire : 450 477-3075

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

Suite de la page précédente

d'une fête, sorties, cadeaux, devoirs, leçons, conflits quelconques, etc.

Le temps consacré au conseil ne devant pas être trop long, le nombre de points à l'ordre du jour devrait être limité, quitte à reporter certains points à un mois ultérieur. Dans le cas d'un désaccord sur un point quelconque, il serait bon de prendre une pause et tenir un conseil spécial à un autre moment afin de le régler, histoire que chacun prenne le temps d'y réfléchir et qu'une discussion positive reprenne.

Prendre la résolution de tenir mensuellement un conseil de famille vous facilitera la tâche et vous permettra

d'être plus constants dans l'application des règles. Ces rencontres mensuelles vous permettront également d'entrer en relation plutôt qu'en réaction avec vos enfants, évitant ainsi l'affrontement et l'éloignement de leur part.

bon conseil à vous et que la sérénité soit au rendez-vous en 2014!

\*\*\*

Robert Darche, enseignant, offre ses services comme animateur et conférencier auprès des parents sur différents thèmes touchant la réussite scolaire. Pour plus de renseignements, téléphonez au 450 966-1651.

## Des cahiers à l'intention des parents

Jean Bourque, orthopédagogue, et Robert Darche, enseignant, ont publié quatre cahiers afin d'aider les parents à mieux épauler leurs enfants dans leur cheminement scolaire.

- Les devoirs et les leçons : mission possible !
- L'attention-concentration, outil indispensable à la réussite scolaire.
- L'enfant et le petit écran.
- Comment favoriser la réussite scolaire de mon ado !



### Sept pièges à éviter comme parents !

Par Robert Darche

Réflexion et stratégies d'encadrement concernant sept pièges qui se dressent sur le parcours des parents et qui nuisent inévitablement au développement de l'enfant. (30 pages)

Vous pouvez commander ces cahiers au coût de 5 \$ chacun, plus les frais de poste, en communiquant avec Services Éducatifs R.D. Tél.: 450 966-1651.

## COURS PRIVÉ 7/7 JOURS

Guitare - Batterie - Piano - Basse  
Clavier - Percussion

Bloc de 8 heures  
1 h par semaine  
au choix de l'élève

265\$

## LA RÉFÉRENCE Musicale



Instruments  
et cours de musique  
Déjà 9 ans à votre service

Suivez-nous sur

1829, Chemin Gascon  
Lachenaie, (Qc) J6X 4E3

Tél.: 450-492-2424

## Vêtements spécialisés en danse TOUTES LES PLUS GRANDES MARQUES



# 10% de rabais

pour élèves et professeurs  
des écoles de danse et de  
gymnastique de la région !

BOUTIQUE



- Ballet
- Hip hop
- Contemporain
- Break Dance
- Jazz
- Vêtements de gymnastique et d'entraînement
- Souliers de danse sociale et à claquette

ENFANTS DÈS L'ÂGE DE 2 ANS  
FILLE - GARÇON - FEMME - HOMME

LUNDI - MARDI 10H À 19H SAMEDI 9H À 16H  
MERCREDI AU VENDREDI 10H À 21H DIMANCHE 10H À 16H

1160, boul. des Seigneurs, Terrebonne

450 492-1494



H I V E R 2 0 1 4

DES FORMATIONS  
**GAGNANTES**



CÉGEP RÉGIONAL  
*de* LANAUDIÈRE

Direction de la formation continue

Nouvelle  
carrière!

**PROGRAMMES TEMPS PLEIN DE JOUR**

**AEC TECHNIQUES  
D'ÉDUCATION À L'ENFANCE**

Dates : du 31 mars 2014  
au 1<sup>er</sup> mai 2015

Lieu : Joliette, poste 1206

Rencontre d'information et de sélection :  
20 janvier 2014, 9 h à Joliette

**AEC PERFECTIONNEMENT EN  
FRANÇAIS POUR ALLOPHONES**

Dates : du 27 janvier  
au 11 juillet 2014

Lieu : Joliette, poste 1206

Rencontre d'information et de sélection :  
15 janvier 2014, 9 h à Joliette

**AEC SALUBRITÉ ET PRATIQUES  
EN INDUSTRIE ALIMENTAIRE**

Dates : du 17 février  
au 11 juillet 2014

Lieu : Joliette, poste 1206

Rencontre d'information et de sélection :  
21 janvier 2014, 9 h 30 à Joliette

**AUTRES PROGRAMMES  
OFFERTS**

- AEC Gestion financière informatisée
- AEC Assurance de dommages
- AEC Bureautique et conception graphique

Pour information : poste 7101

L'INSCRIPTION AUX RENCONTRES D'INFORMATION EST OBLIGATOIRE. Conditions d'admission particulières à chacun des programmes sur le site Web.

**RECONNAISSANCE  
DES ACQUIS ET DES  
COMPÉTENCES**

• DEC ET AEC BUREAUTIQUE – COORDINATION  
TRAVAIL DE BUREAU

Rencontre d'information : 21 janvier 2014 ou 8 avril 2014, 19 h à Repentigny

• DEC ET AEC TECHNIQUES D'ÉDUCATION À L'ENFANCE

Rencontre d'information : 4 février 2014, 19 h à Repentigny

• DEC ET AEC TECHNOLOGIE DE L'ÉLECTRONIQUE  
INDUSTRIELLE

Rencontre d'information : 11 février 2014, 19 h à Terrebonne

• DEC TECHNIQUES D'ÉDUCATION SPÉCIALISÉE

Rencontre d'information : 18 février 2014, 19 h à Repentigny

• DEC ET AEC TECHNIQUES DE COMPTABILITÉ ET DE GESTION

Rencontre d'information : 26 février 2014, 19 h à Repentigny

Rencontre d'information obligatoire, veuillez vous inscrire en ligne.  
<http://formation-continue.cegep-lanaudiere.qc.ca/inforac/>

**PROGRAMME DE SOIR ET  
DE FIN DE SEMAINE**

**AEC COURTAGE IMMOBILIER RÉSIDENTIEL (soir et fin de semaine)**

Dates : du 24 février 2014 au 19 décembre 2014 Lieu : Repentigny, poste 7108

Rencontre d'information et de sélection : 18 janvier 2014, 9 h à Repentigny

**FORMATION EN LIGNE**  
Inscriptions en tout temps!

- ADMINISTRATION ET COMMERCE
- BUREAUTIQUE
- CDAO (LABVIEW)
- ÉLECTRONIQUE ET AUTOMATISATION
- TÉLÉCOMMUNICATIONS

Pour information : 450 470-0977, poste 7100  
ou support-fi@collanaud.qc.ca

**FORMATION RÉSERVÉE AUX RESPONSABLES DES  
SERVICES DE GARDE EN MILIEU FAMILIAL**

- Programme éducatif
- Santé, sécurité et alimentation
- Développement de l'enfant
- Certification en premiers soins
- Rôle du ou de la responsable
- Recertification en premiers soins

Formations offertes à Terrebonne les samedis

Plus de détails sur le site Web | Pour information : 450 470-0977, poste 5203

www.cegep-lanaudiere.qc.ca/formationcontinue



**RAC** Reconnaissance  
des acquis et  
des compétences

## FORMATIONS NON CRÉDITÉES ET ATELIERS DE PERFECTIONNEMENT

COURS	# DU COURS	NBRE D'HEURES	JOLIETTE	TERREBONNE	REPENTIGNY	COÛT
COMMENT COMMUNIQUER EN PUBLIC	NCR-410-17	12			Mardi du 04/02 au 25/02 de 19 h à 22 h	**120 \$
S'AFFIRMER OU S'LA FERMER	NCR-410-18	6			Mercredi 12/02 et 19/02 de 19 h à 22 h	**60 \$
LA GESTION DU TEMPS ET DES PRIORITÉS	NCR-410-21	15			Mercredi du 12/03 au 09/04 de 19 h à 22 h	**135 \$
TECHNIQUE DE VENTE EN 5 VOLETS	NCR-410-22	15			Mercredi du 16/04 au 14/05 de 19 h à 22 h	**135 \$
COMMENT FAIRE SES IMPÔTS PERSONNELS SANS COMPTABLE	NCR-410-23	7	Samedi 22/02 de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30	Samedi 15/02 de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30		**70 \$
ÉTABLIR SON BUDGET PERSONNEL : C'EST SIMPLE ET UTILE	NCR-410-24	8	Jeudi 13/02 et 20/02 de 18 h 30 à 22 h 30	Mercredi 12/02 et 19/02 de 18 h 30 à 22 h 30		**80 \$
LA RETRAITE ET SES IMPACTS SUR LE BUDGET	NCR-410-25	6		Mardi 11/02 et 18/02 de 19 h à 22 h	Jeudi 13/02 et 20/02 de 19 h à 22 h	**60 \$
DOCUMENTS LÉGAUX ET PRÉARRANGEMENTS FUNÉRAIRES	NCR-410-42	6		Mardi 25/02 et 04/03 de 19 h à 22 h	Jeudi 27/02 et 06/03 de 19 h à 22 h	**60 \$
SE LOGER : DE LA RETRAITE JUSQU'À LA FIN DE SA VIE	NCR-410-43	6		Mardi 11/03 et 18/03 de 19 h à 22 h	Jeudi 13/03 et 20/03 de 19 h à 22 h	**60 \$
DÉCOUVRIR LES 9 GRANDS TYPES DE PERSONNALITÉ AVEC L'ENNÉAGRAMME	NCR-350-01	12			Mercredi du 12/02 au 05/03 de 19 h à 22 h	**120 \$
JE DOMPTE WORD 2010 : JE FERAI CE QUE JE VEUX!	NCR-412-16	9			Jeudi du 20/03 au 03/04 de 19 h à 22 h	**80 \$
JE DOMPTE EXCEL 2010 : À MOI LES FONCTIONS!	NCR-412-18	9			Mercredi du 09/04 au 23/04 de 19 h à 22 h	**80 \$
SE PROMOUVOIR PAR LE BIAIS DES MÉDIAS SOCIAUX (Blog, Twitter, Facebook, LinkedIn)	NCR-570-28	6			Mercredi 05/03 et 12/03 de 19 h à 22 h	**60 \$
ESPAGNOL DE VOYAGE (débutant)	NCR-607-14	18	Mercredi du 05/02 au 12/03 de 19 h à 22 h		Jeudi du 06/02 au 13/03 de 19 h à 22 h	**160 \$
ITALIEN DE VOYAGE (débutant)	NCR-608-02	18			Mardi du 11/02 au 18/03 de 19 h à 22 h	**160 \$
MIEUX CONNAÎTRE VOTRE APPAREIL PHOTO	NCR-530-03	7,5		Lundi du 03/02 au 24/02 (sauf le 10/02) de 19 h à 21 h 30	Mercredi du 12/02 au 26/02 de 19 h à 21 h 30	**95 \$
INITIATION À LA PHOTOGRAPHIE (incluant une sortie extérieure le 22/03)	NCR-530-01	10		Lundi du 10/03 au 31/03 de 19 h à 21 h	Mercredi du 12/03 au 02/04 de 19 h à 21 h	**115 \$
PERFECTIONNEMENT EN PHOTOGRAPHIE (incluant une sortie extérieure le 26/04)	NCR-530-02	9			Mercredi du 16/04 au 30/04 de 19 h à 21 h	**150 \$

\*\* Taxes incluses

## SOIRÉE D'INFORMATION COURS À TEMPS PARTIEL

JEUDI 23 JANVIER 2014 À 19 H À REPENTIGNY

► 2 conférences gratuites  
(tirage de certificats cadeaux pour nos ateliers)

Inscription obligatoire : 450 470-0977, poste 7108

OFFRE DE COURS COMPLÈTE SUR LE WEB

### COURS CRÉDITÉS HORS PROGRAMME

COURS	# DU COURS	NBRE DE PÉRIODES	JOLIETTE	TERREBONNE	REPENTIGNY	COÛT
PLACEMENT (Gérer son portefeuille de valeurs de placement)	410-713-RO	45			Mardi du 04/02 au 13/05 de 19 h à 21 h 45	*101 \$
CROQUIS ET DESSIN DE PRÉSENTATION	570-CD5-TB	75		Mercredi du 05/02 au 26/03 de 18 h 45 à 22 h 20 Lundi 03/03 et du 17/03 au 19/05 (sauf le 21/04) de 18 h 45 à 22 h 20 Lundi 26/05 de 19 h à 21 h 45		*161 \$
DESSIN TECHNIQUE	570-DT3-TB	45		Mardi du 04/02 au 13/05 de 19 h à 21 h 45		*101 \$
COMPTABILITÉ I (Comptabilité manuelle)	410-DEF-04	60		Mercredi du 05/02 au 14/05 de 18 h 45 à 22 h 20		*131 \$
ANGLAIS DE BASE Préalable : test de classement	604-100-AA	45		Lundi du 03/02 au 19/05 de 19 h à 21 h 45	Mercredi du 05/02 au 14/05 de 19 h à 21 h 45	*101 \$
ANGLAIS INTERMÉDIAIRE Préalable : 604-100-AA ou test de classement	604-101-AA	45			Mercredi du 05/02 au 14/05 de 19 h à 21 h 45	*101 \$
ANGLAIS AVANCÉ Préalable : 604-101-AA ou test de classement	604-102-AA	45			Mercredi du 05/02 au 14/05 de 19 h à 21 h 45	*101 \$
ESPAGNOL I	607-E03-JO	45	Lundi 03/02 au 19/05 de 19 h à 21 h 45		Mardi du 04/02 au 13/05 de 19 h à 21 h 45	*101 \$
ESPAGNOL II Préalable : 607-E03-JO ou test de classement	607-E13-JO	45	Lundi 03/02 au 19/05 de 19 h à 21 h 45		Mardi du 04/02 au 13/05 de 19 h à 21 h 45	*101 \$

\* Certaines conditions s'appliquent concernant le coût des formations créditées hors programme. Visitez notre site Web pour plus de détails.

#### DROITS D'ADMISSION :

Des frais de 30 \$ sont ajoutés lors de l'ouverture de dossier d'un nouvel étudiant.

Pour toute inscription à un cours crédité à temps partiel de soir et de fin de semaine, le **CERTIFICAT DE NAISSANCE** est OBLIGATOIRE. Pour les étudiants nés hors Québec, d'autres pièces sont exigées, visitez notre site Web pour plus de détails.

### INSCRIPTIONS DÈS MAINTENANT

• En ligne, au [www.cegep-lanaudiere.qc.ca/formationcontinue](http://www.cegep-lanaudiere.qc.ca/formationcontinue)

• En personne, à Joliette, Repentigny et Terrebonne entre 9 h et 12 h ou entre 13 h et 16 h

#### ● REPENTIGNY

777, rue Notre-Dame  
Repentigny (Québec)  
J5Y 1B4  
450 470-0977, poste 7108

#### ● TERREBONNE

Pavillon D  
2700, boul. des Entreprises  
Terrebonne (Québec) J6X 4J8  
450 470-0977, poste 5203

#### ● JOLIETTE

20, rue St-Charles Sud  
Joliette (Québec)  
J6E 4T1  
450 759-6528, poste 1206

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014



**ÉCOLE DE PEINTURE ET D'ART THÉRAPIE**  
**SUZANNE GREGORY**

**COURS PEINTURE À HUILE**  
- Adultes, jour ou soir • En semaine  
- Jeunes 7 ans et + Jour, fin de semaine

**COURS ART THÉRAPIE**  
- Adultes, jeudi soir

**COURS DESSIN CRÉATIF**  
- Jeunes, 7 ans et + Jour, fin de semaine

**TÉL: 450 474-1631**  
www.suzannegregory.com

## Pour les petits mordus d'activité physique

**F**idèle à son habitude en début d'année, l'école Saint-Louis de Terrebonne tiendra une soirée d'information sur le programme intensif en éducation physique (PIEP) offert aux élèves de 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année qui aiment bouger.

Le PIEP, d'une durée de trois ans, donne la possibilité aux enfants de profiter de quatre heures trente minutes d'enseignement en éducation physique par semaine. Plusieurs activités sont vécues, dont un camp en hiver (4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> année), un voyage de vélo à Ottawa (6<sup>e</sup> année), des sorties de ski de fond, de l'escrime, de la natation ainsi qu'un enrichissement des objectifs prescrits en éducation physique par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport.

Comme la demande est grande et que les places sont limitées, des critères s'appliquent pour la sélection des candidats : facilité d'adaptation; implication dans le groupe-classe; intérêt pour l'éducation physique; attitude positive; avoir obtenu une note minimale de 68 % en français et en mathématique; compléter avec succès une épreuve d'admission vérifiant les compétences scolaires; ne nécessite pas de services en orthopédagogie, en psychologie ou en récupération à l'école; aucune contre-indication médicale.



Escrime, ski de fond, corde à sauter, natation, activités de cirque, cyclo-tourisme... Les élèves du programme intensif d'enseignement en éducation physique ont la chance de toucher à diverses activités physiques.

### Soirée d'information

Une soirée d'information sur le PIEP se tiendra le mardi 14 janvier de 16 h 30 à 17 h 30 ou de 19 h 30 à 20 h 30 à l'école Saint-Louis, située au 539, rue St-Sacrement à Terrebonne. Si vous désirez inscrire votre enfant, il est obligatoire d'assister à l'une de ces deux rencontres. L'épreuve d'admission (frais de 15 \$ non remboursables) aura lieu, quant à elle, le jeudi 23 janvier de 18 h 30 à 20 h ou le samedi 25 janvier de 9 h à 10 h 30. Pour plus d'information, composez le 450 492-3611, poste 4107.



**STUDIO DE DANSE**  
*Messier Bolduc*  
dansemessierbolduc.com

**COURS DE DANSE SOCIALE**  
Danse en ligne

**On s'inscrit!**

**450 474-6416**  
1382, ave. de la Gare  
Mascouche J7K 2Z2

**facebook.com/jfmariedance**



**Éveil à Soi**  
HARMONIE CORPS-CEUR-ESPRIT

**Christina Sergi**  
Ph.D. Yogacharya  
Enseignante et formatrice

**Programmes offerts :**

**YOGA :** hatha-vinyasa (débutant, intermédiaire, avancé); doux-thérapeutique; yogaénergies et chakras

**MÉDITATION :** yoga-méditation; techniques de méditation, visualisation et mantras

**SPIRITUALITÉ :** cours de développement du Soi et méditation

**Également offerts :**

- Coaching privé en yoga, méditation ou développement personnel
- Accompagnement spirituel
- Programme de certification de professeur

**Session débutant la semaine du 13 janvier** INSCRIPTION IMMÉDIATE


**450 471-0792**  
www.christinasergi.com • info@christinasergi.com

**Info et essai gratuit de Yoga-méditation le jeudi 9 janvier à 19 h et le vendredi 10 janvier à 10 h 30** RÉSERVATION REQUISE

## 50 ans et plus et à la recherche d'un emploi?



Vous avez 50 ans recherchez un emploi de fin de carrière intéressant, qui vous permettra de vous réaliser? Action RH Lanaudière peut vous aider. Ne mettez pas votre expertise au rancart. Le programme Défi RH-50 est le service sur mesure pour vous. Une formation va débiter à la fin de janvier. Appelez sans tarder! Service gratuit pour les résidents de Lanaudière sans emploi. Pour plus d'information, contactez Action RH Lanaudière au 450 492-4104, poste 224.



**à moi L'AVENIR**

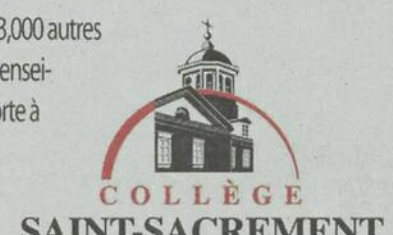
### LES ÉCHOS DU COLLÈGE SAINT-SACREMENT

Le Collège Saint-Sacrement est fier de vous présenter cette chronique illustrant les différentes facettes de sa personnalité. Cette semaine : les grands défis du Collège en 2014. Janvier apporte toujours son lot de nouveautés dans notre institution. Dès le retour des vacances, tout le monde relance projets et défis qui occuperont les élèves jusqu'en juin. Parmi ceux-ci, certains sont particulièrement stimulants. La première nouveauté nous vient du comité environnemental. Ainsi, dès le 3 février, les bouteilles d'eau jetables seront chose du passé et tous pourront se procurer une bouteille réutilisable à l'effigie du Collège.

Un autre projet excitant : 30 de nos élèves participeront au Grand Défi Pierre Lavoie et se joindront aux 3,000 autres qui, en mai, franchiront la distance Montréal-Québec à la course. Finalement, accompagnés par des enseignants et des membres de la direction, 36 élèves s'envoleront pour l'Équateur où ils iront prêter main-forte à des villageois sur une ferme biologique équitable. Habitée des voyages humanitaires, Mme Christiane Deshaies mettra à contribution ses expériences antérieures au Burkina Faso et au Vietnam. Comme vous le voyez, l'année 2014 à Saint-Sacrement ne manquera pas de piquant!

**METTEZ-NOUS DONC AU DÉFI**

**BONNE ET HEUREUSE ANNÉE À TOUS !**



**COLLÈGE SAINT-SACREMENT**

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## La magie du cinéma accessible aux élèves



Anne-Marie Boucher, chargée de projet pour Art Partage, et une équipe de spécialistes initieront les élèves de huit classes des écoles Aux 4 Vents et du Soleil-Levant au septième art. (Photo : courtoisie)

Après avoir misé sur la diffusion du cinéma dans la région, Art Partage concentrera ses activités sur l'éducation dans les prochains mois. L'organisme mascouchois visitera des écoles primaires afin d'initier les plus jeunes au septième art et de développer leur regard critique.

Pour cette première expérience avec des élèves du primaire, huit classes de 5<sup>e</sup> et de 6<sup>e</sup> année des écoles Aux 4 Vents et du Soleil-Levant ont accepté d'embarquer dans le projet lancé par Art Partage et supporté par le ministère de la Culture et des Communications du Québec.

«On est vraiment satisfaits de la réponse des écoles. Elles reçoivent tellement d'offres de toutes parts! Le soutien du Ministère, qui fait en sorte qu'il soit gratuit, a joué pour beaucoup. [...] Le programme est complet, nous n'avons plus de disponibilité», déclare la chargée de projets pour Art Partage, Anne-Marie Boucher, qui précise que d'autres écoles se sont montrées inté-

ressées pour faire partie de l'initiative l'an prochain. «Il reste à voir si le projet sera reconduit, si on aura du soutien additionnel et si l'évaluation des écoles sera bonne. [...] L'éducation est ce qu'il y a de plus important, donc on espère poursuivre en ce sens», ajoute-t-elle.

### De la théorie à l'expérimentation

Dès la fin de janvier et jusqu'au début du mois de mars, Mme Boucher et quatre spécialistes visiteront à trois reprises chacune des classes participantes au programme afin d'offrir différents ateliers aux cinéastes en herbe.

La première rencontre présentera le cinéma et son histoire. On verra entre autres les genres et le langage cinématographique», mentionne la responsable du projet.

Quant au deuxième atelier, il permettra aux jeunes de créer un court-métrage animé de 30 secondes. Ils verront donc les étapes d'élaboration du scénario, du découpage technique et du tournage.

Enfin, la troisième rencontre en sera une de projection. En plus de découvrir leur propre œuvre, les élèves auront droit à d'autres courts-métrages réalisés

au Québec. «Ce sera une grande fête du cinéma avec du "pop corn" et un écran géant!» conclut Mme Boucher.

Texte: Pénélope Clermont

cardio plein air

Découvrez nos programmes avant-gardistes en plein air.

Icons representing various activities: shopping, butterfly, heart, heart, stairs, hand, clock, flower, and a person.

ÊTRE BIEN,  
**ACTIF.**

Faire le plein.  
Bouger.  
Socialiser.

Marjolaine Laporte

Franchisée

438 396-2610

terrebonne@cardiopleinair.ca

mascouche@cardiopleinair.ca

SESSION HIVER

INSCRIPTIONS OUVERTES

Inscription en ligne

cardiopleinair.ca

ENFANTS - ADOLESCENTS - ADULTES

**ÉCOLE DE MUSIQUE**

Dans les locaux de l'école Vision

*Prelude*

450-435-3159

ecoledemusiqueprelude.ca

**COURS INSTRUMENTS ET CHANT**

# COURS DE DANSE

JOUR | SOIR | FIN DE SEMAINE

- Danse sociale
- Danse en ligne
- Latino (Salsa, bachata, merengue)
- Chorégraphie pour mariage
- Cours privé, semi-privé, groupe Débutant • Intermédiaire • Avancé Bronze • Argent • Or

**Soirée dansante**  
À chaque premier samedi du mois  
**Pratique dansante**  
Tous les vendredis soirs

**DÉBUT 1<sup>re</sup> SESSION**  
Dimanche 19 janvier 20 h 15  
Mardi 21 janvier 19 h  
Jeudi 23 janvier 20 h 15

**ÉCOLE DE DANSE TERREBONNE**  
1016, St-Antoine (coin St-Michel) Terrebonne

Inscription par téléphone

Gaétane Larouche  
ecole.gaetane@videotron.ca

www.ecolededanseterrebonne.com 450 471.9429

Diplômé FLDQ  
Membre CPDSSQ

# 40% de rabais

Épilation permanente  
à la lumière pulsée, ce pour toute la  
durée de votre traitement  
(Pour un temps limité)

Nous offrons  
maintenant  
le

VENUS FREEZE®

Arrêtez le  
temps

et  
inversez le vieillissement!

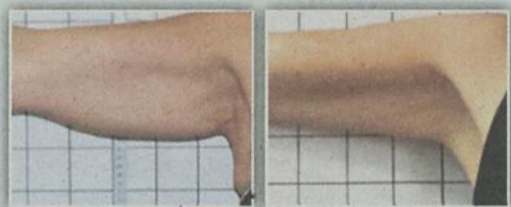
Résultats visibles rapidement!

Technologie utilisée en  
médecine esthétique  
combinant la radio  
fréquence et le champ  
magnétique pulsé.

Un traitement efficace,  
sans douleur et  
sécuritaire.

\* Prix de lancement,  
détails en clinique

- Remodelage du corps sans chirurgie
- Réduction de la cellulite
- Raffermissment cutané
- Réduction des rides



Pour le visage et le corps

### NOS SERVICES

- Microdermabrasion
- Oxygénothérapie
- Poudre solaire colorescience
- Injection de Botox et de Juvéderm
- Photorajeunissement (tâches pigmentaires, couperose)
- Laser fractionnel 1540 (rides, cicatrices, vergetures...)
- Électrolyse
- Facial
- Épilation à la cire
- Produits Alyria
- Lipomassage
- Nutrisaveurs, perdez du poids, gardez la ligne

450 824-3334

1725, chemin Gascon, Terrebonne  
www.soinsjuvenat.com



## LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

# 10 000 \$ versés à des écoles mouloinoises



Dans le cadre de l'édition 2013-2014 du Programme Metro Croque Santé, l'école secondaire Léopold-Gravel a mérité deux bourses de 1 000 \$ pour la concrétisation de deux projets éducatifs. On reconnaît ici Claudia St-Hilaire, gérante de l'épicerie Super C du 1395, boulevard Moody, Kathleen Pichette et Julie Quevillon, de l'école secondaire Léopold-Gravel, et Sophie Le Bire, directrice adjointe du commerce.

Afin d'éveiller l'intérêt des jeunes et de les aider à développer de saines habitudes alimentaires, Metro et Super C déploient encore cette année le Programme Metro Croque Santé. Dans la MRC Les Moulins, 10 projets éducatifs ont pu bénéficier de l'édition 2013-2014 du programme.

Une bourse de 1 000 \$ a été octroyée pour la concrétisation de chacun de ces projets éducatifs soumis et retenus dans le cadre du programme, pour un total de 10 000 \$ dans la MRC Les Moulins et de 25 000 \$ dans d'autres villes de Lanaudière. Dans l'ensemble du Québec, c'est 1 M\$ que se partageront les écoles primaires et secondaires dont les projets seront retenus cette année.

Et les projets retenus sont...

À Terrebonne, le projet «Chroniques-santé» de l'école primaire du Geai-Bleu a d'abord été retenu, à l'instar de l'initiative «Mon carnet santé» de l'école Saint-Louis. L'école de l'Étincelle s'est pour sa part distinguée avec son projet «Boîte à lunch santé». Quant à l'école

Jean-De La Fontaine, elle a vu deux projets être retenus, soit «Un bon déjeuner» et «Vidéo des collations santé à l'école». Du côté du secondaire, seule l'école Léopold-Gravel s'est distinguée, alors que deux de ses initiatives, «Et hop à la soupe!» et «Petite fringale santé? Pourquoi pas», ont mérité des bourses.

À Mascouche, l'école primaire De la Seigneurie a aussi bien fait avec deux projets retenus, soit «Les jardiniers en herbe», par lequel les élèves créeront un potager sur le toit écologique de l'école pour faire pousser fruits et légumes qui serviront à préparer des collations santé, et l'initiative «Collation santé». Enfin, l'école primaire Pinewood s'est distinguée avec «Une collation monstrueuse».

Depuis la mise en place du programme, il y a cinq ans, un montant de 29 000 \$ a été versé à des écoles de la MRC Les Moulins. Pour en savoir plus : [www.croquesante.metro.ca](http://www.croquesante.metro.ca).

Texte: Véronick Talbot



ON PREND SOIN  
DE VOUS  
DEPUIS 21 ANS!

OFFRE EXCEPTIONNELLE

Examen complet et nettoyage

99\$\* incluant radiographies et photos

Valeur de 220\$.

Obtenez 200\$<sup>†</sup> DE RABAIS

APPLICABLE POUR UN BLANCHIMENT à la chaise ou à la maison

À la chaise : valeur de 600\$. À la maison : valeur de 400\$ sur présentation de cette annonce.



PLUSIEURS plans de financement disponibles\*\*

\*\*Sujets à l'approbation du crédit.

CRÉDIT D'IMPÔT DISPONIBLE



SERVICES OFFERTS:

Dentisterie générale • Implantologie • Cerec  
Orthodontie • invisalign • Endodontie • Maladies des gencives

Consultation Gratuite

SERVICE D'URGENCE DISPONIBLE SUR RENDEZ-VOUS

\*Certains conditions s'appliquent, 18 ans & plus. Promotion valide pour les nouveaux clients seulement, sur présentation de cette annonce jusqu'au 31 janvier 2014

5821, BOUL. LAURIER, SUITE 202, TERREBONNE (SECTEUR LAPLAINE) 450.477.7722

# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## Découvrir l'improvisation avec Réal Bossé



Les jeunes du projet «Jouer pour persévérer, le lever du rideau» en compagnie d'André Perrier, metteur en scène, et de Réal Bossé : (en haut) Derek Martinez, Olivier Gauthier-Landry, Simon Pelletier, Ariane Rouleau, (au centre) Ariane Pourpier, Béatrice Gauthier, Michael Cardinal, ainsi que (en bas) Megane Venne, Daphné Houle, Alison Lessard, Vincent Bouchard et William Lessard. (Photo : Pénélope Clermont)

Lancé en octobre, «Jouer pour persévérer, le lever du rideau» va bon train. Les jeunes de l'école secondaire du Coteau participant au projet cumulent les formations en vue de présenter leur pièce de théâtre le 26 avril. Le 9 décembre, ils recevaient la visite de Réal Bossé à la Maison-Théâtre Côte à Côte.

redaction@larevue.qc.ca

**PÉNÉLOPE CLERMONT**

La vedette du petit écran a en effet offert un atelier d'improvisation à 12 des jeunes du programme chapeauté par Théâtre [acàc] en collaboration avec Ré-

unir Réussir (R2) et le CREVALE. Bien connu par les étudiants pour sa participation à «LOL!», Réal Bossé a transmis quelques conseils de jeu par l'entremise de différents exercices d'improvisation. «Il faut éviter de poser des questions et y aller avec des affirmations. Mettre les cartes sur table est essentiel en impro», a-t-il donné en exemple.

Heureux de leur expérience, les jeunes ont indiqué avoir beaucoup appris du joueur de la Ligue nationale d'improvisation (LNI), notamment en ce qui a trait à la confiance et l'écoute qu'ils doivent avoir envers leurs partenaires de jeu.

L'atelier d'improvisation fait partie d'une série de formations que les jeunes

ont reçues ou recevront dans les prochaines semaines : clown, voix, publicité et écriture, pour ne nommer que celles-là. Les ateliers permettent également aux élèves de se découvrir de nouvelles passions, ce qui constitue d'ailleurs un des buts du projet. «J'ai beaucoup aimé l'écriture. Ça m'a permis de laisser aller mes idées et c'est drôle de les voir dans le texte de la pièce qu'on va présenter. Écrire me permet aussi de me défouler», a commenté Olivier Gauthier-Landry.

### Les répétitions prennent forme

Au moment d'écrire ces lignes, le

groupe commençait à peine les répétitions de la pièce qu'il présentera en avril. Écrite par le metteur en scène et superviseur du projet, André Perrier, elle regroupe des idées que les jeunes ont apportées en étape de création. M. Perrier a aussi tenu compte des propositions des élèves pour la distribution de la pièce.

«L'implication des jeunes est importante. Ça les responsabilise et c'est une question de respect. Il y a aussi une confiance qui s'établit dans le groupe et ça crée une homogénéité», a souligné le metteur en scène, satisfait du déroulement des choses.

## Cours de couture Johanne

COURS DISPONIBLES :  
ADULTES  
DÉBUTANTS À AVANCÉS  
ET COURS SPÉCIFIQUEMENT  
CONÇUS POUR LES ADOS  
ET LES ENFANTS

17 ans d'expérience

450 965-6669 jojopellerin@hotmail.com

www.coursdecouturejohanne.com Situé à ville de Lorraine

**COURS DE COUTURE**  
ATELIERS DE COUTURE,  
ATELIERS DE TRICOT  
CAMP DE JOUR (ÉTÉ)

INSCRIPTION EN COURS  
ET EN TOUT TEMPS  
NOUVELLE SESSION DÉBUTE  
LE 11 JANVIER 2014

## Apprivoisez le ciel

Le Club Astronomie des Moulins poursuit ses activités en ce début de 2014. Au programme, le cours de niveau 2, des rencontres pour les membres et des conférences.

Les cours, qui se tiennent à l'école Aux 4 Vents (3000, rue Bourque, Mascouche), débuteront le 9 janvier. Il s'agit donc de votre dernière chance de vous inscrire! Ils auront lieu les jeudis de 19 h 30 à 21 h 30. Ces cours tech-

niques sur le télescope sont une préparation à l'observation ainsi qu'une formation sur la température, à savoir si vous pouvez effectuer de l'observation dans une température froide, etc. Pour vous inscrire, joignez Denis Paradis au 450 961-9899. Pour plus d'information sur le club, visitez le www.club-astronomie.org ou joignez le président, Marcel Charrette, au 514 962-0558.

**Votre enfant a des problèmes d'attention et d'organisation qui nuisent à ses apprentissages?**

Je peux lui donner des outils afin qu'il apprenne à mieux gérer ses processus d'apprentissage.



Consultation, évaluation et suivi

20 ans d'expertise auprès des enfants ayant des troubles d'adaptation et d'apprentissage (dyslexie, dysorthographe, dysphasie, etc...)

**Josée Boudreau**  
Orthopédagogue

Membre de l'ADOQ et de l'AQETA  
Reçu disponible

**514-513-4087**



## INSCRIPTION 2014 DÈS MAINTENANT

### FORMATION

#### Coiffure

- Cours de base complet
- Fonctionnement du cheveu
- Coupe de base et stylisée
- Coiffure de base et fantaisie
- Coloration

etc...

Durée 6 mois

### FORMATION

#### Ongles

- Hygiène de l'ongle
- Recouvrement
- Pose de prothèse
- Cours privé
- etc...

### FORMATION

#### Maquillage

- Morphologie
- Effet jour/soir
- peau mature
- Cours privé
- etc...

Formations  
Jours  
et soirs

OFFRE DÉTACHABLE

Soin capillaire et massage :

Promo **12\$** rég. 25\$



Linda Robichaud, propriétaire styliste, coloriste  
Ouvert les lundis

ACADÉMIE BEAUTE

Linda Robichaud  
Institut Beauté Coiffure & Esthétique

CENTRE DE FORMATION  
www.academiebeautelr.ca

NOUVELLE ADRESSE

610, montée Masson, Terrebonne

450 964-3064

# POUR L'AMOUR DE LA DANSE

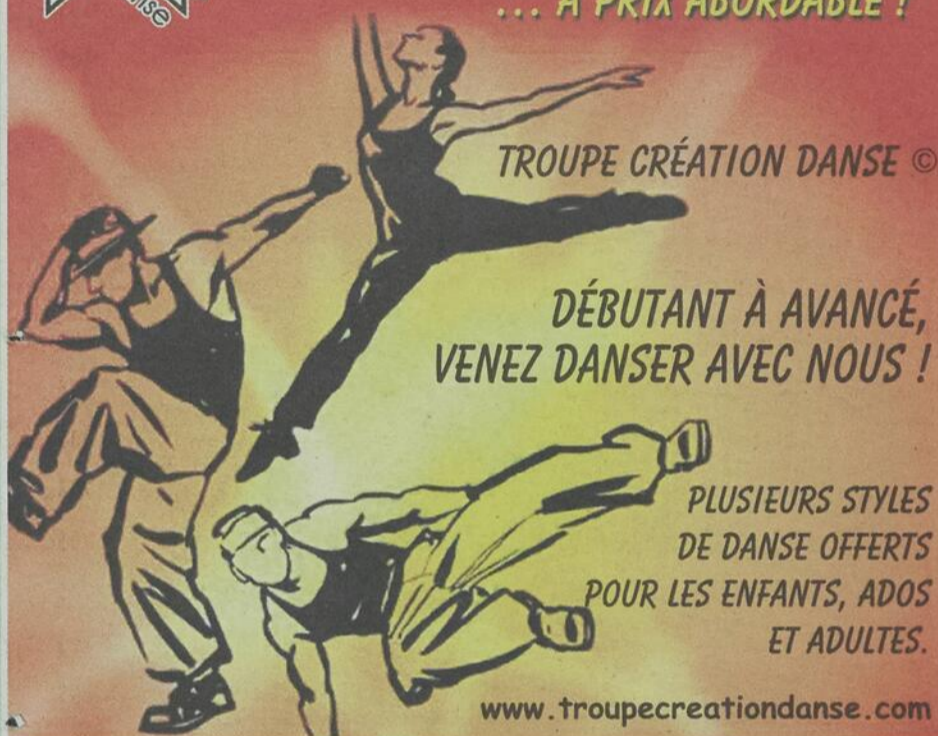
Troupe Création Danse Inc., organisme à but non-lucratif, reconnu par la ville de Terrebonne

## INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT

### 438 887-8375 OU

troupecreationdanse@hotmail.com

OÙ LA DANSE EST UNE PASSION...  
... À PRIX ABORDABLE !



TROUPE CRÉATION DANSE ©

DÉBUTANT À AVANCÉ,  
VENEZ DANSER AVEC NOUS !

PLUSIEURS STYLES  
DE DANSE OFFERTS  
POUR LES ENFANTS, ADOS  
ET ADULTES.

www.troupecreationdanse.com

## LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

# Journées portes ouvertes chez les Cadets



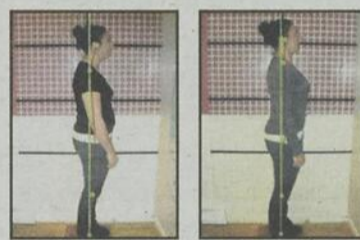
Le 11 janvier de 8 h 30 à 16 h, à l'école secondaire du Coteau (2121, rue de L'Alizé à Mascouche), les cadets de l'air de Mascouche tiendront une journée portes ouvertes servant aux inscriptions pour la session hiver-printemps. Les jeunes âgés de 12 à 18 ans qui s'inscriront au sein des cadets n'auront pas seulement la chance de voler en aéronef, mais aussi d'apprendre le pilotage, la survie en forêt, le sport, la musique et bien plus encore. Inscrivez-vous avant le 31 janvier pour bénéficier de davantage d'opportunités. L'escadron 757 fait partie de la communauté de la grande région de la Basse-Lanaudière depuis plus de 20 ans et est fier d'accueillir gratuitement des jeunes garçons et filles âgés de 12 à 18 ans. Il est possible de grossir ses rangs à partir du mois de septembre jusqu'au mois de mai. Information : 450 474-6144. (PC)

## Vous en avez plein le dos ? VOTRE CENTRE CHIROPRATIQUE

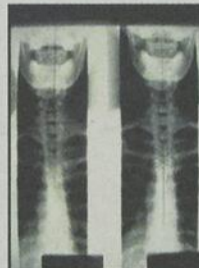
Soins adaptés à toute condition et pour tous les âges

Une clinique à la fine pointe de la technologie :

- Pour connaître et comprendre ou vous êtes avec la santé de votre colonne
- Pour recevoir les meilleures recommandations possibles
- Pour différentes options de soins, selon vos objectifs et besoins.



Rx avant-après



- Hernie discale
- Problèmes de posture
- Mal de tête, migraines
- Arthrite, arthrose
- Tendinites, bursites
- Engourdissements
- Sciatique et douleur au dos
- Torcicolis et mal de cou
- Tensions entre les omoplates
- Douleurs menstruelles
- Stress, insomnie (si d'origine neurovertébrale)

**1<sup>er</sup> traitement sans frais si nous pouvons vous aider.**

Soins de soulagement, de correction et de maintien de la santé vertébrale



Découvrez comment la chiropratique peut vous aider

Dr Marie-Josée Dubouilh, D.C.

## EXAMEN COMPLET

Valide 90 jours

(valeur jusqu'à 150\$)

# 40\$

Incluant ouverture de dossier, analyse informatisée de la posture, examen dynamique de la colonne vertébrale, EMG, thermographie et radiographies (si nécessaires)



**450 474-0207**

321, mtée Masson, suite 202  
Mascouche (à côté du O'gym, face Hyundai)



# COLLÈGE MONTMORENCY

Direction de la formation continue et des services aux entreprises

## NOTRE PROGRAMMATION Session hiver 2014

Inscrivez-vous dès maintenant!



### COURS CRÉDITÉS

N° du cours	Gr.	Titre du cours	Durée	Horaire	Coûts
<b>GESTION FINANCIÈRE INFORMATISÉE</b>					
410-YE5-JO	181	Comptabilité I	75 h	21 janv. au 15 avril: <b>Ma Je</b> 18h30-21h30	<b>178\$*</b>
410-YR3-JO	131	Simple comptable (préalable: notions de base en comptabilité)	45 h	22 janv. au 30 avril: <b>Me</b> 18h30-21h30	<b>118\$*</b>
<b>BÂTIMENT</b>					
221-804-MO	131	Autocad (dessin technique assisté par ordinateur)	60 h	22 janv. au 30 avril: <b>Me</b> 18h00-22h00	<b>148\$*</b>

\*Les coûts incluent des droits afférents de 28\$

### COURS À LA CARTE

N° du cours	Gr.	Titre du cours	Durée	Horaire	Coûts
<b>INFORMATIQUE</b>					
420-554-99	161	Facebook (débutant)	3 h	1 <sup>er</sup> fév.: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>30\$</b>
420-555-99	161	Facebook (intermédiaire)*	3 h	22 fév.: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>30\$</b>
420-557-99	161	Introduction à Twitter	3 h	8 mars: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>30\$</b>

\*L'étudiant doit posséder un compte Facebook et doit connaître les fonctions de base de Facebook

### LANGUES

604-011-99	131	Anglais élémentaire I*	21h	15 janv. au 26 fév.: <b>Me</b> 19h00-22h00 (examen facultatif le 5 mars)	<b>155\$</b>
604-012-99	131	Anglais élémentaire II* (préalable: 604-011-99)	21h	12 mars au 23 avril: <b>Me</b> 19h00-22h00 (examen facultatif le 30 avril)	<b>155\$</b>
604-013-99	131	Anglais élémentaire III* (préalable: 604-012-99)	21h	7 mai au 18 juin: <b>Me</b> 19h00-22h00 (examen facultatif le 23 juin)	<b>155\$</b>
604-014-99	121	Anglais intermédiaire I* (préalable: 604-013-99)	21h	14 janv. au 25 fév.: <b>Ma</b> 19h00-22h00 (examen facultatif le 4 mars)	<b>155\$</b>
604-015-99	121	Anglais intermédiaire II* (préalable: 604-014-99)	21h	11 mars au 22 avril: <b>Ma</b> 19h00-22h00 (examen facultatif le 29 avril)	<b>155\$</b>
604-016-99	121	Anglais intermédiaire III* (préalable: 604-015-99)	21h	6 mai au 17 juin: <b>Ma</b> 19h00-22h00 (examen facultatif le 23 juin)	<b>155\$</b>
607-011-99	131	Espagnol élémentaire I	21h	15 janv. au 26 fév.: <b>Me</b> 19h00-22h00	<b>155\$</b>
607-012-99	131	Espagnol élémentaire II (préalable: 607-011-99)	21h	12 mars au 23 avril: <b>Me</b> 19h00-22h00	<b>155\$</b>
607-013-99	131	Espagnol élémentaire III (préalable: 607-012-99)	21h	7 mai au 18 juin: <b>Me</b> 19h00-22h00	<b>155\$</b>
608-011-99	121	Italien élémentaire I	21h	14 janv. au 25 fév.: <b>Ma</b> 19h00-22h00	<b>155\$</b>
608-012-99	121	Italien élémentaire II (préalable: 608-011-99)	21h	11 mars au 22 avril: <b>Ma</b> 19h00-22h00	<b>155\$</b>

\*Afin de choisir le niveau adéquat, l'étudiant doit faire le test de classement sur notre site

### COURS NON-CRÉDITÉS POUR PERSONNES EN EMPLOI

(financés en partie par Emploi-Québec) \*Obligatoire: l'étudiant doit fournir une preuve d'employabilité lors de son inscription (lettre d'employeur ou relevé de paie)



N° du cours	Gr.	Titre du cours	Durée	Horaire	Coûts
412-100-99	161	MS Excel débutant*	15h	25 janv. au 22 fév.: <b>Sa</b> 12h30-15h30	<b>15\$</b>
412-119-99	161	MS Excel intermédiaire*	15h	25 janv. au 22 fév.: <b>Sa</b> 12h30-15h30	<b>15\$</b>
412-120-99	161	MS Excel tableaux croisés*	15h	1 <sup>er</sup> mars au 29 mars: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>15\$</b>
412-130-99	161	Power Point intermédiaire*	15h	1 <sup>er</sup> mars au 29 mars: <b>Sa</b> 12h30-15h30	<b>15\$</b>
412-134-99	161	MS Word débutant*	15h	25 janv. au 22 fév.: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>15\$</b>
412-135-99	161	MS Word intermédiaire*	15h	25 janv. au 22 fév.: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>15\$</b>
412-136-99	161	MS Word avancé*	15h	1 <sup>er</sup> mars au 29 mars: <b>Sa</b> 12h30-15h30	<b>15\$</b>
412-137-99	161	Outlook débutant*	15h	1 <sup>er</sup> mars au 29 mars: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>15\$</b>
412-139-99	161	Outlook avancé*	15h	27 janv. au 10 fév.: <b>Lu</b> 18h30-21h30 et 29 janv. au 5 fév.: <b>Me</b> 18h30-21h30	<b>15\$</b>

### LOISIRS NOUVEAUTÉ!

N° du cours	Gr.	Titre du cours	Durée	Horaire	Coûts
<b>PHOTOGRAPHIE</b>					
570-ETZ-99	161	Photographie 1*	30h	25 janv. au 3 mai: <b>Sa</b> 9h00-12h00	<b>150\$</b>
570-EUZ-99	161	Photographie 2* (Photographie 1)	30h	25 janv. au 3 mai: <b>Sa</b> 13h00-16h00	<b>150\$</b>

\*L'étudiant doit posséder un appareil numérique avec la fonction manuelle, un câble pour faire le transfert des photos dans l'ordinateur et une clé USB de 16 minimum

### VIN

120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	14 janv.: <b>Ma</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	16 janv.: <b>Je</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	20 janv.: <b>Lu</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	3 fév.: <b>Lu</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	6 fév.: <b>Je</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	20 fév.: <b>Je</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	3 mars: <b>Lu</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	5 mars: <b>Me</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-001-99		Introduction à la dégustation	3h	20 mars: <b>Je</b> 19h00-22h00	<b>70\$</b>
120-004-99		Le monde du vin	12h	15, 22, 29 janv. et 5 fév.: <b>Me</b> 19h00-22h00	<b>150\$</b>
120-004-99		Le monde du vin	12h	10, 17, 24 et 31 mars: <b>Lu</b> 19h00-22h00	<b>150\$</b>
120-004-99		Le monde du vin	12h	1 <sup>er</sup> , 8, 15 et 22 avril: <b>Ma</b> 19h00-22h00	<b>150\$</b>

### GESTION DU STRESS

360-021-99	181	Apprendre à gérer son stress avec la pleine conscience (MBSR)	21h	27 janv. au 17 mars: <b>Lu</b> 19h00-21h00 et 1 <sup>er</sup> mars: <b>Sa</b> 10h00-16h00	<b>160\$</b>
------------	-----	---	-----	---	--------------

### CAUSERIES - CULTURE GÉNÉRALE

100-001-99		Zoothérapie	3h	8 fév.: <b>Sa</b> 13h00-16h00	<b>25\$</b>
100-002-99		Psychologie du développement du chien	3h	8 mars: <b>Sa</b> 13h00-16h00	<b>25\$</b>
100-003-99		L'impact d'un animal dans la famille	3h	5 avril: <b>Sa</b> 13h00-16h00	<b>25\$</b>
100-005-99		Créer l'abondance	6h	25 fév.: <b>Ma</b> 9h00-16h00	<b>60\$</b>



### VOUS POUVEZ VOUS INSCRIRE:

- ✓ en ligne: en cliquant sur le lien Col.Net à partir de notre page d'accueil (réservé aux cours à la carte et loisirs);
- ✓ en personne: en vous présentant à la Direction de la formation continue et des services aux entreprises, local A-1940, durant nos heures d'ouverture (accès porte 5)

### Collège Montmorency

475, boul. de l'Avenir, Laval, local: A-1940 (accès porte 5)



Pour nous joindre:

Facile d'accès!

450.975.6222 // [www.fcontinue.qc.ca](http://www.fcontinue.qc.ca)



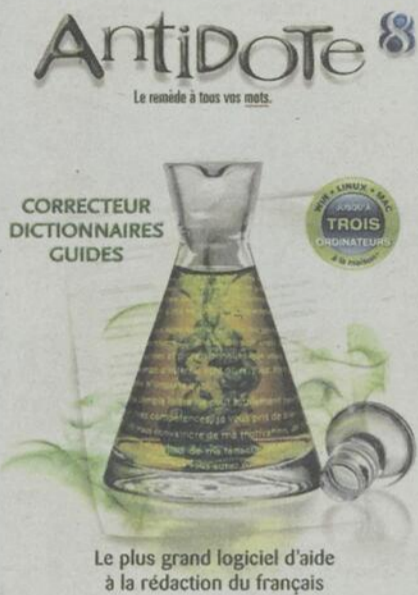
# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## CONCOURS

### Antidote 8 à la rescousse

Rassemblant un correcteur grammatical, de grands dictionnaires et des guides linguistiques qui s'ajoutent directement aux logiciels de rédaction, Antidote se révélera certainement votre plus grand allié pour la rédaction ou la révision de vos écrits en français. La version 8, entre autres nouveautés, détecte les incohérences lexicales et propose 50 000 nouvelles détections sémantiques, en plus d'une interface raffinée et d'une correction typographique améliorée. Pour plus d'information : [www.druide.com/antidote](http://www.druide.com/antidote).

Grâce au Druide informatique, La Revue est heureuse de faire tirer deux logiciels Antidote 8 parmi ses lectrices et lecteurs. Pour participer, remplissez le coupon et faites-le-nous parvenir au plus tard le 13 février à : La Revue - Concours Antidote, 231 Sainte-Marie, Terrebonne, J6W 3E4. Bonne chance!



#### Concours LA RENTRÉE 2014

Nom : .....  
 Ville : .....  
 Téléphone : ..... Courriel : .....

Tirage : 14 février 2014

Dupuis **ARMOIRES Senecal**

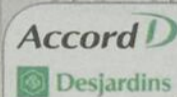
*Une cuisine à votre image!*

Fabricant d'armoires de cuisine et salle de bains

**PROMOTION**  
 Obtenez **500\$\*** d'accessoires  
 tels que diviseurs, poignées etc...  
 à l'achat d'une cuisine  
\*Sur présentation de cette annonce  
 Valable jusqu'au 30 juin 2014



**\*NOUVEAU\***  
 Financement



Ex :  
 Pour un projet de 5000\$ financé 60 mois 103,55\$/mois  
 Pour un projet de 7500\$ financé 60 mois 155,32\$/mois  
 Pour un projet de 10 000\$ financé 60 mois 207,10\$/mois

- Établie depuis 20 ANS
- FABRICANT avec sa propre usine
- Service personnalisé offert SANS INTERMÉDIAIRE
- Venez rencontrer nos DESIGNERS en salle de montre

R.B.Q. : 8211-8316-04

#### 2 salles d'exposition

3327, de la Pinière, Terrebonne **450 918-4158**  
 1A Duhamel, Pincourt **514 453-0032**

[www.armoires-senecal.com](http://www.armoires-senecal.com)



#### NOUVEAUTÉS

- BALLET JAZZ
- DANSE CONTEMPORAINE
- ZUMBA



GRAPPLING CATCH

## JANVIER 2014



**AMM**  
 COMPLEXE D'ARTS MARTIAUX DE MASCOUCHE

#### PROMOTIONS

- GRAPPLING CATCH
- ZUMBA

**GRATUIT**  
 pour janvier seulement



HIP-HOP



KICK-BOXING

- Karaté
- Tae-Kwon-do
- Aikibudo
- Esprit de famille
- Ballet jazz
- Danse contemporaine
- Zumba
- Danse Hip-Hop
- Grappling Catch
- Kick-Boxing / Muay Thai
- Enseignement sportif ou de compétition



TAE KWON DO



KARATÉ



AIKIBUDO

**Vente d'équipements sur place**

**Camp de jour  
 semaine de relâche**

**Le centre professionnel de la région!**

519, montée Masson, Mascouche | [ComplexeArtsMartiaux.ca](http://ComplexeArtsMartiaux.ca) | 450 417-3999



# LA RENTRÉE DE JANVIER 2014

## Les aînés à l'université

L'Université du troisième âge (UTA) à la MRC des Moulins de l'Université Sherbrooke permet aux gens du troisième âge de suivre des cours et d'assister à des ateliers enrichissants dans leur région, et ce, sans qu'aucun préalable soit exigé et sans qu'un examen soit imposé.

### COURS

**Lundi de 13 h à 15 h : Histoire du Canada – Le Régime anglais**

Au lendemain de la Conquête, le lent itinéraire de la communauté francophone d'Amérique vu à travers les moments forts de l'histoire.

**Lundi de 13 h 30 à 16 h : La représentation de la médecine dans l'art**

Initiation à la représentation de la médecine dans les arts visuels, de l'Antiquité au XXe siècle.

**Mardi de 9 h 30 à 12 h : Le Moyen Âge**

La période médiévale couvre près de 1 000 ans d'histoire. Ce millénaire historique a vu apparaître les fondements de ce qui deviendra l'Occident dont nous sommes le produit.

### ATELIERS

**Lundi de 15 h 45 à 18 h 15 : Informatique – Initiation à Word, Excel et traitement de photos**

Initiation au traitement de texte Word par l'apprentissage de la mise en page, des polices de caractères, etc. Avec la feuille de calcul Excel, apprentissage par la saisie de données, les déplacements dans la feuille de calcul, etc. Aussi, transfert des photos numériques sur

l'ordinateur et leur traitement avec un logiciel.

**Mardi de 13 h 30 à 16 h : Morphopsychologie – L'autre façon de comprendre l'être humain**

Nous verrons comment le fonctionnement des émotions négatives et positives a un lien entre le corps, les pensées et les émotions pour réussir à construire un équilibre dans notre quotidien. Réflexion sur le bonheur.

### ATELIERS DE LANGUES

**Lundi de 9 h à 11 h 30 et vendredi de 12 h 30 à 15 h : Espagnol débutant II et conversation**

**Vendredi de 9 h à 11 h 30 : Espagnol intermédiaire I et conversation**

**Mercredi de 12 h 30 à 15 h : Espagnol avancé II et conversation**

**Mercredi de 9 h à 11 h 30 : Espagnol, conversation**

### CONFÉRENCES

Les étudiants doivent s'inscrire aux quatre conférences suivantes :

- **Le 6 février** : «Dédramatiser et intégrer le plaisir dans notre vie», par Lise Veilleux, travailleuse sociale, maîtrise en psychoéducation

- **Le 27 février** : «L'histoire des Irlandais au Québec», par François Larose, maîtrise en science politique, maîtrise en histoire

- **Le 20 mars** : «Protéger son équilibre comme aidant naturel», par Annette Archambault, maîtrise en psychologie de l'éducation



Il n'y a pas d'âge pour apprendre, comme le prouve l'UTA à la MRC des Moulins!

- **Le 3 avril** : «Cellule et vieillissement», par Patrice Pimparé, bachelier en biologie et docteur en chiropractie

### INFORMATION ET INSCRIPTION

Une séance d'information et d'inscription aura lieu le lundi 13 janvier de 13 h 30 à 15 h au Centre Angora (école

de la Sablière), situé au 4125, rue d'Argenson à Terrebonne. Pour de plus amples renseignements, contactez Lorette Lachapelle, présidente, au 450 492-9179, Jacques Rinfret, registraire, au 450 965-0547 ou Lucie M. Chapdelaine pour les conférences au 450 964-2614. Visitez également le [www.usherbrooke.ca/uta/des-moulins](http://www.usherbrooke.ca/uta/des-moulins).

## École privée préscolaire et primaire



“Le secret le mieux gardé de la Rive-Nord!”

**PORTES OUVERTES**  
Le samedi 25 janvier  
de 11 h à 15 h

## L'Académie St-Margaret c'est...

- Un milieu sans intimidation.
- Des enseignants motivés, à l'écoute et présents depuis plusieurs années.
- Une équipe-école près des élèves et des parents.
- Programme d'immersion au préscolaire.
- Activité d'enrichissement en anglais au primaire.
- Cours avec spécialistes (musique, anglais, éducation physique).
- Six bulletins annuellement.
- Spectacles en décembre et en juin (en français et en anglais).
- Apprendre autrement!
  - Petit ratio
  - Programme personnalisé
  - Suivi à l'élève
  - Respect du rythme d'apprentissage

Calendrier scolaire de 180 jours de classe et de 15 journées pédagogiques.  
Service de garde disponible.

## L'Académie St-Margaret c'est aussi...

Un endroit chaleureux favorisant



Le droit à l'erreur



Le dépassement de soi



La persévérance



La tolérance



Le respect



L'entraide

Une approche éducative où chacun y vit des réussites!

383 chemin des Anglais Mascouche 450 477-5172  
[www.academiestmargaret.com](http://www.academiestmargaret.com)

# Repensez votre avenir et passez à l'action!

## Avec les **SARCA**

Services d'accueil • référence • conseil • accompagnement



- Vous désirez retourner aux études mais ne savez pas à qui vous adresser;
- vous souhaitez obtenir une évaluation de votre expérience de travail et de vie;
- vous voulez rencontrer une personne spécialisée en orientation;
- vous visez obtenir un emploi à la hauteur de vos attentes;

# Misez sur vous!



Les Services d'accueil, de référence, de conseil et d'accompagnement (les SARCA) ont pour objectifs d'accueillir, d'informer, d'orienter et d'accompagner toute personne prête à retourner aux études ou sur le marché du travail.

**Le personnel des Sarca est là pour vous !**

Deux points de service, sur rendez-vous seulement :

- MRC de L'Assomption à Repentigny
- MRC Les Moulins à Terrebonne

Pour plus d'information ou pour un rendez-vous :

**Téléphone : 450 492-3734**

**sarca@csaffluents.qc.ca**

Les heures d'ouvertures sont du lundi au vendredi de 8 h à 16 h

# JE TRACE MON AVENIR

L'EXPÉRIENCE, ÇA COMPTE!



## VOUS AVEZ DE L'EXPÉRIENCE DANS UN DE CES DOMAINES?

Comptabilité • Ébénisterie • Électricité • Électromécanique de systèmes automatisés • Mécanique industrielle de construction et d'entretien • Secrétariat • Techniques d'usinage • Vente-conseil



## VOUS POUVEZ OBTENIR UN **DIPLÔME** SANS RECOMMENCER À ZÉRO!

**Téléphone : 450 492-3411**  
**info@rac-lanaudiere.qc.ca**  
**www.rac-lanaudiere.qc.ca**





**KARATÉ  
SPORTIF**

UNE  
ÉCOLE  
CEINTURE  
NOIRE



**CONCENTRATION, PROTECTION ET PLAISIR**

**LE RETOUR  
EN CLASSE !**

**Contrôle  
Confiance  
Concentration**

**MASCOUCHE**

1100 montée Masson  
(près de Ste-Marie)  
Mascouche

**514 503-5202**



**Depuis 1992**

**Promotion**

Seulement  
**20 \$** \*  
Taxes  
incluses

2 semaines +  
kimono gratuit !

\*Certaines conditions s'appliquent.

L'apprentissage des arts  
martiaux va bien au-delà des  
coups de pied, des coups de  
poing et des techniques de  
combat. C'est avant tout une  
connaissance et une maîtrise  
de soi qui permettent d'adopter  
**une discipline de vie.**

Ninjas : 3-4-5 ans | Scolaire 1 : 6 à 8 ans | Scolaire 2 : 9 à 12 ans | Ados-adultes : 13 ans + | Parents-enfants

[www.karatemascouche.com](http://www.karatemascouche.com)