



KIRKLAND

activités activities

Automne 2022 Fall

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

Culture et loisirs/Culture and Recreation

Inscription aux
programmes d'automne

**Fall Program
Registration**



Rendez-vous des aînés
Seniors' Fest

Activités pour l'Halloween
Halloween Activities

Conférences à la Bibliothèque
Conferences at the Library

Renseignements généraux General Information

HORAIRE DES CONGÉS HOLIDAY CLOSINGS

La Bibliothèque
et le Complexe sportif
seront fermés :
le 5 septembre
(Fête du travail)

le 10 octobre
(Action de grâce)

The Library
and the Sports Complex
will be closed on:
September 5
(Labour Day)

October 10
(Thanksgiving)

SERVICE DES LOISIRS RECREATION DEPARTMENT

16950, boulevard Hymus

Programmes de loisirs

Recreation programs 514 630-2719

Réservation de locaux

Facility reservation 514 630-2719 #3311

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
---	---------------

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



Table des matières / Table of content

- 3 INSCRIPTION AUX PROGRAMMES D'AUTOMNE
REGISTRATION FOR FALL PROGRAMS
- 4 INSCRIPTION EN LIGNE
ONLINE REGISTRATION
- 5 PROGRAMMES POUR ENFANTS
CHILDREN PROGRAMS
- 10 PROGRAMMES POUR ADULTES 14+
ADULT 14+ PROGRAMS
- 22 ACTIVITÉS LIBRES – GYMNASIUM ET ARÉNA
DROP-IN ACTIVITIES – GYMNASIUM AND ARENA
- 25 THÉÂTRE BONBON
LOLLIPOP THEATRE
- 26 ACTIVITÉS JEUNESSE
YOUTH ACTIVITIES
- 29 CINÉMA EN FAMILLE
FAMILY MOVIE
- 30 CLUBS DE LECTURE
BOOK CLUBS
- 31 CLUB MORDUS DE LECTURE / EXPOSITIONS D'ART
HOOKED ON BOOKS CLUB / ART EXHIBITS
- 32 CONFÉRENCES / LUNDIS CINÉ-CLUB
CONFERENCE / MOVIE MONDAYS
- 34 PASSION COLORIAGE
COLORING CRAZE
- 35 DANS LA COMMUNAUTÉ
IN THE COMMUNITY
- 36 RENDEZ-VOUS DES AÎNÉS
SENIORS FEST
- 40 CONCOURS DE CITROUILLES / HALLOWEEN SUR GLACE
PUMPKIN CONTEST / HALLOWEEN ON ICE

ville.kirkland.qc.ca

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



Inscription aux programmes d'automne

Registration for Fall Programs

Veuillez prendre note que les cours qui n'ont pas un nombre suffisant d'inscriptions seront annulés le vendredi avant le début de la session. Inscrivez-vous le plus tôt possible pour éviter que votre cours soit annulé.

Please note that courses that do not have sufficient enrollment will be cancelled on the Friday before the beginning of the session. Register as soon as possible to avoid courses being cancelled.

PROCÉDURE D'INSCRIPTION EN LIGNE:

ville.kirkland.qc.ca sous l'onglet
« Services en ligne/Inscriptions aux activités »



ONLINE REGISTRATION PROCEDURE:

ville.kirkland.qc.ca under the tab
"Online Services/Registration for programs"

PAR INTERNET SEULEMENT / VIA INTERNET ONLY
VILLE.KIRKLAND.QC.CA

Clientèle / Clientele	Dates	Paiement / Payment
Résidents de KIRKLAND Residents	Dès le jeudi 25 août, 9h As of Thursday, August 25, 9 am	Carte de crédit SEULEMENT  Credit card ONLY
Résidents de KIRKLAND & BEACONSFIELD Residents	Dès le mardi 30 août, 9h As of Tuesday, August 30, 9 am	
Pour TOUS For ALL	Dès le mercredi 31 août, 9h As of Wednesday, August 31, 9 am	

ÂGE REQUIS

Les participants doivent avoir atteint l'âge requis à la fin de la session, soit le 11 décembre 2022. Aucune exception à cette règle.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

- Des frais de 10 \$ s'appliquent à toute annulation, demande de remboursement ou demande de transfert
- Pour obtenir un remboursement, veuillez vous procurer un formulaire de remboursement ou de transfert disponible au Service des loisirs
- Aucun remboursement après le premier cours, sauf pour :
 - Problèmes de santé (lettre du médecin traitant requise)
 - Déménagement hors secteur (preuve de la nouvelle adresse requise)
- Le montant du remboursement est alors calculé au prorata du nombre de cours écoulés au moment de la réception du formulaire d'annulation et les frais d'annulation s'appliquent.

AGE REQUIREMENTS

Participants must be the age required at the end of the program, December 11, 2022. Age limits are strictly observed.

REFUND POLICY

- All cancellations, refunds and transfers are subject to a \$10 cancellation fee
- A refund request form must be filled out for all refund requests. The forms are available at the Recreation Department
- No refunds once the course has started, except for:
 - Health problems (medical proof required)
 - A move out of the area (proof of new civic address required)
- Reimbursement is calculated on a prorata basis to the number of classes elapsed upon receipt of the cancellation form and cancellation fees apply.

10%

Escompte de 10% pour l'inscription à une même activité de 3 membres d'une même famille résidant à la même adresse.

Une seule transaction par famille. Cet escompte s'applique aux résidents de Kirkland seulement. (Exceptions: Sportball & Tennis adapté)

10% discount given when 3 family members residing at the same address register for a same activity. One transaction per family.

Discount only applies to Kirkland residents. (Exceptions: Sportball & Adapted Tennis)

L'inscription en ligne, simple et sécuritaire !

Online registration, simple and secure!



AVANT L'INSCRIPTION

- **Vérifier les dates d'inscription**
- **Détenir une carte de crédit (Visa, MasterCard ou American Express)**
- **Avoir un compte *AccèsCité Loisirs* actif pour chaque membre de la famille :**
 - Toute personne qui désire s'inscrire à une activité doit se créer un compte *AccèsCité Loisirs* (un compte par famille)
 - Afin d'activer votre compte d'utilisateur, vous devrez nous faire parvenir **copie des preuves de résidence et pièces d'identité** (détails sur le site Internet de la Ville)
 - Un courriel de confirmation de l'activation de votre compte vous sera envoyé
 - Les comptes sont activés uniquement en semaine durant les heures d'ouverture du Service des loisirs
 - n'attendez pas à la dernière minute
 - Si vous avez oublié votre mot de passe, cliquez sur « Mot de passe oublié »

L'INSCRIPTION EN 9 ÉTAPES FACILES

1. Avoir préalablement créé et fait approuver son compte *Accès Cité Loisirs*
2. S'inscrire à partir d'un ordinateur ou d'une tablette (l'usage d'un téléphone cellulaire n'est pas recommandé)
3. Se rendre sur le site Internet de la Ville, sous le menu « Services en ligne/Inscriptions aux activités »
4. Entrer son adresse courriel et son mot de passe dans le coin supérieur droit du site d'inscription *AccèsCité*
5. Cliquer sur « Activités », puis « S'inscrire »
6. Sélectionner le nom de la personne à inscrire et les activités désirées une à une
7. Lire et accepter le contrat d'inscription
8. Répondre aux questions obligatoires
9. Effectuer le paiement par carte de crédit

Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par courriel.

Veuillez vous référer à notre site Internet afin de connaître toutes les étapes détaillées du processus d'inscription.

PRIOR TO REGISTRATION

- **Check the registration dates**
- **Have a credit card (Visa, Mastercard or American Express)**
- **Have an active *AccèsCité Loisirs* account for each family member:**
 - Everyone who wishes to register for an activity must create an *AccèsCité Loisirs* account (one account per family)
 - To activate your user account, you must send us **copies of your proof of residence and pieces of identification** (details on the Town's website)
 - An email confirming the activation of your account will be sent to you
 - Accounts are only activated on weekdays during the Recreation Department's business hours
 - don't wait until the last minute
 - If you have forgotten your password, click on "Forgot Password"

REGISTER IN 9 EASY STEPS

1. Have a previously created and approved *AccèsCité Loisirs* account
2. Register from a computer or tablet (cell phone use is not recommended)
3. Go to the Town's website under the tab "Online Services/ Registration for programs"
4. Enter your email and password in the upper right corner of the *AccèsCité* registration site
5. Click on "Activities", then "Register"
6. Select the name of the person you wish to register and the desired activities one by one
7. Read and accept the registration contract
8. Answer the mandatory questions
9. Proceed to payment by credit card

Registration confirmation will be sent to you by email.

Please refer to the Town's website to know the detailed steps of the registration process.

Toute personne qui s'inscrit à un programme récréatif ou culturel offert par la Ville de Kirkland doit remplir le formulaire concernant les « RÈGLES ET LA RECONNAISSANCE DE RISQUE » relié à la Covid-19 au moment de l'inscription en ligne. Pour prendre connaissance de ce document avant de vous inscrire, visitez le www.ville.kirkland.qc.ca sous l'onglet « Loisirs et vie communautaire / Programmation des activités ».

Anyone registering for a Recreation or Library program offered by the Town of Kirkland must complete the form pertaining to the "RULES AND ACKNOWLEDGEMENT OF RISK" regarding Covid-19 at the time of online registration. To read this document before registering, please visit www.ville.kirkland.qc.ca under "Recreation and Community Living / Programming of Activities".

Programmes pour enfants Children Programs

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

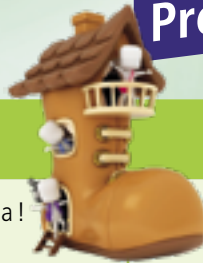
- Cancellation: 24 hours in advance
- Tardiness: The place will be assigned to another child
- The parent accompanying a child younger than 10 years of age must remain in the Library during the time of the activity.

Programmes pour tout-petits Preschool programs

BÉBÉS COMPTINES

Activité bilingue (0 à 24 mois)

Contes, comptines et chansons pour bébé et maman ou papa ! La présence d'un adulte est obligatoire durant l'activité (un seul adulte par enfant). [Inscrivez-vous en ligne pour réserver une place.](#)



MOTHER GOOSE Bilingual Activity (0 to 24 months)

Nursery rhymes, songs and stories await baby and mommy or daddy at the Library. The participation of an adult is mandatory for this activity (one adult per child). [Register online to reserve a spot.](#)

Les JEUDIS de 9h30 à 10h

29 septembre au 1^{er} décembre

THURSDAYS from 9:30 to 10 am

September 29 to December 1

Gratuit

À la Bibliothèque

Free

At the Library

HEURE DU CONTE

Activité bilingue (3 à 5 ans)

Amenez votre tout-petit découvrir de fascinants mondes magiques cachés sous les couvertures de nos plus beaux livres d'histoires. La présence d'un adulte est obligatoire durant l'activité (un seul adulte par enfant). [Inscrivez-vous en ligne pour réserver une place.](#)



STORYTIME Bilingual Activity (3 to 5 year olds)

Let your child discover the fascinating magical worlds hiding between the pages of our wonderful storybooks. The participation of an adult is mandatory for this activity (one adult per child). [Register online to reserve a spot.](#)

Les JEUDIS de 10h30 à 11h

29 septembre au 1^{er} décembre

THURSDAYS from 10:30 to 11 am

September 29 to December 1

Gratuit

À la Bibliothèque

Free

At the Library

HEURE DU CONTE DU SAMEDI MATIN

Activité bilingue (3 à 5 ans)

Activité « parent-enfant » visant à initier les tout-petits aux joies de la lecture. Histoires simples et amusantes animées de comptines et chansons. La présence d'un adulte est obligatoire durant l'activité (un seul adulte par enfant). [Inscrivez-vous en ligne pour réserver une place.](#)



SATURDAY MORNING STORYTIME Bilingual Activity (3 to 5 year olds)

This parent-child activity introduces youngsters to the joys of reading. Fun and simple stories with rhymes and songs. The participation of an adult is mandatory for this activity (one adult per child). [Register online to reserve a spot.](#)

Les SAMEDIS de 11h à 11h45

24 septembre au 26 novembre

SATURDAYS from 11 to 11:45 am

September 24 to November 26

Gratuit

À la Bibliothèque

Free

At the Library

HEURE DU CONTE EN ESPAGNOL (6 à 8 ans)

Comptines, chansons, dessins et bricolages suivis d'une petite histoire en espagnol pour aider les enfants à s'amuser tout en apprenant du vocabulaire dans une nouvelle langue. [Inscrivez-vous en ligne pour réserver une place.](#)

NOUVEAU!
NEW!

SPANISH STORYTIME (6 to 8 year olds)

Rhymes and songs, drawings and crafts followed by a short story in Spanish, everything to help children have fun while learning vocabulary in a new language. [Register online to reserve a spot.](#)

Les VENDREDIS de 18h30 à 19h30

23 septembre, 21 octobre,
18 novembre et 2 décembre

FRIDAYS from 6:30 to 7:30 pm

September 23, October 21,
November 18 and December 2

Gratuit

À la Bibliothèque

Free

At the Library

Programmes pour enfants

Children Programs

ART MULTIMÉDIA (6-10 ans)

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. Ce cours est offert en anglais.*



This course allows young artists to express themselves using various artistic mediums such as acrylic, pastels, colouring pencils and watercolours. *All materials provided. This class is offered in English.*

MULTIMEDIA ART (6-10 year olds)

Les SAMEDIS
de 9h15 à 10h45
OU 10h55 à 12h25

24 septembre au 26 novembre

R: 115\$ NR: 138\$

À la Bibliothèque

SATURDAYS

from 9:15 TO 10:45 AM
OR 10:55 AM TO 12:25 PM

R: \$115 NR: \$138

September 24 to November 26

At the Library

HARMONIE

Programme bilingue (9 ans +)

Ce cours s'adresse aux enfants et aux adolescents qui veulent vivre l'expérience de jouer au sein d'un ensemble musical. Viens apprendre les rudiments de la musique ou continue à développer tes talents grâce au Walter Band. À noter qu'un parent peut s'inscrire à ce programme avec son enfant.

Le prix de l'inscription inclut le chandail du Walter Band. Veuillez consulter le formulaire de consentement pour connaître les règlements du Walter Band et le matériel supplémentaire à se procurer. Frais additionnels approximatifs à prévoir : 25-40 \$ pour papeterie et méthode musicale, en plus de la location ou l'achat de l'instrument de musique choisi pour l'année.



HARMONY

Bilingual Program (9 year olds +)

This program is for children and teenagers who wish to experience the joy of being part of a musical group. Come and learn the basics of music or keep developing your musical skills with the Walter Band. Please note that a parent may register for this class with their child.

Registration fees include the Walter Band t-shirt. Please read the consent form which specifies the Walter Band's rules as well as the material to be purchased. Approximate additional fees to foresee: \$25-40 for paper supplies and music method, in addition to the rental or purchase of the chosen music instrument for the year.

Les MARDIS
de 18h à 19h45

27 septembre 2022 au 6 juin 2023
*Relâche du 15 décembre au 24 janvier
et le 28 février

Chalet Holleuffer
(exception : Chalet des
Bénévoles les 8 et 15 nov.)

9-13 ans: R: 325 \$ NR: 390 \$

14 ans+: R: 375 \$ NR: 450 \$

TUESDAYS
from 6 pm to 7:45 pm

Holleuffer Chalet
(exception: Des Bénévoles
Chalet on Nov. 8 & 15)

September 27, 2022 to June 6, 2023
*No class from December 15 to January 24,
and on February 28

9-13 year olds: R: \$325 NR: \$390

14 year olds+: R: \$375 NR: \$450

CHORALE

Programme bilingue (8 ans +)

Un cours amusant qui s'adresse aux enfants et aux adolescents désirant chanter en groupe. Viens découvrir les bases du chant choral au sein du Chœur Walter. Les chanteurs de tous niveaux sont les bienvenus ! À noter qu'un parent peut s'inscrire à ce programme avec son enfant.

Le prix de l'inscription inclut le chandail officiel du Chœur Walter. Veuillez consulter le formulaire de consentement pour connaître les règlements du Chœur Walter et le matériel supplémentaire à se procurer. Frais additionnels approximatifs à prévoir : papeterie 15 \$.



CHOIR

Bilingual Program (8 year olds +)

A fun program for children and teenagers who wish to sing in a group. Come and discover the basics of choir singing with the Walter Choir. Singers of all levels are welcome! Please note that a parent may register in this class with their child.

Registration fees include the Walter Choir's t-shirt. Please read the consent form which specifies the Walter Choir's rules as well as the material to be purchased. Approximate additional fees to foresee: paper supplies \$15.

Les MERCREDIS
de 18h à 19h45

28 septembre 2022 au 7 Juin 2023
*Relâche du 15 décembre au 25 janvier
et le 1^{er} mars

Chalet Holleuffer
(exception : Chalet des
Bénévoles les 9 et 16 nov.)

9-13 ans: R: 242 \$ NR: 291 \$

14 ans+: R: 278 \$ NR: 335 \$

WEDNESDAYS
from 6 to 7:45 pm

Holleuffer Chalet
(exception: Des Bénévoles
Chalet on Nov. 9 & 16)

September 28, 2022 to June 7, 2023
*No class from December 15 to January 25
and on March 1

9-13 year olds: R: \$242 NR: \$291

14 year olds+: R: \$278 NR: \$335

Cours de danse spécialement conçus pour permettre aux garçons et aux filles de développer flexibilité, équilibre, techniques de base du ballet classique et interprétation de la musique. À noter que les parents ne sont pas admis dans la salle pendant le cours. Uniforme de ballet obligatoire (svp attendre les indications de l'instructeur avant d'acheter l'uniforme).

Dance classes for boys and girls specially designed to develop flexibility, balance, basic classical ballet techniques, and interpretation of music. Please note that parents are not permitted to stay in the room during classes. Ballet wear is required (please wait for the instructor's specifications before buying the uniform).



Cours de DANSE DANCE classes

Samedi 17 septembre :
Essayage et achat de l'uniforme
(environ 98 \$) au chalet Ecclestone

Saturday, September 17:
Uniform fitting & purchase
(approximately \$98) at Ecclestone Chalet

**SPECTACLE
DE FIN D'ANNÉE:**
Le SAMEDI
13 mai 2023

**END OF YEAR
SHOW:**
SATURDAY,
May 13, 2023

BALLET (3 à 7 ans)			BALLET (3 to 7 year olds)		
24 septembre au 10 décembre ET du 21 janvier au 6 mai *Relâche les 8 octobre et 4 mars			September 24 to December 10 AND from January 21 to May 6 *No class on Oct. 8 and March 4		
Le port du couvre-visage est obligatoire pendant ce cours.			Wearing a face covering is mandatory during this class.		
Mouvement créatif (3-4 ans) 9h à 9h50 ou 10h05 à 10h55			Creative movement (3-4 yrs) 9 to 9:50 am or 10:05 to 10:55 am		
Pré-Ballet (5-7 ans) 11h10 à 12h ou 12h15 à 13h05			Pre-Ballet (5-7 yrs): 11:10 am to 12 pm or 12:15 to 1:05 pm		
Les SAMEDIS	(1x sem) R: 203 \$ NR: 244 \$	Chalet Ecclestone	SATURDAYS	(1x week) R: \$203 NR: \$244	Ecclestone Chalet

BALLET ET DANSE CLASSIQUE (8 à 17 ans)			BALLET & CLASSICAL DANCE (8 to 17 year olds)		
20 septembre au 9 décembre ET du 17 janvier au 12 mai *Relâche les 7 & 11 octobre, 28 février et 3 mars			September 20 to December 9 AND from January 17 to May 12 *No class on October 7 & 11, February 28 and March 3		
8-12 ans	Les MARDIS	17h à 17h50	8-12 yrs	TUESDAYS	from 5 to 5:50 pm
11-17 ans	Les VENDREDIS	17h à 17h50	11-17 yrs	FRIDAYS	from 5 to 5:50 pm
13-17 ans	Les MARDIS	18h15 à 19h05	13-17 yrs	TUESDAYS	from 6:15 to 7:05 pm
8-13 ans (1x sem)	R: 203 \$ NR: 244 \$	Chalet Ecclestone	8-13 yrs (1x week)	R: \$203 NR: \$244	Ecclestone Chalet
14 ans+ (1x sem)	R: 230 \$ NR: 276 \$		14 yrs+ (1x week)	R: \$230 NR: \$276	

Toute personne qui s'inscrit à un programme récréatif ou culturel offert par la Ville de Kirkland doit remplir le formulaire concernant les « RÈGLES ET LA RECONNAISSANCE DE RISQUE » relié à la Covid-19 au moment de l'inscription en ligne. Pour prendre connaissance de ce document avant de vous inscrire, visitez le www.ville.kirkland.qc.ca sous l'onglet « Loisirs et vie communautaire / Programmation des activités ».

Anyone registering for a Recreation or Library program offered by the Town of Kirkland must complete the form pertaining to the "RULES AND ACKNOWLEDGEMENT OF RISK" regarding Covid-19 at the time of online registration. To read this document before registering, please visit www.ville.kirkland.qc.ca under "Recreation and Community Living / Programming of Activities".

Programmes pour enfants

Children Programs

PATINAGE PRÉSCOLAIRE (3 à 6 ans)		PRESCHOOL SKATING (3 to 6 year olds)	
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.		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.	
14 septembre au 7 décembre	Aréna de Kirkland	September 14 to December 7	Kirkland Arena
Les MERCREDIS	9h à 9h40	WEDNESDAYS	9 to 9:40 am
	R: 137\$ NR: 164\$		R:\$137 NR:\$164



KARATÉ – STYLE SHOTOKAN AJK (5 ans+)		KARATE – SHOTOKAN JKA STYLE (5 year olds +)	
Art martial japonais s'appuyant sur des techniques dynamiques défensives et offensives. À noter qu'un parent peut s'inscrire à ce programme avec son enfant (voir détails en page 12). Il est recommandé aux participants ceintures brunes et noires de s'inscrire aux 2 programmes (les mardis/jeudis et les samedis). *Frais additionnels approximatifs à prévoir (s'il y a lieu): 40 \$ uniforme; 35 \$ examen; 15 \$ ceinture		Traditional Japanese martial art consisting of dynamic defensive and offensive techniques. Please note that a parent may register for this class with his/her child (see registration details on p. 12). It is recommended that brown and black belts participants register for both programs (Tuesdays & Thursdays and Saturdays). *Approximate additional fees to foresee (if applicable): \$40 uniform; \$35 test; \$15 belt	
Les MARDIS et JEUDIS (2x sem) Complexe sportif (Gymnase)	Les SAMEDIS (1x sem) Complexe sportif (Salle de réception)	TUESDAYS & THURSDAYS (2x week) Sports Complex (Gymnasium)	SATURDAYS (1x week) Sports Complex (Reception Hall)
13 septembre au 7 décembre *Relâche le 27 septembre	17 septembre au 10 décembre	September 13 to December 7 *No class September 27	September 17 to December 10
Débutants à ceintures bleues 18h à 18h50	Débutants à ceintures lignées blanc/noir 9h à 9h50	Beginners to blue belts 6 to 6:50 pm	Beginners to striped white/black belts 9 to 9:50 am
Ceintures brunes à noires 19h à 19h50	Ceintures lignées blanc/jaune à bleues 10h à 10h50	Brown to black belts 7 to 7:50 pm	Striped white/yellow to blue belts 10 to 10:50 am
	Ceintures brunes à noires 11h à 11h50		Brown to black belts 11 to 11:50 am
5-13 ans: R:210\$ NR:255\$	5-13 ans: R:110\$ NR:130\$	5 to 13 yrs: R:\$210 NR:\$255	5 to 13 yrs: R:\$110 NR:\$130
14 ans+: R:255\$ NR:315\$	14 ans+: R:135\$ NR:160\$	14 yrs+: R:\$255 NR:\$315	14 yrs+: R:\$135 NR:\$160



KARATÉ - CAMP SPÉCIALISÉ	KARATE – SPECIALTY CAMP
Camp spécialisé de karaté pour tous les niveaux. Restez à l'affût pour plus d'information! Du 12 au 16 décembre	Specialty Karate Camp for all levels. Stay tuned for more information! From December 12 to 16

Programmes SPORTBALL programs

Visitez sportball.ca
pour vous inscrire!*

Visit sportball.ca
for registration!*



SPORTBALL-ENFANTS (2 à 5 ans)

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

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.

Détails au sportball.ca

SPORTBALL-KIDS (2 to 5 year olds)

Registration for any of the SPORTBALL programs must be done online at sportball.ca.

To benefit from the Kirkland resident rate, 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.

Details at sportball.ca



TENNIS ADAPTÉ Pro-set Autism (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.

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.

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

Détails au specialneedssport.ca

ADAPTED TENNIS Pro-set Autism (5 to 20 year olds)

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

To benefit from the Kirkland resident rate, make sure to call 438 321-1564 prior to registration.

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.

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

Details at specialneedssport.ca

Programmes pour adultes 14+

Adult 14+ programs

15%

Escompte de 15% pour tout résident s'inscrivant à 3 activités de fitness ou plus.
Une seule transaction requise (exclusions: karaté et patinage)

15% discount for any resident registering for 3 fitness classes or more. One transaction required (exclusions: karate and skating)

Toute personne qui s'inscrit à un programme récréatif ou culturel offert par la Ville de Kirkland doit remplir le formulaire concernant les « RÈGLES ET LA RECONNAISSANCE DE RISQUE » relié à la Covid-19 au moment de l'inscription en ligne. Pour prendre connaissance de ce document avant de vous inscrire, visitez le www.ville.kirkland.qc.ca sous l'onglet « Loisirs et vie communautaire / Programmation des activités ».

Anyone registering for a Recreation or Library program offered by the Town of Kirkland must complete the form pertaining to the "RULES AND ACKNOWLEDGEMENT OF RISK" regarding Covid-19 at the time of online registration. To read this document before registering, please visit www.ville.kirkland.qc.ca under "Recreation and Community Living / Programming of Activities".

20/20/20

20/20/20

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 aérobie et anaérobie.

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

Les LUNDIS de 19h à 19h50
*Relâche les 26 septembre, 3 et 10 octobre



R:75 \$ NR:90 \$

MONDAYS 7 to 7:50 pm
*No class September 26, October 3 & 10



R: \$75 NR: \$90

Les JEUDIS de 10h à 10h50



R:98 \$ NR:117 \$

THURSDAYS from 10 to 10:50 am



R: \$98 NR: \$117

12 septembre au 9 décembre

Complexe sportif (Gymnase)

September 12 to December 9

Sports Complex (Gymnasium)

ENTRAÎNEMENT PAR INTERVALLES

INTERVAL TRAINING

Entraînement cardiovasculaire à haute intensité visant le renforcement de la condition physique par des séances d'exercices en intervalles. Préparez-vous à travailler dur pour atteindre votre plein potentiel!

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

Les LUNDIS de 9h à 9h50

12 septembre au 5 décembre
*Relâche les 26 septembre, 3 et 10 octobre

MONDAYS from 9 to 9:50 am

September 12 to December 5
*No class September 26, October 3 & 10



R:75 \$ NR:90 \$

Complexe sportif (Gymnase)



R: \$75 NR: \$90

Sports Complex (Gymnasium)

ZUMBA

ZUMBA

Cours hautement cardiovasculaire mais sans impact. L'accent est mis sur le tronc, les épaules, les bras et les cuisses, accompagné d'une belle variété de salsa, samba, flamenco et reggaetone.

High cardio non-impact class focusing on the core, shoulders, arms & thighs with a nice variety of salsa, samba, flamenco and reggaetone

12 septembre au 7 décembre

Complexe sportif (Gymnase)

September 12 to December 7

Sports Complex (Gymnasium)

Les LUNDIS
*Relâche les 26 septembre, 3 et 10 octobre

20h à 20h50

♥ R: 75 \$ NR: 90 \$

MONDAYS
*No class September 26, October 3 & 10

8 to 8:50 pm

♥ R: \$75 NR: \$90

Les MERCREDIS

19h à 19h50

♥ R: 98 \$ NR: 117 \$

WEDNESDAYS

7 to 7:50 pm

♥ R: \$98 NR: \$117

ZUMBA GOLD

ZUMBA GOLD

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

16 septembre au 9 décembre

*Relâche le 2 décembre

September 16 to December 9

*No class December 2

VENDREDIS

9h à 9h50

♥ R: 90 \$ NR: 108 \$

FRIDAYS

9 to 9:50 am

♥ R: \$90 NR: \$108

Complexe sportif (Salle de réception)

Sports Complex (Reception Hall)

AÉROBIE EN DOUCEUR

Cours spécialement conçu pour les personnes actives. Le participant exécute à son propre rythme des exercices simples qui lui permettent d'améliorer son rendement musculaire, sa souplesse et son équilibre.



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.

GENTLE AEROBICS

12 septembre au 8 décembre			Complexe sportif (Gymnase)	September 12 to December 8	Sports Complex (Gymnasium)
Les LUNDIS *Relâche les 26 sept., 3 et 10 oct.	11h à 11h50	♥ R: 75 \$ NR: 90 \$		MONDAYS *No class Sept. 26, Oct. 3 & 10	11 to 11:50 am ♥ R: \$75 NR: \$90
Les JEUDIS	11h à 11h50	♥ R: 98 \$ NR: 117 \$		THURSDAYS	11 to 11:50 am ♥ R: \$98 NR: \$117

TONUS FONCTIONNEL

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



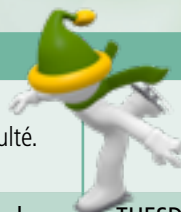
Gentle toning exercises working the major muscle groups to improve strength, endurance and general body tone.

FUNCTIONAL TONING

12 septembre au 9 décembre			September 12 to December 9
Les LUNDIS 10h à 10h50 *Relâche les 26 septembre, 3 et 10 octobre	Complexe sportif (Gymnase)	♥ R: 75 \$ NR: 90 \$	MONDAYS 10:00 to 10:50 am *No class September 26, October 3 & 10
Les MERCREDIS 13h15 à 14h05	Complexe sportif (Salle de réception)	♥ R: 98 \$ NR: 117 \$	WEDNESDAYS 1:15 to 2:05 pm
Les VENDREDIS 10h15 à 11h05	Complexe sportif (Gymnase)	♥ R: 98 \$ NR: 117 \$	FRIDAYS 10:15 am to 11:05 pm
			Sports Complex (Gymnasium) Sports Complex (Reception Hall) Sports Complex (Gymnasium)

PATINAGE POUR ADULTES 18+

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 fortement recommandé.*



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

SKATING FOR ADULTS 18+

Les MARDIS de 9h à 9h50	13 septembre au 6 décembre	TUESDAYS from 9 to 9:50 am	September 13 to December 6
♥ R: 150 \$ NR: 180 \$	Complexe sportif (Aréna)	♥ R: \$150 NR: \$180	Sports Complex (Arena)

INTERVALLES CARDIO MUSCULATION

L'I.C.M. est un entraînement musculaire complet combinant divers exercices cardiovasculaires par intervalles. Vous brûlerez des tonnes de calories tout en développant vos muscles et votre endurance cardio-respiratoire. Bon pour tous les niveaux.



C.S.I. is a total body workout which combines strength training and cardio intervals. You will burn tons of calories while building muscle and cardio endurance. Good for all levels.

CARDIO-STRENGTH-INTERVALS

Les MARDIS de 13h30 à 14h20	13 septembre au 6 décembre	TUESDAYS from 13:30 to 14:20 pm	September 13 to December 6
♥ R: 98 \$ NR: 117 \$	Complexe sportif (Salle de réception) (exception: Chalet Ecclestone le 20 sept.)	♥ R: \$98 NR: \$117	Sports Complex (Reception Hall) (exception: Ecclestone Chalet on Sept. 20)

Programmes pour adultes 14+

Adult 14+ programs

AÉROBIE			AEROBICS		
Cours spécialement conçu pour les personnes actives. Le participant exécute à son propre rythme des exercices simples qui lui permettent d'améliorer son rendement musculaire, sa souplesse et son équilibre.			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.		
13 septembre au 9 décembre		Complexe sportif (Gymnase)	September 13 to December 9		Sports Complex (Gymnasium)
Les MARDIS *Relâche le 27 septembre	9h à 9h50	♥ R: 90 \$ NR: 108 \$	TUESDAYS *No class September 27	9 to 9:50 am	♥ R: \$90 NR: \$108
Les VENDREDIS	9h15 à 10h05	♥ R: 98 \$ NR: 117 \$	FRIDAYS	9:15 to 10:05 am	♥ R: \$98 NR: \$117

KARATÉ – STYLE SHOTOKAN AJK		KARATE – SHOTOKAN JKA STYLE	
Art martial japonais s'appuyant sur des techniques dynamiques défensives et offensives. À noter qu'un parent peut s'inscrire à ce programme avec son enfant (voir détails en page 8). Il est fortement recommandé aux participants ceintures brunes et noires de s'inscrire aux 2 programmes (les mardis/jeudis et les samedis). *Frais additionnels approximatifs à prévoir (s'il y a lieu): 40 \$ uniforme; 35 \$ examen; 15 \$ ceinture		Traditional Japanese martial art consisting of dynamic defensive and offensive techniques. Please note that a parent may register for this class with his/her child (see registration details on p. 8). It is recommended that brown and black belts participants register for both programs (Tuesdays & Thursdays and Saturdays). *Approximate additional fees to foresee (if applicable): \$40 uniform; \$35 test; \$15 belt	
Les MARDIS et JEUDIS (2x sem) Complexe sportif (Gymnase)	Les SAMEDIS (1x sem) Complexe sportif (Salle de réception)	TUESDAYS & THURSDAYS (2x week) Sports Complex (Gymnasium)	SATURDAYS (1x week) Sports Complex (Reception Hall)
13 septembre au 7 décembre *Relâche le 27 septembre	17 septembre au 10 décembre	September 13 to December 7 *No class September 27	September 17 to December 10
Débutants à ceintures bleues 18h à 18h50	Débutants à ceintures lignées blanc/noir 9h à 9h50	Beginners to blue belts 6 to 6:50 pm	Beginners to striped white/black belts 9 to 9:50 am
Ceintures brunes à noires 19h à 19h50	Ceintures lignées blanc/jaune à bleues 10h à 10h50	Brown to black belts 7 to 7:50 pm	Striped white/yellow to blue belts 10 to 10:50 am
♥ R:255 \$ NR:315 \$	♥ R:135 \$ NR:160 \$	♥ R:\$255 NR:\$315	♥ R:\$135 NR:\$160

KARATÉ - CAMP SPÉCIALISÉ	KARATE – SPECIALTY CAMP
Camp spécialisé de karaté pour tous les niveaux. Restez à l'affût pour plus d'information!	Specialty Karate Camp for all levels. Stay tuned for more information!
Du 12 au 16 décembre	From December 12 to 16

ABDOS, CUISSES ET FESSES DE FER	BUNS, THIGHS AND ABS OF STEEL
Entraînement musculaire pour raffermir les fesses, les abdominaux et les cuisses, exécuté sur une musique rythmée.	A workout to music that aims to tone and strengthen the abdominal, thigh and lower core body muscles.
Les JEUDIS de 13h15 à 14h05	THURSDAYS from 1:15 to 2:05 pm
15 septembre au 8 décembre	September 15 to December 8
♥ R:98 \$ NR:117 \$	♥ R: \$98 NR: \$117
Complexe sportif (Gymnase)	Sports Complex (Gymnasium)

NOUVEAU!
NEW!

TABATA

Entraînement cardiovasculaire à haute intensité visant le renforcement de la condition physique par des séances d'exercices en intervalles afin d'augmenter la force, favoriser la perte de poids et améliorer la souplesse.

Fast-paced cardio intervals mixed with challenging body muscle conditioning that will guarantee you achieve your fitness goals. This training will help you increase strength, lose weight and improve flexibility.

TABATA

14 septembre au 9 décembre

September 14 to December 9

Les MERCREDIS
10h30 à 11h20

Complexe sportif
(Gymnase)

♥ R: 98 \$ NR: 117 \$

WEDNESDAYS
10:30 to 11:20 am

Sports Complex
(Gymnasium)

♥ R: \$98 NR: \$117

Les VENDREDIS
11h à 11h50
*Relâche le 2 décembre

Complexe sportif
(Salle de réception)

♥ R: 90 \$ NR: 108 \$

FRIDAYS
11:00 to 11:50 am
*No class December 2

Sports Complex
(Reception Hall)

♥ R: \$90 NR: \$108

NOUVEAU!
NEW!

HIIT : Entraînement par intervalles à haute intensité

Un programme qui se distingue par de courts intervalles d'exercices cardiovasculaires intenses suivis d'un entraînement de résistance/poids à faible intensité. Les intervalles varient entre 30 et 60 secondes et les transitions entre les exercices sont rapides. Les participants se verront proposer différentes options pour travailler dans un état anaérobie ou rester dans un état aérobie.

HIIT: High Intensity Interval Training

This class will alternate between short intervals of intense cardio exercises and lower intensity resistance/weight training. Intervals range between 30 and 60 seconds and the transitions between groups of exercises are rapid. Participants will be shown different options to work at an anaerobic state or remain in an aerobic state.

Les MERCREDIS de 18h à 18h50

14 septembre au 7 décembre

WEDNESDAYS, 6 to 6:50 pm

September 14 to December 7

♥ R: 98 \$ NR: 117 \$

Complexe sportif (Gymnase)

♥ R: \$98 NR: \$117

Sports Complex (Gymnasium)

CARDIO COMPLET

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

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.

Les MERCREDIS 9h15 à 10h05

14 septembre au 7 décembre

WEDNESDAYS 9:15 to 10:05 am

September 14 to December 7

♥ R: 98 \$ NR: 117 \$

Complexe sportif (Gymnase)

♥ R: \$98 NR: \$117

Sports Complex (Gymnasium)

MARCHE NORDIQUE

Marche dynamique en plein air qui permet de mobiliser et tonifier l'ensemble du corps en sollicitant 90% de la masse musculaire. L'utilisation de bâtons spécifiques permet, entre autres, de réduire la charge sur les articulations. Ce cours est donné par un entraîneur certifié de Marche Nordik Oxygène. *Bâtons fournis.*

NORDIC WALKING

Outdoor active walking that tones and mobilizes the whole body, using 90% of the muscle mass. The activity is performed with specially designed walking poles that reduce stress on joints. This class is given by Marche Nordik Oxygène certified coaches. *Poles supplied.*

Les JEUDIS de 10h30 à 11h05

15 septembre au 1^{er} décembre

THURSDAYS from 10:30 to 11:05 am

September 15 to December 1st

♥ R: 96 \$ NR: 115 \$

Piste cyclable / Servitude
Hydro-Québec, rue Houde

♥ R: \$96 NR: \$115

Bicycle path /Hydro-Québec
servitude, Houde Street

Programmes pour adultes 14+

Adult 14+ programs

ESSETRICS 18+

Entraînement comprenant une combinaison d'étirements dynamiques et d'exercices de renforcement musculaire afin d'améliorer l'ensemble de la force et de la flexibilité du corps. Ce programme favorise la relaxation musculaire, aide à réaligner la structure du corps et améliore la posture. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*

Les JEUDIS de 9h à 9h50

15 septembre au 8 décembre

♥ R:98\$ NR:117\$

Complexe sportif (Gymnase)



ESSETRICS 18+

A dynamic flowing strengthening and stretching workout that will increase your overall strength and flexibility. Based on eccentric strengthening, this program will make your entire body strong, flexible and agile.

Yoga or Pilates mat is required.

THURSDAYS from 9 to 9:50 am

September 15 to December 8

♥ R: \$98 NR: \$117

Sports Complex (Gymnasium)

TAI CHI (18+)

Le Tai Chi est une discipline ancienne qui peut améliorer la santé des participants. Sa pratique est caractérisée par la lenteur des mouvements, la rendant accessible aux jeunes comme aux moins jeunes.

15 septembre au 8 décembre

DÉBUTANTS

Les JEUDIS de 18h30 à 19h20

AVANCÉS

Les JEUDIS de 19h30 à 20h20

♥ R: 98\$ NR: 117\$ (1x sem)

Complexe sportif
(Salle de réception)



TAI CHI (18+)

Tai Chi is a form of exercise that can improve one's overall health. Slow movement is the core of the practice; therefore both young and old are able to participate.

September 15 to December 8

BEGINNERS

THURSDAYS from 6:30 to 7:20 pm

ADVANCED

THURSDAYS from 7:30 to 8:20 pm

♥ R: \$98 NR: \$117 (1x week)

Sports Complex
(Reception Hall)

YOGA FLOW

Cours de yoga basé sur les salutations au soleil et la transition des mouvements à l'aide de la respiration. Le yoga flow permet un travail complet du corps et de l'esprit. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*

Les LUNDIS de 19h à 19h50

12 septembre au 5 décembre
*Relâche les 10 octobre, 7 et 14 novembre

♥ R: 75\$ NR: 90\$

Chalet Holleuffer



YOGA FLOW

A yoga class based on sun salutations and flow between poses using breathing. Yoga Flow is a set of slow, deliberate, flowing movements to strengthen your core, align your body, and calm your mind. *Yoga or Pilates mat is required.*

MONDAYS from 7 to 7:50 pm

September 12 to December 5
*No class October 10, November 7 & 14

♥ R: \$75 NR: \$90

Holleuffer Chalet

YOGA

Ce cours de niveau débutant à intermédiaire vous permettra d'apprendre des techniques d'étirements et de respiration tout en mettant l'accent sur la relaxation. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*

12 septembre au 8 décembre

Complexe sportif
(Salle de réception)

Les LUNDIS de 11h à 11h50
*Relâche les 3 et 10 octobre

♥ R: 83\$ NR: 100\$

Les MARDIS de 10h à 10h50
*Relâche le 27 septembre

♥ R: 90\$ NR: 108\$

Les JEUDIS de 11h à 11h50

♥ R: 98\$ NR: 117\$



September 12 to December 8

Sports Complex
(Reception Hall)

MONDAYS from 11 to 11:50 am
*No class October 3 and 10

♥ R: \$83 NR: \$100

TUESDAYS from 10 to 10:50 am
*No class September 27

♥ R: \$90 NR: \$108

THURSDAYS from 11 to 11:50 am

♥ R: \$98 NR: \$117



Escompte de 15% pour tout résident s'inscrivant à 3 activités de fitness ou plus. Une seule transaction requise (exclusions : karaté et patinage)

15% discount for any resident registering for 3 fitness classes or more. One transaction required (exclusions: karate and skating)

Résidents de Kirkland Residents



PILATES

La méthode pilates fait principalement travailler les muscles posturaux du tronc et la respiration. Cet ensemble d'exercices de mise en forme soulage les tensions, rétablit la posture naturelle de l'individu et sa flexibilité. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*



Focusing on the core postural muscles of the body, Pilates teaches breathing awareness techniques, tones muscles, releases body tensions and improves flexibility. *Yoga or Pilates mat is required.*

PILATES

Les JEUDIS de 9h à 9h50	15 septembre au 8 décembre	THURSDAYS from 9 to 9:50 am	September 15 to December 8
♥ R:98\$ NR:117\$	Complexe sportif (Salle de réception)	♥ R: \$98 NR: \$117	Sports Complex (Reception Hall)

YOGALATES

Combinaison de postures de yoga et exercices de Pilates et de Tai Chi pour améliorer la force et la flexibilité. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*



A combination of yoga postures, Pilates and Tai Chi exercises designed to improve strength and flexibility. *Yoga or Pilates mat is required.*

YOGALATES

13 septembre au 6 décembre		September 13 to December 6	
Les MARDIS de 13h15 à 14h05	Chalet Holleuffer (exception: Chalet Ecclestone les 8 et 15 nov.)	TUESDAYS 1:15 to 2:05 pm	Holleuffer Chalet (exception: Ecclestone Chalet on November 8 & 15)
♥ R: 98\$ NR: 117\$		♥ R: \$98 NR: \$117	

YOGA - INTRODUCTION

Cours de niveau débutant permettant d'apprendre des techniques d'étirement et de respiration en mettant l'accent sur la souplesse et la relaxation. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*



This beginner level class will help you learn stretching, breathing and flexibility techniques while focusing on relaxation. *Yoga or Pilates mat is required.*

YOGA - INTRODUCTION

Les MARDIS de 18h à 18h50	13 septembre au 6 décembre	TUESDAYS from 6 to 6:50 pm	September 13 to December 6
♥ R: 98\$ NR: 117\$	Complexe sportif (Salle de réception)	♥ R: \$98 NR: \$117	Sports Complex (Reception Hall)

SLOW FLOW YOGA

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 participants seront amenés à modifier leur posture pour mieux répondre à leurs besoins et capacités. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*



Slow Flow Yoga (Gentle Vinyasa) is an all levels class with a focus on breathing and body alignment. Touching on the practices of *flow*, *hatha*, and *yin*, participants will be encouraged to modify their posture to better suit their needs and abilities. *Yoga or Pilates mat is required.*

SLOW FLOW YOGA

Les MERCREDIS de 19h à 19h50	14 septembre au 7 décembre	WEDNESDAYS from 7 to 7:50 pm	September 14 to December 7
♥ R: 98\$ NR: 117\$	Complexe sportif (Salle de réception)	♥ R: \$98 NR: \$117	Sports Complex (Reception Hall)

YOGA EN DOUCEUR

Ce cours de niveau débutant enseigne des techniques d'étirement, de respiration et de relaxation. *Un matelas de pilates ou de yoga est requis.*

Designed for beginners, this yoga class includes stretching, breathing and relaxation techniques. *Yoga or Pilates mat is required.*

GENTLE YOGA

14 septembre au 9 décembre		September 14 to December 9	
Les MERCREDIS de 14h15 à 15h05	♥ R: 98\$ NR: 117\$	WEDNESDAYS from 2:15 to 3:05 pm	♥ R: \$98 NR: \$117
Les VENDREDIS de 10h à 10h50 *Relâche le 2 décembre	♥ R: 90\$ NR: 108\$	FRIDAYS from 10 to 10:50 am *No class December 2	♥ R: \$90 NR: \$108
Complexe sportif (Salle de réception)		Sports Complex (Reception Hall)	

Programmes pour adultes 14+ Adult 14+ programs

LES GRANDS BALLETS | CENTRE NATIONAL DE DANSE-THÉRAPIE

DANSE-THÉRAPIE 50+

Offert par le Centre national de danse-thérapie des Grands Ballets Canadiens

La danse-thérapie utilise le mouvement et l'improvisation comme modes de communication pour permettre aux participants de se reconnecter avec eux-mêmes par l'expression corporelle. Grâce aux composantes sociales, cognitives, physiques et sensorielles, les séances de danse-thérapie permettent aux participants d'atteindre un sentiment de mieux-être global. *Ce cours est bilingue.*

Du 15 septembre au 27 octobre
*Relâche le 22 septembre

JEUDIS

13h15 à 14h15

Complexe sportif
(Salle de réception)

♥ R: 150 \$ NR: 180 \$



DANCE-THERAPY 50+

Offered by Les Grands Ballets Canadiens' National Centre for Dance Therapy

Dance-therapy uses movement and improvisation as forms of communication to allow participants to reconnect with themselves through body expression. Through social, cognitive, physical and sensory components, dance-therapy sessions allow participants to achieve a sense of global wellness. *This class is bilingual.*

September 15 to October 27
*No class September 22

THURSDAYS

1:15 to 2:15 pm

Sports Complex
(Reception Hall)

♥ R: \$150 NR: \$180

avec/with ANTOINE CADIEUX

AQUAOIL : ATELIER DE PEINTURE MIXTE débutant & intermédiaire

Cours bilingue et dynamique dans le médium de votre choix, soit l'aquarelle, l'huile ou l'acrylique. Exprimez votre créativité et découvrez vos talents en réalisant vos sujets coup de cœur. Les thèmes abordés seront les paysages et la nature morte. *Veuillez consulter la liste du matériel à acheter. Ce cours est bilingue.*

AQUAOIL 1 Les LUNDIS de 13h à 16h 19 septembre au 28 novembre
*Relâche le 10 octobre

AQUAOIL 2 Les JEUDIS de 13h à 16h 22 septembre au 24 novembre

♥ R: 210 \$ NR: 252 \$ (1x sem)

À la Bibliothèque



AQUAOIL: MIXED PAINTING WORKSHOP Beginner & Intermediate

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

AQUAOIL 1 MONDAYS from 1 to 4 pm September 19 to November 28
*No class October 10

AQUAOIL 2 THURSDAYS from 1 to 4 pm September 22 to November 24

♥ R: \$210 NR: \$252 (1x week)

At the Library

avec/with ANTOINE CADIEUX

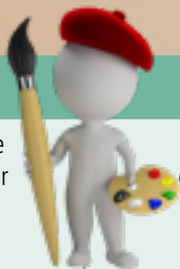
PEINTURE ET CRÉATIVITÉ

Ce cours de peinture s'adresse aux personnes désirant apprendre à peindre ou perfectionner leur technique dans le médium de leur choix, soit l'huile, l'acrylique, ou l'aquarelle. Les thèmes suivants seront abordés: paysages et nature morte. *Veuillez consulter la liste du matériel à acheter. Ce cours est bilingue.*

Les MARDIS de 18h à 21h 20 septembre au 22 novembre

♥ R: 240 \$ NR: 288 \$

À la Bibliothèque



PAINTING AND CREATIVITY

This painting course is for people who want to learn to paint or improve their knowledge in the technique of their choice: oil, acrylic or watercolour. The following themes will be addressed: landscapes and still life. *Please consult the list of materials to be purchased. This course is bilingual.*

TUESDAYS from 6 to 9 pm September 20 to November 22

♥ R: \$240 NR: \$288

At the Library

15%

Escompte de 15% pour tout résident s'inscrivant à 3 activités de fitness ou plus. Une seule transaction requise (exclusions: karaté et patinage)

15% discount for any resident registering for 3 fitness classes or more. One transaction required (exclusions: karate and skating)

Résidents de Kirkland Residents



=



avec/with ANTOINE CADIEUX

PORTRAIT: PEINTURE À L'HUILE

Cours bilingue s'adressant aux élèves ayant une bonne connaissance de la peinture à l'huile. Nous traiterons des méthodes de transfert du dessin à la toile, de la préparation et la disposition des couleurs sur la palette, des lavis (couches de fond préparatoires), et de l'application des couleurs et des glacis. *Veuillez consulter la liste du matériel à acheter. Ce cours est bilingue.*



OIL PORTRAIT PAINTING

This bilingual course is for students with a good knowledge of oil painting techniques; students will learn how to transfer drawings to canvas, the preparation and arrangement of colors on the palette, washes (preparatory primers), application of colors and glazes. *Please consult the list of materials to be purchased. This course is bilingual.*

Les MERCREDIS de 13h à 16h

21 septembre au 23 novembre

WEDNESDAYS from 1 to 4 pm

September 21 to November 23



R: 240\$ NR: 288\$

À la Bibliothèque



R: \$240 NR: \$288

At the Library

avec/with JOSIE RINOLDO

AQUARELLE

Apprentissage des techniques de base de l'aquarelle pour aider les élèves à peindre leur sujet préféré en leur offrant une attention personnalisée! Un nouveau projet sera introduit 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. *Veuillez consulter la liste du matériel à acheter. Ce cours est bilingue.*



WATERCOLOUR

Painting course for students who want to learn basic watercolour techniques to help them paint their favourite subject with personalized attention! A new project will be introduced at each session, so participants can learn different art concepts and techniques. Emphasis will be put on original work, guiding students to find their own style. *Please consult the list of materials to be purchased. This course is bilingual.*

DÉBUTANTS

Les MERCREDIS de 9h30 à 12h30

21 septembre au 23 novembre

BEGINNERS

WEDNESDAYS 9:30 am to 12:30 pm

September 21 to November 23

AVANCÉS

Les MARDIS de 13h à 16h

20 septembre au 22 novembre

ADVANCED

TUESDAYS from 1 to 4 pm

September 20 to November 22



R: 210\$ NR: 252\$

À la Bibliothèque



R: \$210 NR: \$252

At the Library

avec/with JOSIE RINOLDO

INTRODUCTION AU DESSIN

Cours d'introduction au dessin, permettant aux élèves de s'initier aux principales notions de base du dessin. Des techniques variées seront enseignées et une attention personnalisée sera offerte aux élèves. *Veuillez consulter la liste du matériel à acheter. Ce cours est bilingue.*



THE BASICS OF DRAWING

Introductory drawing course, allowing students to learn the fundamentals of drawing. A variety of techniques will be taught and individual attention will be given to the students. *Please consult the list of materials to be purchased. This course is bilingual.*

Les JEUDIS de 9h30 à 12h30

22 septembre au 24 novembre

THURSDAYS, 9:30 am to 12:30 pm

September 22 to November 24



R: 210\$ NR: 252\$

À la Bibliothèque



R: \$210 NR: \$252

At the Library

Programmes pour adultes 14+

Adult 14+ programs

avec/with MARIA EUGENIA GIOCHI

ITALIEN Débutant - Niveau 1

Ce cours s'adresse à ceux et celles qui comptent voyager en Italie et souhaitent pouvoir communiquer en italien lors d'événements sociaux. Méthode directe et progressive. Des situations réelles permettront l'apprentissage d'expressions linguistiques et du vocabulaire de base. *À noter que le niveau 2 sera offert à l'hiver 2022-2023.*

Les JEUDIS de 19h à 21h 22 septembre au 24 novembre
♥ R: 210\$ NR: 252\$ À la Bibliothèque

ITALIAN Beginner - Level 1

This course addresses the needs of those who want to travel to Italy and wish to learn to communicate in Italian during social events. Direct and progressive method. Real-life situations will be used to facilitate the learning of linguistic expressions and develop a basic vocabulary. *Please note that level 2 will be offered in the winter of 2022-2023.*

THURSDAYS from 7 to 9 pm September 22 to November 24
♥ R: \$210 NR: \$252 At the Library

avec/with MARIA EUGENIA GIOCHI

ITALIEN : PARLER EN ITALIEN Niveau intermédiaire

Venez rafraîchir ou enrichir votre connaissance du vocabulaire italien et de ses expressions, en conversant autour de situations courantes. L'accent sera mis sur la langue parlée. Notions de base d'italien requises. *Le professeur pourrait être appelé à évaluer le niveau de l'étudiant afin de le diriger vers le cours approprié.*

Les MARDIS de 19h à 21h 20 septembre au 22 novembre
♥ R: 210\$ NR: 252\$ À la Bibliothèque

ITALIAN CONVERSATION Intermediate level

Join us to refresh or enrich your knowledge of the Italian vocabulary and its expressions by having conversations about every-day situations. The emphasis will be on the spoken language. Basic knowledge of Italian is required. *The teacher may be called upon to assess the level of the student in order to direct him/her to the appropriate course.*

TUESDAYS from 7 to 9 pm September 20 to November 22
♥ R: \$210 NR: \$252 At the Library

avec/with NIDIA PULIDO

ESPAGNOL CONVERSATIONNEL

Venez discuter de sujets de tous les jours, pratiquer vos aptitudes à l'oral et à l'écrit et améliorer votre confiance en découvrant cette belle langue. Toute personne qui souhaite pratiquer l'espagnol est la bienvenue.

Les LUNDIS de 19h à 21h 19 septembre au 28 novembre
*Relâche le 10 octobre
♥ R: 210\$ NR: 252\$ À la Bibliothèque

SPANISH CONVERSATION

Come and enjoy conversation in Spanish about everyday topics, practice your reading and listening skills and improve your confidence when speaking this beautiful language. Anyone who wants to practice Spanish is welcome.

MONDAYS from 7 to 9 pm September 19 to November 28
*No class on October 10
♥ R: \$210 NR: \$252 At the Library

avec/with MARIA EUGENIA GIOCHI

SÉRIE THÉMATIQUE: EXPLORER L'ITALIE À TRAVERS SES VILLES

Cette série thématique se veut une nouvelle façon de voyager ou de se préparer pour un prochain voyage en explorant différentes villes italiennes à travers leur histoire, leur culture et leur gastronomie. La présentation est offerte en français, mais les questions et commentaires en anglais et en italien sont les bienvenus.

Les VENDREDIS de 19h à 21h 7 octobre : Rome
21 octobre : Venise
4 novembre : Florence
18 novembre : Palerme
♥ R: 100\$ NR: 120\$ À la Bibliothèque

THEMATIC SERIES: EXPLORE ITALY THROUGH ITS CITIES

This thematic series is a new way to travel or prepare for an upcoming trip by exploring different Italian cities through their history, cultural life and gastronomy. The presentation is in French but questions and comments in English and Italian are welcome.

FRIDAYS from 7 to 9 pm October 7: Rome
October 21: Venice
November 4: Florence
November 18: Palermo
♥ R: \$100 NR: \$120 At the Library

NOUVEAU!
NEW!

Au
Chalet Kirkland

At the
Kirkland Chalet

INSCRIPTION
REQUIRE:
voir les dates d'inscription
en page 3

MANDATORY
REGISTRATION:
see registration dates
on page 3

Dégustations de vin - *bilingue* Wine tasting classes – *bilingual*

18 ans/yrs+ avec/with CARL BIRD

Résidents
de Kirkland
Residents



DÉCOUVERTE ET DÉGUSTATION

Venez en apprendre davantage sur le monde vinicole dans cette session de 2 cours éducatifs et amusants. Vous découvrirez les notions de base entourant le vin (cépages, vignobles, vinification), maîtriserez les techniques de dégustation (couleur, arôme, goût) et apprendrez à cerner vos préférences en matière de vin pour faire des achats plus éclairés en boutique.

Les LUNDIS 12 et 19 septembre de 19h à 21h30

♥ R : 145 \$ NR : 175 \$

DISCOVERY AND TASTING

Discover more about wine with this fun and educational 2-session workshop. You will learn the basics of wine (grape varieties, vineyards, wine making techniques) and wine tasting (colour, aroma, taste), as well as determine your taste preferences to help you make better wine purchases!

MONDAYS, September 12 and 19 from 7 pm to 9:30 pm

♥ R: \$145 NR: \$175

LES "KILLER B'S"

Venez découvrir les vins de trois régions de France: Bordeaux, Bourgogne et Beaujolais. Vous pourrez déguster 2 vins de chacune de ces régions pour différencier les styles.

LUNDI 3 octobre de 19h à 21h30

♥ R : 96 \$ NR : 115 \$

THE KILLER B'S

In this workshop, you will discover wines from 3 different regions of France: Bordeaux, Bourgogne and Beaujolais. You will also taste 2 wines from each region to distinguish their own specific style.

MONDAY, October 3 from 7 pm to 9:30 pm

♥ R: \$96 NR: \$115

VIVA ITALIA! – NORD

Venez explorer et déguster 6 vins du nord de l'Italie (Haut-Adige, Piémont, Vénétie, Toscane).

LUNDI 14 novembre de 19h à 21h30

♥ R : 85 \$ NR : 100 \$

VIVA ITALIA! – NORTH

Come and taste 6 wines from the northern region of Italy (Alto-Adige, Piedmont, Veneto, Tuscany).

MONDAY, November 14 from 7 pm to 9:30 pm

♥ R: \$85 NR: \$100

VIVA ITALIA! – SUD

Venez explorer et déguster 6 vins du sud de l'Italie (Marches, Abruzzes, Pouilles, Sicile).

LUNDI 21 novembre de 19h à 21h30

♥ R : 85 \$ NR : 100 \$

VIVA ITALIA! – SOUTH

Come and taste 6 wines from the southern region of Italy (Marche, Abruzzo, Puglia, Sicily).

MONDAY, November 21 from 7 pm to 9:30 pm

♥ R: \$85 NR: \$100

LES BULLES DU MONDE

Saviez-vous que le Champagne n'est pas le seul vin mousseux de qualité? Venez découvrir le style particulier de vins mousseux de quatre pays en plus de goûter six vins différents, et ce, juste à temps pour le temps des fêtes.

LUNDI 5 décembre de 19h à 21h30

♥ R : 85 \$ NR : 100 \$

BUBBLES FROM AROUND THE WORLD

It's not just Champagne that produces quality sparkling wines. Come and explore the unique styles of sparkling wines from four countries and taste six different wines, just in time for the holidays.

MONDAY, December 5 from 7 pm to 9:30 pm

♥ R: \$85 NR: \$100



Programmes pour adultes 14+

Adult 14+ programs

R: Résidents / Residents
NR: Non-résidents / Non-residents

Résidents
de Kirkland
Residents



Ateliers d'initiation à l'ordinateur Computer introductory courses

Offerts par Alphanumérique With Alphanumérique

an alpha
numérique
Se former
au numérique



RECONNAÎTRE LA FRAUDE EN LIGNE ET SE PROTÉGER DE L'HAMEÇONNAGE

Sauriez-vous reconnaître les signes d'une attaque par hameçonnage ? La fraude en ligne est un phénomène de plus en plus répandu. Personne n'est à l'abri du hameçonnage... Les fraudeurs trouvent des méthodes de plus en plus raffinées, notamment en s'inspirant de l'actualité pour attraper des victimes de tout âge. Cet atelier vous permettra de mieux comprendre les différents stratagèmes d'hameçonnage afin de les éviter. *Activité théorique.*

Le SAMEDI 1 octobre de 14h à 16h - En anglais
(dans le cadre du Rendez-vous des Aînés)

Le VENDREDI 11 novembre de 14h à 16h - En français

♥ R: 10\$ NR: 12\$

À la Bibliothèque

IDENTIFYING ONLINE FRAUD AND PROTECTING YOURSELF FROM PHISHING

Would you be able to recognize the signs of a phishing campaign? Online fraud is a growing phenomenon. No one is safe from phishing... Fraudsters are finding increasingly sophisticated methods, including drawing inspiration from current events, to catch victims of all ages. This workshop will allow you to better understand the different phishing schemes in order to avoid them. *Theoretical activity.*

SATURDAY, October 1 from 2 to 4 pm - in English
(as part of the Seniors' Fest)

FRIDAY, November 11 from 2 to 4 pm - In French

♥ R: \$10 NR: \$12

At the Library

COMPRENDRE FACEBOOK ET SÉCURISER SON COMPTE

Comment s'assurer que la manière dont on utilise Facebook est éthique et sécuritaire? Dans cet atelier, vous apprendrez à mieux contrôler qui voit les informations que vous partagez sur Facebook, ainsi que ce qui apparaît sur votre fil d'actualité. *Pour prendre part à cet atelier, les participants doivent avoir un compte Facebook. Appareils électroniques fournis.*

Le VENDREDI 14 octobre de 14h à 16h - En français

Le VENDREDI 21 octobre de 14h à 16h - En anglais

♥ R: 10\$ NR: 12\$

À la Bibliothèque



UNDERSTANDING FACEBOOK AND SECURING YOUR ACCOUNT

How can you ensure that the way you use Facebook is ethical and safe? This workshop will teach you how to better control who sees the information you share on Facebook, as well as what appears on your News Feed. *To take part in this activity, participants must have a Facebook account. Electronic devices provided.*

FRIDAY, October 14 from 2 to 4 pm - In French

FRIDAY, October 21 from 2 to 4 pm - In English

♥ R: \$10 NR: \$12

At the Library

RECONNAÎTRE LES FAUSSES NOUVELLES

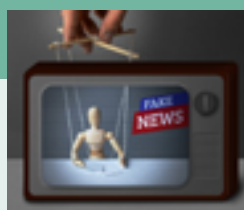
Fausse nouvelles: Comment les reconnaître et les décrypter? Participez à cette activité collaborative de réflexion critique sur les informations quotidiennes. *Présentation interactive: 50% de théorie et 50% d'activités collaboratives.*

Le VENDREDI 28 octobre de 14h à 16h - En français

Le VENDREDI 4 novembre de 14h à 16h - En anglais

♥ R: 10\$ NR: 12\$

À la Bibliothèque



RECOGNIZING FAKE NEWS

Fake news: How to recognize and decrypt them? Take part in this collaborative activity of critical reflection on daily news. *Interactive presentation: 50% theory and 50% collaborative activities.*

FRIDAY, October 28 from 2 to 4 pm - In French

FRIDAY, November 4 from 2 to 4 pm - In English

♥ R: \$10 NR: \$12

At the Library

À la Bibliothèque At the Library

COURS GRATUITS À LA BIBLIOTHÈQUE! FREE COURSES AT THE LIBRARY!

En collaboration avec le Centre d'éducation des adultes Jeanne-Sauvé, un établissement de la Commission scolaire Marguerite Bourgeoys, la Bibliothèque de Kirkland offre les cours suivants :

In partnership with the Jeanne-Sauvé Adult Education Centre, an establishment of the Marguerite Bourgeoys School Board, the Kirkland Library offers the following courses:

INSCRIPTION / REGISTRATION / INFO: 514 630-2726 #3205



INITIATION À LA TABLETTE

ÉLECTRONIQUE (IPAD) Pour les 55 ans+

S'adressant aux personnes retraitées et aux aînés, cette formation leur offre l'opportunité de se familiariser avec la tablette électronique (iPAD) et d'accroître leur autonomie à l'égard des nouvelles technologies, tout en socialisant. *L'appareil est fourni pendant le cours. Un minimum de 18 participants inscrits est requis pour que ce cours ait lieu.*

22 septembre au 1^{er} décembre

DÉBUTANTS

Les JEUDIS de 9h30 à 12h
(En français)

IPAD INTRODUCTORY COURSE

For 55+

Catering to retired people and seniors, this training offers them an opportunity to become familiar with the electronic tablet (iPAD) and increase their autonomy with regards to new technologies, while socializing. *Devices provided during class. A minimum of 18 registered participants is required for this class to be held.*

September 22 to December 1st

BEGINNERS

THURSDAYS from 1 to 3:30 pm
(In English)

CONVERSATION FRANÇAISE

Pour les personnes immigrantes

Deux cours de 2 heures par semaine
Un minimum de 18 participants inscrits est requis pour que ce cours ait lieu.

21 septembre au 2 décembre

DÉBUTANTS

Les MERCREDIS et VENDREDIS
de 9h30 à 11h30

CONVERSATIONAL FRENCH

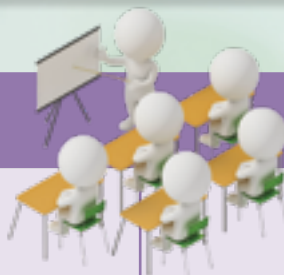
For immigrants

Two 2-hour classes per week
A minimum of 18 registered participants is required for this class to be held.

September 21 to December 2

BEGINNERS

WEDNESDAYS & FRIDAYS
from 9:30 to 11:30 am



IMPORTANT !

Pièces justificatives ORIGINALES requises lors de l'inscription (aucune photocopie)

Certificat de naissance avec les noms des parents (grand format)

OU

Carte d'assurance maladie valide

Une preuve de résidence

Une de ces pièces

- certificat de citoyenneté canadienne
- carte de citoyenneté canadienne
- certificat de baptême ET de naissance émis par l'église, avant 1994
- carte de résident permanent valide
- formulaire IMM 1000

ORIGINAL supporting documents required in order to register (no photocopies)

Birth certificate (large format) including parents' names

OR

A valid Medicare card

A proof of residency

One of these

- Canadian citizenship certificate
- Canadian citizenship card
- Church certificate of baptism AND birth, issued before 1994
- Valid permanent resident card
- IMM 1000 form

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.



INFO:
1 833 693-2253

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.

Activités libres Drop-in Activities

GYMNASE • GYMNASIUM

ACTIVITÉS
GRATUITES
FREE
ACTIVITIES

ACTIVITÉS LIBRES

12 septembre au 23 décembre *Exceptions: 26 sept., 3 et 10 oct., 18 nov.

Du LUNDI au VENDREDI, de 16h à 16h50

LUNDI: Badminton (12-17 ans)
MARDI: Basketball (ouvert à tous)
MERCREDI: Basketball (12-17 ans)
JEUDI: Hockey cosom (ouvert à tous)
VENDREDI: Basketball (ouvert à tous)

- Limite de 25 personnes dans le gymnase
- Les participants doivent apporter leur propre ballon/équipement
- Souliers de course obligatoires
- Aucun entraînement d'équipe

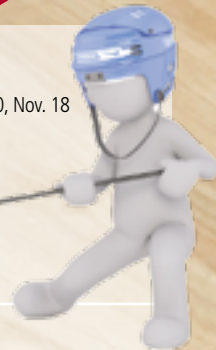
DROP-IN ACTIVITIES

September 12 to December 23 *Exceptions: Sept. 26, Oct. 3 & 10, Nov. 18

MONDAY to FRIDAY, from 4 to 4:50 pm

MONDAY: Badminton (12-17 year olds)
TUESDAY: Basketball (open to all)
WEDNESDAY: Basketball (12-17 year olds)
THURSDAY: Floor hockey (open to all)
FRIDAY: Basketball (open to all)

- Limit of 25 persons inside the gymnasium
- Participants must bring their own ball/equipment
- Running shoes are mandatory
- No team training

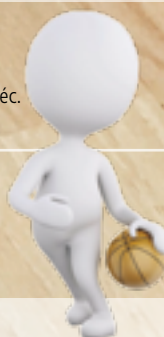


BASKETBALL FAMILIAL

18 septembre au 18 décembre *Exceptions: 25 sept. et 4 déc.

Les DIMANCHES de midi à 13h20

- Activité gratuite pour enfants de 12 ans et moins
- Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte (maximum: 3 enfants/adulte)
- Les participants doivent apporter leur propre ballon



FAMILY BASKETBALL

September 18 to December 18 *Exceptions: Sept. 25 and Dec. 4

SUNDAYS, from 12 noon to 1:20 pm

- Free activity for children 12 years and under
- Children must be accompanied by an adult (maximum: 3 children/adult)
- Participants must bring their own ball

PICKLEBALL FAMILIAL

18 septembre au 18 décembre *Exceptions: 25 sept. et 4 déc.

Les DIMANCHES de 14h30 à 15h50

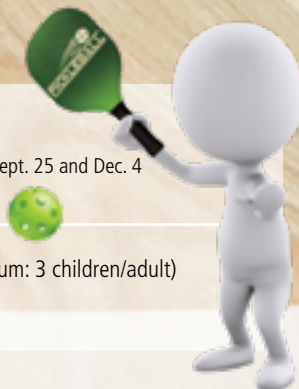
- Activité gratuite pour enfants de 12 ans et moins
- Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte (maximum: 3 enfants/adulte)
- Balles et raquettes disponibles sur place

FAMILY PICKLEBALL

September 18 to December 18 *Exceptions: Sept. 25 and Dec. 4

SUNDAYS, from 2:30 to 3:50 p.m.

- Free activity for children 12 years and under
- Children must be accompanied by an adult (maximum: 3 children/adult)
- Balls and rackets available on-site



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/Adult and Tots Skating	11:45 – 12:45 Hockey (18+)	12:00-13:20 Patinage adultes et tout-petits/Adult and Tots Skating			12:00 – 13:20 Family Basketball familial
						14:00 – 15:45 Patinage Public Skating
16:00 – 16:50 Gymnase libre Open Gym (Badminton 12-17)	16:00 – 16:50 Gymnase libre Open Gym (Basketball tous/all)	16:00 – 16:50 Gymnase libre Open Gym (Basketball 12-17)	16:00 – 16:50 Gymnase libre Open Gym (Hockey cosom tous/all)	16:00 – 16:50 Gymnase libre Open Gym (Basketball tous/all)		14:30 – 15:50 Family Pickleball familial
					19:00 – 20:15 Patinage Public Skating	

NOTE :
Tout changement à l'horaire sera affiché sur notre site internet
sous l'onglet « Loisirs et vie communautaire / Activités libres »

Any changes to the schedule will be posted on our website:
under the tab "Recreation & Community Living / Drop-in Activities"

ARÉNA • ARENA

Aucune
inscription requise
No registration
required

ACTIVITÉS
GRATUITES
FREE
ACTIVITIES

PATINAGE ADULTES ET TOUT-PETITS

6 septembre au 22 décembre
Les MARDIS et JEUDIS de 12h à 13h20

- Le tiers de la glace est réservé aux tout-petits
- Les deux tiers de la glace sont réservés aux adultes
- Mitaines et casque obligatoires pour les tout-petits
- Présence obligatoire des parents en patins sur la glace
- Maximum de 48 patineurs sur la glace

PATINAGE PUBLIC

10 septembre au 18 décembre
Les SAMEDIS de 19h à 20h15
Les DIMANCHES de 14h à 15h45

- Mitaines et casque obligatoires pour 11 ans et moins
- Maximum de 48 patineurs sur la glace
- Les usagers doivent lacer leurs patins dans la première section des gradins

ADULT AND TOTS SKATING

September 6 to December 22
TUESDAYS and THURSDAYS, from 12 to 1:20 pm

- One-third of the ice is reserved for tots
- Two-thirds of the ice are reserved for adults
- Mittens and helmet mandatory for tots
- Parents on skates must be present on the ice
- Limit of 48 skaters on the ice

PUBLIC SKATING

September 10 to December 18
SATURDAYS, from 7 to 8:15 pm
SUNDAYS, from 2 to 3:45 pm

- Mandatory mittens and helmets for 11 year olds and under
- Limit of 48 skaters on the ice
- Skate tying to take place in the first section of stands

HOCKEY LIBRE POUR ADULTES (18+)

7 septembre au 21 décembre

*Exceptions : 3 et 10 octobre

Les LUNDIS et MERCREDIS de 11h45 à 12h45

- Équipement obligatoire : casque de hockey, visière, protège-cou et gants

Frais d'admission :

- Gratuit avec preuve de résidence à Kirkland*
- 5 \$ sans preuve de résidence et non-résidents*

*Présentation de la preuve de résidence et paiement
des frais avant 11h45 aux bureaux du Service des loisirs.

ADULT SHINNY HOCKEY (18+)

September 7 to December 21

*Exceptions: October 3 and 10

MONDAYS and WEDNESDAYS, 11:45 am to 12:45 pm

- Mandatory equipment: Helmet, visor, neck guard and gloves

Admission cost:

- Free with proof of residence in Kirkland*
- \$5 without proof of residence and non-residents*

*Presentation of proof of residence and payment
of fees before 11:45 a.m. at the Recreation offices.

HORAIRE SPÉCIAL DES CONGÉS SCOLAIRES • SPECIAL SCHEDULE FOR SCHOOL HOLIDAYS

SEPTEMBRE / SEPTEMBER

23

HORAIRE SPÉCIAL

GYMNASE (23 SEPTEMBRE SEULEMENT)

15h à 15h50 : Basketball (8-17 ans)

Les participants doivent apporter leur propre équipement

ARÉNA

11h à 11h50 : Ringuette libre (6-17 ans)

12h à 12h50 : Hockey libre (8-17 ans)

13h à 14h50 : Patinage public (pour tous)

Enfants de 12 ans et moins : Présence obligatoire d'un parent
Les participants doivent apporter leur propre équipement.

OCTOBRE / OCTOBER

3 14

SPECIAL SCHEDULE

GYMNASIUM (SEPTEMBER 23 ONLY)

3 to 3:50 pm: Basketball (8 to 17 year olds)

Participants must bring their own equipment

ARENA

11 to 11:50 am Open ringette (6 to 17 year olds)

12 to 12:50 pm Shinny hockey (8 to 17 year olds)

1 to 2:50 pm Public skating (for all)

Children 12 years and under must be accompanied by an adult.
Participants must bring their own equipment.

NOVEMBRE / NOVEMBER

11 18



Activités libres Drop-in Activities

MINI-SESSIONS 14+

Sessions sans
instructeur
Places limitées

Sessions without any
instructors
Limited space

INSCRIPTION EN LIGNE OBLIGATOIRE • MANDATORY ONLINE REGISTRATION

(voir procédure d'inscription à la page 4 / see online procedure on page 4)

	SESSION 1	SESSION 2
Résidents de Kirkland residents	Dès le jeudi 25 août, 9h As of Thursday, August 25, 9 am	Dès le jeudi 13 octobre 9h As of Thursday, October 13, 9 am
Résidents de Kirkland et Beaconsfield Residents	Dès le mardi 30 août, 9h As of Tuesday, August 30, 9 am	Dès le mardi 18 octobre 9h As of Tuesday, October 18, 9 am
Pour tous / For all	Dès le mercredi 31 août, 9h As of Wednesday, August 31, 9 am	Dès le mercredi 19 octobre 9h As of Wednesday, October 19, 9 am

BADMINTON 18+
MERCREDIS de 13h30 à 15h
Session 1 : 28 septembre au 26 octobre
Session 2 : 2 novembre au 30 novembre

R: 12 \$ NR: 16 \$

BADMINTON 18+
WEDNESDAYS, 1:30 pm to 3 pm
Session 1: September 28 to October 26
Session 2: November 2 to November 30

R: \$12 NR: \$16

BADMINTON 14+
SAMÉDIS de 17h à 18h50
Session 1 : 24 septembre au 22 octobre
Session 2 : 29 octobre au 10 décembre *Exceptions : 5 novembre et 3 décembre

R: 12 \$ NR: 16 \$

BADMINTON 14+
SATURDAYS, 5 PM TO 6:50 PM
Session 1: September 24 to October 22
Session 2: October 29 to December 10 *Exceptions: November 5 and December 3

R: \$12 NR: \$16

DIMANCHES de 17h30 à 18h45
Session 1 : 2 au 30 octobre
Session 2 : 6 novembre au 11 décembre *Exception : 4 décembre

- Les participants doivent apporter leur propre équipement
- Souliers de course obligatoires
- Aucun entraînement d'équipe



SUNDAYS, 5:30 PM TO 6:45 PM
Session 1: October 2 to 30
Session 2: November 6 to December 11 *Exception: December 4

- Participants must bring their own ball/equipment
- Running shoes are mandatory
- No team training

PICKLEBALL 18+
LUNDIS de 13h30 à 14h50
Session 1 : 12 septembre au 31 octobre *Exception : 26 septembre, 3 et 10 octobre
Session 2 : 7 novembre au 5 décembre

R: 12 \$ NR: 16 \$

MARDIS de 7h à 8h20
Session 1 : 20 septembre au 25 octobre *Exception : 27 septembre
Session 2 : 1^{er} novembre au 29 novembre

MERCREDIS de 7h à 8h20
Session 1 : 28 septembre au 26 octobre
Session 2 : 2 au 30 novembre

PICKLEBALL 18+
MONDAYS 1:30 pm to 2:50 pm
Session 1: September 12 to October 31 *Exception : September 26, October 3 and 10
Session 2: November 7 to December 5

R: \$12 NR: \$16

TUESDAYS 7 am to 8:20 am
Session 1: September 20 to October 25 *Exception: September 27
Session 2: November 1 to November 29

WEDNESDAYS 7 am to 8:20 am
Session 1: September 28 to October 26
Session 2: November 2 to November 30



PICKLEBALL 14+
VENDREDIS de 17h à 18h20
Session 1 : 30 septembre au 28 octobre
Session 2 : 4 novembre au 9 décembre *Exception : 18 novembre

R: 12 \$ NR: 16 \$

- Balles et raquettes disponibles sur place
- Souliers de course obligatoires
- Aucun entraînement d'équipe

PICKLEBALL 14+
FRIDAYS, 5 PM TO 6:20 PM
Session 1: September 30 to October 28
Session 2: November 4 to December 9 *Exception: November 18

R: \$12 NR: \$16

- Balls and rackets available on-site
- Running shoes are mandatory
- No team training

Théâtre Bonbon Lollipop Theatre

RÉSERVEZ VOTRE PLACE EN LIGNE !
(voir modalités à la page 4)
RESERVE YOUR SPOT ONLINE!
(see procedure on page 4)

TROUILLE ET CITROUILLE | TALES FROM THE PUMPKIN PATCH

Présenté par / Presented by: Théâtre de La Source

DIMANCHE 16 octobre
de 11h à 11h50

Complexe sportif (salle de réception)
Spectacle bilingue pour les 4 ans +

Les tout-petits monstres seront servis pour l'Halloween avec des histoires tirées de contes et de légendes venues d'Asie, d'Europe et d'Amérique. Au menu : des recettes de sorcières, des citrouilles géantes et des jeunes filles qui apparaissent dans les jardins de cucurbitacées! Des contes qui feront rire et frissonner!

SUNDAY, October 16
11 to 11:50 am

Sports Complex (Reception Hall)
Bilingual show for children 4 yrs+

The little monsters will be served for Halloween with stories drawn from tales and legends from Asia, Europe and America. On the menu: recipes from witches, giant pumpkins and young girls who appear in gourd gardens! Tales that will make you laugh and shiver!



Soirées de jeux de société

Activité bilingue

Viens t'amuser et essayer notre collection de jeux de société à la Bibliothèque. Il y en a pour tous les goûts!

À noter que les enfants de 10 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte tout au long de l'activité.



NOUVEAU!
NEW!

Board Game Nights

Bilingual activity

Come play and try out our collection of board games at the Library. There is something for everyone!

Please note that children 10 years and under must be accompanied by an adult throughout the activity.

Le JEUDI 29 septembre à 18h30 / THURSDAY, September 29 at 6:30 p.m.

Le JEUDI 27 octobre à 18h30 / THURSDAY, October 27 at 6:30 p.m.

Le JEUDI 24 novembre à 18h30 / THURSDAY, November 24 at 6:30 p.m.

Activités jeunesse à la Bibliothèque

Youth activities at the Library

Pour t'inscrire en ligne aux activités Jeunesse, tu dois être membre de la Bibliothèque et avoir un compte AccèsCité Loisirs actif. Ce compte doit avoir été activé au moins 48 heures avant de pouvoir t'inscrire en ligne.

Pour plus de renseignements sur la procédure d'inscription en ligne, consulte le site Internet de la Ville ou compose le 514 630-2719.

RAPPELS IMPORTANTS

- Retard : La place sera accordée à un autre enfant sur la liste d'attente
- Annulation : 24 heures de préavis
- Les enfants de 6 ans et plus restent seuls avec l'animateur. 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.
- Les enfants de 10 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte pour quitter l'activité.
- La Ville n'assume aucune responsabilité pour les enfants laissés sans surveillance.



L'inscription en ligne est
OBLIGATOIRE
ville.kirkland.qc.ca
Online Registration is
MANDATORY

To register online for youth activities, you must be a Library member and have an active AccèsCité Loisirs user account. Your account must have been activated at least 48 hours before you can register online.

For more information about the online registration procedure, consult the Town's website or call 514 630-2719.

IMPORTANT REMINDERS

- Tardiness: The place will be assigned to the next child on the waiting list
- Cancellation: 24 hours in advance
- Children 6 years and over stay alone with the instructor. The parent accompanying a child younger than 10 years of age must remain in the Library during the time of the activity.
- Children 10 years and under must be accompanied by an adult to leave the activity room.
- The Town takes no responsibility for children left unattended

GLACE SÈCHE

avec Sciences en Folie

DIMANCHE 11 septembre 14h

*Activité bilingue
pour les 7 à 12 ans*

Le laboratoire d'un scientifique fou comporte : des potions, des mélanges, de la fumée et encore plus de potions ! Viens voir la transformation de l'eau en glace en 30 secondes, la fabrication d'une potion bouillonnante, la gazéification de l'eau et plus encore !

DRY ICE

with Mad Science

SUNDAY, September 11 at 2 pm

*Bilingual activity
for 7 to 12 year olds*

A mad scientist's lab is simple: potions, mixtures, smoke and more potions! Come and see how water turns to ice in 30 seconds, how to make a bubbling potion, how to gasify water and more!



ATELIER BRICO : VIVE LA RENTRÉE SCOLAIRE

DIMANCHE 18 septembre à 14h

*Activité bilingue
pour les 9 à 12 ans*

Laisse aller ton imagination et crée un cartable unique et personnalisé juste à temps pour la rentrée ! Chaque enfant recevra son propre cartable à décorer.

CRAFT WORKSHOP: BACK TO SCHOOL

SUNDAY, September 18 at 2 pm

*Bilingual activity
for 9 to 12 year olds*

Let your imagination run wild and decorate a unique and personalized binder, just in time for the new school year! Each child will receive a binder to decorate.



TROUSSE DE BRICOLAGE D'AUTOMNE À EMPORTER

DÈS LE 20 SEPTEMBRE

Aucune inscription requise

Viens récupérer une trousse de bricolage d'automne à emporter à la Bibliothèque ! 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 trousse de bricolage sont disponibles en **quantités limitées**.

FALL CRAFT KIT TO GO

STARTING SEPTEMBER 20

No registration required

Take home our fall 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.



SOUS PRESSION

avec Sciences en Folie

DIMANCHE 9 octobre à 14h

Activité bilingue pour les 7 à 12 ans

L'air est tout autour de nous. Il a une masse et il prend de la place! Dans cet atelier, tu découvriras comment le principe de Bernoulli peut garder les objets en l'air et comment nous pouvons utiliser la pression de l'air pour déplacer des objets. Tu construiras aussi un canon vortex pour éteindre des chandelles à distance.



AIR PRESSURE

with Mad Science

SUNDAY, October 9 at 2 pm

Bilingual activity for 7 to 12 year olds

Air is all around us. It has mass and it takes up space! In this workshop, you will find out how Bernoulli's principle can keep things in the air and how we can use air pressure to move objects. You will also build a vortex gun to extinguish candles from a distance.

FORCES FONDAMENTALES

avec Sciences en Folie

DIMANCHE 13 novembre à 14h

Activité bilingue pour les 7 à 12 ans

Viens découvrir les forces fondamentales en faisant des expériences sur la gravité, l'inertie et la force centripète. Tu apprendras ce qu'est un gyroscope et exécuteras quelques trucs d'équilibrage pour découvrir comment les forces façonnent le mouvement.



FUNDAMENTAL FORCES

with Mad Science

SUNDAY, November 13 at 2 pm

Bilingual activity for 7 to 12 year olds

Come and discover the fundamental forces by conducting simple experiments on gravity, centripetal force and inertia. You will learn what a gyroscope is and perform some balancing tricks to discover how forces shape motion.

ATELIER BRICO: LE BRÉSIL

DIMANCHE 20 novembre à 14h

Activité bilingue pour les 7 à 12 ans

Viens découvrir le Brésil avec nous! Ensemble, nous explorerons l'Amazonie, la plus grande forêt au monde, et en apprendrons davantage sur ses fascinants habitants. En s'inspirant du célèbre artiste brésilien Romero Britto, nous peindrons par la suite une belle toile vivante et colorée.



CRAFT WORKSHOP: BRAZIL

SUNDAY, November 20 at 2 pm

Bilingual activity for 7 to 12 year olds

Join us as we discover Brazil. Together, we will explore the Amazon, the largest forest in the world, and learn about its amazing inhabitants. Inspired by the famous Brazilian artist Romero Britto, we will then create a joyful and colorful canvas.

CRÉATION DE GLU

avec Sciences en Folie

DIMANCHE 11 décembre à 14h

Activité bilingue pour les 7 à 12 ans

Apprends tout sur la glu et ses ingrédients de base lors d'une série d'activités pratiques.



SLIME TIME

with Mad Science

SUNDAY, December 11 at 2 pm

Bilingual activity for 7 to 12 year olds

Learn all about slime and its basic ingredients in a series of hands-on activities.

Préparez vos costumes pour d'amusantes activités d'Halloween à la Bibliothèque! Découvrez nos bricolages ensorcelés, nos films d'horreur, et notre concours de décoration de citrouilles!

Get your costumes ready for fun Halloween activities at the Library! Check out our spooky crafts, scary movies, and pumpkin contest!



TROUSSE DE BRICOLAGE D'Halloween À EMPORTER

Dès le 22 octobre

Viens récupérer une trousse de bricolage d'Halloween à emporter à la Bibliothèque. Chaque trousse comprend tout le matériel dont tu auras besoin (sauf de la colle et un marqueur noir) pour créer un bricolage facile et éducatif. Les trousse de bricolage sont disponibles en quantités limitées. Aucune inscription requise

HALLOWEEN CRAFT KIT TO GO

Starting October 22

Take home our Halloween craft kit. Each kit includes the materials you will need (except for glue and a black marker) to make an easy and educational craft.

We have a **limited number** of craft kits available. No registration required

BRICO HALLOWEEN: LES CHAUVES-SOURIS

DIMANCHE 23 octobre à 14h

Activité bilingue pour les 6 à 8 ans

Participe à cet atelier de peinture lors duquel tu pourras confectionner une silhouette de chauve-souris.

HALLOWEEN CRAFT: BATS

SUNDAY, October 23 at 2 p.m.

Bilingual activity for 6 to 8 year olds

Come and participate in this painting workshop where you will get to paint a bat silhouette.

Inscription obligatoire en ligne (voir modalités en page 26)

Mandatory online registration (see procedure on page 26)

CINÉMA EN FAMILLE FAMILY MOVIE

Activité gratuite à la Bibliothèque

Free activity at the Library



LA PETITE SORCIÈRE

VENDREDI 28 octobre, 18h30
Version française

FRIDAY October 28, 6:30 pm
French version



ADDAMS FAMILY 2

DIMANCHE 30 octobre, 14h
Version anglaise

SUNDAY October 30, 2 p.m.
English version

Activité gratuite
à la Bibliothèque

CINÉMA EN FAMILLE FAMILY MOVIE

Free activity
at the Library

17h
19h

NOUVEAU !
2 REPRÉSENTATIONS
CHAQUE VENDREDI

NEW!
2 PRESENTATIONS
EACH FRIDAY

5 PM
7 PM



THE BAD GUYS

VENDREDI FRIDAY
16 septembre September 16
Version anglaise English version



ALERTE ROUGE

VENDREDI FRIDAY
7 octobre October 7
Version française French version



SOUL

VENDREDI FRIDAY
14 octobre October 14
Version anglaise English version



BUZZ L'ÉCLAIR

VENDREDI FRIDAY
11 novembre November 11
Version française French version

Inscrivez-vous en
ligne pour réserver
votre place !

Register online to
reserve your spot!



MINIONS: RISE OF GRU

VENDREDI FRIDAY
25 novembre November 25
Version anglaise English version

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 (voir modalités en page 4) ou composer le 514 630-2726, poste 3219.

Activité gratuite.

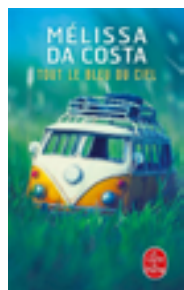
ENGLISH BOOK CLUB

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

To reserve a copy of the book, please register online (see procedure on page 4) or call 514 630-2726, extension 3219.

Admission is free.

LES PROCHAINS TITRES SONT:



Jeudi 15 septembre

TOUT LE BLEU DU CIEL de Mélissa Da Costa

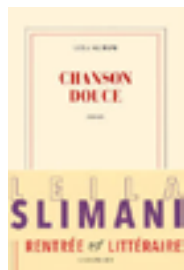
« Petitesannonces.fr : Jeune homme de 26 ans, condamné par un Alzheimer précoce, souhaite prendre le large pour un ultime voyage. Recherche compagnon/compagne d'aventure pour partager avec moi ce dernier périple. » Émile n'a plus beaucoup de temps à vivre. Il a décidé de fuir l'hôpital, la compassion de sa famille et de ses amis. Trois jours plus tard, devant un camping-car acheté secrètement, il retrouve Joanne, une jeune femme coiffée d'un grand chapeau noir qui a pour seul bagage un sac à dos, et qui ne donne aucune explication sur sa présence.



Jeudi 20 octobre

EM de Kim Thuy

Em, c'est le fil qui relie les ouvriers des plantations de caoutchouc et les femmes des salons de manucure aux orphelins de l'opération Babylift, qui a évacué des enfants de Saïgon en 1975. Em, c'est celle qui aime.



Jeudi 17 novembre

CHANSON DOUCE de Leïla Slimani

Lorsque Myriam reprend son activité professionnelle, elle et son mari engagent Louise pour s'occuper de leurs deux enfants. Cette dernière prend bientôt une place excessive dans le foyer. Cette situation conduit la famille à un drame.



Jeudi 15 décembre

LES OUBLIÉS DU DIMANCHE Valérie Perrin

Justine vit avec son cousin et ses grands-parents depuis la mort accidentelle de ses parents. Murés dans le silence, ses grands-parents refusent d'évoquer le passé. Elle se tourne alors vers les résidents de la maison de retraite où elle travaille et écoute leurs souvenirs, surtout ceux d'Hélène, qui dévoilent par morceaux l'histoire d'un amour ayant survécu aux malheurs.

THE NEXT TITLES ARE:



Thursday, September 8

THE MASTERPIECE by Fiona Davis

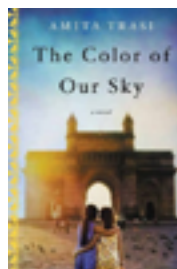
It is 1928, and twenty-five-year-old Clara is teaching at the lauded Grand Central School of Art. She has dreams of creating cover art for Vogue, but not even the prestige of the school can override the public's disdain for a "woman artist." Brash, fiery, confident, and single-minded, Clara is determined to achieve every creative success. But she and her bohemian friends have no idea that they'll soon be blindsided by the looming Great Depression.



Thursday, October 6

THE LOST APOTHECARY by Sarah Penner

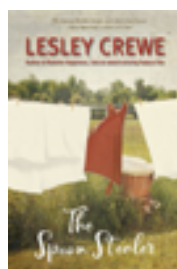
Hidden in the depths of eighteenth-century London, a secret apothecary shop caters to an unusual kind of clientele. Women across the city whisper of a mysterious figure named Nella who sells well-disguised poisons to use against the oppressive men in their lives. But the apothecary's fate is jeopardized when her newest patron, a precocious twelve-year-old, makes a fatal mistake, sparking a string of consequences that echo through the centuries.



Thursday, November 3

THE COLOR OF OUR SKY by Amita Trasi

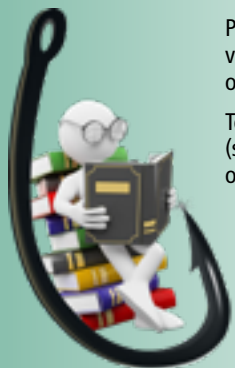
India, 1986: Mukta, a ten-year-old village girl from the lower caste Yellama cult has come of age and must fulfill her destiny of becoming a temple prostitute, as her mother and grandmother did before her. In an attempt to escape her fate, Mukta is sent to be a house girl for an upper-middle class family in Mumbai. There she discovers a friend in Tara, the daughter of the family, who helps her recover from the wounds of her past.



Thursday, December 1

THE SPOON STEALER by Lesley Crewe

Born into a basket of clean sheets - ruining a perfectly good load of laundry - Emmeline never quite fit in on her family's rural Nova Scotian farm. After suffering multiple losses in the First World War, her family became so heavy with grief, toxicity, and mental illness that Emmeline felt their weight smothering her. And so, she fled across the Atlantic and built her life in England.



Pour réserver votre exemplaire du livre du mois, veuillez vous inscrire en ligne (voir modalités en page 4) ou composer le 514 630-2726, poste 3219.

To reserve a copy of the book, please register online (see procedure on page 4) or call 514 630-2726, extension 3219.

Club Mordus de lecture 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 du **PREMIER MERCREDI** du mois 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 :

- 7 septembre, 14h Méli-Mélo
- 5 octobre, 14h Romans policiers
- 2 novembre, 14h Nouvelles québécoises du 21^e siècle
- 7 décembre, 14h Paris – Cité de la lumière

**MAINTENANT
OFFERT EN
FRANÇAIS !**

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

Animated by a Library employee, these monthly sessions are held **every THIRD WEDNESDAY** of the month 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:

- September 21, 2 pm Books with one word in the title
- October 19, 2 pm Historical fiction - The 1970s
- November 16, 2 pm Contemporary French authors
- December 21, 2 pm Books with numbers in the title

INFO: 514 630-2726

Expositions d'art à la Bibliothèque

Art Exhibits at the Library

Bibliothèque (Salle Multimédia)
Library (Multimedia Room)

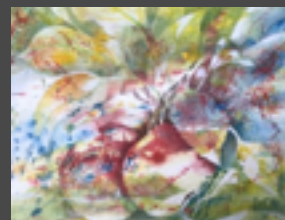
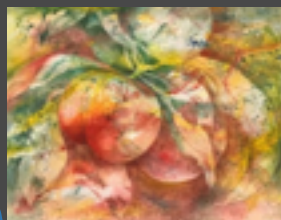
CERCLE DES ARTISTES DU WEST ISLAND

6 septembre au 1^{er} octobre / September 6 to October 1



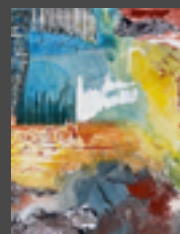
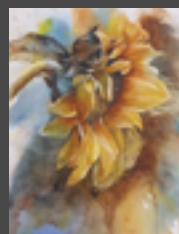
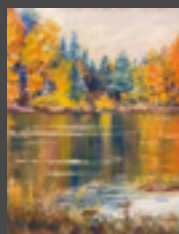
JOSIE RINOLDO: *Rétrospective de la Pomme*

3 au 31 octobre / October 3 to 31



ASSOCIATION DES ARTISTES DE KIRKLAND (KAA) KIRKLAND ARTISTS ASSOCIATION

2 au 30 novembre / November 2 to 30



RENÉE MIZGALA ET SES ÉTUDIANTS / AND STUDENTS

3 décembre au 2 janvier / December 3 to January 2



Conférences à la Bibliothèque Conferences at the Library

INSCRIPTION
EN LIGNE
OBLIGATOIRE
MANDATORY
ONLINE
REGISTRATION



ASTUCES POUR UNE BOÎTE À LUNCH (PRESQUE) PARFAITE

*en anglais avec **Robin Glance**, Diététiste*

MERCREDI 14 septembre – 19h

Planifier des lunchs à la fois nourrissants, qui répondent à la réglementation scolaire et qui sont attrayants pour votre enfant peut paraître une tâche insurmontable!

Si préparer le lunch de votre enfant constitue la plus grande source de stress de votre routine scolaire, cet atelier intime et amusant sur la boîte à lunch pourra certainement apaiser certaines de vos craintes face à la rentrée scolaire !

TIPS FOR AN (ALMOST) PERFECT LUNCH BOX

*In English, with **Robin Glance**, Dietitian*

WEDNESDAY, September 14 - 7 p.m.

Planning lunches that are simultaneously nourishing, comply with school regulations and appeal to your child can seem like an impossible task!

If packing lunches feels like the most stressful part of your school routine, join me for this fun, intimate Lunchbox Workshop, and help ease a few of your back-to-school-jitters!

LES SPLENDEURS DE LA CÔTE-NORD

*en français avec **Alain Benoit***

MERCREDI 12 octobre – 19h

La Côte-Nord s'est rapidement développée dans le dernier siècle grâce à l'exploitation forestière et minière. Au-delà de ses forêts et de ses mines, venez découvrir ses superbes paysages, ses grandes plages de sable et ses charmants petits villages en empruntant la route 138, aussi appelée « la route des baleines ». Nous y retrouverons aussi une multitude de vestiges de son passé récent.

THE SPLENDORS OF CÔTE-NORD

*In French, with **Alain Benoit***

WEDNESDAY, October 12 - 7 p.m.

The Côte-Nord region developed rapidly in the last century thanks to forestry and mining. But beyond forests and mines, come and discover its superb landscapes, large sandy beaches and charming little villages by driving along Route 138, also known as the «Whale Route». There, we will also find an abundance of vestiges from its recent past.



Les conférences à la Bibliothèque sont gratuites,
mais il faut réserver sa place en ligne!

Library conferences are free,
but online reservations are mandatory!

RENCONTRE D'AUTEUR (EN LIGNE)

En français, avec Marc Levy

JEUDI 13 octobre – 19h à 20h30

Dans le cadre de la Semaine des bibliothèques publiques, les Bibliothèques des banlieues de l'Île de Montréal (BBIM) sont fières de présenter une entrevue avec Marc Levy, auteur à succès international, qui discutera de sa carrière et de son plus récent livre, Noa.

IMPORTANT : Les places sont limitées - Pour recevoir le lien menant à la vidéoconférence, vous devez vous inscrire avant 9h le JEUDI 13 octobre.

AUTHOR MEET (ONLINE)

In French, with Marc Levy

THURSDAY, October 13 - 7 to 8:30 pm

As part of Public Library Week, the Libraries of the Island of Montreal (BBIM) are proud to present an interview with Marc Levy, international bestselling author, who will discuss his career and his most recent book, Noa.

IMPORTANT: Places are limited - To receive the link to the videoconference, you must register before 9 a.m. on THURSDAY, October 13.



AU-DELÀ DES STÉRÉOTYPES, LA PARFUMERIE MASCULINE

en français avec Nadia Bédard

MARDI 15 novembre – 19h

Cette conférence vous convie à un rendez-vous où la parfumerie sera présentée comme un terrain de jeu. Au-delà de l'homme ambitieux, fort et viril, le parfum a le pouvoir de vous faire sentir un peu plus vous-même et de faire sens avec votre histoire. N'obéissant pas aux diktats, nous irons même jusqu'à remettre en question cette idée qu'il existe une parfumerie pour homme et pour femme. Les propos seront illustrés par une très belle sélection de parfums qu'il vous sera possible de sentir lors de la conférence.

BEYOND STEREOTYPES, MEN'S PERFUMERY

In French, with Nadia Bédard

TUESDAY, November 15 – 7 p.m.

This conference invites you to an evening where perfumery is presented as a playground. Beyond the ambitious, strong and virile man, perfume has the power to make you feel a little more yourself and to make sense of your history. Overstepping the diktats, we will even go as far as to question the idea that there is a perfumery for men and for women. The talks will be illustrated by a beautiful selection of perfumes that you will be able to smell during the conference.



CRÉEZ ET ATTEIGNEZ AVEC SUCCÈS VOS OBJECTIFS EN MATIÈRE DE BUDGET FINANCIER

*en anglais avec Monica Sourour,
Coach financier*

MARDI 6 décembre – 19h

J'ai travaillé avec des centaines de familles, les coachant et les guidant vers le bonheur budgétaire !
Vivre avec un budget vous donne en fait, beaucoup plus de liberté que vous ne le pensez !!!

CREATE AND SUCCESSFULLY ACHIEVE YOUR FINANCIAL BUDGETING GOALS

*In English, with Monica Sourour,
Money & Budget Coach*

TUESDAY, December 6 – 7 p.m.

I have worked with hundreds of families, coaching and guiding them to budgeting bliss!
Living on a budget actually gives you so much more freedom than you think!!!





PASSION COLORIAGE

À la Bibliothèque

Laissez libre cours à votre créativité les deuxième et quatrième mardis du mois et venez colorier avec nous de 13h30 à 15h30 dans un environnement apaisant avec de la musique relaxante. Tout le matériel est fourni : livres à colorier variés représentant, entre autres, des fleurs, des animaux et des paysages ainsi qu'un grand choix de crayons de couleur.

ACTIVITÉ GRATUITE.

À noter qu'il faut être membre de la Bibliothèque de Kirkland pour participer.
INFO: 514 630-2726

COLORING CRAZE

At the Library

Let your imagination run free on the second and fourth Tuesday of every month and come color with us from 1:30 to 3:30 pm in a quiet and welcoming environment with soothing music. All materials provided: coloring books depicting flowers, animals, landscapes and others, as well as a large selection of pencils, markers and crayons.

FREE ACTIVITY.

Please note that you must be a member of the Kirkland Library to participate.

INSCRIPTION / REGISTRATION / INFO: 514 630-2726 #3205

GRATUIT • FREE

Ouvert à tous / Open to all

LUNDIS CINÉ-CLUB MOVIE MONDAYS

Un film sera présenté à la Bibliothèque de Kirkland le **troisième lundi** de chaque mois à 13h30.

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE POUR RÉSERVER VOTRE PLACE

A movie will be presented at the Kirkland Library on the **third Monday** of each month at 1:30 pm.

REGISTER ONLINE TO RESERVE YOUR SPOT

FILMS À VENIR / UPCOMING MOVIES



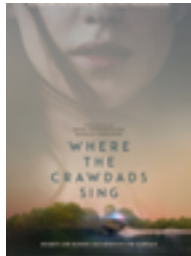
19 septembre
September 19

**Final
Account**
(en anglais / in English)



17 octobre
October 17

**Au revoir
le bonheur**
(en français / in French)



21 novembre
November 21

**Where the
Crawdads Sing**
(en anglais / in English)



19 décembre
December 19

Mal de pierres
(en français / in French)

Activités communautaires Community Activities



VENTE DE GARAGE COMMUNAUTAIRE COMMUNITY GARAGE SALE 10-11 SEPT.



Inscription gratuite • Free Registration

➔ **En ligne / Online :** ville.kirkland.qc.ca

➔ **Par téléphone / By phone :** 514 694-4100 #3158

La liste des adresses participantes sera publiée sur le site internet de la ville la veille de l'événement.
The list of participating addresses will be posted on the Town's website the day before the event.

*Aucun permis requis / No permit required

INFO : ville.kirkland.qc.ca

CLUB DE HOCKEY FÉMININ WESTLAKE

Le Club de Hockey féminin Westlake tiendra une Journée de hockey pour filles le dimanche 21 août pour les joueuses âgées entre 5 à 12 ans à l'aréna de Beaconsfield. Apportez votre équipement complet. Collations et cadeaux sur place!



WESTLAKE GIRLS' HOCKEY

Westlake is hosting a Girls' Hockey Day on Sunday, August 21st at the Beaconsfield Arena for players aged 5 to 12. Bring your full equipment. Snacks and gifts on site!

INFO:

Facebook: **WESTLAKE HOCKEY FÉMININ**
hockeywestlake@gmail.com

CENTRE SOCIAL BENITO ROSSI SOCIAL CENTRE

Événement Portes ouvertes

DIMANCHE 13 novembre 2022 de 14h à 16h

Ne manquez de venir nous rencontrer et découvrir les nombreuses activités et événements sociaux qui s'offrent à vous.

- Snooker
- Fléchettes
- Bingo
- Bridge
- Ping Pong
- Bocce
- Danse en ligne
- Et bien plus encore!

Découvrez le bowling intérieur à tapis court et consultez la liste de nos événements sociaux pour 2023. Nous sommes situés au sous-sol de la Bibliothèque de Kirkland, 17100 boulevard Hymus.

Au plaisir de vous y rencontrer !



Open House Event

SUNDAY, November 13, 2022 from 2 to 4 p.m.

Please join us and discover all the activities and social events available to you.

- Snooker
- Dart
- Bingo
- Bridge
- Ping pong
- Bocce
- Line dancing
- And much more!

Learn about short mat indoor bowling and take a look at our 2023 list of upcoming social activities. We are located in the basement of the Kirkland Library.

See you there!

Rendez-vous des aînés Seniors' Fest



**RÉSERVEZ
VOTRE PLACE**

EN LIGNE
(VOIR MODALITÉS À LA PAGE 4)
OU À LA BIBLIOTHÈQUE
514 630-2726

RESERVE YOUR SPOT

ONLINE
(SEE PROCEDURE ON PAGE 4)
OR AT THE LIBRARY
514 630-2726

Dans le cadre de la Journée nationale des aînés célébrée le 1^{er} octobre, la Bibliothèque de Kirkland propose une série d'activités et de conférences à l'intention des aînés, offertes gratuitement et ouvertes à tous. Tirage de prix de présence parmi les visiteurs !



As part of National Seniors Day celebrated on October 1, the Kirkland Library is offering a series of activities and conferences geared for seniors, offered free of charge and open to the general public. Door prize draws for visitors!

VENDREDI FRIDAY

30
SEPTEMBRE SEPTEMBER



10H / 10 AM

LES CHUTES, ÇA SE PRÉVIENT !

*En français, avec Anne-Marie Gingras,
physiothérapeute*

Venez découvrir comment il est possible d'éviter les chutes et ainsi maintenir votre autonomie et votre qualité de vie le plus longtemps possible. De plus, vous verrez que l'activité physique régulière a non seulement un impact sur votre condition physique, mais également sur vos capacités cognitives.

FALLS ARE PREVENTABLE!

*In French, with Anne-Marie Gingras,
physiotherapist*

Come and discover how it is possible to avoid falls and thus maintain your independence and quality of life for as long as possible. Moreover, you will see that regular physical activity not only impacts your physical condition, but also your cognitive abilities.

13H À 16H / 1 TO 4 PM

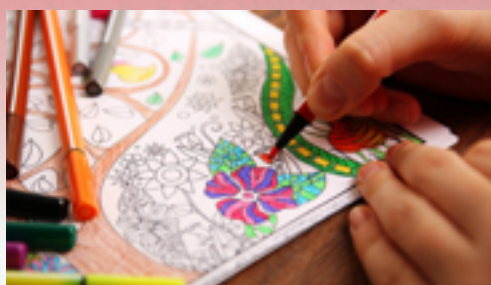
PASSION COLORIAGE EN LIBERTÉ

Salle multimédia

Venez à votre convenance
entre 13h et 16h

Venez essayer cette populaire activité et laissez libre cours à votre créativité sur un fond musical propice à la détente. Tout le matériel est fourni, incluant livres à colorier Mandala et un grand choix de crayons et marqueurs.

Différents documents informatifs sur les services offerts aux aînés seront également disponibles sur place.



COLORING CRAZE FREESTYLE

Multimedia Room

Drop in anytime
between 1 and 4 p.m.

Come and try this popular activity and let your imagination run free on a relaxing musical background. All materials provided, including Mandala coloring books and a large selection of pencils and markers.

Various information documents on services offered to senior citizens will also be available on site.

13H À 16H / 1 TO 4 PM

FEUILLES D'AUTOMNE

Avec Josie Rinoldo Sca Laa

Apportez des feuilles d'arbres de différentes formes pour en faire une magnifique œuvre à l'aquarelle. À la fin de l'atelier, vous repartirez avec votre œuvre d'art et qui sait, avec peut-être aussi une toute nouvelle passion !

Tout le matériel est fourni, sauf les
feuilles d'arbres.



AUTUMN LEAVES

With Josie Rinoldo Sca Laa

Bring different shaped leaves from trees and bushes to make a wonderful project in watercolor. At the end of the workshop, you will leave with your own work of art and who knows, perhaps a new passion!

All the necessary material
is provided, except for tree leaves.



Les journées
de la culture

18H30 / 6:30 PM

RESPECT

Film présenté en anglais

RESPECT

Movie presented in English



SAMEDI SATURDAY

1

OCTOBER OCTOBRE



10H / 10 AM

**LA SÉCURITÉ EN LIGNE :
CLIQUER OU NE PAS CLIQUER ?
RECONNAÎTRE ET SE PROTÉGER
DU HAMEÇONNAGE**

En anglais, avec Alpha Numérique

La fraude en ligne est un phénomène de plus en plus répandu et les aînés ne vivent pas le phénomène de la même façon que les jeunes adultes. Le genre de fraudes dont elles sont victimes est aussi bien différent.

Comment reconnaître une fraude et comment s'en protéger et en protéger son entourage ?

Voilà les questions auxquelles nous répondrons dans cet atelier spécialement adapté aux aînés.

**ONLINE SECURITY:
TO CLICK OR NOT TO CLICK?
RECOGNIZING AND PROTECTING
YOURSELF FROM PHISHING**

In English, with Alpha Numérique

Online fraud is an increasingly important phenomenon and seniors do not experience the phenomenon in the same way as young adults. The types of fraud they are victims of are also very different.

How can you recognize fraud and how can you protect yourself and those around you from it?

These are the questions we will answer in this workshop specially designed for seniors.

11H / 11 AM

**HEURE
DU CONTE AVEC
GRAND-MAMAN
ET GRAND-PAPA**

Cette heure du conte célèbre la relation toute spéciale qui existe entre grands-parents et petits-enfants !

Une activité remplie de belles histoires et de chansons, qui se termine par un bricolage intergénérationnel à rapporter à la maison.

**GRANDMA
AND GRANDPA
STORYTIME**

This story time celebrates that special bond that exists between grandparents and grandchildren!

An activity filled with beautiful stories and songs followed by the making of an intergenerational craft to take home.



Rendez-vous des aînés Seniors' Fest

**RÉSERVEZ
VOTRE PLACE**

EN LIGNE
(VOIR MODALITÉS À LA PAGE 4)
OU À LA BIBLIOTHÈQUE
514 630-2726

RESERVE YOUR SPOT
ONLINE
(SEE PROCEDURE ON PAGE 4)
OR AT THE LIBRARY
514 630-2726

13H À 16H / 1 TO 4 PM

PASSION COLORIAGE EN LIBERTÉ

Salle multimédia

Venez à votre convenance
entre 13h et 16h

Venez essayer cette populaire
activité et laissez libre cours
à votre créativité sur un fond
musical propice à la détente. Tout
le matériel est fourni, incluant
livres à colorier Mandala et
un grand choix de crayons et
marqueurs.

Différents documents informatifs
sur les services offerts aux aînés
seront également disponibles
sur place.

COLORING CRAZE FREESTYLE

Multimedia Room

Drop in anytime between
1 and 4 p.m.

Come and try this popular
activity and let your imagination
run free on a relaxing musical
background. All materials
provided, including Mandala
coloring books and a large
selection of pencils and markers.

Various information documents
on services offered to senior
citizens will also be available
on site.



13H À 16H / 1 TO 4 PM

PAYSAGE À L'ACRYLIQUE

Avec Antoine Cadieux

Venez apprendre les rudiments
de la peinture à l'acrylique dans
un environnement axé sur la
détente et la découverte.

À la fin de l'atelier, vous repartirez
avec votre œuvre d'art et
qui sait, peut-être une toute
nouvelle passion!

*Tout le matériel nécessaire
est fourni.*

ACRYLIC LANDSCAPE

With Antoine Cadieux

Come and learn the joys of acrylic
painting in an environment of
relaxation and discovery.

At the end of the workshop, you
will leave with your own work
of art and who knows, perhaps
a new passion!

*All the necessary material
is provided.*



**Les journées
de la culture**



CONCOURS DE CITROUILLES D'HALLOWEEN HALLOWEEN PUMPKIN CONTEST

Libère ta créativité

Sculpte, découpe et décore ta citrouille, puis apporte-la à la Bibliothèque le VENDREDI 28 octobre avant 21h. Attention ! Les citrouilles soumises avant cette date ne seront pas acceptées !

Les prix seront décernés à **14 h le SAMEDI 29 octobre**, dans chacune des cinq catégories suivantes : 5 ans et moins, 6-8 ans, 9-12 ans, 13-15 ans, 16 ans+ (incluant les adultes).

Unleash your creativity

Carve, sculpt and decorate your pumpkin and bring it to the Library on FRIDAY, October 28, before 9 p.m. Pumpkins submitted prior to this date will not be accepted!

Prizes will be awarded on **Saturday, October 29 at 2 p.m.**, in five different age categories: 5 years and under, 6-8 years, 9-12 years, 13-15 years, 16+ years (including adults).

Halloween sur Glace Halloween On Ice

À l'aréna de Kirkland / At the Kirkland Arena

16950, boulevard Hymus
514 630-2719

Ouvert à tous !
Aucune inscription requise

Le SAMEDI 29 octobre

➔ 19h à 20h15

Le DIMANCHE 30 octobre

➔ 14h à 15h45

Open to all!
No registration required

SATURDAY October 29

➔ 7 to 8:15 pm

SUNDAY October 30

➔ 2 to 3:45 pm

PSSST!

N'OUBLIE PAS TON
DÉGUISEMENT !

DON'T FORGET
YOUR COSTUME!

