


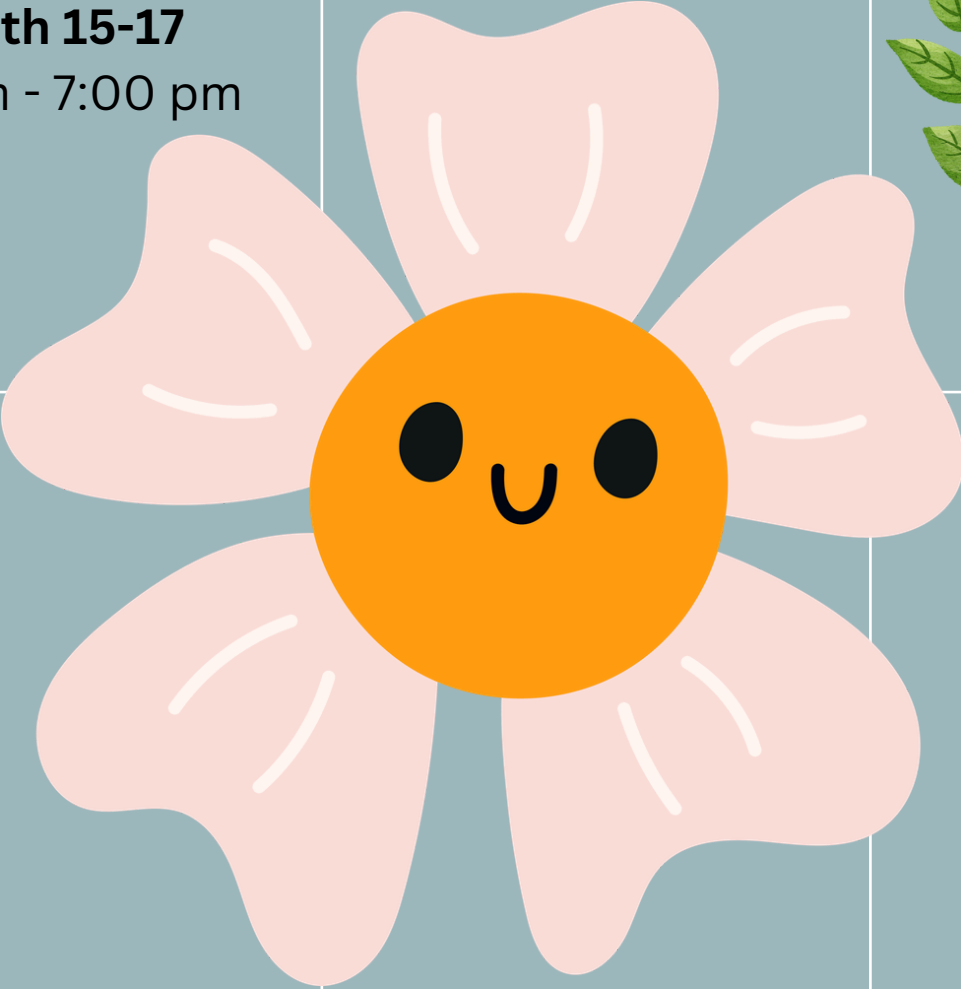
**Western Ottawa Community Resource Centre**  
**Child and Youth Programming Calendar**  
**April - June 2026**

**Centre de ressources communautaires d'Ottawa Ouest**  
**Programmes pour enfants et jeunes**  
**avril- juin 2026**

*Western Ottawa*  
**Community  
Resource Centre**



**Centre de ressources  
communautaires**  
*d'Ottawa ouest*

Location / Lieu	MON-LUN	TUES-MAR	WED-MER	THUR-JEU	FRI-VEN	SAT-SAM
<p><b>Kanata</b> Lion Dick Brûlé Community Centre (170 Castlefrank Rd)</p>	<p><b>Mellow Mondays</b> <b>Youth 12-17</b> 6:00 pm - 8:00 pm</p>	<p><b>Role Play Game Nights</b> <b>Youth 12-17</b> 5:30pm-7:30pm <b>Dates: May 19 - July 21</b></p>	<p><b>Queerios Jr. Drop-In</b> <b>Youth 12-14</b> 5:00 pm - 7:00 pm</p>	<p><b>Queerios Drop-In</b> <b>Youth 15-17</b> 5:00 pm - 7:00 pm</p>		
<p><b>Richmond</b> South Carleton High School (3673 McBean St)</p>		<p><b>HOPE Club</b> <b>Students</b> 10:45 am - 11:35 am <b>Start Date: February 10</b></p>				

## Mellow Mondays



Mellow Mondays is a regularly occurring, structured program for youth ages 12-17. The goal of the program is to use recreational activities to teach youth how to create and maintain healthy life patterns. This will be a soothing space that is inclusive to all people, especially those who prefer low-stimulation environments. Youth will be able to make new friends and engage with a variety of activities while also being able to get support for their own ongoing mental health supports. The activities will be on a rotating schedule with the activity changing every four weeks. The activities in this program focus on creative outlets for youth that can help them create/ maintain healthy life skills.

Mellow Mondays est un programme structuré et régulier destiné aux jeunes de 12 à 17 ans. L'objectif est d'apprendre aux jeunes, par le biais d'activités récréatives, à adopter et à maintenir des habitudes de vie saines. Ce sera un espace apaisant et inclusif pour tous, en particulier ceux qui privilégient les environnements peu stimulants. Les jeunes pourront se faire de nouveaux amis et participer à diverses activités, tout en bénéficiant d'un soutien continu en matière de santé mentale. Les activités seront proposées selon un calendrier rotatif, toutes les quatre semaines. Elles privilégient les activités créatives pour les jeunes, les aidant à développer et à maintenir des compétences de vie saines.

## Role Play Game Nights Program Dates: May 19- July 21

Role-playing Game Night is a program for ages 12 - 17. In this 10-week program, youth will participate in a story-based game where participants will create and develop their own characters, participate in the story/scenarios while meeting new friends along the way. The participants will be able to choose the adventure the first night of program. This is a registered program with a max of 12 youth participants. Registration is on a first come first serve basis, so to ensure that you get a spot, please register as soon as possible

To register as a new member or to join the group, please contact:  
youth@wocrc.ca

Soirée de jeux de rôle est un programme pour les jeunes de 12 à 17 ans. Dans ce programme de 8 semaines, les jeunes participeront à un jeu basé sur une histoire où les participants créeront et développeront leurs propres personnages, participeront aux scénarios de l'histoire tout en rencontrant de nouveaux amis en cours de route. Les participants pourront choisir l'aventure le premier soir du programme. Il s'agit d'un programme enregistré avec un maximum de 12 jeunes participants. L'inscription se fait selon le principe du premier venu, premier servi, donc pour vous assurer d'avoir une place, veuillez vous inscrire dès que possible.

Pour vous inscrire en tant que nouveau membre ou pour rejoindre le groupe, veuillez contacter : youth@wocrc.ca





## Queerios Jr. (12 to 14).

Queerios Jr. is a supportive drop-in program intentionally designed for 2SLGBTQIA+ youth aged 12 – 14 years old. This semi-structured program will offer a collaborative environment for all youth to engage with an activity based on the monthly theme while simultaneously creating an authentic space where friendship and connection can be fostered. When attending the group, youth can expect to make new friendships, enjoy some snacks, have some fun, and maybe learn something along the way! Examples of activity themes include but are not limited to music, crafting, outdoors, mindfulness, and other mental health related topics. We warmly welcome all youth who identify as 2SLGBTQIA+, non-binary, and allies to participate!

Queerios Jr. est un programme d'accueil et de soutien spécialement conçu pour les jeunes 2SLGBTQIA+ âgés de 12 à 14 ans. Ce programme semi-structuré offre un environnement collaboratif où tous les jeunes peuvent participer à une activité basée sur le thème du mois, tout en créant un espace authentique propice à l'amitié et aux liens sociaux. En participant au groupe, les jeunes peuvent s'attendre à se faire de nouveaux amis, à déguster des collations, à s'amuser et peut-être même à apprendre quelque chose en cours de route ! Les thèmes des activités comprennent, entre autres, la musique, l'artisanat, les activités de plein air, la pleine conscience et d'autres sujets liés à la santé mentale. Nous invitons chaleureusement tous les jeunes qui s'identifient comme 2SLGBTQIA+, non binaires et alliés à participer !



## Queerios (15 to 17).



Queerios is a supportive drop-in program intentionally designed for 2SLGBTQIA+ youth aged 15 – 17 years old. This semi-structured program will offer a collaborative environment for all youth to engage in an activity based on the monthly theme while simultaneously creating an authentic space where youth are able to meet other friends in the Queer community and allies of the community. When attending the group, youth can expect to make new friendships, have some fun, eat some snacks, and maybe learn something along the way! Some of the themes that will be covered in program include but are not limited to music, crafting, outdoors, mindfulness, and other mental health related topics. We warmly welcome all youth who identify as 2SLGBTQIA+, non-binary, and allies to participate!

Queerios est un programme d'accueil sans inscription, conçu spécifiquement pour les jeunes 2SLGBTQIA+ de 15 à 17 ans. Ce programme semi-structuré offre un cadre collaboratif où tous les jeunes peuvent participer à une activité autour d'un thème mensuel, tout en créant un espace authentique où ils peuvent rencontrer d'autres personnes de la communauté LGBTQIA+ et leurs alliés. En participant au groupe, les jeunes peuvent s'attendre à se faire de nouvelles amitiés, s'amuser, grignoter et peut-être même apprendre quelque chose ! Parmi les thèmes abordés, on retrouve notamment la musique, les activités manuelles, les activités de plein air, la pleine conscience et d'autres sujets liés au bien-être mental. Nous accueillons chaleureusement tous les jeunes 2SLGBTQIA+, non binaires et leurs alliés !

## HOPE Club

### **Program Dates: February 10-June 9**

Hope Club at South Carleton High School will help youth to create leadership opportunities while building life skills at lunch through weekly gatherings. Participants will take part in supporting their school community by planning and implementing small initiatives. Other benefits of Hope Club include skill building workshops, peer to peer connections and lots of snacks!

This program is only available to students of the school.

Le Hope Club de l'école secondaire South Carleton aidera les jeunes à créer des occasions de leadership tout en acquérant des compétences pratiques lors de réunions hebdomadaires à l'heure du dîner. Les participants contribueront à soutenir leur communauté scolaire en planifiant et en mettant en œuvre de petites initiatives. Le Hope Club offre également d'autres avantages, notamment des ateliers de développement des compétences, des rencontres entre pairs et de nombreuses collations !  
Ce programme est réservé aux élèves de l'école.

