KIRKLAND

activités activities

Hiver 2026-2027 Winter

UNE PUBLICATION DE LA VILLE DE KIRKLAND • A PUBLICATION OF THE TOWN OF KIRKLAND

Culture et loisirs / Culture and Recreation



Inscription aux programmes d'hiver

Winter Program Registration

Guignolée de Kirkland
Kirkland Food Drive

Déjeuner avec le Père Noël
Breakfast with Santa

Nouveau défi de lecture à la Bibliothèque
New Reading Challenge at the Library

Renseignements généraux
General Information

SERVICE DES LOISIRS
RECREATION DEPARTMENT

Complexe sportif / Sports Complex
16950, boulevard Hymus

Programmes de loisirs
Recreation programs **514 630-2719**
loisirs@ville.kirkland.qc.ca

Réservation de locaux
Facility reservation .....**514 630-2719 #3311**
contrats@ville.kirkland.qc.ca

Heures d'ouverture
Opening hours

SERVICE DES LOISIRS / RECREATION DEPARTMENT	
Lundi au vendredi **Monday to Friday**	8:30 - 12:00 **&** 13:00 - 16:30
COMPLEXE SPORTIF / SPORTS COMPLEX	
Lundi au dimanche **Monday to Sunday**	8:30 - 22:00

BIBLIOTHÈQUE / LIBRARY

514 630-2726
17100, boulevard Hymus

Heures d'ouverture
Opening hours

Lundi au vendredi **Monday to Friday**	10:00 - 21:00
Samedi et dimanche **Saturday and Sunday**	10:00 - 17:00

CHALETS DE PARC / PARK CHALETS

CHALET DES BÉNÉVOLES
18180, Elkas

CHALET CANVIN
1, Surrey

CHALET ECCLESTONE
130, Argyle

CHALET HOLLEUFFER
75, Charlevoix

CHALET KIRKLAND
81, Park Ridge

MAISON LANTIER HOUSE
11, Chemin Lantier

Information :
Communication@ville.kirkland.qc.ca

Impression / Printing : Numerix

Dépôt légal / Legal deposit :
Bibliothèque nationale du Québec

Imprimé sur du papier Rolland Enviro Satin
contenant 100 % de fibres recyclées postconsommation

Printed on Rolland Enviro Satin certified paper,
with 100 % recycled post-consumer fibre content

POUR POSITION SEULEMENT

Table des matières / Table of contents

3 ACTUALITÉS / NEWS

6 ACTIVITÉS DU TEMPS DES FÊTES / HOLIDAY SEASON ACTIVITIES

12 PLAISIRS D'HIVER / WINTER FUN

14 INSCRIPTION EN LIGNE / ONLINE REGISTRATION

16 PROGRAMME DE KARATÉ POUR TOUS / KARATE PROGRAM FOR ALL

17 PROGRAMMES POUR ENFANTS / CHILDREN PROGRAMS

20 PROGRAMMES POUR ADOS / TEEN PROGRAMS

22 PROGRAMMES POUR ADULTES 14+ - Fitness / ADULT 14+ PROGRAMS - Fitness

30 PROGRAMMES POUR ADULTES 14+ - Arts et langues / ADULT 14+ PROGRAMS - Art and languages

33 À LA BIBLIOTHÈQUE - Cours gratuits / AT THE LIBRARY - Free courses

34 DÉGUSTATIONS DE VINS / WINE TASTING CLASSES

35 ACTIVITÉS LIBRES - GYMNASE ET ARÉNA / DROP-IN ACTIVITIES - GYMNASIUM AND ARENA

38 À LA BIBLIOTHÈQUE - Lundis Cinéma et Cinéma en famille / AT THE LIBRARY - Movie Mondays and Family Movie

39 THÉÂTRE BONBON / LOLLIPOP THEATRE

40 ACTIVITÉS JEUNESSE / YOUTH ACTIVITIES

42 BIBLIOTHÈQUE D'OBJETS / CLUB DE LECTURE À EMPORTER / LIBRARY OF THINGS / BOOK CLUB TO GO

43 BIBLIO MOBILE / CLUB D'ÉPICES / LIBRARY EXPRESS / SPICE CLUB

44 ATELIERS ET CONFÉRENCES POUR ADULTES / ADULT WORKSHOPS AND CONFERENCES

46 CLUBS D'ÉCHECS / NOUVEAU DÉFI DE LECTURE / CHESS CLUBS / NEW READING CHALLENGE

47 CLUBS DE LECTURE / BOOK CLUBS

ville.kirkland.qc.ca

Branchez-vous à la ville ! / Connect to your city!

À KIRKLAND, ON A UNE PLACE POUR TOI !

Travailler pour ta municipalité, ça t'intéresse ?

Plusieurs postes étudiants sont à combler tout au long de l'année.

Critères d'admissibilité :
- Avoir 15 ans ou plus
- Être inscrit comme étudiant à temps plein

Postule en ligne à : ville.kirkland.qc.ca/nos-emplois

AT KIRKLAND, WE HAVE A PLACE FOR YOU!

Interested in working for your municipality?

Several student positions are available throughout the year.

Requirements:
- Be 15 years old or older
- Be enrolled as a full-time student

Apply online at: ville.kirkland.qc.ca/our-jobs

HIVER 2026-2027

PRÉPOSÉS AUX PATINOIRES EXTÉRIEURES

En plus de veiller au bon déroulement des activités de patinage au parc qui leur a été assigné, les préposés aux patinoires extérieures sont chargés d'aider à l'entretien intérieur et extérieur des installations du chalet de parc.

Quarts de travail disponibles :
- Lundi au vendredi : 16h à 23h
- Samedi et dimanche : 8h à 16h et 16h à 23h



WINTER 2026-2027

OUTDOOR RINK ATTENDANTS

In addition to ensuring that skating activities run smoothly at their assigned park, outdoor rink attendants are responsible for assisting with the interior and exterior maintenance of the park chalet facilities.

Available shifts:
- Monday to Friday: 4 to 11 pm
- Saturday and Sunday: 8 am to 4 pm and 4 pm to 11 pm

ÉTÉ 2027

Plusieurs postes étudiants seront à combler l'été prochain dans différents services municipaux :

CAMPS DE JOUR - CLUB DE LECTURE D'ÉTÉ - INGÉNIERIE - AMÉNAGEMENT URBAIN

Dès janvier, visite notre site web pour connaître les postes disponibles et remplis le formulaire de demande d'emploi.

Tu pourras soumettre ta candidature à un ou plusieurs postes jusqu'à la fin février.



SUMMER 2027

Several student positions will be available next summer in various municipal departments:

DAY CAMPS - SUMMER READING CLUB - ENGINEERING - URBAN PLANNING

As of January, visit our website to find out about available positions and fill in the application form.

You can apply for one or more positions until the end of February.

BANQUE ALIMENTAIRE

Cette année encore, la Bibliothèque de Kirkland se transforme en point de collecte pour vos dons alimentaires. Venez déposer vos denrées non périssables dans la boîte prévue à cet effet, durant les heures d'ouverture régulières, et ce, jusqu'au 30 décembre.

FOOD BANK

Once again this year, the Kirkland Library is serving as a collection point for your food donations. Drop off your non-perishable items in the designated box during regular opening hours, until December 30.



CHÂTEAUX DE NEIGE ET GLISSADE EN BORDURE DE RUE : À PROSCRIRE !

Glisser en bordure de rue ou y construire des forts, tunnels ou châteaux de neige, constitue un réel danger pour les enfants. Les automobilistes et conducteurs de lourds véhicules de déneigement ont une visibilité réduite en hiver et sont moins susceptibles d'apercevoir les enfants de façon à pouvoir immobiliser leur véhicule à temps. Encouragez plutôt vos jeunes à construire leurs structures de neige à l'arrière ou sur le côté de la maison, là où leur sécurité n'est pas compromise.

BUILDING SNOW FORTS AND SLIDING NEAR THE ROADSIDE: PLEASE AVOID!

Building forts, tunnels and snow castles by the side of the road, or sliding near the roadway, constitutes a real danger for your children. Motorists and drivers of heavy snow removal equipment have limited visibility in winter. As such, they are less likely to see your little ones in time to bring their vehicle to a full stop. Instead, encourage your youngsters to play and build their snow structures beside or behind the house, where their safety isn't at risk.

INFO-NEIGE : VOTRE RÉFÉRENCE QUOTIDIENNE POUR LE STATIONNEMENT HIVERNAL !

Du 15 novembre au 15 avril, **consultez la section Info-Neige** du site web de la Ville pour savoir si le stationnement sur rue est permis pour la nuit à venir.



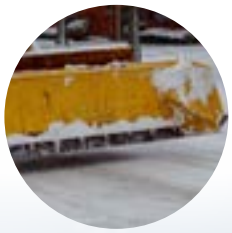
SNOW INFO: YOUR DAILY REFERENCE FOR WINTER PARKING!

From November 15 to April 15, **check the Snow Info section** on the Town's website to see whether on-street parking will be permitted for the coming night.

DÉNEIGEMENT : UN EFFORT COLLECTIF POUR DES RUES DÉGAGÉES ET SÉCURITAIRES !

Pour que nos rues restent dégagées et sécuritaires cet hiver, la collaboration de tous les citoyens est essentielle. Chaque véhicule laissé dans la rue pendant ou après une tempête devient un obstacle et complique le travail de nos équipes de déneigement. Ensemble, nous pouvons faire la différence ! **Voici comment :**

- **Ne stationnez jamais dans la rue pendant ou après une tempête de neige**, même si vous attendez le passage de votre entrepreneur privé.
- **Dégagez votre véhicule rapidement** après une tempête de neige. Une voiture ensevelie sous la neige (igloo) laissée dans la rue peut rapidement devenir un problème pour tout le voisinage.
- **Placez vos bacs et poubelles** de façon à ne pas nuire au passage du chasse-neige et rangez-les dès la fin de la collecte.
- **Gardez les bornes d'incendie dégagées** en tout temps.



SNOW REMOVAL: A COLLECTIVE EFFORT FOR CLEAR AND SAFE STREETS!

To keep our streets clear and safe this season, everyone's cooperation is essential. Every vehicle left on the street during or after a snowstorm becomes an obstacle, and makes our crews' job much harder. Together, we can make a difference!
Here is how you can help:

- **Never park on the street during or after a snowstorm**, even if you're waiting for your private contractor.
- **Clear your vehicle promptly after a snowfall.** A snow-covered car (igloo) left on the street can quickly become a problem for the entire neighborhood.
- **Place your bins and garbage cans** so they don't block snowplows, and put them away once the collection is done.
- **Keep fire hydrants clear** at all times.

COLLECTE D'ARBRES DE NOËL
10 AU 22 JANVIER

Pour être ramassé, votre arbre doit être dépouillé de toute décoration, placé en bordure de rue et ne pas être planté dans la neige.



CHRISTMAS TREE PICK-UP
JANUARY 10 TO 22

To be collected, your tree must be free of all ornaments, placed at the curb, and not buried in a snowbank.

COLLECTE DE SANG ET DE PLASMA DU MAIRE DE KIRKLAND

Le **27 janvier 2027**, les résidents sont invités à participer à la collecte directement au **Centre de dons Héma-Québec de Kirkland** situé au 16993, autoroute Transcanadienne.

Pourquoi donner du plasma ?
Riche en protéines essentielles, le plasma sert à fabriquer des médicaments indispensables au traitement de milliers de personnes atteintes de maladies graves, rares ou chroniques. Comme ces traitements ne peuvent être produits de façon synthétique, chaque don compte.

Prenez rendez-vous dès maintenant auprès d'Héma-Québec et contribuez à sauver des vies. Merci de votre générosité !



Pour prendre rendez-vous, communiquez avec :

To book an appointment, contact:

Isabelle Colgan
Isabelle.colgan@hema-quebec.qc.ca
438-832-3248

KIRKLAND MAYOR'S BLOOD AND PLASMA DRIVE

On **January 27, 2027**, residents are invited to take part in the drive directly at the **Héma-Québec Donation Centre in Kirkland**, 16993 Trans-Canada Highway.

Why donate plasma?
Rich in essential proteins, plasma is used to manufacture vital medications for thousands of people living with serious, rare or chronic illnesses. Since these treatments cannot be produced synthetically, every donation matters.

Book your appointment today with Héma-Québec and help save lives. Thank you for your generosity!

Le Centre est ouvert 7 jours sur 7 et les dons sont les bienvenus tout au long de l'année.

The Centre is open 7 days a week, and donations are welcome year-round.

RELÂCHE SCOLAIRE
1er au 7 mars 2027

Du 1er au 7 mars, la Ville de Kirkland t'invite à célébrer la Relâche scolaire en grand avec une foule d'activités gratuites au Complexe sportif et à la Bibliothèque. Une semaine exceptionnelle t'attend, remplie de divertissements pour tous les âges. C'est l'occasion idéale de créer des souvenirs mémorables en famille ou entre amis.

Reste à l'affût ! La programmation complète sera dévoilée sur le site web de la Ville dès février…

SCHOOL BREAK
March 1st to 7, 2027

From March 1st to 7, the Town of Kirkland invites you to celebrate the School Break with a wide range of free activities at the Sports Complex and the Library. An exceptional week awaits, filled with entertainment for all ages. It's the perfect opportunity to create unforgettable memories with family and friends.

Stay tuned! The full schedule will be unveiled on the Town's website in February…



Inscriptions requises pour certaines activités – **INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT**
Registration required for some activities – **ONLINE REGISTRATION ONLY**

Clientèle / Clientele	Dates
Résidents de KIRKLAND Residents	Dès le JEUDI 18 février, 8 h As of THURSDAY, February 18, 8 am
Pour TOUS For ALL	Dès le JEUDI 25 février, 8 h As of THURSDAY, February 25, 8 am

Pour obtenir la procédure détaillée de l'inscription en ligne, visite le **ville.kirkland.qc.ca** → Loisirs et vie communautaire → Programmation des activités → Inscription en ligne.

For the detailed online registration procedure, visit **ville.kirkland.qc.ca** → Recreation and Community Living → Programming of activities → Online Registration.

Activités du temps des fêtes
Holiday Season Activities

KIRKLAND S'ILLUMINE POUR NOËL

Venez célébrer la plus féérique des saisons à l'Hôtel de Ville de Kirkland!

Le **vendredi 27 novembre**, laissez-vous transporter par la magie des fêtes : chasse au trésor, animation pour toute la famille et tours de calèche vous plongeront dans l'esprit du temps des Fêtes. Ne manquez surtout pas le moment tant attendu de l'illumination des décorations de Noël à 18 h 45 !

Un rendez-vous festif pour toute la famille à ne pas manquer!

- **18h30 à 20h** : Chasse au trésor*, animation et tours de calèche
- **18h45** : Illumination des décorations de Noël

Un cadeau attend les enfants qui participeront à l'événement! Rejoins-nous sous la tente de la Bibliothèque pour recevoir ton sac-surprise des fêtes!*

**Disponible en quantités limitées*

KIRKLAND LIGHTS UP FOR CHRISTMAS

Come celebrate the most magical of all seasons at Kirkland Town Hall!

On **Friday, November 27**, let yourself be carried away by the magic of the season: a scavenger hunt, entertainment for the whole family, and carriage rides will immerse you in the holiday spirit. And don't miss the highly anticipated lighting of the Christmas decorations at 6:45 p.m.

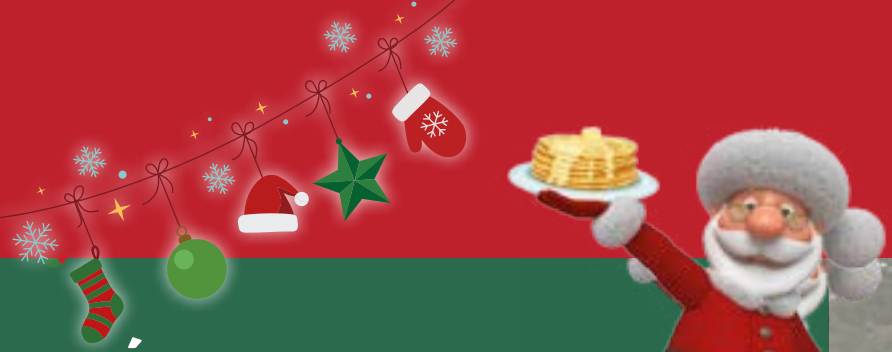
A festive event for the whole family you won't want to miss!

- **6:30 to 8 pm**: Scavenger hunt*, entertainment and carriage rides
- **6:45 pm**: Lighting of the Christmas decorations

A special gift awaits children who will take part in the event! Meet us at the Library tent to receive your Holiday surprise bag!*

**Available in limited quantities*





DÉJEUNER AVEC LE PÈRE NOËL

Le DIMANCHE 6 décembre à 9h
Au Complexe sportif (Gymnase)

Soyez des nôtres le dimanche 6 décembre pour notre petit déjeuner annuel avec le Père Noël. Au programme : musique, animation, maquillage, bricolage et plus encore!

N'oubliez pas votre appareil photo pour prendre des photos avec le Père Noël!

FRAIS D'ENTRÉE

Billets en vente en ligne dès le 19 novembre à 8h (voir procédure p.15)

- **Adulte** : 15 $
- **Enfant** : Un cadeau NEUF non emballé dans un sac cadeau - veuillez indiquer l'âge et le sexe de l'enfant à qui il est destiné

Les cadeaux seront remis à l'Hôpital de Montréal pour enfants

BREAKFAST WITH SANTA

SUNDAY, December 6 at 9 am
At the Sports Complex (Gymnasium)

Join us on Sunday, December 6 for our annual Breakfast with Santa! On the program: music, entertainment, face painting, arts and craft, and much more!

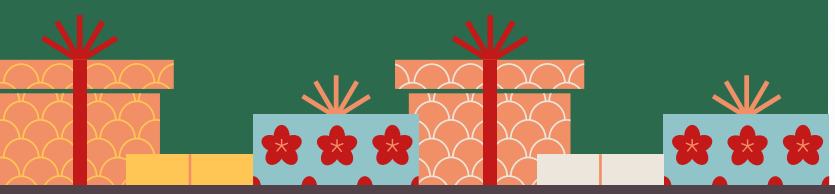
Don't forget to bring your camera to take pictures with the big man himself!

ADMISSION

Online tickets on sale as of November 19 at 8 am (see procedure p.15)

- **Adult:** $15
- **Child:** A NEW unwrapped gift in a gift bag - please indicate the age and sex of the intended recipient

Gifts will be donated to the Montreal Children's Hospital.



En collaboration et au profit de :
In collaboration and support of:

- Mission de l'Ouest de l'Île
  West Island Mission
- Services communautaires On Rock
  On Rock Community Services

GUIGNOLÉE DE KIRKLAND

Le DIMANCHE 6 décembre

Dès midi, nos vaillants bénévoles seront à votre porte pour recueillir vos denrées non périssables.

Vous ne serez pas à la maison?

Avant de quitter, placez vos sacs de denrées non-périssables sur votre perron dans un sac identifié à cette fin.

Vous voulez nous prêter main-forte?

Rendez-vous au Chalet Holleuffer (75, rue Charlevoix). Départ prévu à midi.

Nous n'avons pas eu l'occasion de passer chez vous ?

Aucun problème! Vous pouvez déposer vos dons à la Bibliothèque, au Complexe sportif ou au chalet Holleuffer, pendant les heures d'ouverture, jusqu'à 21 h le lundi 7 décembre.

KIRKLAND FOOD DRIVE

SUNDAY, December 6

As of noon, our hard working volunteers will be at your door to collect your non-perishable food items.

You won't be home?

Before leaving, place your non-perishables in a marked bag and leave it on your front porch

You wish to help out?

Join us at Holleuffer Chalet (75, Charlevoix street). Departure time is at noon.

Did we miss you?

No problem! You can drop off your donations at the Library, the Sports Complex or the Holleuffer Chalet during regular opening hours, until 9:00 pm on Monday, December 7.

Activités du temps des fêtes
Holiday Season Activities



Théâtre Lollipop | Bonbon Theatre

À LA RESCOUSSE DE NOËL
Spectacle bilingue pour tous les âges

Le DIMANCHE 13 décembre
11h00 à 11h50

Au Complexe sportif (Salle de réception)

La musique a disparu du pôle Nord et, sans elle, les lutins ne peuvent plus préparer les cadeaux ! Octave, le chef des lutins, fait appel à Maria Cannelloni pour rallumer les étoiles de la constellation de la musique. Avec l'aide du public et de chansons entraînantes, réussiront-ils à ramener la musique et la joie au pôle Nord ?

RESCUING CHRISTMAS
Bilingual show for all ages

SUNDAY, December 13
11:00 to 11:50 am

At the Sports Complex (Reception Hall)

Music has disappeared from the North Pole, leaving the elves unable to prepare any gifts! Octave, the head elf, calls on Maria Cannelloni to help relight the stars of the Music Constellation. With the audience's help and plenty of lively songs, will they succeed in bringing music and joy back to the North Pole?

LUTIN MALIN
OÙ PEUT-IL BIEN SE CACHER AUJOURD'HUI ?

Aucune inscription requise

Chaque jour, du 1er au 23 décembre, viens à la Bibliothèque pour trouver où se cache le LUTIN MALIN et récupère un coupon te donnant une chance de gagner un prix !

Mais attention… Lorsque tu le trouveras, surtout ne le touche pas, sinon tu risques de briser sa magie…

ELF ON THE SHELF
WHERE COULD HE POSSIBLY BE HIDING TODAY?

No registration required

Every day, starting December 1st through December 23, come to the Library to find the ELF ON THE SHELF and get a coupon for a chance to win a prize!

But be careful… When you find him, do not touch him, or else he will lose his magic…



TROUSSES DE BRICOLAGE DE NOËL À EMPORTER

À partir du 17 décembre

Aucune inscription requise

Viens récupérer une trousse de bricolage du temps des fêtes pour emporter ! Chaque trousse comprend tout le matériel dont tu auras besoin (sauf de la colle et des ciseaux) pour créer un bricolage facile et éducatif.

Les trousses de bricolage sont disponibles en **quantités limitées**.

HOLIDAY CRAFT KITS TO GO

As of December 17

No registration required

Take home our holiday craft kit! Each kit includes the materials you will need (except for glue and scissors) to make an easy and educational craft.

We have a **limited number** of craft kits available.



Cher Père Noël… Dear Santa…

Du 22 novembre au 5 décembre, viens écrire au Père Noël et soumets-lui ta liste de cadeaux sur notre papier à lettre officiel du Pôle Nord. Tu pourras ensuite la poster directement au Père Noël en la déposant dans l'une ou l'autre des boîtes aux lettres qu'il a lui-même installées à la Bibliothèque et au Complexe sportif !

Between November 22 and December 5, come write to Santa and submit your list of presents using our official North Pole stationery. You can then mail it directly to Santa by placing it in either mail boxes that Santa himself installed at the Library and at the Sports Complex!



À la Bibliothèque
At the Library

Inscription en ligne obligatoire (détails en page 15) | Mandatory Online Registration (details on page 15)

HEURE DU CONTE AVEC LE PÈRE NOËL

JEUDI 17 décembre
18h30 à 19h00

3 à 7 ans

Inscription à compter du 19 novembre

Le père Noël fait un arrêt tout spécial à la Bibliothèque ! Venez écouter de merveilleuses histoires de Noël et partager un moment magique en famille dans une ambiance festive. Petits et grands seront transportés par la magie des Fêtes... et une petite surprise attend chaque participant!

STORYTIME WITH SANTA

THURSDAY, December 17
6:30 to 7 pm

3 to 7 year olds

Registration begins November 19

Santa Claus is making a very special stop at the Library! Come enjoy wonderful Christmas stories and share a magical moment with your family in a festive atmosphere. The magic of the holiday season is sure to delight children and adults alike... and a special surprise awaits every participant!



CARTES DE NOËL LUMINEUSES

SAMEDI 19 décembre
11h à 12h

4 ans et plus

Inscription à compter du 19 novembre

Noël est le moment parfait pour faire plaisir à ceux que tu aimes ! Viens créer de jolies cartes de Noël illuminées à l'aide de DEL, de piles et d'autres matériaux, tout en découvrant les notions de base des circuits électriques. Une façon amusante et originale de laisser briller ta créativité et la magie des Fêtes!

LIGHT-UP CHRISTMAS CARDS

SATURDAY, December 19
11 am to 12 pm

Ages 4 and up

Registration begins November 19

Christmas is the perfect time to bring joy to the people you love! Come create festive light-up Christmas cards using LEDs, batteries, and other materials while discovering the basics of electrical circuits. A fun and original way to let your creativity and the magic of the holidays shine!



BOUGIES GOURMANDES

SAMEDI 19 décembre
14h à 15h30

Activité parent-enfant
4 ans +

Inscription à compter du 19 novembre

Découvre les secrets des aliments en créant ta propre bougie comestible ! Chocolat, beurre, fromage et autres ingrédients surprenants seront au cœur de cette expérience créative et sensorielle. Tu pourras même goûter à certaines créations avant de repartir avec ta bougie, joliment présentée dans une boîte.

GOURMET CANDLES

SATURDAY, December 19
2 to 3:30 pm

Parent-child activity
4 year olds +

Registration begins November 19

Discover the secrets of food as you create your very own edible candle! Chocolate, butter, cheese, and other surprising ingredients will be at the heart of this fun and sensory experience. You'll even get to taste some creations before taking home your own candle, beautifully packaged in a box.



SAVONS DE NOËL

MARDI 22 décembre
19h à 20h

Activité parent-enfant
4 ans +

Inscription à compter du 19 novembre

Découvre la science derrière la fabrication du savon en observant sa transformation de l'état liquide à l'état solide ! Personnalise ensuite tes créations avec des fragrances, des couleurs et une foule de décorations. Pour terminer, emballe tes savons dans une jolie boîte festive, prête à offrir à quelqu'un que tu aimes pour Noël !

CHRISTMAS SOAPS

TUESDAY, December 22
7 to 8 pm

Parent-child activity
4 year olds +

Registration begins November 19

Discover the science behind soap making as you watch it transform from liquid to solid! Then personalize your creations with fragrances, colours, and all kinds of decorations. To finish, package your soaps in a festive gift box, ready to give to someone you love for Christmas!



Activités du temps des fêtes
Holiday Season Activities

Activités libres au Complexe sportif
HORAIRE DES FÊTES

Drop-in Activities at the Sports Complex
HOLIDAY SCHEDULE

21 DEC.

12:00 à/to 13:45	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
14:00 à/to 14:50	Ringuette libre Open ringette **(6-17)**
15:00 à/to 15:50	Hockey libre Shinny hockey **(8-17)**
10:30 à/to 11:50	Basketball **(jeunesse/youth)**
12:00 à/to 13:50	Badminton **(jeunesse/youth)**
19:00 à/to 20:20	Pickleball * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required

22 DEC.

10:00 à/to 10:50	Ringuette libre Open Ringette **(6-17)**
11:00 à/to 11:50	Hockey libre Shinny hockey **(8-17)**
12:00 à/to 14:30	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
10:30 à/to 11:50	Hockey balle Ball hockey **(jeunesse/youth)**
12:00 à/to 13:20	Volleyball **(jeunesse/youth)**
15:00 à/to 15:50	Basketball **(jeunesse/youth)**
17:00 à/to 18:50	Badminton **(jeunesse/youth)**

23 DEC.

12:00 à/to 13:45	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
14:00 à/to 14:50	Ringuette libre Open ringette **(6-17)**
15:00 à/to 15:50	Hockey libre Shinny hockey **(8-17)**
10:30 à/to 11:50	Basketball **(jeunesse/youth)**
12:00 à/to 13:50	Badminton **(jeunesse/youth)**
19:00 à/to 20:20	Pickleball * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required

27 DEC.

14:00 à/to 15:45	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
8:30 à/to 9:50	Pickleball * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required
10:00 à/to 11:20	Badminton * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required
11:30 à/to 12:50	Hockey balle Ball hockey **(jeunesse/youth)**
13:00 à/to 14:20	Volleyball **(jeunesse/youth)**
17:30 à/to 18:50	Badminton **(jeunesse/youth)**

28 DEC.

12:00 à/to 13:45	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
14:00 à/to 14:50	Ringuette libre Open ringette **(6-17)**
15:00 à/to 15:50	Hockey libre Shinny hockey **(8-17)**
10:00 à/to 11:20	Hockey balle Ball hockey **(jeunesse/youth)**
12:00 à/to 13:50	Badminton * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required
16:00 à/to 17:20	Badminton **(jeunesse/youth)**

29 DEC.

10:00 à/to 10:50	Ringuette libre Open ringette **(6-17)**
11:00 à/to 11:50	Hockey libre Shinny hockey **(8-17)**
12:00 à/to 14:15	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
16:00 à/to 17:50	Hockey balle Ball hockey **(jeunesse/youth)**
18:00 à/to 19:50	Basketball **(jeunesse/youth)**

30 DEC.

12:00 à/to 13:45	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
14:00 à/to 14:50	Ringuette libre Open ringette **(6-17)**
15:00 à/to 15:50	Hockey libre Shinny hockey **(8-17)**
10:30 à/to 11:50	Basketball **(jeunesse/youth)**
12:00 à/to 13:50	Badminton **(familial/family)**
19:00 à/to 20:20	Pickleball * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required

3 JAN.

14:00 à/to 15:45	Patinage libre Public skating **(tous/all)**
12:00 à/to 13:20	Basketball **(jeunesse/youth)**
13:30 à/to 14:50	Pickleball * **(adultes/adults)** Inscription requise / Registration required
15:00 à/to 16:20	Badminton **(familial/family)**

ARÉNA
ARENA

GYMNASE
GYMNASIUM

***Inscription en ligne obligatoire pour le Badminton et le Pickleball pour adultes dès le 18 décembre à 9h. (voir p. 15)**

***Mandatory online registration for Badminton and Pickleball for adults as of December 18 at 9 am. (see p. 15)**

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE
Hockey & Ringuette : casque, visière, protège-cou et gants
Patinage libre : casque et mitaines pour les 11 ans et moins

MANDATORY EQUIPMENT :
Hockey & Ringette: Helmet, visor, neck guard and gloves
Public skating: Helmet and mittens for 11 year olds and under

Patinage des fêtes | Holiday Skating



Le DIMANCHE 20 décembre
de 14h à 15h45
Aréna de Kirkland

Frais d'entrée :
Denrées non périssables

Lacez vos patins et rejoignez-nous pour du plaisir sur la glace : musique du temps des fêtes, ambiance festive et plusieurs surprises vous attendent !

(Aucune inscription requise)

UNE ACTIVITÉ POUR TOUTE LA FAMILLE!

BRING THE WHOLE FAMILY!

SUNDAY, December 20
from 2 to 3:45 pm
Kirkland Arena

Admission:
Non-perishable food items

Lace up your skates and join us for some fun on the ice: holiday music, festive atmosphere, and many surprises await you!

(No registration required)

Le port du casque est recommandé pour les enfants de 11 ans et moins. **Wearing a helmet is recommended for children 11 years old and under.**

Patinoires en fête | Winter Skate Party

Cet hiver, nos patinoires extérieures s'animent pour offrir à toute la famille une expérience festive et chaleureuse. Enfilez vos patins et venez patiner avec nous !

This winter, our outdoor rinks come alive with music, treats, and joyful vibes for the whole family. Lace up your skates and come skate with us!

Au programme :
- Ambiance musicale entraînante
- Chocolat chaud et biscuits décadents
- Sourires, rires et plaisir en famille

Trois rendez-vous à ne pas manquer :
- **DIMANCHE 24 janvier** – Parc Kirkland | 15h à 17h
- **DIMANCHE 31 janvier** – Parc Héritage | 15h à 17h
- **DIMANCHE 7 février** – Parc Holleuffer | 15h à 17h

What's in store:
- Upbeat music to set the mood
- Hot chocolate and delicious cookies
- Smiles, laughter, and family fun

Save the dates:
- **SUNDAY, January 24** – Kirkland Park | 3 to 5 pm
- **SUNDAY, January 31** – Héritage Park | 3 to 5 pm
- **SUNDAY, February 7** – Holleuffer Park | 3 to 5 pm

PLAISIRS D'HIVER

QUOI FAIRE À KIRKLAND CET HIVER

Envie de bouger cet hiver ? La Ville de Kirkland vous propose une foule d'activités extérieures pour en profiter pleinement et ce, dès que les conditions climatiques le permettront !

Avant de vous déplacer, rendez-vous à ville.kirkland.qc.ca pour connaître l'état des installations extérieures.

PARC **HOLLEUFFER** PARK



PARC **HERITAGE** PARK





INSTALLATIONS

	PATINOIRES AVEC BANDES RINK WITH BOARDS
	MINI-PATINOIRE MINI-RINK
	PISTE DE SKI DE FOND CROSS-COUNTRY SKI TRAIL
	SENTIER DE MARCHE WALKING TRAIL
	RAQUETTE SNOWSHOEING

PATINOIRE RÉFRIGÉRÉE AU PARC HOLLEUFFER

Certaines plages horaires sont réservées à des activités spécifiques.
Vérifiez l'horaire en ligne avant de vous déplacer.

REFRIGERATED SKATING RINK AT HOLLEUFFER PARK

Some time slots are reserved for specific activities.
Check the schedule online before heading out.

PISTE DE SKI DE FOND

La piste de ski de fond, aménagée sur la servitude d'Hydro-Québec, sera entretenue régulièrement tout au long de l'hiver.
Les opérations de traçage seront effectuées selon les conditions météorologiques, lorsque l'enneigement sera suffisant. Consultez le site Web de la Ville pour connaître sa date d'ouverture et suivre l'état des conditions.

CROSS-COUNTRY SKI TRAIL

The cross-country ski trail along the Hydro-Québec right-of-way, will be groomed regularly throughout the winter season. Track-setting operations will take place as weather conditions permit, once there is sufficient snow on the ground. Visit the Town's website for updates on the trail's opening date and current conditions.

WINTER FUN

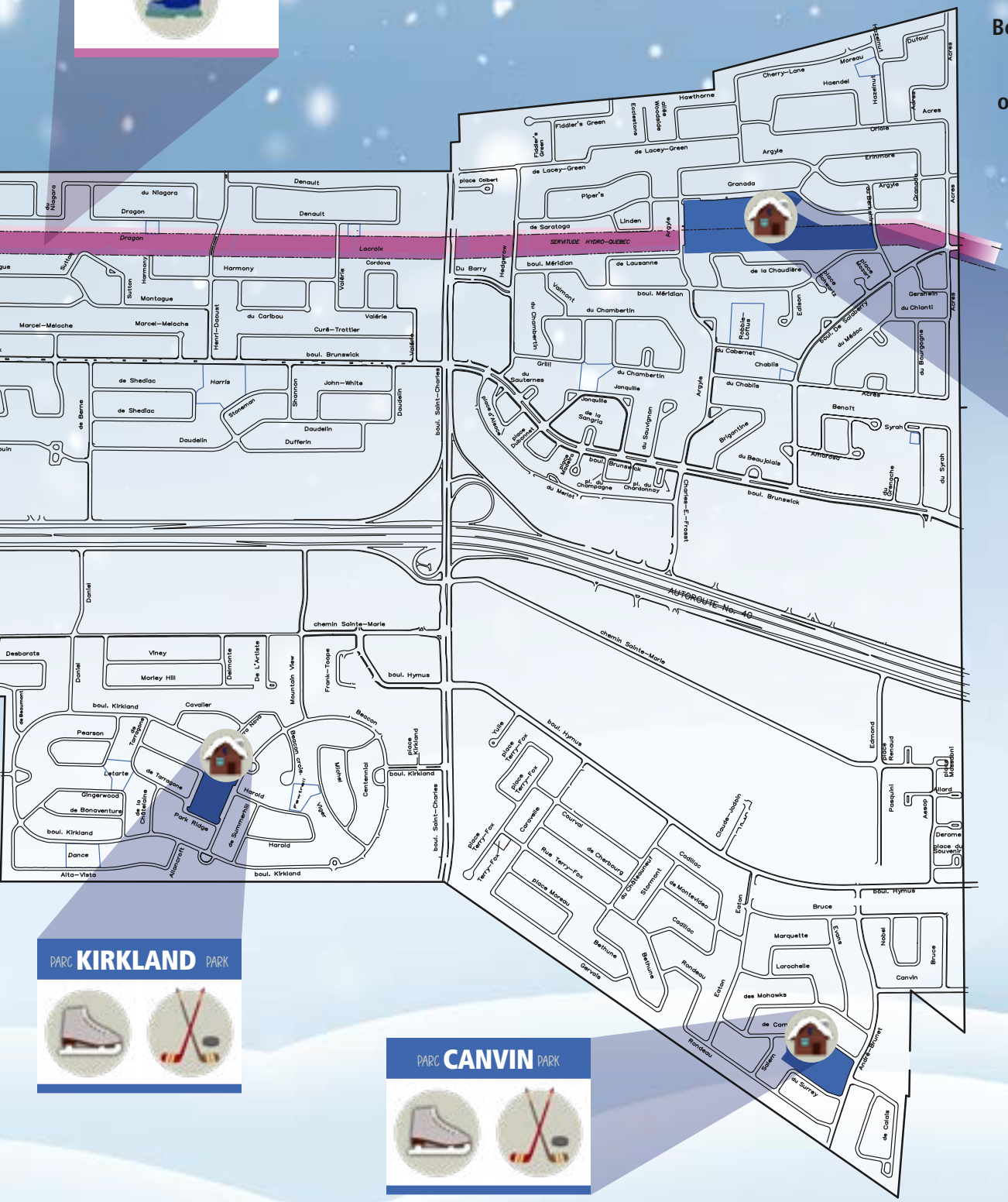
WHAT TO DO THIS WINTER IN KIRKLAND

Let's get moving! The Town of Kirkland is offering a variety of outdoor activities so you can fully enjoy the pleasures of the winter season as soon as weather permits!

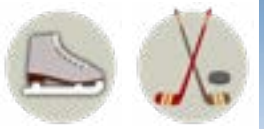
Before heading out, visit ville.kirkland.qc.ca to check on the status of outdoor installations.

SERVITUDE
HYDRO QUÉBEC





PARC ECCLESTONE PARK



PARC KIRKLAND PARK

PARC CANVIN PARK

HEURES D'OUVERTURE DES CHALETS DE PARC

PARK CHALETS OPENING HOURS

Héritage, Holleuffer, Ecclestone, Canvin, Kirkland

- Lundi au vendredi / Monday to Friday 15:30 – 22:45
- Samedi et dimanche / Saturday and Sunday 8:30 – 22:45

Dates d'inscription
Registration Dates

HIVER – WINTER

Inscription en ligne – Online registration
VILLE.KIRKLAND.QC.CA

Clientèle/Clientele	Dates
Résidents de KIRKLAND Residents	Dès le jeudi 10 décembre, **8 h** As of Thursday, December 10, **8 am**
Pour TOUS For ALL	Dès le jeudi 17 décembre, **8 h** As of Thursday, December 17, **8 am**

ÂGE REQUIS

Les participants doivent avoir atteint l'âge requis de participation au moment de l'activité ou du programme. Aucune exception à cette règle.

AGE REQUIREMENTS

Participants must be the age required at the time of the activity or program. No exception to this rule.

GRILLE TARIFAIRE – FEE SCHEDULE

Participants		Coût/Cost	Note
R&B	Résidents de Kirkland et Beaconsfield Kirkland and Beaconsfield Residents	**Prix régulier** **Regular price**	
R65+	Résidents de Kirkland 65+ ans Kirkland Residents 65+ yr olds	Prix régulier **–20 %** Regular price **–20%**	L'escompte de 20% est déjà appliqué dans les prix indiqués pour s'inscrire aux différents programmes.* The 20% discount has already been applied to the prices shown to register for the various programs.*
NR	Non-résidents Non-residents	Prix régulier **+20 %** Regular price **+20%**	La majoration de 20% est appliquée au moment de l'inscription. The 20% markup is applied at registration time.

* Le participant doit avoir 65+ ans au moment de l'inscription.

* The participant must be 65+ years old at registration time.

Escomptes offerts aux résidents de Kirkland seulement
Discounts offered to Kirkland residents only

10%

Escompte applicable aux
Programmes pour enfants
(exceptions : Sportball et Tennis adapté)
- Pour l'inscription à une même activité de trois (3) membres d'une même famille résidant à la même adresse.
- Une seule transaction par famille.

Discount applicable to
Children's Programs
(exceptions: Sportball and Adapted Tennis)
- For registration to a same activity of three (3) family members residing at the same address
- One transaction per family.

15%

Escompte applicable aux
Programmes de fitness pour adultes 14+
(exceptions : Karaté et Patinage)
- Pour l'inscription à trois (3) activités de fitness ou plus.
- Une seule transaction par participant.

Discount applicable to
Adult 14+ Fitness Programs
(exceptions: Karate and Skating)
- For registration to three (3) or more fitness classes
- One transaction per participant.

Inscription en ligne
Online registration

Assurez-vous de vous inscrire à partir d'un ordinateur. L'usage d'un cellulaire ou d'une tablette n'est pas recommandé.

Please register from a computer. The use of a tablet or cell phone is not recommended.



COMPTE D'UTILISATEUR

Toute personne qui désire s'inscrire à une activité doit se créer un compte *AccèsCité Loisirs* (un compte par famille). Pour compléter le processus d'activation de votre compte, vous devrez nous faire parvenir une copie des preuves de résidence et pièces d'identité requises (détails sur le site web de la Ville). Un courriel de confirmation vous sera envoyé pour attester l'activation de votre compte.

- **N'attendez pas la période d'inscription pour créer votre compte !** Les comptes sont activés uniquement en semaine durant les heures d'ouverture du Service des loisirs. Toute demande soumise moins de 24 heures avant la période d'inscription risque de ne pas être traitée à temps.

À noter qu'il faut également être membre de la Bibliothèque de Kirkland pour s'inscrire à une activité jeunesse (pages 40-41).

ACCÉDER AU SITE D'INSCRIPTION EN LIGNE

- Rendez-vous sur le site web de la Ville dans la section « Liens rapides/Inscriptions aux activités »
- Entrez votre adresse courriel et votre mot de passe dans le coin supérieur droit du site d'inscriptions AccèsCité Loisirs
- Veuillez vous référer à notre site web afin de connaître les étapes détaillées du processus d'inscription.

MODALITÉS DE PAIEMENT

L'inscription en ligne ne peut être réglée que par carte de crédit Visa, Mastercard ou American Express et le paiement doit être pour le plein montant.

Important : Vous devez compléter la transaction (PASSER À LA CAISSE) même s'il s'agit d'une activité gratuite. Vous recevrez une confirmation d'inscription par courriel.

POLITIQUE D'ANNULATION / TRANSFERT

Veuillez compléter le formulaire d'annulation ou de transfert disponible en ligne ou au Service des loisirs. Des frais de 10 $ s'appliquent à toute demande d'annulation ou de transfert (que ce soit pour un remboursement ou un crédit). Aucun remboursement après le premier cours, sauf en cas de problèmes de santé ou de déménagement hors secteur. Le remboursement est calculé au prorata des cours écoulés à la réception du formulaire d'annulation.

- Voir détails et exceptions sur le site web de la Ville.

AVIS AUX PARTICIPANTS

Les participants doivent assister uniquement au cours pour lequel ils sont inscrits. Il n'est pas permis de se présenter à un autre cours pour compenser une absence — sans exception.

De plus, toute annulation de cours de dernière minute sera communiquée par courriel, par le service des loisirs. Nous vous invitons à vérifier vos messages (y compris le dossier de courriers indésirables) avant de vous déplacer.

USER ACCOUNT

Everyone who wishes to register for an activity must create an *AccèsCité Loisirs* account (one account per family). To complete your user account's activation process, you must send us a copy of the required proof of residence and identification (details on the Town's website). A confirmation email will be sent afterward to validate the activation of your account.

- **Don't wait until registration time to create your account!** Accounts are only activated on weekdays during the Recreation Department's business hours. Any request submitted less than 24 hours before the registration period may not be processed in time.

Please note that you must also be a member of the Kirkland Library to register for youth activities (pages 40-41).

ACCESS THE ONLINE REGISTRATION SITE

- Go to the Town's website under the tab "Quick access/Registration for programs"
- Enter your email address and password in the upper right corner of the AccèsCité registration site
- Refer to the Town's website to know the detailed steps of the registration process.

PAYMENT METHOD

Online registration can only be paid for by credit card (Visa, MasterCard or American Express) and payment must cover the full amount.

Important : You must complete the transaction (CHECK OUT) even if it is a free activity. You will receive a registration confirmation by email.

CANCELLATION OR TRANSFER POLICY

Please complete the cancellation or transfer form available online or at the Recreation Department. A $10 fee applies to all cancellation or transfer requests (whether for refund or credit). No refunds after the first class, except in the case of health issues or moving out of the area. Reimbursement is then calculated on a prorata basis to the number of classes elapsed upon receipt of the cancellation form.

- See details and exceptions on the Town's website.

NOTICE TO PARTICIPANTS

Participants must attend only the class for which they are registered. Attending another class to make up for a missed session is not permitted — without exception.

In addition, any last-minute class cancellation will be communicated by email from the Recreation Department. Please remember to check your messages (including your junk or spam folder) before heading to your class.

CARTE ACCOMPAGNEMENT LOISIR

La Carte Accompagnement Loisir (CAL) est acceptée dans tous les programmes de loisirs et de bibliothèque offerts par la Ville de Kirkland. Cette carte accorde la gratuité d'entrée à l'accompagnateur d'une personne ayant une déficience ou un problème de santé mentale nécessitant l'aide d'un accompagnateur lors de sorties touristiques, culturelles ou récréatives. La personne détentrice d'une CAL doit présenter son accréditation lors de l'inscription.



COMPANION LEISURE CARD

The Companion Leisure Card (CAL) is accepted in all of Kirkland's Recreation and Library programs. The CAL gives the companion of a person with a disability or who has a mental illness, free access to tourist, recreational or cultural activities and programs. The person holding a CAL will be required to show proof of accreditation at registration time

PROGRAMME DE KARATÉ POUR TOUS
KARATE PROGRAM FOR ALL



KARATÉ STYLE SHOTOKAN AJK
(5 à 99 ans)

Au Complexe sportif - Gymnase

2x semaine : Les MARDIS et JEUDIS
12 janvier au 3 juin*
** Relâche : les 14 et 28 janvier*

Débutants à ceintures vertes :	**18h00 à 18h50**
Ceintures bleues à noires :	**19h00 à 19h50**

Coût :	R&B 5-13 ans :	308 $
	R&B 14+ ans :	360 $
	R65+ :	288 $

Au Complexe sportif - Salle de réception

1x semaine : Les SAMEDIS
23 janvier au 5 juin*
** Relâche : les 16 et 30 janvier, 13 et 20 février, 6 mars*

Débutants :	**9h00 à 9h50**
Ceintures lignées blanc/noir (10e KYU) à jaunes (8e KYU) :	**10h00 à 10h50**
Ceintures oranges (7e KYU) à violets (4e KYU) :	**11h00 à 11h50**
Ceintures brunes et noires :	**12h00 à 12h50**

Coût :	R&B 5-13 ans :	123 $
	R&B 14+ ans :	144 $
	R65+ :	115 $

KARATE SHOTOKAN JKA STYLE
(5 to 99 year olds)

At the Sports Complex - Gymnasium

2x week: TUESDAYS and THURSDAYS
January 12 to June 3*
** No class: January 14 and 28.*

Beginners to green belts:	**6:00 to 6:50 pm**
Blue to black belts:	**7:00 to 7:50 pm**

Cost:	R&B 5-13 yr olds:	$308
	R&B 14+ yr olds:	$360
	R65+:	$288

At the Sports Complex - Reception Hall

1x week: SATURDAYS
January 23 to June 5*
** No class: January 16 and 30, February 13 and 20, and March 6*

Beginners :	**9:00 to 9:50 am**
Striped white/black (10th KYU) to yellow (8th KYU):	**10:00 to 10:50 am**
Orange (7th KYU) to purple (4th KYU) belts:	**11:00 to 11:50 am**
Brown and black belts:	**12:00 to 12:50 pm**

Cost:	R&B 5-13 yr olds:	$123
	R&B 14+ yr olds:	$144
	R65+:	$115

Karaté pour toute la famille

Art martial japonais traditionnel développant les techniques de karaté dans un environnement sûr (sans contact) et agréable, enseigné par des instructeurs JKA dynamiques et qualifiés.

- **L'inscription aux cours de karaté se fait en fonction du niveau de ceinture atteint par le participant (enfant, ado ou adulte). Il est donc possible pour un parent de s'inscrire au même cours que son enfant/ado.**
- **Il est fortement recommandé aux participants ceintures brunes et noires de s'inscrire aux deux programmes (les mardis/jeudis et les samedis).**
- **Des frais supplémentaires d'environ 90 $ peuvent s'appliquer (uniforme : 40 $, examen : 35 $, ceinture : 15 $).**

Karate for the Whole Family

Traditional Japanese martial art developing karate techniques in a safe (no contact) and enjoyable environment, taught by dynamic qualified JKA instructors.

- **Registration for karate classes is based on the belt level achieved by the participant (child, teenager or adult). It is therefore possible for parents to register for the same class as their child/teenager.**
- **It is strongly recommended that brown and black belt participants register for both programs (Tuesdays/Thursdays and Saturdays).**
- **Additional fees of approximately $90 may apply (uniform: $40, exam: $35, belt: $15).**



PROGRAMMES POUR ENFANTS
CHILDREN PROGRAMS

Gratuit, mais inscription requise

Free, but registration required

Programmes pour Tout-petits à la Bibliothèque
Preschool Programs at the Library

BÉBÉS COMPTINES
(0 à 24 mois)

Les JEUDIS – 14 janvier au 18 mars
10h15 à 10h45

Contes, comptines et chansons pour bébé et maman, papa, grand-maman ou grand-papa !

- **La participation d'un adulte est obligatoire pour cette activité.**

MOTHER GOOSE
(0 to 24 months)

THURSDAYS – January 14 to March 18
10:15 to 10:45 am

Nursery rhymes, songs and stories await baby and mommy, daddy, grandma or grandpa !

- **The participation of an adult is mandatory for this activity.**





HEURE DU CONTE
(2 à 5 ans)

Les JEUDIS – 14 janvier au 18 mars
11h00 à 11h45

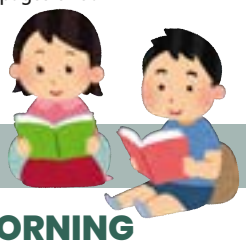
Laissez votre tout-petit découvrir les fascinants mondes magiques qui se cachent sous les couvertures de nos plus beaux livres d'histoires!

STORYTIME
(2 to 5 yr olds)

THURSDAYS – January 14 to March 18
11:00 to 11:45 am

Let your child discover the fascinating magical worlds hiding between the pages of our wonderful storybooks.





HEURE DU CONTE DU SAMEDI MATIN
(2 à 5 ans)

Les SAMEDIS – 16 janvier au 27 mars
** Pas d'heure du conte le 27 février.*
11h00 à 12h00

Laissez votre tout-petit découvrir les fascinants mondes magiques qui se cachent sous les couvertures de nos plus beaux livres d'histoires!

SATURDAY MORNING STORYTIME
(2 to 5 yr olds)

SATURDAYS – January 16 to March 27
** No storytime on February 27.*
11:00 am to 12:00 pm

Let your child discover the fascinating magical worlds hiding between the pages of our wonderful storybooks.



RAPPELS IMPORTANTS
- Annulation : 24 heures de préavis
- Retard : La place sera accordée à un autre enfant
- Le parent d'un enfant âgé de moins de 10 ans ne doit pas quitter les lieux pendant que son enfant participe à une activité à la Bibliothèque.

IMPORTANT REMINDERS
- Cancellation: 24 hours in advance
- Tardiness: The place will be assigned to another child
- The parent accompanying a child younger than 10 years of age must remain in the Library during the time of the activity.

Tous les programmes pour tout-petits offerts à la Bibliothèque sont bilingues et gratuits mais il faut s'inscrire en ligne pour réserver une place.

All Preschool Programs offered at the Library are bilingual and free, but you must register online to reserve a place.

PROGRAMMES POUR ENFANTS
CHILDREN PROGRAMS



ART MULTIMÉDIA
(6 à 10 ans)

À la Bibliothèque

Les SAMEDIS - 16 janvier au 20 mars
Au choix : 9h15 à 10h45 OU 10h55 à 12h25

Coût:	R&B:	125 $

Les jeunes artistes donneront libre cours à leur créativité en utilisant différentes techniques de dessin et de peinture. Au programme : peinture à l'huile, acrylique, pastels, crayons à colorier et aquarelle. Tout le matériel est fourni.

MULTIMEDIA ART
(6 to 10 yr olds)

At the Library

SATURDAYS - January 16 to March 20
Choice of: 9:15 to 10:45 am OR 10:55 am to 12:25 pm

Cost :	R&B:	$125

This course allows young artists to express themselves using various artistic mediums such as acrylic, pastels, colour pencils, crayons and watercolours. All materials provided.



PROGRAMME SEULS À LA MAISON
du Conseil Canadien de la Sécurité
(9+ ans)

Au Complexe sportif (Salle de réception)
Programme offert en anglais – manuel disponible en français

DIMANCHE 14 mars
9h00 à 15h00

Coût :	R&B :	55 $

Le programme Seuls à la maison est spécifiquement conçu pour fournir aux enfants les compétences et connaissances nécessaires pour être en sécurité et responsables lorsqu'ils sont seuls à la maison pendant de courtes périodes. En plus de comprendre comment prévenir les problèmes et gérer des situations de vie réelle, les participants apprennent à rester en sécurité et à se tenir occupés de manière constructive lorsqu'ils sont seuls à la maison.

- **Veuillez apporter un lunch, une bouteille d'eau, un crayon et un cahier pour prendre des notes.**

HOME ALONE PROGRAM
of the Canada Safety Council
(9+ yr olds)

At the Sports Complex (Reception Hall)
Program offered in English

SUNDAY, March 14
9:00 am to 3:00 pm

Cost :	R&B :	$55

The Home Alone Program is designed to provide children 9 years of age and older with the necessary skills and knowledge to be safe and responsible when home alone for short periods of time. In addition to understanding how to prevent problems and handle real-life situations, participants learn to stay safe and constructively occupied when home alone.

- **Please bring a lunch, a water bottle, a pencil and a notebook to take notes.**



PATINAGE PRÉSCOLAIRE
(3 à 6 ans)

À l'Aréna de Kirkland

Les MERCREDIS - 13 janvier au 24 mars
9h10 à 9h50

Coût:	R&B:	121 $

Cette activité amène l'enfant à maintenir son équilibre et à se servir des lames pour se déplacer en patins. Casque, protecteur facial, mitaines et patins à lacets sont obligatoires. Les parents ne sont pas admis sur la patinoire pendant les cours.

PRESCHOOL SKATING
(3 to 6 yr olds)

At the Kirkland Arena

WEDNESDAYS - January 13 to March 24
9:10 to 9:50 am

Cost :	R&B:	$121

This course teaches balance and the use of blade edges to enable movement by the end of the session. Helmet, face guard, mittens and lace-up skates are mandatory. Parents are not admitted on the ice during the classes.





sportball

SPORTBALL-ENFANTS
(2 à 5 ans)

L'inscription aux programmes SPORTBALL doit se faire en ligne à sportball.com.

- **Pour bénéficier du tarif offert aux citoyens de Kirkland, composez le 514 331-3221 AVANT de vous inscrire.**

Dans ce programme, l'enfant apprend à développer ses habiletés motrices en participant à différentes activités non compétitives.

- **Participation obligatoire d'un parent pour les 2 à 3½ ans.**

SPORTBALL-KIDS
(2 to 5 yr olds)

Registration for SPORTBALL programs must be done online at sportball.com.

- **To benefit from the rate for Kirkland residents, make sure to call 514 331-3221 PRIOR to registration.**

In this program, children learn to develop motor skills by participating in various non-competitive activities

- **Parents of 2 to 3½ year olds must participate in the class.**

INFO : sportball.com



TENNIS ADAPTÉ
Autisme Proset (5 à 20 ans)

L'inscription à ce programme doit se faire en ligne à www.specialneedssport.ca.

- **Pour bénéficier du tarif offert aux citoyens de Kirkland, composez le 438 321-1564 AVANT de vous inscrire.**

Juniors (5 à 12 ans)
Adolescents (13 à 20 ans)

Programme de tennis spécialement conçu pour aider les enfants ayant des besoins spéciaux tels que l'autisme, le syndrome d'Asperger, le syndrome de Down, un retard global de développement ou le TDAH, à développer leurs aptitudes en terme de coordination, équilibre, concentration, socialisation et capacités motrices.

ADAPTED TENNIS
Proset Autism (5 to 20 yr olds)

Registration for this program must be done online at www.specialneedssport.ca.

- **To benefit from the rate for Kirkland residents, make sure to call 438 321-1564 PRIOR to registration.**

Juniors (5 to 12 yr olds)
Teens (13 to 20 yr olds)

Tennis program specially designed to help children with special needs such as autism, Asperger, Down syndrome, Global developmental delay or ADHD, develop skills such as coordination, balance, concentration, socialization and motor abilities.

INFO : Philippe Manning - 438 321-1564, info@prosetautism.ca



PROGRAMMES POUR ADOS 12–17 ans
TEEN PROGRAMS 12–17 year olds

KARATÉ – STYLE SHOTOKAN AJK
(5 à 99 ans)

Voir les détails en page 16

KARATE – SHOTOKAN JKA STYLE
(5 to 99 year olds)

See details on page 16



ACTIVITÉS LIBRES POUR ADOS
(12–17 ans)

Voir les détails en page 36

Basketball

DROP-IN ACTIVITIES FOR TEENS
(12–17 yr olds)

See details on page 36

Basketball



COURS DE GARDIENNAGE
du Conseil Canadien de la Sécurité
(11+ ans)

Au Complexe sportif (Salle de réception)
Formation offerte en anglais – manuel disponible en français

DIMANCHE 7 février 8h30 à 16h30

Coût :	R&B :	55 $

Dispensé par des instructeurs expérimentés, ce cours apprend aux jeunes à démontrer leur maturité et faire valoir leurs compétences en matière de gardiennage.

Au nombre des sujets traités :
- Devenir un(e) bon(ne) gardien(ne) d'enfants
- Les bons et les mauvais comportements de l'enfant
- S'occuper d'enfants de 3 mois à l'âge scolaire
- Prévention et premiers secours de base
- Savoir gérer les urgences
- S'occuper d'un enfant malade ou blessé
- Enfants ayant des besoins spéciaux

Veuillez apporter une poupée, un lunch, une bouteille d'eau, un crayon et un cahier pour prendre des notes.

BABYSITTERS TRAINING COURSE
of the Canada Safety Council
(11+ yr olds)

At the Sports Complex (Reception Hall)
Program offered in English

SUNDAY, February 7 8:30 am to 4:30 pm

Cost :	R&B :	$55

Offered by experienced instructors, this program enables students to demonstrate their maturity and capabilities in babysitting.

The course material will cover a variety of topics, including:
- Becoming a successful babysitter
- Caring for children from 3 months to school-age
- The behavior and misbehavior of children
- Prevention and basic First Aid
- Handling emergencies
- Caring for a sick or injured child
- Children with special needs

Please bring a doll, a lunch, a water bottle, a pencil and a notebook to take notes.



COURS DE RCR POUR ADOS
(12–17 ans)

Inscription en ligne requise
Au Complexe sportif (Salle de réception)

DIMANCHE 4 avril 13h à 17h

Coût:	R:	58 $
	NR:	70 $

Cours certifié de 4 heures où vous apprendrez à pratiquer la réanimation cardiorespiratoire (RCR), à utiliser un défibrillateur externe automatisé (DEA), à porter secours aux victimes d'étouffement, et à administrer un ÉpiPen.

CPR COURSE FOR TEENS
(12–17 yr olds)

Online registration required
At the Sports Complex (Reception Hall)

SUNDAY, April 4 1 to 5 p.m.

Cost :	R:	$58
	NR:	$70

Certified 4-hour course where you will learn how to perform cardiopulmonary resuscitation (CPR), how to use an automated external defibrillator (AED), how to rescue choking victims, and how to administer an EpiPen.



CLUB D'ÉCHECS
(8+ ans - Tous les niveaux)

À la Bibliothèque

Venez apprendre et jouer aux échecs avec un instructeur professionnel - une activité bilingue qui plaira à toute la famille !

- **Les échiquiers et les pièces sont fournis.**
- Inscription en ligne requise pour tous (détails en page 14).

À 19h00 les MERCREDIS :
- **20 janvier**
- **17 février**
- **24 mars**

CHESS CLUB
(8+ year olds - All levels)

At the Library

Come learn and play chess with a professional instructor - a bilingual activity for the whole family to enjoy!

- **Chess boards and pieces are provided.**
- Online registration required for all (details on page 14).

At 7:00 pm on WEDNESDAYS:
- **January 20**
- **February 17**
- **March 24**



ÉCHECS LIBRES
(8+ ans - Joueurs autonomes)

À la Bibliothèque

Viens jouer aux échecs dans un cadre décontracté et rencontre d'autres passionnés comme toi !

- **Les échiquiers et les pièces sont fournis.**
- Inscription en ligne requise pour tous (détails en page 14).

À 19h00 les MARDIS :
- **5 janvier**
- **9 février**
- **16 mars**

FREE PLAY CHESS
(8+ year olds - Independent players)

At the Library

Come play chess in a relaxed setting and meet other enthusiasts like you!

- **Chess boards and pieces are provided.**
- Online registration required for all (details on page 14).

At 7:00 pm on TUESDAYS:
- **January 5**
- **February 9**
- **March 16**



DÉCODE LE CODE
ARCHITECTURE ET SCULPTURES 3D
(8 à 16 ans)

En français

MARDI 26 janvier 18h30 à 20h00

Donne vie à tes idées grâce à un stylo 3D ! Découvre les principes de l'architecture, du design et de la construction en créant des formes et des structures en trois dimensions. Inspire-toi de modèles ou laisse libre cours à ton imagination pour concevoir maisons, ponts, tours, monuments ou créations complètement originales. À toi de devenir designer, architecte et constructeur de ton propre projet !

DÉCODE LE CODE
ARCHITECTURE & 3D SCULPTURES
(8 to 16 year olds)

In French

TUESDAY, January 26 6:30 to 8 p.m.

Bring your ideas to life with a 3D pen! Discover the basics of architecture, design, and construction as you create shapes and build three-dimensional structures. Follow a template or let your imagination take the lead to design houses, bridges, towers, monuments, or creations of your very own. Become the designer, architect, and builder of your own project!



Photo : Décode le code

BRIGHT LABZ
MISSION SUR MARS : CONSTRUIS UN ROVER D'EXPLORATION PLANÉTAIRE
(10 à 14 ans)

Bilingue

DIMANCHE 21 février 13h30 à 15h30

Prépare-toi pour une mission sur Mars! Construis et programme un rover LEGO capable de détecter les obstacles et de réagir à son environnement. Relève des missions de plus en plus complexes et améliore ta programmation pour mener ton exploration à bien !

BRIGHT LABZ
MISSION TO MARS: BUILD A PLANETARY ROVER
(10 to 14 year olds)

Bilingual

SUNDAY, February 21 1:30 to 3:30 p.m.

Get ready for a mission to Mars! Build and program a LEGO rover that can detect obstacles and react to its surroundings. Take on increasingly challenging missions and improve your programming skills to complete your exploration!



PROGRAMMES POUR ADULTES 14+ Crunch Midi-Xpress
ADULT 14+ PROGRAMS Lunch Crunch Xpress

Le temps vous manque pour faire plus d'exercice ?

Profitez des avantages d'un cours complet en moins de temps !

You don't have enough time to exercise more?

Enjoy the benefits of a complete course in less time!



FORFAIT DE 3 COURS PAR SEMAINE

Les LUNDIS, MERCREDIS et VENDREDIS
11 janvier au 26 mars*
12h15 à 12h45
** Relâche : vendredi 29 janvier, lundi 15 février et mercredi 17 février*

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Coût : R&B : 180 $
R65+ : 114 $

Bougez 3 fois par semaine pendant 11 semaines en vous inscrivant aux trois cours du programme CRUNCH MIDI-XPRESS et bénéficiez d'un tarif réduit !

PACKAGE OF 3 CLASSES PER WEEK

MONDAYS, WEDNESDAYS and FRIDAYS
January 11 to March 26*
12:15 to 12:45 pm
** No class: Friday, January 29, Monday, February 15 and Wednesday, February 17*

At the Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $180
R65+ $114

Work out 3 times a week during 11 weeks by signing up for all 3 courses of the LUNCH CRUNCH XPRESS program and enjoy a reduced rate!

TONUS 360

Les LUNDIS - 11 janvier au 22 mars*
12h15 à 12h45
** Relâche : 15 février*

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Coût : R&B : 85 $
R65+ : 67 $

Entraînement condensé visant à sculpter le corps entier et améliorer la force globale en utilisant des poids pour accroître le tonus musculaire et stimuler le métabolisme.

TONING 360

MONDAYS - January 11 to March 22*
12:15 to 12:45 pm
** No class: February 15*

At the Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

A condensed full body sculpting class that focuses on improving full body strength using weights to increase muscle tone and boost metabolism.

ABDOS, FESSES ET CUISSES

Les MERCREDIS - 13 janvier au 24 mars*
12h15 à 12h45
** Relâche : 17 février*

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Coût : R&B : 85 $
R65+ : 67 $

Entraînement musculaire pour raffermir les fesses, abdominaux et cuisses, exécuté sur une musique rythmée.

LOWER BODY BURN

WEDNESDAYS - January 13 to March 24*
12:15 to 12:45 pm
** No class: February 17*

At the Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

Performed to rhythmic music, this workout aims to tone and strengthen the abdominal, thigh and lower core body muscles.

HIIT 30

Entraînement par intervalles à haute intensité
Les VENDREDIS -15 janvier au 26 mars*
12h15 à 12h45
** Relâche : 29 janvier*

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Coût : R&B : 85 $
R65+ : 67 $

Ce cours au rythme soutenu se distingue par de courtes séquences d'exercices suivies d'un entraînement à plus faible intensité. Les transitions entre les exercices sont rapides. Les participants se verront proposer différentes options pour améliorer leur condition physique, leur force et leur vitesse.

HIIT 30

High Intensity Interval Training
FRIDAYS - January 15 to March 26*
12:15 to 12:45 pm
** No class: January 29*

At the Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

This fast-paced class alternates between short sequences of intense exercises and lower intensity training. Transitions between exercises are quick. Participants will be shown different options to improve their overall fitness, strength and speed.

PROGRAMMES POUR ADULTES 14+
ADULT 14+ PROGRAMS

COURS D'ESSAI GRATUIT

Avant de vous inscrire à un programme de FITNESS, venez en faire l'essai gratuitement à la première semaine de la session !

Contactez le Service des loisirs au 514 630-2719 une semaine avant le début du cours convoité pour en valider la disponibilité et réserver votre cours d'essai gratuit !

FREE TRIAL CLASS

Before you register for a FITNESS program, come and try it out for free during the first week of the session!

Call the Recreation Department at 514 630-2719, one week before the session begins, to confirm the availability of the coveted program and reserve your free try-out class!

INDICATEURS D'INTENSITÉ

Bien que tous les cours offerts puissent s'adapter à votre niveau, nous proposons des indicateurs approximatifs d'intensité pour l'ensemble de nos programmes de fitness.

N'hésitez pas à demander à l'instructeur des exercices alternatifs répondant à votre condition.

INTENSITY INDICATORS

While all courses can be adapted to your level, we offer approximate intensity indicators for all of our fitness programs.

Don't hesitate to ask the instructor for alternative exercises to suit your condition.

●○○ **faible / low** ●●○ **moyenne / medium** ●●● **soutenue / high**

FORFAIT AÉROBIE JOUR

Au Complexe sportif (Gymnase)

11 janvier au 26 mars*
9h à 9h50
** Relâche : le jeudi 28 janvier et le vendredi 29 janvier*

Coût: R&B: 254 $ / R65+ 201 $

Les LUNDIS	ENTRAÎNEMENT PAR INTERVALLES	●●●
Les MARDIS :	CORE PLUS	●●○
Les MERCREDIS :	CARDIO TOTAL	●●●
Les JEUDIS :	PILATES	●●○
Les VENDREDIS :	FORCE ET TONUS	●●○

Programme hebdomadaire réparti en sessions quotidiennes dispensées du lundi au vendredi.

DAYTIME AEROBICS PACKAGE

At the Sports Complex (Gymnasium)

January 11 to March 26*
9:00 to 9:50 am
** No class: Thursday, January 28 and Friday, January 29*

Cost: R&B: $254 / R65+ $201

MONDAYS:	INTERVAL TRAINING	●●●
TUESDAYS:	CORE & MORE	●●○
WEDNESDAYS:	TOTAL CARDIO	●●●
THURSDAYS:	PILATES	●●○
FRIDAYS:	STRENGTH & TONE	●●○

A weekly program divided into daily sessions running from Monday to Friday.

●●○

AÉROBIE EN DOUCEUR

11 janvier au 25 mars*
** Relâche : les jeudis 28 janvier et 18 février*

Les LUNDIS 11h00 à 11h50	Complexe sportif (Gymnase)	Coût: R&B:	93 $
		R65+	74 $
Les JEUDIS 10h00 à 10h50	Complexe sportif (Salle de réception)	Coût: R&B:	76 $
		R65+	60 $

Ce cours est spécialement conçu pour améliorer la condition physique générale des adultes déjà en forme. Les participants travaillent à leur propre rythme en exécutant des exercices simples visant à renforcer les muscles, accroître la flexibilité et maintenir l'équilibre.

●●○

GENTLE AEROBICS

January 11 to March 25*
** No class: Thursdays, January 28 and February 18*

MONDAYS 11:00 to 11:50 am	Sports Complex (Gymnasium)	Cost: R&B:	$93
		R65+	$74
THURSDAYS 10:00 to 10:50 am	Sports Complex (Reception Hall)	Cost: R&B:	$76
		R65+	$60

This class is geared specifically to improve the overall physical condition of the already fit adult. Participants work at their own pace executing simple exercises to strengthen muscles, increase flexibility and maintain balance.



●●○

TONUS FONCTIONNEL

11 janvier au 24 mars

Les LUNDIS 10h00 à 10h50	Complexe sportif (Gymnase)	Coût: R&B:	93 $
		R65+	74 $
Les MERCREDIS 10h00 à 10h50	Complexe sportif (Gymnase)	Coût: R&B:	93 $
		R65+	74 $

Exercices de tonus en douceur, faisant travailler les principaux groupes musculaires pour améliorer la force, l'endurance et le tonus corporel général.

●●○

FUNCTIONAL TONING

January 11 to March 24

MONDAYS 10:00 to 10:50 am	Sports Complex (Gymnasium)	Coût: R&B:	93 $
		R65+	74 $
WEDNESDAYS 10:00 to 10:50 am	Sports Complex (Gymnasium)	Coût: R&B:	93 $
		R65+	74 $

Gentle toning exercises working the major muscle groups to improve strength, endurance and general body tone.



PROGRAMMES POUR ADULTES 14+
ADULT 14+ PROGRAMS



●○○

TAI CHI / CHI KUNG

Tous les niveaux

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Les LUNDIS - 11 janvier au 22 mars*
10h00 à 10h50
** Relâche : 15 février*

Coût:	R&B :	85 $
	R65+ :	67 $

Augmentez votre énergie et renforcez le lien entre l'esprit, le corps et la respiration à l'aide des 18 mouvements du Shibashi, 8 trésors et éventails Tai chi. Ce cours consiste en de courts mouvements faciles à suivre qui améliorent la posture, l'équilibre et la coordination afin d'améliorer et de maintenir la santé et le bien-être.

●○○

TAI CHI / CHI KUNG

All levels

Sports Complex (Reception Hall)

MONDAYS – January 11 to March 22*
10:00 to 10:50 am
** No class: February 15*

Cost:	R&B:	$85
	R65+:	$67

Increase your energy and strengthen the mind, body and spirit connection with Shibashi 18 movements, 8 treasure exercises and Tai chi fans. This class consists of short easy to follow movements that improve posture, balance and coordination, with the goal of improving and maintaining health and well-being.



●○○

TAI CHI 18+

Complexe sportif (Salle de réception)

14 janvier au 25 mars*
** Relâche : 28 janvier et 18 février*

Débutants + Intermédiaire	**Les JEUDIS 18h30 à 19h20**	Coût:	R&B:	76 $
			R65+	60 $
Avancés	**Les JEUDIS 19h30 à 20h20**	Coût:	R&B:	76 $
			R65+	60 $

Venez explorer cette ancienne pratique chinoise créée pour améliorer la santé globale. Des mouvements lents et méditatifs renforceront vos extrémités et votre tronc tout en améliorant votre flexibilité, votre force et votre équilibre.

●○○

TAI CHI 18+

Sports Complex (Reception Hall)

January 14 to March 25*
** No class: January 28 and February 18*

Beginners + Intermediate	**THURSDAYS 6:30 to 7:20 pm**	Cost:	R&B:	$76
			R65+	$60
Advanced	**THURSDAYS 7:30 to 8:20 pm**	Cost:	R&B:	$76
			R65+	$60

Come explore this ancient Chinese practice created to improve overall health. Slow meditative movements will strengthen your extremities and core while boosting overall flexibility strength and balance.

●●●

ZUMBA

11 janvier au 27 mars*
** Relâche : lundi 15 février et mercredi 17 février*

Les LUNDIS 9h00 à 9h50	Complexe sportif (Salle de réception)	Coût:	R&B:	85 $
			R65+	67 $
Les LUNDIS 18h35 à 19h25	Complexe sportif (Salle de réception)	Coût:	R&B:	85 $
			R65+	67 $
Les MERCREDIS 18h00 à 18h50	Complexe sportif (Salle de réception)	Coût:	R&B:	85 $
			R65+	67 $
Les SAMEDIS 9h00 à 9h50	Chalet Kirkland	Coût:	R&B:	93 $
			R65+	74 $

Cours hautement cardiovasculaire où l'accent est mis sur le tronc, les épaules, les bras et les cuisses, accompagné d'une belle variété de salsa, samba, flamenco et reggaeton.

●●●

ZUMBA

January 11 to March 27*
** No class: Monday, February 15 and Wednesday, February 17*

MONDAYS 9:00 to 9:50 am	Sports Complex (Reception Hall)	Cost:	R&B:	$85
			R65+	$67
MONDAYS 6:35 to 7:25 pm	Sports Complex (Reception Hall)	Cost:	R&B:	$85
			R65+	$67
WEDNESDAYS 6:00 to 6:50 pm	Sports Complex (Reception Hall)	Cost:	R&B:	$85
			R65+	$67
SATURDAYS 9:00 to 9:50 am	Kirkland Chalet	Cost:	R&B:	$93
			R65+	$74

High cardio class focusing on the core, shoulders, arms & thighs with a nice variety of salsa, samba, flamenco, reggaeton.



●●○

ZUMBA GOLD

14 janvier au 25 mars*
** Relâche : 28 janvier et 18 février*

Les JEUDIS 13h10 à 14h00	Complexe sportif (Salle de réception)	Coût:	R&B:	76 $
			R65+	60 $

Le Zumba Gold est un cours moins intense que le Zumba traditionnel avec moins de sauts, mais qui en reprend les mêmes éléments populaires.

●●○

ZUMBA GOLD

January 14 to March 25*
** No class: January 28 and February 18*

THURSDAYS 1:10 to 2:00 pm	Sports Complex (Reception Hall)	Cost:	R&B:	$76
			R65+	$60

Zumba Gold is a less intense course than the traditional Zumba Fitness, with less jumps, but with the same elements of success.

●●●

ENTRAÎNEMENT PAR INTERVALLES

11 janvier au 24 mars

Les LUNDIS - 9h00 à 9h50	Complexe sportif (Gymnase)	Coût:	R&B:	93 $
			R65+	74 $
Les LUNDIS - 19h00 à 19h50	Complexe sportif (Gymnase)	Coût:	R&B:	93 $
			R65+	74 $
Les MERCREDIS - 18h30 à 19h20	Complexe sportif (Gymnase)	Coût:	R&B:	93 $
			R65+	74 $

Des intervalles cardio rythmés combinés à un entraînement musculaire complet et stimulant qui vous aideront à atteindre vos objectifs de mise en forme. Préparez-vous à transpirer et à repousser vos limites !

●●●

INTERVAL TRAINING

January 11 to March 24

MONDAYS - 9:00 to 9:50 am	Sports Complex (Gymnasium)	Cost:	R&B:	$93
			R65+	$74
MONDAYS - 7:00 to 7:50 pm	Sports Complex (Gymnasium)	Cost:	R&B:	$93
			R65+	$74
WEDNESDAYS - 6:30 to 7:20 pm	Sports Complex (Gymnasium)	Cost:	R&B:	$93
			R65+	$74

Fast-paced cardio intervals mixed with challenging full body muscle conditioning that will help you achieve your fitness goals. Come prepared to sweat and reach your full potential!

●○○

PATINAGE ADULTES 18+

Complexe sportif (Aréna)

Les MARDIS - 12 janvier au 23 mars
9h00 à 9h50

Coût:	R&B :	121 $
	R65+ :	105 $

Ce cours permet de maîtriser les techniques de base du patinage et de développer l'habileté à glisser et à s'immobiliser sans difficulté. Le port d'équipement de protection est obligatoire pour les débutants et fortement recommandé pour tous les participants.

●○○

ADULT SKATING 18+

Sports Complex (Arena)

TUESDAYS – January 12 to March 23
9:00 to 9:50 am

Cost:	R&B:	$121
	R65+:	$105

This program will give you the basic skills needed to glide, stop and skate comfortably. Protective equipment is mandatory for beginners and strongly recommended for all.



●●○

CORE PLUS

12 janvier au 23 mars

Les MARDIS - 9h00 à 9h50	Complexe sportif (Gymnase)	Coût:	R&B:	93 $
			R65+	74 $

Ce programme fera pomper votre cœur et vous donnera un maximum d'énergie ! Un entraînement physique intense pour augmenter la force et la stabilité du tronc (dos, ventre, fessiers et épaules).

●●○

CORE & MORE

January 12 to March 23

TUESDAYS - 9:00 to 9:50 am	Sports Complex (Gymnasium)	Cost:	R&B:	$93
			R65+	$74

This program is a heart pumping and energy producing workout designed to increase core strength and stability (back, belly, bum and shoulders).

●○○

ÉTIREMENTS DYNAMIQUES

Complexe sportif (Salle de réception)

Les MARDIS - 12 janvier au 23 mars*
** Relâche : 16 février*
9h00 à 9h50

Coût:	R&B :	85 $
	R65+ :	67 $

Ce cours à faible impact est conçu pour améliorer la souplesse, l'amplitude des mouvements, la stabilité musculaire des épaules, hanches, ischio-jambiers et de la colonne vertébrale.

- **Un matelas de Pilates ou de yoga est requis.**

●○○

DYNAMIC STRETCHING

Sports Complex (Reception Hall)

TUESDAYS – January 12 to March 23*
** No class: February 16*
9:00 to 9:50 am

Cost:	R&B:	$85
	R65+:	$67

This low impact class is designed to increase flexibility, range of motion and muscular stability of the shoulders, hips, hamstrings and spine.

- **Yoga or Pilates mat is required.**



PROGRAMMES POUR ADULTES 14+
ADULT 14+ PROGRAMS

●○○

ÉQUILIBRE ET RENFORCEMENT

12 janvier au 23 mars*
** Relâche : 16 février*

Les MARDIS - 11h à 11h50 — Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Améliorez votre force, votre souplesse et votre équilibre grâce à des exercices contrôlés et à faible impact. Ce cours de niveau intermédiaire vise à renforcer les muscles du tronc et à améliorer la stabilité, la posture et la mobilité afin de bouger avec plus d'aisance et de confiance au quotidien.

- **Un matelas de Pilates ou de yoga est requis.**

●○○

BALANCE BODY CONDITIONING

January 12 to March 23*
** No class: February 16*

TUESDAYS - 11:00 to 11:50 am — Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

Improve your strength, flexibility and balance through controlled, low-impact exercises. This intermediate-level class strengthens the core while enhancing stability, posture and mobility to help you move with greater ease and confidence in everyday life.

- **Yoga or Pilates mat is required.**

●○○

BALLET POUR ADULTES 18+

Chalet Ecclestone

Les MARDIS - 5 janvier au 23 mars*
19h00 à 19h50
** Relâche : 9 février, 2 mars et 9 mars*

Coût: R&B : 76 $ / R65+ : 60 $

Un cours pour ceux et celles qui souhaitent apprendre les bases du ballet dans un environnement positif. L'accent sera mis sur les positions et les pas de danse, les exercices du tronc et une bonne posture de ballet à la barre. Les étudiants chercheront à améliorer leur coordination, leur force, leur équilibre et leur flexibilité.

- **Des chaussons de danse sont requis (environ 40$) ainsi qu'une tenue de yoga ou de ballet.**

●○○

ADULT BALLET 18+

Ecclestone Chalet

TUESDAYS - January 5 to March 23*
7:00 to 7:50 pm
** No class: February 9, March 2 and March 9*

Cost: R&B: $76 / R65+ : $60

A class for those who wish to learn the basics of ballet in a positive environment. Focus will be on ballet positions, steps, core exercises and proper ballet posture at the ballet barre. Students can look to improve their coordination, strength, balance and flexibility.

- **Ballet slippers required (approximately $40) with either yoga wear or ballet wear.**



●●●

CARDIO TOTAL

13 janvier au 24 mars

Les MERCREDIS - 9h00 à 9h50 — Complexe sportif (Gymnase)

Coût: R&B: 93 $ / R65+ 74 $

Programme d'entraînement complet à haute intensité conçu pour améliorer l'endurance musculaire, augmenter la fréquence cardiaque et transformer le corps à l'aide d'exercices de puissance qui vous feront travailler dur. Soyez prêt à bouger !

●●●

TOTAL CARDIO

January 13 to March 24

WEDNESDAYS - 9:00 to 9:50 am — Sports Complex (Gymnasium)

Cost: R&B: $93 / R65+ $74

This high intensity, full-body workout is designed to challenge muscular endurance, increase heart rate and transform the body by blasting through exercises that will make you sweat. Get ready to move and feel the burn.

●○○

ESSENTRICS®

Complexe sportif (Salle de réception)

13 janvier au 26 mars*

Les MERCREDIS 9h à 9h50	** Relâche : 17 février*	Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $
Les MERCREDIS 10h00 à 10h50	** Relâche : 17 février*	Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $
Les VENDREDIS 11h00 à 11h50	** Relâche : 29 janvier*	Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Essentrics est un entraînement conçu pour développer la force, la souplesse et l'équilibre. Combinant des exercices dynamiques d'étirement et de renforcement musculaire, il aide à tonifier le corps, à améliorer la posture, à accroître la mobilité et à retrouver une plus grande liberté de mouvement dans l'ensemble des articulations et des muscles.

- **Un matelas de pilates ou de yoga est requis.**

●○○

ESSENTRICS®

Sports Complex (Reception Hall)

January 13 to March 26*

WEDNESDAYS 9 to 9:50 am	** No class: February 17*	Cost: R&B: $85 / R65+ $67
WEDNESDAYS 10:00 to 10:50 am	** No class: February 17*	Cost: R&B: $85 / R65+ $67
FRIDAYS 11:00 to 11:50 am	** No class: January 29*	Cost: R&B: $85 / R65+ $67

Essentrics is a full-body workout designed to create strength, flexibility, and balance. Combining dynamic stretching and strengthening exercises, it helps tone the body, improve posture, increase mobility, and restore freedom of movement in every joint and muscle.

- **Yoga or Pilates mat is required.**





●●○

PILATES

14 janvier au 25 mars*
** Relâche : 28 janvier*

Les JEUDIS - 9h00 à 9h50 Complexe sportif (Gymnase)

Coût: R&B: 85 $
R65+ 67 $

La méthode Pilates fait principalement travailler les muscles posturaux du tronc et enseigne les bonnes techniques de prise de respiration. Cet ensemble d'exercices de mise en forme renforce les muscles, libère les tensions corporelles et améliore la flexibilité, la mobilité et l'amplitude des mouvements.

- **Un matelas de Pilates ou de yoga est requis.**

●●○

PILATES

January 14 to March 25*
** No class: January 28*

THURSDAYS - 9:00 to 9:50 am Sports Complex (Gymnasium)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

Focusing on the core postural muscles, Pilates teaches breathing awareness techniques, strengthens muscles, releases body tensions and improves flexibility and range of motion.

- **Yoga or Pilates mat is required.**

●●●

20/20/20

Complexe sportif (Gymnase)

Les JEUDIS - 14 janvier au 25 mars*
10h00 à 10h50
** Relâche : 28 janvier*

Coût: R&B : 85 $
R65+ : 67 $

Une formule combinant 20 minutes de cardio, 20 minutes d'entraînement aux poids et 20 minutes d'exercices abdominaux et d'étirements, pour une bonne mise en forme aérobique et anaérobique.

●●●

20/20/20

Sports Complex (Gymnasium)

THURSDAYS - January 14 to March 25*
10:00 to 10:50 am
** No class: January 28*

Cost: R&B: $85
R65+ : $67

A formula that combines 20 minutes of cardio intervals, 20 minutes of weight training and 20 minutes of core and strengthening exercises, for a well-balanced interval training workout.



●●○

MARCHE NORDIQUE

Point de rencontre : rue Timberlea Trail (coin Brome), H9J 2Y7

Les JEUDIS - 14 janvier au 25 mars
10h30 à 11h20

Coût: R&B : 93 $
R65+ : 74 $

Saviez-vous que la marche en plein air stimule le cerveau et réduit le stress ? Venez explorer la nature tout en bénéficiant d'un excellent entraînement cardiovasculaire d'endurance, à faible impact axé sur le renforcement musculaire.

●●○

NORDIC WALKING

Meeting point: Timberlea Trail Street (corner of Brome), H9J 2Y7

THURSDAYS - January 14 to March 25
10:30 to 11:20 am

Cost: R&B: $93
R65+ : $74

Did you know that walking outdoors stimulates the brain and reduces stress? Come explore the outdoors while benefiting from an excellent cardiovascular, endurance, low-impact and muscle building workout.



●●○

FORCE ET TONUS

15 janvier au 26 mars*
** Relâche : 29 janvier*

Les VENDREDIS - 9h00 à 9h50 Complexe sportif (Gymnase)

Coût: R&B: 85 $
R65+ 67 $

Cours de renforcement du corps ciblant les principaux groupes musculaires et mettant l'accent sur la force du tronc. Dans ce cours, vous effectuerez des mouvements traditionnels de musculation en utilisant de petits haltères, des bandes élastiques et des barres lestées.

●●○

STRENGTH & TONE

January 15 to March 26*
** No class: January 29*

FRIDAYS - 9:00 to 9:50 am Sports Complex (Gymnasium)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

A full body strengthening class targeting the major muscle groups, with a strong emphasis on core strength. In this class you will perform traditional weight-training moves using small dumbbells, elastic bands and stability body bars.

PROGRAMMES POUR ADULTES 14+
ADULT 14+ PROGRAMS



●○○

MOBILITÉ & MOUVEMENT

15 janvier au 26 mars*
** Relâche : 29 janvier*

Les VENDREDIS - 10h00 à 10h50 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $
R65+ 67 $

Améliorez votre mobilité, votre souplesse, votre équilibre et votre amplitude de mouvement grâce à des exercices de mobilité dynamiques, des étirements fonctionnels et l'utilisation du rouleau en mousse (foam roller). Ce cours est conçu pour vous aider à bouger plus confortablement, à réduire les raideurs et à améliorer le fonctionnement global du corps. Il ne s'agit pas d'un cours de renforcement musculaire ni de conditionnement physique. Les exercices se font sur un tapis et comportent des mouvements au sol.

- **Un matelas de pilates ou de yoga est requis.**
- **Rouleau en mousse fourni.**

●○○

MOBILITY & MOVEMENT

January 15 to March 26*
** No class: January 29*

FRIDAYS - 10:00 to 10:50 am Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

Improve your mobility, flexibility, balance, and range of motion through dynamic mobility exercises, functional stretching, and foam rolling. This class is designed to help you move more comfortably, reduce stiffness, and improve overall body function. This is not a strength or conditioning class. Exercises are performed on a mat and involve movement on the floor.

- **Yoga or Pilates mat is required.**
- **Foam roller provided.**



PROGRAMME PIED 65+

18 janvier au 14 avril*
Relâche : lundi 29 mars

Les LUNDIS et MERCREDIS - 13h30 à 15h Chalet Holleuffer

Le programme PIED est un programme intensif GRATUIT de 13 semaines pour la prévention des chutes, destiné aux personnes âgées de 65 ans et plus. Le programme vise à améliorer l'équilibre, la flexibilité et la force physique, à favoriser la santé des os et à renforcer la confiance en soi.

- **Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec Nicole Alves au 514 694-4100, poste 3323.**

**Veuillez noter que ce programme est très contingenté et que les participants ne seront pas admis s'ils ne remplissent pas les critères requis.*

65+ STAND-UP PROGRAM

January 18 to April 14*
**No class: Monday, March 29*

MONDAYS and WEDNESDAYS - 1:30 to 3 p.m. Holleuffer Chalet

The Stand-Up program is a FREE 13-week intensive fall prevention program for people aged 65 and over. The program aims to improve balance, flexibility and physical strength, help maintain healthy bones and build self-confidence.

- **To register, please call Nicole Alves at 514 694-4100, ext. 3323.**

**Please note that the program is highly sought after and participants will not be admitted if they do not meet the requirements.*



●○○

HATHA YOGA

11 janvier au 22 mars *Relâche : 15 février*

Les LUNDIS - 19h35 à 20h25 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $
R65+ 67 $

Idéal pour les participants de niveau intermédiaire, le Hatha Yoga est un cours combinant une série de postures de yoga à un rythme plus lent et des techniques de respiration. Le maintien des postures pendant plusieurs respirations permet d'étirer, de renforcir et de libérer les tensions corporelles.

- **Un matelas de pilates ou de yoga est requis.**

●○○

HATHA YOGA

January 11 to March 22 *No class: February 15*

MONDAYS - 7:35 to 8:25 pm Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85
R65+ $67

Ideal for intermediate level participants, Hatha Yoga class involves a set of yoga poses at a slower pace and breathing techniques. Holding the posture for several breaths stretches, strengthens, and releases tension in the body.

- **Yoga or Pilates mat is required.**

●●○

YOGALATES

12 janvier au 23 mars *Relâche : 16 février*

Les MARDIS - 19h00 à 19h50 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Inspiré du yoga et du pilates, ce cours combine les bienfaits des deux pratiques à travers une séquence dynamique conçue pour améliorer la tonicité musculaire et la flexibilité. Profitez d'une relaxation finale apaisante après un excellent entraînement en pleine conscience.

- **Un matelas de pilates ou de yoga est requis.**

●●○

YOGALATES

January 12 to March 23 *No class: February 16*

TUESDAYS - 7:00 to 7:50 pm Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

Inspired by yoga and pilates, this class offers the benefits of both practices through a dynamic flow designed to improve muscle tone and flexibility. Enjoy a soothing final relaxation after a great mindful workout.

- **Yoga or Pilates mat is required.**

●○○

YOGA EN DOUCEUR SUR CHAISE

11 janvier au 24 mars *Relâche : lundi 15 février et mercredi 17 février*

Les LUNDIS - 13h00 à 13h50 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Les MERCREDIS - 13h30 à 14h20 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Programme permettant de pratiquer des postures de yoga assises et debout à l'aide d'une chaise. Ce cours est offert aux personnes qui ne peuvent pratiquer le yoga traditionnel sur matelas et qui souhaitent améliorer leur équilibre et flexibilité dans un environnement sécuritaire.

- **Un matelas de pilates ou yoga est requis.**
- **Blocs de yoga et bandes fournis.**

●○○

EASY & GENTLE CHAIR YOGA

January 11 to March 24 *No class: Monday, February 15 and Wednesday, February 17*

MONDAYS - 1:00 to 1:50 pm Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

WEDNESDAYS - 1:30 to 2:20 pm Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

Class using a chair for standing and sitting postures. Suitable for people who cannot do traditional yoga on a mat. You will learn to perform postures safely and properly and to increase your balance and flexibility.

- **Yoga or Pilates mat is required.**
- **Yoga blocks and straps provided.**

●●○

SLOW FLOW YOGA

12 janvier au 24 mars *Relâche : mardi 16 février et mercredi 17 février*

Les MARDIS - 10h00 à 10h50 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Les MERCREDIS - 19h00 à 19h50 Complexe sportif (Salle de réception)

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Slow Flow Yoga (Gentle Vinyasa) est un cours pour tous les niveaux axé sur la respiration et l'alignement du corps. En abordant les pratiques du flow, du hatha et du yin, les étudiants seront encouragés à modifier leur posture pour mieux répondre à leurs besoins et capacités.

- **Un matelas de pilates ou de yoga est requis.**

●●○

SLOW FLOW YOGA

January 12 to March 24 *No class: Tuesday, February 16 and Wednesday, February 17*

TUESDAYS - 10:00 to 10:50 am Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

WEDNESDAYS - 7:00 to 7:50 pm Sports Complex (Reception Hall)

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

Gentle Vinyasa (Slow Flow) is an all levels class with a focus on breath and alignment. Touching on the practices of flow, hatha, and yin, students will be encouraged to modify their postures to better suit their needs and abilities.

- **Yoga or Pilates mat is required.**

●○○

YOGA EN DOUCEUR

11 janvier au 25 mars*

Complexe sportif (Salle de réception)

* *Relâche : jeudi 28 janvier, lundi 15 février, mardi 16 février, mercredi 17 février et jeudi 18 février*

Les LUNDIS avec méditation - 11h00 à 11h50

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Les MARDIS - 18h à 18h50

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Les MERCREDIS - 11h00 à 11h50

Coût: R&B: 85 $ / R65+ 67 $

Les JEUDIS - 11h à 11h50

Coût: R&B: 76 $ / R65+ 60 $

Ce cours de niveau débutant enseigne des techniques d'étirement, de respiration et de relaxation.

- **Un matelas de pilates ou de yoga est requis.**

●○○

GENTLE YOGA

January 11 to March 25*

Sports Complex (Reception Hall)

* *No class: Thursday, January 28, Monday, February 15, Tuesday, February 16, Wednesday, February 17 and Thursday, February 18*

MONDAYS with meditation - 11:00 to 11:50 am

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

TUESDAYS - 6 to 6:50 pm

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

WEDNESDAYS - 11:00 to 11:50 am

Cost: R&B: $85 / R65+ $67

THURSDAYS - 11:00 to 11:50 am

Cost: R&B: $76 / R65+ $60

Designed for beginners, this yoga class includes stretching, breathing and relaxation techniques.

- **Yoga or Pilates mat is required.**

PROGRAMMES POUR ADULTES 14+
ADULT 14+ PROGRAMS



AQUAOIL : ATELIER DE PEINTURE MIXTE

Niveaux débutant, intermédiaire et avancé

AQUAOIL 1	11 janvier au 15 mars	Les LUNDIS - 13h00 à 16h00	Coût:	R&B:	258 $
				R65+	206 $
AQUAOIL 2	14 janvier au 18 mars	Les JEUDIS - 13h00 à 16h00	Coût:	R&B:	258 $
				R65+	206 $

Cours dynamique où vous apprenez à peindre dans le médium de votre choix tel que l'aquarelle, l'acrylique, l'huile, ou le pastel sec. Exprimez votre créativité et découvrez vos talents en peignant vos sujets préférés. **Thèmes abordés: paysages et natures mortes.**

AQUAOIL: MIXED PAINTING WORKSHOP

Beginner, Intermediate and Advanced

AQUAOIL 1	January 11 to March 15	MONDAYS - 1:00 to 4:00 pm	Cost:	R&B:	$258
				R65+	$206
AQUAOIL 2	January 14 to March 18	THURSDAYS - 1:00 to 4:00 pm	Cost:	R&B:	$258
				R65+	$206

Dynamic course where you learn to paint in the medium of your choice, such as watercolour, acrylic, oil, or dry pastel. Express your creativity and discover your talents by painting your favorite subjects. **The following themes will be addressed: landscapes and still life.**

PORTRAIT À L'HUILE

13 janvier au 17 mars

LES MERCREDIS - 13h00 à 16h00	Coût:	R&B:	289 $
		R65+	232 $

Ce cours s'adresse aux élèves qui ont une bonne connaissance des techniques de la peinture à l'huile. Les étudiants apprennent à transférer un dessin sur la toile, à préparer les couleurs et à les disposer sur la palette, à faire des lavis (apprêts préparatoires) et à appliquer des couleurs et des glacis.

OIL PORTRAIT

January 13 to March 17

WEDNESDAYS - 1:00 to 4:00 pm	Cost:	R&B:	$289
		R65+	$232

This course is for students with a good knowledge of oil painting techniques. Students will learn how to transfer drawings to canvas, prepare and arrange colors on the palette, make washes (preparatory primers), and apply colors and glazes.

Arts et langues
Art and languages

IMPORTANT

Tous les cours de peinture, de dessin et de langues sont bilingues et ont lieu à la Bibliothèque. Chacun de ces cours requiert l'achat de matériel particulier dont le participant peut consulter la liste à : ***ville.kirkland.qc.ca/Loisirs et vie communautaire/Programmation des activités/Hiver 2026-2027.***

De plus, il est possible que le professeur puisse être appelé à évaluer le niveau du participant afin de le diriger vers le cours approprié.

All painting, drawing and language courses take place at the Library. Each of these courses requires the purchase of specific materials, a list of which can be consulted at: ***ville.kirkland.qc.ca/Recreation and Community Living/Programming of activities/Winter 2026-2027.***

In addition, the teacher may be called upon to assess the participant's level in order to direct him or her to the appropriate course.



Apprendre à peindre avec / Learning to paint with

Josie Rinoldo

AQUARELLE

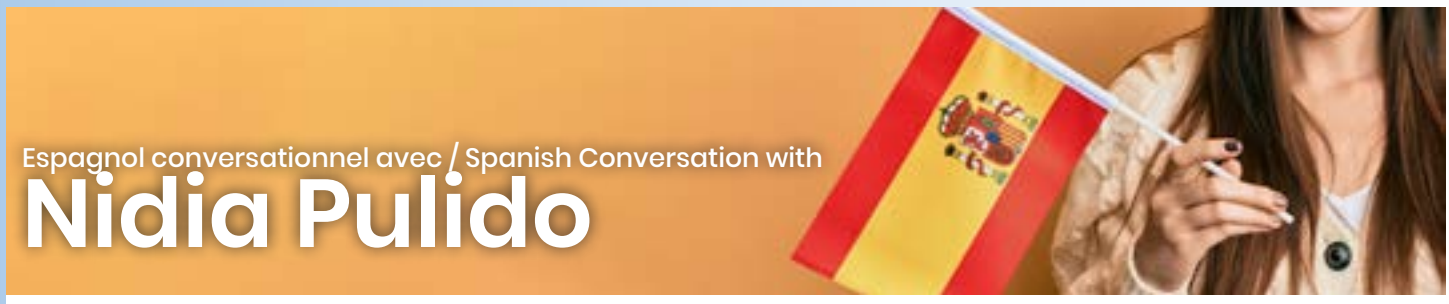
TOUS LES NIVEAUX	**27 janvier au 31 mars**	**Les MERCREDIS 9h00 à 12h00**	Coût:	R&B:	240 $
				R65+	192 $
NIVEAU AVANCÉ	**26 janvier au 30 mars**	**Les MARDIS 13h00 à 16h00**	Coût:	R&B:	240 $
				R65+	192 $

Ce cours permet aux étudiants de faire l'apprentissage des techniques de base de l'aquarelle pour peindre leur sujet préféré, en leur offrant une attention personnalisée! Un nouveau projet est présenté à chaque session favorisant l'apprentissage de nouveaux concepts et techniques artistiques. L'accent sera mis sur les œuvres originales en vue de guider les élèves vers leur propre style!

WATERCOLOUR

ALL LEVELS	**January 27 to March 31**	**WEDNESDAYS 9:00 am to 12:00 pm**	Cost:	R&B:	$240
				R65+	$192
ADVANCED LEVEL	**January 26 to March 30**	**TUESDAYS 1:00 to 4:00 pm**	Cost:	R&B:	$240
				R65+	$192

This course introduces students to basic watercolour techniques for painting their favorite subject, with personalized attention! A new project is presented each session, encouraging the learning of new artistic concepts and techniques. Emphasis will be placed on original works to guide students towards their own style!



Espagnol conversationnel avec / Spanish Conversation with

Nidia Pulido

ESPAGNOL – INTERMÉDIAIRE

27 janvier au 7 avril *Relâche : 3 mars*

Les MERCREDIS - 19h00 à 21h00

Coût: R&B: 180 $
R65+ 144 $

Ce cours s'adresse à ceux qui ont déjà des bases de la langue, et qui souhaitent les renforcer tout en développant leurs compétences conversationnelles. Venez discuter de sujets de tous les jours et pratiquer vos compétences en lecture, tout en améliorant votre confiance en parlant cette belle langue.

- ***Le manuel niveau 2 est requis.***

SPANISH – INTERMEDIATE

January 27 to April 7 *No class: March 3*

WEDNESDAYS - 7:00 to 9:00 pm

Cost: R&B: $180
R65+ $144

This course is intended for those who already have basic knowledge of the language and wish to consolidate it while practicing their conversational skills. Come and enjoy conversation in Spanish in day to day situations and practice your reading and listening skills. Improve your confidence when speaking this beautiful language.

- ***The level 2 textbook is required.***



Apprendre l'italien avec / Learning Italian with

Maria Eugenia Giochi

À noter que les cours d'italien font relâche pour la saison d'hiver et du printemps 2027.

Nous remercions les participants de leur intérêt et espérons vous retrouver à l'automne 2027 pour la reprise des cours.

Please note that Italian courses will take a break during the Winter-Spring 2027 season.

We thank participants for their continued interest and look forward to welcoming you back in Fall 2027 when classes resume.

COURS GRATUITS
FREE COURSES

ON JASE ET ON TRICOTE
Le plaisir de tricoter... ensemble !

Que vous soyez débutant ou tricoteur expérimenté, venez partager votre passion dans une ambiance chaleureuse et accueillante. Autour d'une tasse de thé, profitez des conseils de nos deux expertes, découvrez de nouvelles techniques, échangez des idées, inspirez-vous des autres… ou savourez simplement le plaisir de tricoter en bonne compagnie.

Parce que le tricot, c'est aussi l'occasion de tisser des liens!

Inscription en ligne requise • Gratuit pour les abonnés de la Bibliothèque
L'inscription est limitée à un seul groupe par participant.

Groupe 1	Les LUNDIS du 11 janvier au 14 juin	19h à 21h
Groupe 2	Les SAMEDIS du 9 janvier au 12 juin	13h à 15h

KNIT AND CONNECT
The joy of knitting... together!

Whether you are a beginner or an experienced knitter, join us to share your passion in a warm and welcoming atmosphere. Enjoy a cup of tea while learning new techniques and receiving helpful tips from our two knitting experts, exchanging ideas, finding inspiration, or simply enjoying the pleasure of knitting in good company.

Because knitting is about more than creating beautiful things, it's also about making connections.

Online registration required • Free for Library members
Registration is limited to one group per participant.

Group 1	MONDAYS from January 11 to June 14	7 to 9 pm
Group 2	SATURDAYS from January 9 to June 12	1 to 3 pm



Les cours ci-dessous sont offerts gratuitement à la Bibliothèque de Kirkland, en collaboration avec le Centre d'éducation des adultes Jeanne-Sauvé.

IMPORTANT : pièces justificatives ORIGINALES requises lors de l'inscription (aucune photocopie), tel que demandé par la Commission Scolaire Marguerite-Bourgeoys:

- **Carte d'assurance maladie valide**
- **Une preuve de résidence**
- **Certificat de naissance avec les noms des parents (grand format)**
  - ou certificat de citoyenneté canadienne
  - ou carte de citoyenneté canadienne
  - ou certificat de baptême ET de naissance émis de l'église, avant 1994
  - ou carte de résidant permanent valide
  - ou formulaire IMM 1000

The following courses are offered free of charge at the Kirkland Library, in partnership with the Jeanne-Sauvé Adult Education Centre.

IMPORTANT: ORIGINAL supporting documents required in order to register (no photocopies), as requested by the Marguerite-Bourgeoys School Board :

- **A valid Health Insurance card**
- **Proof of residency**
- **Birth certificate including parents' names (large format)**
  - or Canadian citizenship certificate
  - or Canadian citizenship card
  - or baptism AND birth certificate issued by the church, before 1994
  - or valid permanent resident card
  - or IMM 1000 form

INITIATION À LA TABLETTE ÉLECTRONIQUE (IPAD) (55+ ans)

EN ANGLAIS : **14 janvier au 25 mars** *Relâche : 4 mars*

NIVEAU DÉBUTANT	Les JEUDIS - 9h30 à 12h00	Bibliothèque
NIVEAU INTERMÉDIAIRE	Les JEUDIS - 13h00 à 15h30	Bibliothèque

S'adressant aux personnes retraitées et aux aînés, cette formation permet de se familiariser avec la tablette électronique (iPad) et d'accroître son autonomie à l'égard des nouvelles technologies, tout en socialisant.

- **L'appareil est fourni pendant le cours.**
- **Inscription requise : 514 630-2726, poste 3205**

INITIATION TO ELECTRONIC TABLET (IPAD) (55+ year olds)

IN ENGLISH : **January 14 to March 25** *No class: March 4*

BEGINNER LEVEL	THURSDAYS - 9:30 am to 12:00 noon	Library
INTERMEDIATE LEVEL	THURSDAYS - 1:00 to 3:30 pm	Library

Intended for retirees and seniors, this course is designed to familiarize participants with the electronic tablet (iPad) and increase their independence with regard to new technologies, while socializing.

- **Devices are provided during the class.**
- **Registration required: 514 630-2726, ext. 3205**

CONVERSATION FRANÇAISE

Deux cours de 2 heures par semaine

13 janvier au 26 mars *Relâche : 3 et 5 mars*

NIVEAU DÉBUTANT	Les MERCREDIS et VENDREDIS - 9h30 à 11h30	Bibliothèque
NIVEAU INTERMÉDIAIRE	Les MERCREDIS et VENDREDIS - 12h30 à 14h30	Bibliothèque

Un cours de 3 heures par semaine

11 janvier au 12 avril *Relâche : 1er mars et 29 mars*

NIVEAU DÉBUTANT	Les LUNDIS - 9h00 à 12h00	Bibliothèque

- **Un minimum de 18 participants inscrits est requis pour que ce cours ait lieu.**
- **Inscription requise : 514 630-2726, poste 3205**

CONVERSATIONAL FRENCH

Two 2-hour classes per week

January 13 to March 26 *No class: March 3 and 5*

BEGINNER LEVEL	WEDNESDAYS and FRIDAYS - 9:30 to 11:30 am	Library
INTERMEDIATE LEVEL	WEDNESDAYS and FRIDAYS - 12:30 to 2:30 pm	Library

A 3-hour course per week

January 11 to April 12 *No class: March 1 and 29*

NIVEAU DÉBUTANT	MONDAYS - 9 am to 12 pm	Library

- **A minimum of 18 registered participants is required for this course to take place.**
- **Registration required: 514 630-2726, ext. 3205**

PROGRAMMES ADULTES 18+
ADULT 18+ PROGRAMS

Dégustations de vins
Wine tasting classes



Ateliers bilingues avec / Bilingual workshops with

Carl Bird

18 ans/yrs+

Inscription en ligne requise
(voir détails pages 14-15)

Online registration required
(see details pages 14-15)

VINS 101
JEUDI 11 février

19h00 à 21h30 — À la Maison Lantier — Coût: R&B: 85 $ / R65+: 68 $

Découvrez l'univers du vin dans une ambiance conviviale ! Cet atelier vous initiera aux bases de la vinification, de la dégustation et des accords mets et vins.

Démystifiez certaines idées reçues et développez vos connaissances tout en dégustant six grands classiques.

WINE 101
THURSDAY, February 11

7 to 9:30 pm — At the Lantier House — Cost: R&B: $85 / R65+: $68

Discover the world of wine in a relaxed and welcoming atmosphere! This workshop introduces the basics of winemaking, wine tasting and food pairings.

Debunk common wine myths and expand your knowledge while tasting six classic wines.

ACCORDS VINS ET FROMAGES
JEUDI 11 mars

19h00 à 21h30 — À la Maison Lantier — Coût: R&B: 90 $ / R65+: 72 $

Découvrez les secrets des accords vins et fromages dans une ambiance conviviale.

Apprenez à marier les saveurs pour créer des combinaisons harmonieuses tout en dégustant six fromages locaux soigneusement assortis à six vins issus de cépages classiques.

WINE AND CHEESE PAIRINGS
THURSDAY, March 11

7 to 9:30 pm — At the Lantier House — Cost: R&B: $90 / R65+: $72

Discover the art of wine and cheese pairing in a relaxed and welcoming atmosphere.

Learn how to match flavours to create harmonious combinations while tasting six local cheeses paired with six wines from classic grape varieties.

ACTIVITÉS LIBRES POUR TOUS
DROP-IN ACTIVITIES FOR ALL

Aréna / Arena

PATINAGE ADULTES ET TOUT-PETITS
Les MARDIS et JEUDIS de 12h à 13h20
5 janvier au 1er avril
Aucune inscription requise
- Mitaines et casque obligatoires pour les tout-petits
- Présence obligatoire des parents en patins sur la glace

ADULT AND TOTS SKATING
TUESDAYS and THURSDAYS, from 12 to 1:20 pm
January 5 to April 1
No registration required
- Mittens and helmet mandatory for tots
- Parents must be on skates and present on the ice

PATINAGE PUBLIC
Les SAMEDIS de 19h à 20h15
Les DIMANCHES de 14h à 15h45
9 janvier au 3 avril
**Exceptions : 16 et 17 janvier, 13, 14, 20 et 21 février, 6 et 7 mars*
Aucune inscription requise
- Mitaines et casque obligatoires pour les 11 ans et moins
- Les usagers doivent lacer leurs patins dans la première section des gradins

PUBLIC SKATING
SATURDAYS, from 7 to 8:15 pm
SUNDAYS, from 2 to 3:45 pm
January 9 to April 3
**Exceptions: January 16 and 17, February 13, 14 ,20 and 21, March 6 and 7*
Aucune inscription requise
- Mittens and helmet mandatory for 11 year olds and under
- Users must tie their skates in the first section of the stands



HOCKEY LIBRE POUR ADULTES (18+)
Les LUNDIS et MERCREDIS de 11h45 à 12h45
6 janvier au 29 mars
**Exceptions : 15 février, 1, 3 et 29 mars*
Équipement obligatoire : casque, visière, protège-cou et gants
Frais d'admission :
- Gratuit avec preuve de résidence à Kirkland*
- 5 $ sans preuve de résidence et pour les non-résidents*

*Inscription en ligne obligatoire. Aucun remboursement ni crédit.



ADULT SHINNY HOCKEY (18+)
MONDAYS and WEDNESDAYS, from 11:45 am to 12:45 pm
January 6 to March 29
**Exceptions: February 15, March 1, 3 and 29*
Mandatory equipment: Helmet, visor, neck guard and gloves
Admission cost:
- Free with proof of residence in Kirkland*
- $5 without proof of residence and for non-residents*

*Mandatory online registration. No refund or credit.

HORAIRE SPÉCIAL DES CONGÉS SCOLAIRES • SPECIAL SCHEDULE FOR SCHOOL HOLIDAYS

FÉVRIER / FEBRUARY 5

ARÉNA / ARENA
10:00 - 10:50 **Ringuette libre / Open ringette** (6-17)
11:00 - 11:50 **Hockey libre / Shinny hockey** (8-17)
12:00 - 14:15 **Patinage public / Public skating** (pour tous/for all)

Les participants doivent apporter leur propre équipement.
Participants must bring their own equipment.

Enfants de 12 ans et moins : présence obligatoire d'un parent.
Children 12 years and under must be accompanied by an adult.

GYMNASE / GYMNASIUM
15:00 - 15:50 **Badminton** (8-17)

Les participants doivent apporter leur propre équipement.
Participants must bring their own equipment.

FÉVRIER / FEBRUARY 15

ARÉNA / ARENA
12:00 - 13:45 **Patinage public / Public skating** (pour tous/for all)
14:00 - 14:50 **Ringuette libre / Open ringette** (6-17)
15:00 - 15:50 **Hockey libre / Shinny hockey** (8-17)

Les participants doivent apporter leur propre équipement.
Participants must bring their own equipment.

Enfants de 12 ans et moins : présence obligatoire d'un parent.
Children 12 years and under must be accompanied by an adult.



ACTIVITÉS LIBRES POUR TOUS
DROP-IN ACTIVITIES FOR ALL

Gymnase / Gymnasium

ACTIVITÉS LIBRES
Pour ados (12-17 ans)

5 janvier au 25 mars

MARDIS - 16h à 16h50 : Basketball

JEUDIS - 16h à 16h50 : Basketball

**Exception : 28 janvier*

DROP-IN ACTIVITIES
For teens (12-17 yrs)

January 5 to March 25

TUESDAYS - 4 to 4:50 pm: Basketball

THURSDAYS - 4 to 4:50 pm: Basketball

**Exception : January 28*

BASKETBALL LIBRE

4 janvier au 28 mars

LUNDIS - 20h30 à 22h20

DIMANCHES - 12h00 à 13h20

**Exceptions : 31 janvier, 28 février et 28 mars*

OPEN BASKETBALL

January 4 to March 28

MONDAYS - 8:30 to 10:20 pm

SUNDAYS - 12 to 1:20 pm

**Exceptions: January 31, February 28 and March 28*

BADMINTON LIBRE

4 janvier au 28 mars

LUNDIS - 16h00 à 17h50

VENDREDIS - 16h00 à 16h50

**Exception : 29 janvier*

DIMANCHES - 15h00 à 16h20

**Exceptions : 31 janvier, 28 février et 28 mars*

OPEN BADMINTON

January 4 to March 28

MONDAYS - 4 to 5:50 pm

FRIDAYS - 4 to 4:50 pm

**Exception: January 29*

SUNDAYS - 3 to 4:20 pm

**Exceptions: January 31, February 28 and March 28*

RÈGLES | RULES

- ✓ Aucune inscription requise / No registration required
- ✓ Souliers de course obligatoires / Running shoes are mandatory
- ✓ Aucun entraînement d'équipe / No team training
- ✓ Les participants doivent apporter leur propre équipement (balles, raquettes et ballons de basketball) / Participants must bring their own equipment (balls, rackets and basketballs)
- ✓ Limite de 25 personnes dans le gymnase / Limit of 25 people isinde the gymnasium

BASKETBALL et BADMINTON libres

- Activités pour toute la famille
- Les enfants âgés de 12 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte (maximum: 3 enfants/adulte)

Open BASKETBALL and BADMINTON

- Activities for the whole family
- Children 12 years of age and under must be accompanied by an adult (maximum: 3 children/adult).

Horaire régulier • Regular Schedule

Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday	Dimanche / Sunday
11:45 – 12:45 Hockey (18+)	12:00 – 13:20 Patinage adultes et tout-petits Adults and Tots skating	11:45 – 12:45 Hockey (18+)	12:00 – 13:20 Patinage adultes et tout-petits Adults and Tots skating	11:00 - 12:20 Pickleball 14+		12:00 - 13:20 Basketball libre Open Bastketball
		13:30 - 14:50 Badminton 14+	14:30 - 15:50 Pickleball 14+			13:30 - 14:50 Pickleball 14+
16:00 - 17:50 Badminton libre Open Badminton	16:00 - 16:50 Basketball 12-17		16:00 - 16:50 Basketball 12-17	16:00 - 16:50 Badminton libre Open Badminton		14:00 – 15:45 Patinage public Public skating
		16:45 – 18:05 Badminton 14+		17:00 - 18:20 Pickleball 14+	17:00 - 18:50 Badminton 14+	15:00 - 16:20 Badminton libre Open Badminton
20:30 - 22:20 Basketball libre Open Basketball		19:30 - 20:50 Pickleball 14+			19:00 – 20:15 Patinage public Public skating	17:30 - 18:50 Badminton 14+
						20:45 - 22:00 Pickleball 14+

Activités gratuites, Inscription hebdomadaire en ligne requise

Free activities, Weekly online registration required

Pickleball / Badminton 14+

BADMINTON 14+

Résidents de Kirkland SEULEMENT
Inscription requise

6 janvier au 28 mars

MERCREDIS - 13h30 à 14h50

MERCREDIS - 16h45 à 18h05

SAMEDIS - 17h à 18h50
**Exception : 30 janvier*

DIMANCHES - 17h30 à 18h50
**Exceptions : 31 janvier, 28 février et 28 mars*

BADMINTON 14+

Kirkland residents ONLY
Registration required

January 6 to March 28

WEDNESDAYS - 1:30 to 2:50 pm

WEDNESDAYS - 4:45 to 6:05 pm

SATURDAYS - 5 to 6:50 pm
**Exception: January 30*

SUNDAYS - 5:30 to 6:50 pm
**Exceptions: January 31, February 28 and March 28*



IMPORTANT !

BADMINTON 14+ / PICKLEBALL 14+ / HOCKEY 18+

INSCRIPTION HEBDOMADAIRE EN LIGNE OBLIGATOIRE

WEEKLY ONLINE REGISTRATION REQUIRED

PROCÉDURE

- Inscription gratuite hebdomadaire de 9h le vendredi à 9h le mercredi
- Résidents seulement
- Inscription non transférable

PROCEDURE

- Free weekly registration from 9 a.m. Friday to 9 a.m. Wednesday
- Residents only
- Registrations are non-transferable

PICKLEBALL 14+

Résidents de Kirkland SEULEMENT
Inscription requise

6 janvier au 28 mars

MERCREDIS - 19h30 à 20h50

JEUDIS - 14h30 à 15h50
**Exception : 28 janvier*

VENDREDIS - 11h00 à 12h20
**Exceptions : 15 et 29 janvier, 12 et 19 février, 5 mars*

VENDREDIS - 17h00 à 18h20
**Exception : 29 janvier*

DIMANCHES - 13h30 à 14h50
**Exceptions : 31 janvier, 28 février et 28 mars*

DIMANCHES - 20h45 à 22h00
**Exceptions : 31 janvier et 28 mars*

PICKLEBALL 14+

Kirkland residents ONLY
Registration required

January 6 to March 28

WEDNESDAYS - 7:30 to 8:50 pm

THURSDAYS - 2:30 to 3:50 pm
**Exception: January 28*

FRIDAYS - 11 am to 12:20 pm
**Exceptions: January 15 and 29, February 12 and 19, March 5*

FRIDAYS - 5 to 6:20 pm
**Exception: January 29*

SUNDAYS - 1:30 to 2:50 pm
**Exceptions: January 31, February 28 and March 28*

SUNDAYS - 8:45 to 10 pm
**Exceptions: January 31 and March 28*



RÈGLES | RULES

- ✓ Souliers de course obligatoires / Running shoes are mandatory
- ✓ Limite de 18 personnes dans le gymnase / Limit of 18 people inside the gymnasium
- ✓ Aucun entraînement d'équipe / No team training

BADMINTON 14+

- Les participants doivent apporter leur propre équipement
- Participants must bring their own equipment

PICKLEBALL 14+

- Balles et raquettes disponibles sur place
- Balls and paddles available on site

À LA BIBLIOTHÈQUE
AT THE LIBRARY

Entrée gratuite
Free admission

OUVERT À TOUS
OPEN TO ALL

CINÉMA EN FAMILLE
FAMILY MOVIE

Une invitation pour toute la famille à une activité gratuite à la Bibliothèque.
Réservez votre place en ligne
(détails en page 14).

An invitation for the whole family to a free activity at the Library!
Reserve your spot online
(details on page 14).

VENDREDI 8 janvier à 18h30
FRIDAY, January 8 at 6:30 pm



MOANA

Version anglaise *English version*

VENDREDI 5 février à 18h30
FRIDAY, February 5 at 6:30 pm



COYOTE VS ACME

Version française *French version*

OUVERT À TOUS
OPEN TO ALL

LUNDIS CINÉMA
MOVIE MONDAYS

Une invitation à briser la routine du lundi en visionnant un film en bonne compagnie !
Réservez votre place en ligne
(détails en page 14).

An invitation to view a movie in good company and break the Monday routine delightfully!
Reserve your spot online
(details on page 14).

Le LUNDI 18 janvier à 13h30
MONDAY, January 18 at 1:30 pm



LA RÉVÉLATION

Version française *French version*

Le LUNDI 15 février à 13h30
MONDAY, February 15 at 1:30 pm



YOUNG WASHINGTON

Version anglaise *English version*

Théâtre Bonbon Lollipop Theatre



LE PATIN LIBRE SUR ROULETTES

Spectacle bilingue pour toute la famille

Le DIMANCHE 24 janvier
11h00 à 11h35

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Laissez-vous émerveiller par une performance unique qui allie patinage sur roulettes et musique en direct. Porté par trois artistes de grand talent, ce spectacle captivant mêle vitesse, grâce, humour et créativité. Entre prouesses techniques et moments de jeu inattendus, *Le Patin Libre* transforme l'espace en un univers vibrant qui saura séduire petits et grands.

LE PATIN LIBRE: LIVE ROLLER SKATING PERFORMANCE

Bilingual show for the whole family

SUNDAY, January 24
11:00 to 11:35 am

At the Sports Complex (Reception Hall)

Experience a unique performance that combines roller skating and live music. Featuring three exceptionally talented artists, this captivating show blends speed, grace, humor and creativity. Through impressive technical skill and unexpected playful moments, *Le Patin Libre* transforms the space into a vibrant world that will delight audiences of all ages.

PAMPHILE LE CLOWN SCIENTIFIQUE

Spectacle sans paroles pour les 2 à 5 ans

Le VENDREDI 5 mars
11h00 à 11h30

Au Complexe sportif (Salle de réception)

Préparez-vous à rire, à vous émerveiller et à découvrir la science autrement! Avec son énergie contagieuse et son humour débordant, Pamphile le clown scientifique rend les phénomènes scientifiques accessibles et fascinants pour les jeunes. Un spectacle interactif qui allie amusement, curiosité et découvertes surprenantes.

PAMPHILE THE SCIENCE CLOWN

Wordless show for 2 to 5 year olds

FRIDAY, March 5
11:00 to 11:30 am

At the Sports Complex (Reception Hall)

Get ready to laugh, be amazed, and discover science in a whole new way! With his contagious energy and playful humor, Pamphile the Science Clown makes scientific concepts fun, engaging and easy for young audiences to understand. An interactive show that combines entertainment, curiosity and surprising discoveries.





QUI SE BALANCE

Spectacle en français pour les 5 ans+

Le DIMANCHE 11 avril
11h00 à 11h40

Au Parc Meades (extérieur)

Plongez dans l'univers ludique et poétique de Guillo ! À travers une étonnante collection de vêtements, l'artiste se transforme en une foule de personnages aussi drôles qu'attachants. Alliant slackline, jonglerie, danse acrobatique et musique, ce spectacle de cirque tout public émerveille par sa créativité, son humour et ses prouesses.

- En cas de mauvais temps, le spectacle sera déplacé au Gymnase du Complexe sportif.

Show in French for 5 yr olds+

SUNDAY, April 11
11:00 to 11:40 am

At the Meades Park (outdoors)

Step into Guillo's playful and poetic world! Using an extraordinary collection of clothing, the artist transforms into a cast of humorous and endearing characters. Combining slackline, juggling, acrobatic dance and music, this all-ages circus show delights audiences with its creativity, humor and impressive feats.

- In case of bad weather, the show will be moved to the Sports Complex Gymnasium.

RAPPEL IMPORTANT

- S'inscrire en ligne permet aux participants de réserver leur place et de recevoir une notification en cas d'annulation ou de changements à l'horaire.

IMPORTANT REMINDER

- Registering online allows participants to reserve their place and receive notification of cancellations or schedule changes.

ACTIVITÉS JEUNESSE À LA BIBLIOTHÈQUE
YOUTH ACTIVITIES AT THE LIBRARY

Inscription en ligne obligatoire (détails en page 14)

BRIGHT LABZ
MISSION SUR MARS : CONSTRUIS UN ROVER D'EXPLORATION PLANÉTAIRE

DIMANCHE 24 janvier
10h15 à 12h15
6 à 9 ans - Bilingue

DIMANCHE 21 février
13h30 à 15h30
10 à 14 ans - Bilingue

Prépare-toi pour une mission sur Mars ! Construis et programme un rover LEGO capable de détecter les obstacles et de réagir à son environnement. Relève des missions de plus en plus complexes et améliore ta programmation pour mener ton exploration à bien !

BRIGHT LABZ
MISSION TO MARS: BUILD A PLANETARY ROVER

SUNDAY, January 24
10:15 am to 12:15 pm
6 to 9 year olds - Bilingual

SUNDAY, February 21
1:30 to 3:30 pm
10 to 14 year olds - Bilingual

Get ready for a mission to Mars! Build and program a LEGO rover that can detect obstacles and react to its surroundings. Take on increasingly challenging missions and improve your programming skills to complete your exploration!



DÉCODE LE CODE
ARCHITECTURE ET SCULPTURES 3D

8 à 16 ans - En français

MARDI 26 janvier
18h30 à 20h00

Donne vie à tes idées grâce à un stylo 3D! Découvre les principes de l'architecture, du design et de la construction en créant des formes et des structures en trois dimensions. Inspire-toi de modèles ou laisse libre cours à ton imagination pour concevoir maisons, ponts, tours, monuments ou créations complètement originales. À toi de devenir designer, architecte et constructeur de ton propre projet!

DÉCODE LE CODE
ARCHITECTURE & 3D SCULPTURES

8 to 16 year olds - In French

TUESDAY, January 26
6:30 to 8 pm

Bring your ideas to life with a 3D pen! Discover the basics of architecture, design, and construction as you create shapes and build three-dimensional structures. Follow a template or let your imagination take the lead to design houses, bridges, towers, monuments, or creations of your very own. Become the designer, architect, and builder of your own project!



Photo : Décode le code

ATELIER KOKOBRIK
ROBOTIQUE : CRÉE TON ROBOT !

8 à 13 ans - Bilingue

DIMANCHE 7 février
14h à 15h

Plonge dans l'univers fascinant de la robotique ! Apprends à construire et à programmer ton propre robot, puis découvre comment ses différents mécanismes lui permettent de bouger, de tourner et de relever des défis. Une fois ton robot prêt, place à la course ! Un atelier amusant pour développer ta logique, ta créativité et ton esprit de résolution de problèmes.

KOKOBRIK WORKSHOP
ROBOTICS: BUILD YOUR ROBOT!

8 to 13 year olds - Bilingual

SUNDAY, February 7
2 to 3 pm

Dive into the fascinating world of robotics! Learn how to build and program your own robot, then discover how its different mechanisms work together to make it move, turn and take on challenges. Once your robot is ready, it's race time! A fun, hands-on workshop that will put your logic, creativity and problem-solving skills to the test.



DÉCODE LE CODE
FABRIQUE TES BOMBES DE CHOCOLAT

4 à 12 ans - En français

VENDREDI 12 février
18h30 à 20h00

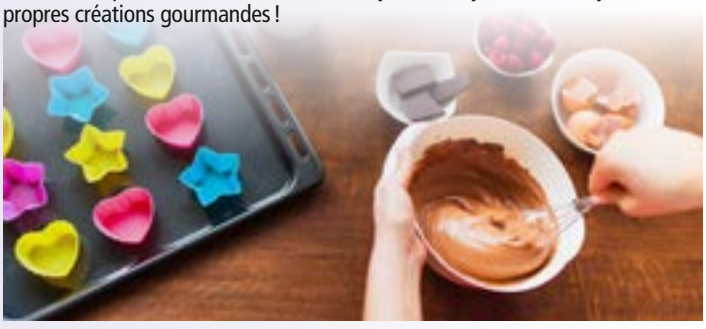
Découvre la science qui se cache derrière le chocolat ! Explore ses différentes transformations, puis mets la main à la pâte pour créer de délicieuses sphères chocolatées remplies de surprises. Expérimente avec les ingrédients et laisse aller ta créativité pour confectionner tes propres créations gourmandes !

DÉCODE LE CODE
MAKE YOUR OWN CHOCOLATE BOMBS

4 to 12 year olds - In French

FRIDAY, February 12
6:30 to 8:00 pm

Discover the science behind chocolate! Explore how chocolate transforms, then get hands-on and create delicious chocolate spheres filled with sweet surprises. Experiment with different ingredients and let your creativity run wild as you make your own tasty creations!



BRIGHT LABZ

DÉFIS ROBOTIQUES : SPORTS ET HABILETÉS

6 à 9 ans - Bilingue

MERCREDI 3 mars

10h15 à 12h15

Construis et programme ton propre robot LEGO, puis mets-le à l'épreuve dans un tournoi amical ! Relève des défis amusants : marque un but, franchis un parcours à obstacles et tente de t'arrêter avec précision sur une cible. En équipe, expérimente, améliore ton programme et développe ta créativité, ta logique et ton esprit de collaboration.

BRIGHT LABZ

ROBOT GAMES: SPORTS & SKILLS TOURNAMENT

6 to 9 year olds - Bilingual

WEDNESDAY, March 3

10:15 am to 12:15 pm

Build and program your own LEGO robot, then put it to the test in a friendly tournament! Take on fun challenges: score a goal, navigate an obstacle course and try to stop precisely on a target. Work as a team, experiment, improve your program and develop your creativity, logic and teamwork skills.



RAPPELS IMPORTANTS

- Dans le but d'offrir à tous les enfants la chance de participer aux activités, un préavis de 24 heures est requis en cas d'annulation.
- Le parent/gardien d'un **enfant de 10 ans ou moins** doit rester dans les locaux de la Bibliothèque pendant toute la durée de l'activité à laquelle l'enfant est inscrit.
- Les enfants **âgés de 6 ans et moins** doivent être accompagnés d'un parent/gardien pendant l'activité.
- Seuls les enfants de **7 ans et plus** peuvent participer seuls à l'activité.
- La Ville n'assume aucune responsabilité pour les enfants laissés sans surveillance.

IMPORTANT REMINDERS

- In order to provide all children an opportunity to participate in the activities, a 24-hour notice is required in the event of a cancellation.
- The parent/guardian of a child **10 years and under** must remain on the Library premises for the duration of the activity for which the child is registered.
- Children aged **6 and under** must be accompanied by a parent/guardian during the activity.
- Only children aged **7 and over** may attend the activity alone.
- The city assumes no responsibility for children left unattended.

SPLASH D'ART

ATELIERS D'ART AVEC DAMYA

8 à 12 ans - Bilingue

DIMANCHE 10 janvier

SAMEDI 13 février

DIMANCHE 28 février

10h30 à 11h30

Explore ta créativité grâce à des projets artistiques amusants et colorés ! Expérimente la peinture, le dessin et les techniques mixtes, développe ton imagination et ta confiance, puis repars de chaque atelier avec une œuvre unique à rapporter fièrement chez toi.

SPLASH OF ART

ART WORKSHOPS WITH DAMYA

8 to 12 year olds - Bilingual

SUNDAY, January 10

SATURDAY, February 13

SUNDAY, February 28

10:30 to 11:30 am

Explore your creativity through fun, colourful art projects! Experiment with painting, drawing, and mixed media, develop your imagination and artistic confidence, then leave each workshop with a unique work of art, all your own, to proudly take home with you.



CRÉAFUN

ATELIERS DE BRICOLAGE AVEC KAYLA

4 à 7 ans - Bilingue

DIMANCHE 31 janvier

10h30 à 11h30

Découvre le plaisir de créer ! Peinture, bricolage et projets inspirants t'attendent dans ces ateliers remplis de couleurs et d'imagination.

CRAFT-TASTIC

CRAFT WORKSHOPS WITH KAYLA

4 to 7 year olds - Bilingual

SUNDAY, January 31

10:30 to 11:30 am

Discover the joy of creating! Painting, crafts, and inspiring projects await you in these colourful workshops full of creativity and fun.



À LA BIBLIOTHÈQUE
AT THE LIBRARY



LA BIBLIOTHÈQUE D'OBJETS : une collection à découvrir

Saviez-vous que la Bibliothèque vous permet d'emprunter bien plus que des livres? Grâce à sa toute nouvelle Bibliothèque d'objets, les abonnés ont accès à une collection de plus d'une trentaine d'articles, notamment des accessoires pour la maison, de petits outils et des jeux.

Ce service permet à la communauté de profiter d'une plus grande variété de ressources, tout en favorisant le partage, la consommation responsable et la réduction des achats occasionnels.

Chaque abonné peut emprunter un objet à la fois pour une période de cinq jours. Les objets peuvent être réservés au comptoir du prêt ou en ligne à partir du dossier d'abonné.

Consultez la collection complète sur le site Web de la Bibliothèque : biblioweb.ville.kirkland.qc.ca.

LIBRARY OF THINGS: A collection to discover

Did you know that the Library offers much more than books? Through its brand-new Library of Things, members have access to a collection of more than 30 items, including household accessories, small tools, and games.

This service gives the community access to a wider variety of resources while promoting sharing, responsible consumption, and reducing the need for occasional purchases.

Each member may borrow one item at a time for a period of five days. Items may be reserved at the Circulation Desk or online through the member's Library account. Browse the complete collection on the Library's website: biblioweb.ville.kirkland.qc.ca.



CLUB DE LECTURE À EMPORTER

BOOK CLUB TO GO

Envie d'organiser votre propre club de lecture à la maison, entre amis ou en famille ? C'est maintenant possible grâce aux trousses prêtes à emporter offertes à la Bibliothèque de Kirkland ! Chaque trousse comprend tout ce qu'il faut pour vivre une expérience littéraire conviviale et enrichissante :

- 10 exemplaires du même livre
- Une fiche biographique de l'auteur
- Un résumé et des critiques du livre
- Des questions pour animer la discussion

Il ne vous reste qu'à choisir un titre parmi notre vaste sélection (plus de 60 titres !), réunir votre groupe et profiter de la lecture selon vos disponibilités. Pour plus d'information et pour réserver une trousse : rendez-vous sur le site web de la Bibliothèque à biblioweb.ville.kirkland.qc.ca, puis cliquez sur **Collection/Club de lecture à emporter**.

Want to start your own book club at home with friends or family? Now you can, thanks to the Book Club To Go kits available at the Kirkland Library! Each kit contains everything you need to enjoy a rich and engaging reading experience:

- 10 copies of the same book
- A biography of the author
- A summary and reviews of the book
- Discussion questions to spark conversation

Just pick a title from our wide selection — more than 60 titles available! — gather your group, and enjoy reading on your own schedule. For more information or to reserve a kit: visit the Library's website at biblioweb.ville.kirkland.qc.ca, and click on **Collection/Book Club To Go**.

IMPOSSIBLE DE VOUS RENDRE À LA BIBLIOTHÈQUE ?

FAITES APPEL À LA BIBLIO MOBILE !

Biblio Mobile est un service gratuit de livraison à domicile offert aux résidents de Kirkland abonnés à la Bibliothèque qui répondent à l'un des critères suivants :

- avoir 60 ans ou plus;
- être à mobilité réduite;
- vivre avec une maladie temporaire ou de longue durée;
- être confiné à la maison à la suite d'un accident.

Livres réguliers, livres audio, livres à gros caractères ou tout autre document de notre collection : nos bénévoles dévoués s'occupent de tout, jusqu'à la livraison chez vous !

CAN'T MAKE IT TO THE LIBRARY?

LET LIBRARY EXPRESS COME TO YOU!

Library Express is a free home delivery service for Kirkland residents who are Library members and meet at least one of the following criteria:

- are 60 years of age or older;
- have reduced mobility;
- are living with a temporary or long-term illness;
- are confined to their home following an accident.

Regular books, audiobooks, large print books or any other item from our collection: our dedicated volunteers take care of everything, including delivery to your home!





UNE PINCÉE D'ÉPICES

Éveillez vos papilles et partez à la découverte de nouvelles saveurs avec *Une pincée d'épices*, le tout nouveau club d'épices de la Bibliothèque !

Chaque mois, les membres de la Bibliothèque sont invités à venir se procurer l'épice vedette, accompagnée d'informations sur son origine, de ses particularités, et d'une recette pour la mettre à l'honneur dans leur cuisine.

Récupérez votre épice du mois au comptoir du prêt **le premier mardi de chaque mois**. Faites vite, les quantités sont limitées !

A DASH OF SPICE

Awaken your taste buds and discover new flavours with *A Dash of Spice*, the Library's brand-new spice club!

Each month, Library members are invited to pick up the featured spice, along with information about its origins, unique characteristics, and a recipe showcasing how to use it in their own kitchen.

Pick up your spice of the month at the Circulation Desk on **the first Tuesday of every month**. Be sure to get yours early, quantities are limited!

ATELIERS ET CONFÉRENCES POUR ADULTES
ADULT WORKSHOPS AND CONFERENCES

Activités gratuites à la Bibliothèque - Inscription en ligne obligatoire (détails en page 14)



ATELIER PEINTURE DIAMANT
ÉDITION NOËL
Bilingue avec
Ekaterina

LUNDI 21 décembre – 19h

Découvrez l'univers fascinant de la peinture diamant ! À l'aide de petites pierres colorées à appliquer une à une sur une toile adhésive, les participants créeront une œuvre brillante et unique, inspirée du temps des fêtes. Chaque participant repartira avec sa création à exposer fièrement à la maison.

DIAMOND PAINTING WORKSHOP
CHRISTMAS EDITION
Bilingual with
Ekaterina

MONDAY, December 21 – 7 pm

Discover the fascinating world of diamond painting! Using tiny colorful gems placed one by one onto an adhesive canvas, participants will create a sparkling and unique work of art inspired by the winter holidays. Each participant will leave with their own masterpiece to proudly display at home.

HAWAÏ : BEAUTÉ ET DIVERSITÉ
En français avec
Alain Benoît,
Conférencier et voyageur

MARDI 12 janvier – 19 h

Des plages de sable bordées de palmiers aux impressionnants paysages volcaniques, Hawaï séduit par la richesse et la diversité de ses décors naturels. Alain Benoit vous fait découvrir les plus beaux attraits des quatre principales îles de l'archipel : Maui, Kauai, Oahu et l'île d'Hawaï. Une conférence inspirante qui vous fera explorer la culture, la faune, la flore et les panoramas spectaculaires de cette destination unique.

HAWAII: BEAUTY AND DIVERSITY
In French with
Alain Benoit,
Speaker and Traveler

TUESDAY, January 12 – 7 pm

From palm-lined sandy beaches to breathtaking volcanic landscapes, Hawaii captivates with its rich and diverse natural beauty. Alain Benoit takes you on a tour of the highlights of the archipelago's four main islands: Maui, Kauai, Oahu, and the Island of Hawaii. An inspiring presentation exploring the culture, wildlife, plant life, and spectacular scenery of this remarkable destination.





PLONGEZ DANS L'UNIVERS DU MAHJONG DE HONG KONG
En anglais avec Shafrit Baum
Professeure de Mahjong et conférencière

MARDI 19 janvier – 19 H

Découvrez l'un des jeux de tuiles les plus fascinants et populaires au monde ! Cette conférence d'introduction vous fera explorer l'histoire, les règles de base et les stratégies du Mahjong de Hong Kong. Apprenez comment se déroule une partie, familiarisez-vous avec les combinaisons gagnantes et découvrez ce qui rend cette version particulièrement accessible aux débutants. Une belle occasion de s'initier à un jeu riche en tradition, en réflexion et en convivialité. Aucune expérience préalable n'est requise.

DIVE INTO THE WORLD OF HONG KONG MAHJONG
In English with Shafrit Baum
Mahjong Instructor and Speaker

TUESDAY, January 19 – 7 pm

Discover one of the world's most fascinating and popular tile-based games! This introductory presentation explores the history, basic rules, and strategies of Hong Kong Mahjong. Learn how a game is played, become familiar with winning combinations, and discover what makes this version especially beginner friendly. A wonderful opportunity to experience a game rich in tradition, strategy, and social interaction. No previous experience is required.



DORLOTER SON MICROBIOTE AU PROFIT DE LA SANTÉ GLOBALE

En français avec Emmanuelle Dumoulin
Diététiste-nutritionniste et conférencière

MARDI 2 février - 19 h

Le microbiote intestinal, autrefois appelé flore intestinale, joue un rôle essentiel dans notre santé et notre bien-être. Au cours de cette conférence, Emmanuelle Dumoulin vous invite à un voyage scientifique fascinant au cœur du monde de la santé intestinale. Découvrez les multiples composantes du microbiote, son influence sur différents aspects de la santé globale et les habitudes de vie qui favorisent son équilibre. Une conférence accessible, enrichissante et remplie de conseils pratiques pour prendre soin de votre santé au quotidien.

NURTURING YOUR MICROBIOME FOR BETTER OVERALL HEALTH

In French with Emmanuelle Dumoulin
Registered Dietitian and Speaker

TUESDAY, February 2 – 7 pm

The gut microbiome, formerly known as intestinal flora, plays an essential role in our health and well-being. During this informative presentation, Emmanuelle Dumoulin will take participants on a fascinating journey into the world of gut health. Discover the many components of the microbiome, its influence on overall health, and the lifestyle habits that help maintain a healthy balance. An engaging and accessible conference filled with practical tips to support your well-being every day.



TRUCS ET ASTUCES POUR LA SAISON DES IMPÔTS

En anglais avec Harley Nadler
Conseiller financier et conférencier

MARDI 23 février – 19 h

Joignez-vous à Harley Nadler pour découvrir des conseils et stratégies pratiques qui vous aideront à économiser de l'argent pendant la saison des impôts. Apprenez à maximiser votre remboursement, à profiter des déductions et crédits disponibles et à réduire le stress lié à la déclaration de revenus. Une conférence remplie d'astuces simples et utiles pour tous.

TAX SEASON TIPS

In English with Harley Nadler
Financial Advisor and Speaker

TUESDAY, February 23 - 7 pm

Join Harley Nadler for practical tips and strategies to help you save money this tax season. Learn how to maximize your refund, take advantage of available deductions and credits, and reduce the stress of tax filing. A helpful session packed with simple advice that everyone can use.

À LA BIBLIOTHÈQUE
AT THE LIBRARY



À CHAQUE HEURE, SA LECTURE
Défi de lecture 2027

Laissez les chiffres guider vos lectures tout au long de l'année !

Chaque mois, choisissez un livre dont le titre contient l'un des chiffres de 1 à 12, dans l'ordre qui vous plaît. Romans, bandes dessinées, biographies ou documentaires, tous les genres sont permis. Une belle occasion d'explorer de nouveaux auteurs et de faire des découvertes !

Les participants qui auront complété les 12 lectures seront admissibles à un tirage à la fin de l'année. Dès janvier, préparez-vous à lire au rythme des chiffres et venez récupérer votre carnet de participation à la Bibliothèque !

Nouveau
New

READING AROUND THE CLOCK
2027 Reading Challenge

Let numbers guide your reading throughout the year!

Each month, choose a book with a title containing one of the numbers from 1 to 12, in any order you like. Novels, graphic novels, biographies, or non-fiction books, all genres are welcome. It's a great opportunity to explore new authors and make exciting discoveries!

Participants who complete all 12 readings will be entered into a prize draw at the end of the year. Starting in January, let the numbers inspire your reading and pick up your participation booklet at the Library!



CLUB D'ÉCHECS
8+ ans - Tous les niveaux

Venez apprendre et jouer aux échecs avec un instructeur professionnel. Une activité bilingue qui plaira à toute la famille !

- **Les échiquiers et les pièces sont fournis.**
- **Inscription en ligne requise pour tous** (détails en page 14).

À 19h00 les MERCREDIS :
- **20 janvier**
- **17 février**
- **24 mars**

CHESS CLUB
8+ year olds - All levels

Come learn and play chess with a professional instructor. A bilingual activity for the whole family to enjoy!

- **Chess boards and pieces are provided.**
- **Online registration required for all** (details on page 14).

At 7 pm on WEDNESDAYS:
- **January 20**
- **February 17**
- **March 24**



ÉCHECS LIBRES
8+ ans - Joueurs autonomes

Viens jouer aux échecs dans un environnement décontracté et rencontre d'autres passionnées comme toi !

- **Les échiquiers et les pièces sont fournis.**
- **Inscription en ligne requise pour tous** (détails en page 14).

À 19h les MARDIS :
- **5 janvier**
- **9 février**
- **16 mars**

FREE PLAY CHESS
8+ year olds - Independent players

Come play chess in a relaxed setting and meet other enthusiasts like you!

- **Chess boards and pieces are provided.**
- **Online registration required for all** (details on page 14).

At 7 p.m. on TUESDAYS
- **January 5**
- **February 9**
- **March 16**

CLUBS DE LECTURE
BOOK CLUBS

CLUB DE LECTURE FRANCOPHONE

Le club de lecture francophone se rencontre mensuellement un jeudi soir à 19h.

Pour réserver votre exemplaire du livre du mois, veuillez vous inscrire en ligne (détails en page 14) ou composer le 514 630-2726, poste 3219.

Activité gratuite.

POUR CONSULTER LES RÉSUMÉS DES LIVRES, BALAYEZ LE CODE QR

LES DISCUSSIONS DES PROCHAINS MOIS PORTERONT SUR LES TITRES SUIVANTS:



JEUDI 10 décembre
JE N'AI PERSONNE À QUI DIRE QUE J'AI PEUR
de **Véronique Marcotte**



JEUDI 21 janvier
UNE PENSION EN ITALIE
de **Philippe Besson**



JEUDI 25 février
LES GRUES VOLENT VERS LE SUD
de **Lisa Ridzén**

ENGLISH BOOK CLUB

The English Book Club meets monthly on a Thursday night at 7 p.m.

To reserve a copy of the book of the month, please register online (details on page 14) or call 514 630-2726, extension 3219.

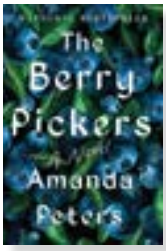
Admission is free.

TO VIEW THE BOOK SUMMARIES, SCAN THE QR CODE

DISCUSSIONS IN THE COMING MONTHS WILL FOCUS ON THE FOLLOWING TITLES:



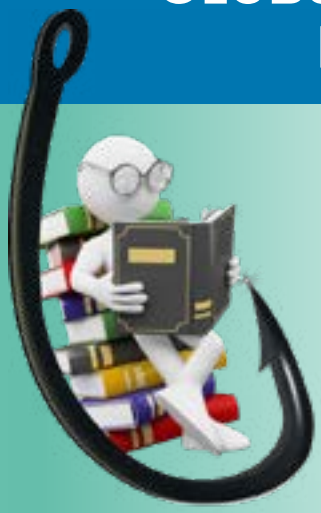
THURSDAY, December 3
VALENTINE IN MONTREAL
by **Heather O'Neill**



THURSDAY, January 7
THE BERRY PICKERS
by **Amanda Peters**



THURSDAY, February 4
BLACK RABBIT HALL
by **Eve Chase**



ACTIVITÉ GRATUITE
Réservez votre place en ligne (voir détails page 14)

INFO : 514 630-2726

ADMISSION IS FREE
Save your spot online (details on page 14)

Club *Mordus des livres* / *Hooked on Books* Club

APPEL à tous les passionnés de lecture qui souhaitent partager leur passion des livres avec d'autres passionnés comme eux…

Animées par une employée de la Bibliothèque, ces rencontres se déroulent dans un cadre informel et convivial et offrent aux participants une occasion unique de partager avec d'autres membres du Club leur expérience de lecture d'un livre qui leur a particulièrement « plu » ou carrément « déplu ».

Dates et thématiques des prochaines rencontres en français :

- 6 janvier, 14h — Peintres dans les romans
- 3 février, 14h — « Blind date » avec un livre

WANTED: Reading enthusiasts to share their enthusiastic passion for books with other book enthusiasts…

Animated by a Library employee, these monthly sessions are held in an informal and friendly setting and provide participants with a unique opportunity to share with other Club members their thoughts and opinion about books they particularly enjoyed reading or... not!

Upcoming dates and themes in English:

- January 20, 2 p.m. — Agatha Christie's Books
- February 17, 2 p.m. — Blind Date with a Book



CARNAVAL D'HIVER *de Kirkland* WINTER CARNIVAL

29 JAN 2027

Dîner des aînés | Seniors' lunch

Billets en vente dès le 7 janvier
Tickets on sale as of January 7

Family Bingo familial

30 JAN 2027

Journée familiale
Family Day



UN APPEL À NOS CITOYENS CORPORATIFS

Le succès du Carnaval d'hiver repose largement sur la généreuse contribution de nos entreprises locales.

L'édition 2027 marquera le 52e anniversaire de ce populaire événement et pour l'occasion, nous invitons nos commerçants et autres citoyens corporatifs à commanditer une activité du Carnaval ou à offrir des biens, services ou prix de présence.

Tous les détails à ville.kirkland.qc.ca

AN APPEAL TO OUR CORPORATE CITIZENS

The success of the Winter Carnival is largely the result of the generous contribution of our local businesses.

The 2027 edition will mark the 52nd Anniversary of this ever popular event and for the occasion, we invite our merchants and other corporate citizens to sponsor a Carnival activity or donate goods, services or door prizes.

All the details at ville.kirkland.qc.ca

MERCI D'APPUYER VOTRE COMMUNAUTÉ!
THANK YOU FOR SUPPORTING YOUR COMMUNITY!

KIRKLAND