

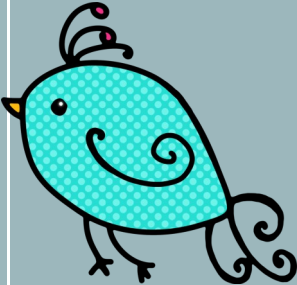
Western Ottawa Community Resource Centre Youth Programs

April 2024 – June 2024

Centre de ressources communautaires d'Ottawa Ouest

Programmes pour jeunesse et adolescents



Location / Lieu	MON-LUN	TUES-MAR	WED-MER	THUR-JEU	FRI-VEN	SAT-SAM
Kanata Lion Dick Brule Community Centre (170 Castlefrank Rd)	The Zone Drop In Youth 12-17 5:00pm-8:00pm	Table Top Game: Into the Mine Jeux de rôle: Dans la mine 5:00pm-7:00pm		Queerios Drop In Youth 12-17 5:00pm-8:00pm		
Carp Huntley Centennial Public School (118 Langstaff Dr)			Get Movin' Huntley Centennial Students 2:30pm-5:00pm Start date: Apr 17 débute: Avril 17			
Stittsville Fredrick Banting Alternative Program (1453 Stittsville Main St)		Healthy Relationships Fredrick Banting Students 11:50am—1:00pm Start date: Apr 30 débute: Avril 30				

Program Descriptions / Descriptions de programmes

The Zone Kanata (Drop in)

The Zone is a supportive, counsellor-facilitated positive mental health drop-in program for youth 12-17 with a focus on social activities, skill-building, and connecting youth to resources in their community. We have therapeutic activities including art, sports, and games that focus on positive coping skills and facilitate healthy relationships. On-site counselling is available to all youth. Dinner served weekly. The program runs Monday from 5-8 pm.

This program is available in English only. For similar services in French, please visit the Youth Services Bureau or call 613-729-1000.

La ZONE est un programme de halte d'accueil, animé par un conseiller, offrant un soutien aux jeunes de 12 à 18 ans et favorisant une bonne santé mentale, qui privilégie les activités sociales, le renforcement des compétences et la mise en relation des jeunes avec les ressources de leur collectivité. Il offre des activités thérapeutiques, notamment artistiques, sportives et ludiques, favorisant l'acquisition et le renforcement de solides compétences d'adaptation et facilitant la mise en place et la consolidation de relations saines. Du counseling est offert sur place à tous les jeunes. Un repas est offert chaque semaine. Le programme a lieu le lundi de 17 h à 20 h.

Ce programme est offert en anglais seulement. Si vous souhaitez recevoir des services en français, veuillez communiquer avec le Bureau des services à la jeunesse ou appelez 613 729-1000

Queerios (Drop in)

Queerios is a drop-in program for youth 12-17 who identify as LGBTQ+. Like The Zone, it has a focus on social activities, positive mental health, skill-building, and connecting youth to resources in their community. On-site counselling is available to all youth. Activities include art, sports, and games, as well as dinner served weekly. The program runs Thursday from 5-8 pm.

This program is available in English only. For similar services in French, please visit the Youth Services Bureau or call 613-729-1000.

La halte d'accueil Queerios est un programme pour les jeunes de 12 à 17 ans qui s'identifient comme LGBTQ+. Comme la ZONE, elle met l'accent sur les activités sociales, une santé mentale positive, l'acquisition de compétences et la mise en relation des jeunes avec les ressources disponibles dans leur collectivité. Du counseling est offert sur place à tous les jeunes. Les activités proposées sont notamment artistiques, sportives et ludiques et un repas est offert chaque semaine. Le programme se déroule le jeudi de 17 h à 20 h.

Ce programme est offert en anglais seulement. Si vous souhaitez recevoir des services en français, veuillez communiquer avec le Bureau des services à la jeunesse ou appelez 613 729-1000

Program Descriptions / Descriptions de programmes

Healthy Relationships Program

The Healthy Relationships program is a free, psycho-educational based program that will discuss how to protect an individual's mental health and navigate the building of healthy relationships. The goal of this program is to provide youth a safe space to explore their own mental health and relationship concerns. The educational aspect will help youth identify patterns of concern and implement appropriate interventions to aid them in the moment. This program is for students who attend Frederick Banting Secondary Alternative Program.

To register as a new member or to join the group please register by contacting: Youth@wocrc.ca

This program is available in English only. For similar services in French, please visit the Youth Services Bureau or call 613-729-1000

Please note that this program ends on June 18 2024

Le programme Relations saines est un programme psychoéducatif gratuit qui expliquera comment protéger la santé mentale d'un individu et naviguer dans l'établissement de relations saines. L'objectif de ce programme est d'offrir aux jeunes un espace sécuritaire pour explorer leur santé mentale et leurs problèmes relationnels. L'aspect éducatif aidera les jeunes à identifier les modèles de préoccupation et à mettre en œuvre des interventions appropriées pour les aider sur le moment. Ce programme s'adresse aux étudiants qui fréquentent le programme secondaire alternatif Frederick Banting.

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

Ce programme est offert en anglais seulement. Si vous souhaitez recevoir des services en français, veuillez communiquer avec le Bureau des services à la jeunesse ou appelez 613 729-1000

Get Movin' Huntley Centennial

Get Movin' is a free after-school program that aims to embrace the positive atmosphere that physical activity can create for children and youth ages 9 – 12 in our rural areas. The goal of our program is to provide an inclusive, collaborative environment focused on play and learning. We will be providing healthy snacks for children attending our program. This program is for students who attend Huntley Centennial Public School.

To register as a new member or to join the group please register by contacting: Youth@wocrc.ca

This program is available in English only. For similar services in French, please visit the Youth Services Bureau or call 613-729-1000

Please note that this program ends on June 26 2024

« Bougeons » est un programme parascolaire gratuit qui vise à créer l'atmosphère positive que l'activité physique peut créer pour les enfants et les jeunes âgés de 9 à 12 ans dans nos zones rurales. L'objectif de notre programme est de fournir un environnement inclusif et collaboratif axé sur le jeu et l'apprentissage. Nous fournirons des collations saines aux enfants participant à notre programme. Ce programme s'adresse aux élèves qui fréquentent l'école élémentaire Huntley.

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

Ce programme est offert en anglais seulement. Si vous souhaitez recevoir des services en français, veuillez communiquer avec le Bureau des services à la jeunesse ou appelez 613 729-1000

Ce programme terminera le 26 juin 2024

Program Descriptions / Descriptions de programmes

Table Top Game: Into the Mine

D&D: Into the Mine is a structured role playing campaign for youth ages 12 to 17. This program is for youth who have experience playing D&D or are very new to this world of adventure. In this program, youth will participate in a story based game, the youth will get to make their own characters, participate in the story/combat, and make new friendships along the way.

Youth are more than welcome to bring their own dice, we will also have dice that youth are more than welcome to use. We will also be providing snacks for participants. This program will be running on Tuesday evenings.

This is a structured program with a max of 12 youth that are able to sign up for this group at a time. Registration is on a first come first serve basis, to ensure you get a spot please fill out a registration form as soon as possible

To register as a new member or to join the group please register by contacting: Youth@wocrc.ca

This program is available in English only. For similar services in French, please visit the Youth Services Bureau or call 613-729-1000

Please note that this program ends on April 30 2024

Jeux de rôle: Dans la mine

D&D: Dans la mine est une campagne de jeu de rôle structurée destinée aux jeunes, âgés de 12 à 17 ans, Ce programme s'adresse aux jeunes qui ont de l'expérience en jouant à D&D ou qui sont très nouveaux dans ce monde d'aventure. Dans ce programme, les jeunes participeront à un jeu basé sur une histoire; ils pourront créer leurs propres personnages, participer à l'histoire, aux combats et nouer de nouvelles amitiés en cours de route.

Les jeunes peuvent apporter leurs propres dés. Nous fournirons aussi des dés que les jeunes pourront utiliser. Nous offrirons également des collations aux participants. Ce programme se déroulera le mardi soir.

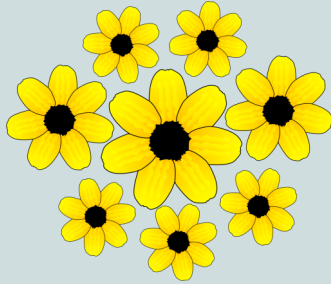
Il s'agit d'un programme structuré avec un maximum de 12 jeunes pouvant s'inscrire à ce groupe à la fois. Les participants seront inscrits en ordre de demandes, pour vous assurer d'avoir une place, veuillez remplir un formulaire d'inscription dès que possible.

Pour vous inscrire en tant que nouveau membre ou pour vous joindre à nous, veuillez vous inscrire en contactant: youth@wocrc.ca

Ce programme est offert en anglais seulement. Pour des services semblables en français, veuillez visiter le Bureau des services à la jeunesse ou appeler au 613-729-1000.

Ce programme terminera le 30 avril 2024

Program Descriptions / Descriptions de programmes



To keep up-to-date, please check out the program information at:

[Youth \(12-17 years\) – Western Ottawa Community Resource Centre \(wocrc.ca\)](#)

Pour vous tenir au courant, veuillez consulter les informations sur le programme à l'adresse suivante :

[Archives des Jeunes de 12 à 17 ans - Centre de ressources communautaires d'Ottawa ouest \(wocrc.ca\)](#)

To register for a Drop-in Program: You can register for any drop in program by emailing youth@wocrc.ca or by simply showing up at the program and filling out a registration form once you arrive. There is no need to preregister.

All Other Programs: To register for our non drop in programs, you must email youth@wocrc.ca. Some programs may have capacity limits.

Have questions about the programs? Email youth@wocrc.ca or give us a call at **613-591-3686 x261**

Les programmes sans rendez-vous : Vous pouvez vous inscrire à n'importe quel programme haltes- accueil en envoyant un courriel à youth@wocrc.ca ou en vous présentant simplement au programme et en remplissant un formulaire d'inscription une fois arrivé. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire au préalable.

Tous les autres programmes : Pour vous inscrire à nos programmes qui ne sont pas haltes-accueil, vous devez envoyer un courriel à youth@wocrc.ca. Certains programmes peuvent avoir des limites de capacité.

Des questions sur les programmes ? Envoyez un courriel à youth@wocrc.ca ou appelez-nous au **613-591-3686 poste 261**.