Le LORETTain
JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

Mot du maire

Madame, Monsieur,

Votre conseil municipal joint sa voix à plus de 250 municipalités du Québec en soutien à la Société canadienne du cancer en décrétant le mois d'avril Mois de la Jonquille.

À l'occasion du Mois de la Jonquille, la population est invitée à poser un geste spécial pour les personnes touchées par le cancer ou à contribuer d'une manière ou d'une autre à la lutte contre cette maladie, maladie qui constitue la principale cause de mortalité au Québec.

Grâce à des milliers de Québécois, donateurs et bénévoles, la Société canadienne du cancer lutte pour prévenir plus de cancers, permettre aux chercheurs de faire plus de découvertes et aider plus de personnes touchées par la maladie.

Chaque année, en cette période, la jonquille devient donc un emblème d'espoir. L'espoir qu'en unissant nos forces, nous permettrons de sauver encore plus de vies.

Nous vous invitons maintenant à joindre votre voix à la nôtre pour faire rayonner cet espoir. Ensemble, par de simples gestes, nous pouvons y arriver.

Le maire,

Émile Loranger, ing.

HORAIRE DE PÂQUES

Vendredi 3 avril au lundi 6 avril 2015

Collectes
Il n'y a aucun changement à l'horaire des collectes. La collecte des ordures prévue le vendredi 3 avril et la collecte des encombrants (monstres) prévue le lundi 6 avril sont maintenues.

Hôtel de ville
Les bureaux administratifs seront fermés du 3 au 6 avril.

Travaux publics
Les bureaux administratifs seront fermés du 3 au 6 avril. Pour toute urgence, communiquez avec nous au 418 872-8450.

Aquagym Élise-Marcotte
L'Aquagym sera ouvert du 3 au 6 avril, selon un horaire spécial.
Détails en page 12.

Bibliothèque Marie-Victorin
La bibliothèque sera ouverte les 3 et 4 avril et sera fermée les 5 et 6 avril.

Maison de la culture
La Maison de la culture sera fermée du 3 au 6 avril.

AVIS
Certaines périodes de bains libres sont réservées aux citoyens de L'Ancienne-Lorette.
Détails en page 12.

PVE L'Ancienne-Lorette 418 872-9811

Début des inscriptions le 1er avril

Page 13

PROGRAMMATION DES LOISIRS

Inscription jusqu'au 3 avril

Pages 14 à 21

SORTIES EN FAMILLE

Une foule d'activités culturelles gratuites!

Page 22

PROCHAINE SÉANCE DU CONSEIL

Mardi 28 avril, 20 h

Service des loisirs

Avis important

Les périodes identifiées en rouge sont réservées aux citoyens de L'Ancienne-Lorette. Pour y avoir accès, les citoyens doivent obligatoirement présenter une **preuve de résidence avec photo**.
Une preuve de résidence par famille (2 adultes et leurs enfants). D'autres périodes peuvent s'ajouter.

Aquagym
Élise Marcotte
L'Ancienne-Lorette

HORAIRE DES BAINS LIBRES

HORAIRE SUJET À CHANGEMENT SANS PRÉAVIS.
CONSULTEZ LE SITE INTERNET AU WWW.LANCIENNE-LORETTE.ORG.

Bain pour tous : enfants de 8 ans et moins accompagnés dans l'eau d'une personne responsable de 13 ans et +
Bain pour tous : réservé aux citoyens de L'Ancienne-Lorette
Bain en longueur : 13 ans et +
Bain familial : bassin récréatif seulement, enfants accompagnés d'un adulte
Bain 50 ans et + : 50 ans et +

- **GRATUIT** pour tous
- Bonnet de bain obligatoire
- Aide flottante pour enfants non disponible (apportez la vôtre)

INFORMATION
418 614-1907

Horaire spécial de Pâques – 3 au 6 avril 2015

Vendredi 3 avril	Samedi 4 avril	Dimanche 5 avril	Lundi 6 avril
12 h 15 à 14 h 00 Bain pour tous			12 h 15 à 14 h 00 Bain pour tous
	14 h 15 à 15 h 30 Bain pour tous	14 h 15 à 15 h 10 Bain 50 ans et +	
19 h 15 à 20 h 25 Bain pour tous	15 h 40 à 16 h 45 Bain en longueur	15 h 15 à 16 h 25 Bain pour tous	19 h 15 à 20 h 25 Bain pour tous
20 h 35 à 21 h 45 Bain en longueur			20 h 35 à 21 h 45 Bain en longueur

12 janvier au 19 avril 2015

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					14 h 15 à 15 h 30 Bain pour tous	14 h 15 à 15 h 10 Bain 50 ans et +
12 h 15 à 13 h 15 Bain pour tous	12 h 15 à 13 h 15 Bain en longueur	12 h 15 à 13 h 15 Bain pour tous	12 h 15 à 13 h 15 Bain en longueur	12 h 15 à 13 h 15 Bain pour tous	15 h 40 à 16 h 45 Bain en longueur	15 h 15 à 16 h 25 Bain pour tous
	16 h 30 à 17 h 25 Bain familial		16 h 30 à 17 h 25 Bain familial	19 h 15 à 20 h 25 Bain pour tous	19 h 15 à 20 h 50 Bain pour tous	19 h 00 à 20 h 00 Bain pour tous
20 h 35 à 21 h 45 Bain en longueur		20 h 35 à 21 h 45 Bain en longueur		20 h 35 à 21 h 45 Bain en longueur		20 h 10 à 21 h 20 Bain en longueur

Service des loisirs

Le printemps se pointe enfin le bout du nez! La nature s'éveille, les jours allongent et un regain d'énergie se fait sentir. Sortez jouer dehors!

Parcs et aires de jeux

C'est le temps de profiter des installations qui étaient enfouies sous la neige! De nombreux modules de jeux agrémentent les parcs de L'Ancienne-Lorette.

Randonnée pédestre

Le parc de la Rivière abrite un magnifique réseau de sentiers vous permettant de profiter du grand air!

Accessibles en tout temps et gratuitement, les sentiers sont minutieusement entretenus pour que vous puissiez en profiter au maximum.

Bicyclette et patin à roues alignées

Sortez vos vélos ou chaussez vos patins et empruntez l'une des deux pistes cyclables qui sillonnent la Ville.

Service des loisirs

PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ 2015

Ville de L'Ancienne-Lorette

29 juin au 21 août

Un été mémorable!

Notre Programme Vacances-Été propose aux jeunes de 5 à 12 ans des vacances estivales amusantes, dans un environnement stimulant et sécuritaire!

Notre équipe dynamique et expérimentée offre une animation de qualité et un encadrement sécuritaire à travers un programme palpitant et enrichissant qui combine activités culturelles, sportives, plein air, sorties et activités spéciales!

Inscription dès le 1er avril!

Inscription

Période d'inscription : 1er avril au 22 mai

Modalités d'inscription : Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, au **www.lancienne-lorette.org**. Des formulaires papier sont également disponibles à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette, situé au 1575, rue Turmel.

Confirmation d'inscription : Les confirmations d'inscription seront retournées par la poste ou par courrier électronique au cours du mois de juin. À moins d'une circonstance exceptionnelle, aucune modification d'inscription ne sera acceptée une fois les confirmations émises.

Durée, horaire et lieu du camp de jour

NOUVEAU! **Le camp de jour débute maintenant le 29 juin et se termine le 21 août.**

Le service de garde des écoles est disponible durant la semaine du 22 juin et durant la semaine du 24 août.

Durée : Pour le plus grand plaisir de tous, l'été est prolongé d'une semaine!

Le Programme Vacances-Été est d'une durée de **8 semaines, du 29 juin au 21 août.**

Aucune sortie n'est organisée durant la 8e semaine.

Horaire : Lundi au vendredi, de 9 h à 16 h

Lieu :

Semaines 1 à 7 (29 juin au 14 août) : Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (1801, rue Notre-Dame)

Semaine 8 (17 au 21 août) : École des Hauts-Clochers – Pavillon Saint-Charles (1350, rue Saint-Charles)

Service de garde

Pour vous faciliter la vie, un service de garde est offert gratuitement en matinée et en fin de journée, du lundi au vendredi.

Matin : 7 h à 9 h

Après-midi : 16 h à 18 h

Tarification

Programme Vacances-Été : Le camp de jour est offert pour tout l'été ou à la semaine.

Résident : 59 $ par semaine

Non-résident : 100 $ par semaine

La priorité est accordée aux résidents de la Ville de L'Ancienne-Lorette. Les non-résidents peuvent s'inscrire à compter du 1er juin, à condition que des places soient disponibles.

Service de garde : Le service de garde est gratuit.

Pénalité de 10 $ par famille, par tranche de 15 minutes, pour tout retard après 18 h.

Chandail : Vendu au coût de **10 $**, le chandail est **obligatoire** afin de permettre une identification rapide des jeunes lors des sorties. Des échantillons sont disponibles à l'hôtel de ville pour essayage.

Modalités de paiement

Trois façons de payer :

1. Via le site de transactions en ligne de votre institution financière (Desjardins ou Banque Nationale), en ajoutant le fournisseur «Ancienne- Lorette – Loisirs» et en indiquant le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne.

Applicable pour les inscriptions en ligne seulement.

2. Par la poste, en expédiant un chèque au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5. Le chèque doit être daté du jour de l'inscription, effectué à l'ordre de la Ville de L'Ancienne-Lorette et doit contenir le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne ou le nom de votre enfant.

3. En personne, à l'hôtel de ville, au 1575, rue Turmel. Vous pouvez payer en argent, par paiement direct ou par chèque.

Versements : Il est possible de payer en **deux versements** si le **coût total est supérieur à 100 $.**

1er versement : le jour de l'inscription

2e versement : au plus tard le 22 mai

Date limite : Tous les frais d'inscription doivent être acquittés au plus tard le 22 mai.

Modalités de remboursement

Aucun remboursement ne sera accordé après le début du camp de jour, sauf en cas de force majeure (blessure, maladie ou déménagement). Dans ce cas, une demande écrite devra être adressée à l'attention du directeur du Service des loisirs au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5.

Aucune demande de remboursement ne sera acceptée après le 21 août 2015.

Information

Tous les renseignements importants relatifs au Programme Vacances-Été sont regroupés dans le ***Document d'information aux parents***, disponible dans le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, au **www.lancienne-lorette.org**.

Des documents en version papier sont disponibles à l'hôtel de ville, à la bibliothèque Marie-Victorin et à l'Aquagym.

Pour toute question, nous vous invitons à communiquer avec nous aux coordonnées ci-dessous.

Programme Vacances-Été
418 614-1907, poste 222

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

PROGRAMME D'ASPIRANT MONITEUR

6 juillet au 14 août

Offert par le Programme Vacances-Été, le Programme d'aspirant moniteur offre la chance aux jeunes de 13 à 15 ans de découvrir l'univers de l'animation de groupe!

Description du programme

Durant 6 semaines, les aspirants moniteurs seront amenés à découvrir et à exploiter leur talent en animation au moyen d'ateliers de formation, de projets spéciaux et de stages au sein d'un groupe. Le programme sera supervisé en tout temps par un responsable du camp.

Apprenez le travail d'animateur tout en vous amusant!

Admissibilité

Pour être admissibles au Programme d'aspirant moniteur, les jeunes doivent être **âgés entre 13 et 15 ans au 29 juin 2015.**

Aucune expérience d'animation n'est requise. Cependant, les participants au Programme d'aspirant moniteur doivent répondre aux critères suivants :

- Démontrer une grande motivation à participer au programme;
- Avoir le désir de s'impliquer à 100 % dans la formation;
- Être créatifs, responsables et ne pas avoir peur du ridicule.

Inscription

Période d'inscription : 7 au 10 avril

Modalités d'inscription : Les inscriptions se font en personne, à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette, situé au 1575, rue Turmel. Un formulaire devra être rempli sur place.

Confirmation d'inscription : En raison du contingentement du programme, une sélection sera effectuée parmi toutes les inscriptions reçues. Les candidats retenus recevront une confirmation par téléphone d'ici la fin avril.

Durée, horaire et lieu

Durée : 6 semaines, du 6 juillet au 14 août

Horaire : Lundi au vendredi, de 9 h à 16 h

Lieu : Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (1801, rue Notre-Dame)

Tarification

Le Programme d'aspirant moniteur est **gratuit**. Les aspirants moniteurs ne sont pas rémunérés.

Contenu du programme

NIVEAU 1 – Axé sur les besoins et caractéristiques de l'enfant
Aucun préalable

NIVEAU 2 – Axé sur le monde de l'animation dans les groupes d'enfants
Préalable : Niveau 1

NIVEAU 3 – Axé sur l'animation et stage dans un groupe régulier
Préalable : Niveau 2

Les formations porteront sur les sujets suivants :

- L'enfant et ses caractéristiques;
- Le jeu sous toutes ses formes;
- La qualité d'une bonne planification;
- L'animation;
- Les interventions à faire auprès des enfants;
- Le travail d'équipe;
- Le fonctionnement général d'un camp et l'aspect sécuritaire de celui-ci.

Information

418 614-1907, poste 222

Service des loisirs

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS DE LOISIRS

SESSION DE PRINTEMPS 2015

Des activités pour toute la famille!

La Ville de L'Ancienne-Lorette propose une large gamme d'activités pour tous les goûts et pour tous les groupes d'âge.

Choisissez parmi une variété d'activités sportives, culturelles et aquatiques!

NOUVEAUTÉS
Aquaforme mixte
Cardio plein air
Course à pied

Inscription jusqu'au 3 avril!

Dates importantes

Début de la période d'inscription	11 mars à 8 h 30
Fin de la période d'inscription	3 avril à 16 h 30
Confirmation d'inscription	Au plus tard le 14 avril
Début de la session	Semaine du 20 avril

Inscription

Période d'inscription : 11 mars à 8 h 30 au 3 avril à 16 h 30

Modalités d'inscription : Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, au **www.lancienne-lorette.org**. Des formulaires papier sont également disponibles à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette, situé au 1575, rue Turmel. Aucune inscription par téléphone.

Attention! **Pour les activités suivantes, les modalités d'inscription et de paiement sont différentes :**

- **Baseball :** Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de l'Association de baseball de Val-Bélair/L'Ancienne-Lorette, au **www.vbal.qc.ca**.
- **Soccer :** Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de l'Association de soccer du Mistral Laurentien, au **www.mistrallaurentien.com**.
- **Temps-Danse** : Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, au **www.lancienne-lorette.org,** en remplissant le **formulaire identifié Temps-Danse**. Le chèque doit être effectué à l'ordre de Temps-Danse et être posté à l'adresse précisée sur le formulaire.
- **Tennis** : Les inscriptions se font par Internet, sur le site Internet du Club de tennis de L'Ancienne-Lorette, au **www.tennis-anc-lorette.com**.

Confirmation d'inscription : Les confirmations d'inscription seront retournées par la poste ou par courrier électronique **au plus tard le 14 avril**. Les participants qui désirent recevoir leur confirmation d'inscription par courriel doivent indiquer leur adresse courriel sur le formulaire. À moins d'une circonstance exceptionnelle, aucune modification d'inscription ne sera acceptée une fois les confirmations émises.

***Important*! La confirmation d'inscription – qu'elle soit transmise par courriel ou par la poste – constitue le reçu officiel pour la production de la déclaration de revenus. Ce document doit être conservé précieusement pour les rapports d'impôts puisqu'aucun autre document ne sera émis.**

Durée de la session et locaux des activités

Durée

Les activités de la session de printemps durent 8 semaines et débutent au cours de la semaine du 20 avril (sauf exceptions).

Locaux

Bibliothèque Marie-Victorin (sous-sol)
1635, rue Notre-Dame

La Hutte (parc de la Rivière)
1307, rue des Loisirs Est

École Le Ruisselet
1745, rue Saint-Olivier

Polyvalente de L'Ancienne-Lorette
1801, rue Notre-Dame

École des Hauts-Clochers-Pavillon Notre-Dame
1591, rue Notre-Dame

Complexe sportif multidisciplinaire
1311, rue des Loisirs Est

Centre communautaire 1
(Chevaliers de Colomb)
1302, rue des Loisirs Est

Aquagym
1317, rue des Loisirs Est

Tarification

Non-résidents : En vertu de la politique de tarification de la Ville de L'Ancienne-Lorette, les non-résidents doivent débourser un montant additionnel de 50 % sur le coût d'inscription. Les non-résidents de 65 ans et plus ont droit à une réduction de 10 % sur le coût majoré de 50 %.

En raison du nombre de places limité, la priorité est accordée aux résidents de la Ville de L'Ancienne-Lorette.

Résidents de Saint-Augustin-de-Desmaures : En raison d'une entente particulière, les résidents de Saint-Augustin-de-Desmaures ne sont pas assujettis à la tarification additionnelle. Cette politique s'applique également aux activités offertes par les organismes.

Aînés (résidents seulement) : Les résidents de 65 ans et plus bénéficient d'une réduction de 50 % sur le coût d'inscription.

Modalités de paiement

Trois façons de payer :

1. **Via le site de transactions en ligne de votre institution financière** (Desjardins ou Banque Nationale), en ajoutant le fournisseur «Ancienne- Lorette – Loisirs» et en indiquant le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne. Applicable pour les inscriptions en ligne seulement.

2. **Par la poste**, en expédiant un chèque au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5. Le chèque doit être daté du jour de l'inscription, effectué à l'ordre de la Ville de L'Ancienne-Lorette et doit contenir le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne ou le nom du participant.

3. **En personne**, à l'hôtel de ville, au 1575, rue Turmel. Vous pouvez payer en argent, par paiement direct ou par chèque.

Date limite : Tous les frais d'inscription doivent être acquittés dans les 72 heures suivant votre inscription, à défaut de quoi celle-ci sera annulée.

Modalités de remboursement

Toute demande de remboursement pour une raison majeure sera considérée. La demande doit inclure la raison et doit être accompagnée de pièce(s) justificative(s). Quant aux activités offertes par les organismes, chaque organisme possède sa propre politique de remboursement.

Autres renseignements

Annulation d'activité et refus d'inscription : Un certain nombre de participants est requis pour plusieurs activités. Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions n'est pas atteint et de refuser des inscriptions si le nombre maximal de participants est atteint.

Absence à un cours : Aucune reprise de cours n'est offerte en cas d'absence.

Information

Pour toute question, nous vous invitons à communiquer avec nous aux coordonnées ci-dessous.

Chantal Marin
418 872-9811
chantal.marin@ville.lancienne-lorette.qc.ca

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30.

Service des loisirs

ACTIVITÉS SPORTIVES

Une multitude d'activités pour faire bouger toute la famille!

INFORMATION

- **Cours :** Pour toute question concernant le cours et son contenu, contactez le responsable du cours.
- **Inscription :** Pour toute question concernant l'inscription, communiquez avec nous en composant le 418 872-9811.

ABDOS-FESSIERS – Adultes

Mélange d'exercices au sol et sur ballon qui visent à tonifier les muscles abdominaux et fessiers dans le but de sculpter la silhouette.

Professeur : André Falardeau
Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 8 semaines débutant les 20 et 22 avril 2015
Horaire : lundi de 19 h 15 à 20 h 15
mercredi de 19 h 15 à 20 h 15
Cout : résident – 47 $ 1 fois/sem. et 94 $ 2 fois/sem. / non-résident – 70,50 $ 1 fois/sem. et 141 $ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

CARDIO-STEP – Adultes

Amélioration de la capacité cardiovasculaire à l'aide d'un step, d'une intensité et d'une complexité progressive.

Professeur : André Falardeau
Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 8 semaines débutant les 21 et 23 avril 2015
Horaire : mardi de 18 h à 19 h
jeudi de 18 h à 19 h
Cout : résident – 47 $ 1 fois/sem. et 94 $ 2 fois/sem. / non-résident – 70,50 $ 1 fois/sem. et 141 $ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

CARDIO-TONUS – Adultes

Amélioration de l'endurance musculaire, en tonifiant les principaux groupes musculaires du corps. La dépense calorique est optimale.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 8 semaines débutant les 21 et 23 avril 2015
Horaire : mardi de 19 h à 20 h
jeudi de 19 h à 20 h
Cout : résident – 47 $ 1 fois/sem. et 94 $ 2 fois/sem. / non-résident – 70,50 $ 1 fois/sem. et 141 $ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

CARDIO PLEIN AIR – Adultes — NOUVEAU

Mise en forme en plein air, en parcourant les sentiers du parc de la Rivière, en marche rapide et léger jogging.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 7 semaines débutant le 6 mai 2015
Horaire : mercredi de 18 h à 19 h
Cout : résident – 42 $ / non-résident – 63 $
Endroit : AQUAGYM

CARDIO VITALITÉ – Adultes 45 ans et plus

Exercices dirigés pour gens actifs et en santé de 45 ans et plus qui ont envie de bouger. Les exercices font travailler le cœur, les muscles et bien plus!

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 8 semaines débutant le 23 avril 2015
Horaire : jeudi de 10 h à 11 h
Cout : résident – 47 $ / non-résident – 70,50 $
Endroit : AQUAGYM

CHEERLEADING – Enfants

Apprentissage des routines et chorégraphies inspirées de la danse et de la gymnastique, en développant un esprit d'équipe.

Information : Justine Nollet, 581 998-9860, nolletjustine@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 24 avril 2015
Horaire : vendredi de 18 h 15 à 19 h 15 (5-7 ans)
~~vendredi de 19 h 15 à 20 h 15 (8-10 ans)~~ — COMPLET
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

COURSE À PIED DÉBUTANT – Adultes — NOUVEAU

Initiation à la course à pied et développement des techniques sécuritaires à la pratique de ce sport.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 7 semaines débutant le 4 mai 2015
Horaire : lundi de 18 h à 19 h
Cout : résident – 42 $ / non-résident – 63 $
Endroit : AQUAGYM

COURSE À PIED INTERMÉDIAIRE ET AVANCÉ – Adultes — NOUVEAU

Perfectionnement de la technique de course à pied et de la vitesse, permettant de passer d'une pratique occasionnelle à une pratique régulière de ce sport.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 7 semaines débutant le 4 mai 2015
Horaire : lundi de 19 h à 20 h
Cout : résident – 42 $ / non-résident – 63 $
Endroit : AQUAGYM

GYMNASTIQUE DE RÉCRÉATION – Jeunes de 4 à 6 ans

NIVEAU 1 *Introduction aux appareils et engins (poutre, barre, sol et minitrampoline) et développement de la souplesse, de l'équilibre et de la motricité. Recommandé aux débutants.*
NIVEAU 2 *Développement des éléments gymniques appris et apprentissage de mouvements gymniques plus avancés.* ***Préalables :*** *cours de gymnastique niveau 1 ou cours psychomoteur.*

Information : Stéphanie Bernier, 418 291-2000, stephanie_bernier@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015
Horaire : **Niveau 1** (débutant seulement) : samedi de 8 h 30 à 9 h 30
~~samedi de 9 h 35 à 10 h 35~~ — COMPLET
Niveau 2 (avec expérience) : ~~samedi de 10 h 40 à 11 h 40~~ — COMPLET
samedi de 11 h 45 à 12 h 45
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

GYMNASTIQUE SPORTIVE ET RYTHMIQUE – Jeunes de 4 à 7 ans et 8 à 12 ans

NIVEAU 1 (4 à 7 ans) *Développement de la souplesse, de l'équilibre et de l'habileté aux appareils notamment au sol, à la poutre, au minitrampoline et à la barre. Circuits gymniques avec engins.*
Préalables : *niveau 2 récréatif (ou l'équivalent), approbation de l'entraîneur, discipline, attention et désir d'évolution dans ce sport.*

NIVEAU 1 AVANCÉ (4 à 7 ans) *:* ***Préalable :*** *niveau 1*
Matériel requis : *maillot une pièce (maillot de bain, de gymnastique ou de danse)*

NIVEAU 2 (8 à 12 ans*) : Développement de l'agilité, de l'équilibre et de la coordination des figures imposées au sol, à la poutre, au minitrampoline et à la barre (pivots, élans, sauts, tours, ondes et combinaisons à mains libres aux appareils).*
Préalables : *base en gymnastique (ou habileté motrice), assiduité, discipline, dynamisme et persévérance.*
Matériel requis : *maillot une pièce (maillot de bain, de gymnastique ou de danse)*

Information : Stéphanie Bernier, 418 291-2000, stephanie_bernier@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 26 avril 2015
Horaire : **Niveau 1 :** Dimanche de 8 h 30 à 9 h 30
~~Dimanche de 9 h 35 à 10 h 35~~ — COMPLET
Niveau 1 avancé : ~~Dimanche de 13 h 15 à 14 h 15~~ — COMPLET
Niveau 2 : ~~Dimanche de 10 h 40 à 11 h 40~~ — COMPLET
~~Dimanche de 12 h 10 à 13 h 10~~ — COMPLET
Cout : **Niveau 1 :** résident - 40 $ / non-résident – 60 $
Niveau 2 : résident - 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

GYMNASTIQUE THÉRAPEUTIQUE CHINOISE – Adultes

Enseignement de la gymnastique thérapeutique chinoise, qui permet de faire le plein d'énergie, d'accroître la capacité de concentration, de libérer les tensions et d'expulser les toxines.

Information : Lawrence Allison, 418 849-4056, lawrence_allison25@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 20 avril 2015
Horaire : lundi de 10 h 30 à 12 h (Bibliothèque Marie-Victorin)
lundi de 20 h à 21 h 30 (Bibliothèque Marie-Victorin)
Cout : résident – 76 $ / non-résident – 114 $
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

HOCKEY COSOM – Garçons et filles de 7 à 11 ans

Enseignement des techniques de base du hockey cosom et parties amicales. Équipement prêté sur place.

Information : Pierre-Louis Lagueux-Tremblay, 581 982-4730, lag.trem.pl@gmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015
Horaire : Samedi de 9 h à 10 h (7-11 ans)
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : AQUAGYM

MÉDITATION – Débutants – adultes

Expérimentation de la méditation Bouddhique et Taoïste, qui calment l'esprit pour accéder à la pleine conscience, à la quiétude, à l'énergie et au bonheur.

Information : Lawrence Allison, 418 849-4056, lawrence_allison25@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 24 avril 2015
Horaire : vendredi de 9 h 30 à 11 h
Cout : résident – 76 $ / non-résident – 114 $
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

MINI-BASKET – Garçons et filles de 7 à 10 ans

Initiation au basket-ball à l'aide d'un matériel adapté etenseignement des techniques de base (drible, passe et lancer) à travers des éducatifs, des jeux et des concours.

Information : Pierre-Louis Lagueux-Tremblay, (581) 982-4730, lag.trem.pl@gmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 23 avril 2015
Horaire : jeudi de 19 h à 20 h (7-10 ans)
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

MOTRICITÉ JEUNESSE – 3 à 5 ans avec parents

Apprentissage de la motricité à travers des séances qui débutent avec un échauffement, suivi d'un parcours moteur ou d'ateliers, puis jeu de groupe afin de favoriser la socialisation des enfants et petite relaxation pour terminer.
Matériel à fournir : *Espadrilles et vêtements confortables.*

Information : Catherine Morin, 581 888-5878, catherine_morin23@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 26 avril 2015
Horaire : dimanche de 11 h à 11 h 50 (3-5 ans)
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : AQUAGYM

Service des loisirs

ACTIVITÉS SPORTIVES

Une multitude d'activités pour faire bouger toute la famille!

PALET (Shuffleboard) — Adultes 50 ans et plus

Apprentissage du jeu de palet, qui se pratique sur une surface de 52' x 6'. À chaque bout, on y retrouve un triangle servant de cible dans lequel des subdivisions sont numérotées pour le décompte des points. Les adversaires tentent de placer les disques (palets) lancés à l'aide d'un bâton d'une longueur de 6'.

Matériel à fournir : *Espadrilles ou chaussures à semelles de caoutchouc.*

Information : Céline Rousseau, 418 872-1881
Durée : 8 semaines débutant le 21 avril 2015
Horaire : mardi de 13 h 30 à 15 h 30
Cout : résident – 17$ / non-résident – 25,50 $
Endroit : AQUAGYM

RETRAITE EN FORME — Adultes

Cours accessible et adapté aux retraités de tous les âges. L'expertise des professionnels de la santé de notre équipe assurera la sécurité des exercices proposés à une clientèle qui désire rester active.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 8 semaines débutant les 20 et 22 avril 2015
Horaire : lundi de 10 h à 11 h
mercredi de 10 h à 11 h
Cout : résident - 47 $ 1 fois/sem. et 94 $ 2 fois/sem. / non-résident – 70,50 $ 1 fois/sem. et 141 $ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

TAI-CHI — Débutant – adultes

Apprentissage du tai-chi, dont les mouvements thérapeutiques utilisent une approche douce, qui combine acupuncture en mouvement, rééducation respiratoire et posturale, méditation et prévention.

Information : Lawrence Allison, 418 849-4056, lawrence_allison25@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 20 avril 2015
Horaire : lundi de 9 h à 10 h 30
lundi de 18 h 30 à 20 h
Cout : résident – 76 $ / non-résident – 114 $
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

TENNIS SUR TABLE (PING PONG) — Junior, débutant et intermédiaire

DÉBUTANT (6 à 13 ans) : *Apprentissage des différentes techniques de base (coup droit, revers, coups brossés et coupés, attaque et défense) et des règlements et initiation aux effets. Recommandé aux jeunes ayant peu ou pas d'expérience en tennis sur table.*

INTERMÉDIAIRE (9 à 18 ans) : *Perfectionnement des techniques de base, apprentissage et contrôle des différents types d'effets et préparation à la compétition.*

Préalable : *Connaissance des techniques de base.*

Note : *Le classement s'effectue au début de chaque session. L'entraîneur se réserve le droit de reclasser un participant dans le groupe intermédiaire à tout moment s'il juge son niveau assez avancé.*

Information : Côme-Vincent Bernier, 418 861-8713, cvbernier@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 26 avril 2015
Horaire : dimanche de 8 h à 9 h 30 DÉBUTANT
dimanche de 8 h 30 à 10 h 30 INTERMÉDIAIRE
Cout : résident – 34 $ / non-résident – 51 $
Endroit : AQUAGYM

YOGA – APPROCHE VINIYOGA — Adultes

Enseignement des fondements et techniques de base du yoga et apprentissage de la relaxation et des postures d'assouplissement adaptées à chacun, à travers des exercices doux, fortifiants et assouplissants dans l'esprit de Viniyoga, soit partir de là où on se trouve, en pratiquant selon ses capacités et limites.

Information : Jocelyne St-Onge, 418 872-9319, jocelyne.stonge@gmail.com
Pierrette Pineau, 418 849-3156, pierrette.pineau@sympatico.ca
Durée : 8 semaines débutant les 20, 21, 22, 23 avril 2015
Horaire : **Débutant 1 – Sans expérience de yoga**
lundi de 9 h 30 à 10 h 30 – Professeur : Jocelyne St-Onge (Bibliothèque Marie-Victorin)
lundi de 19 h 30 à 20 h 30– Professeur : Jocelyne St-Onge (École Le Ruisselet)
mardi de 18 h 30 à 19 h 30 – Professeur : Jocelyne St-Onge (École Le Ruisselet)
Débutant 2 – Préalable : 3 mois ou plus de pratique
lundi de 10 h 30 à 11 h 30 – Professeur : Jocelyne St-Onge (Bibliothèque Marie-Victorin)
lundi de 18 h 30 à 19 h 30 – Professeur : Jocelyne St-Onge (École Le Ruisselet)
mardi de 19 h 30 à 20 h 30 – Professeur : Jocelyne St-Onge (École Le Ruisselet)
Intermédiaire – Préalables : 1 an ou plus de pratique et connaissance sommaire des techniques respiratoires
mardi de 9 h 30 à 10 h 45 – Professeur : Jocelyne St-Onge (Bibliothèque Marie-Victorin)
mercredi de 19 h 15 à 20 h 30 – Professeur : Pierrette Pineau (École Le Ruisselet)
Avancé – pré-requis : 2 ans et plus de pratique et très bonne connaissance des techniques respiratoires
mardi de 10 h 45 à 12 h – Professeur : Jocelyne St-Onge (Bibliothèque Marie-Victorin)
mercredi de 18 h à 19 h 15 – Professeur : Pierrette Pineau (École Le Ruisselet)
jeudi de 9 h à 10 h 15 – Professeur : Jocelyne St-Onge (Bibliothèque Marie-Victorin)
Cout : Débutant 1 et 2 : résident – 40 $ non-résident – 60 $
Intermédiaire et avancé : résident – 50 $ non-résident – 75 $

YOGA DOUX — Adultes

Enseignement du yoga doux, forme légère du yoga qui se concentre sur le corps et la respiration, de façon à procurer bien-être, assouplissement du corps et calme mental. S'adresse principalement aux personnes ayant des problèmes physiques.

Professeur : Jocelyne St-Onge, 418 872-9319, jocelyne.stonge@gmail.com
Durée : 8 semaines débutant le 23 avril 2015
Horaire : jeudi de 10 h 15 à 11 h 15
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

YOGA SPORTIF — Adultes

Enseignement du yoga sportif, forme énergique et intense du yoga qui insiste sur les exercices physiques enchaînés, conjugués à une respiration dynamique, de façon à renforcer à la fois la musculation et la concentration mentale.

Professeur : Sylvie Laroche, 418 871-8499, sylvie71@sympatico.ca
Durée : 8 semaines débutant le 21 avril 2015
Horaire : mardi de 18 h 30 à 19 h 30 - débutant
mardi de 19 h 30 à 20 h 30 - avancé
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Un grand choix d'activités aquatiques pour combler les nageurs peu expérimentés comme les nageurs avancés!

INFORMATION

- **Cours :** Pour toute question concernant les cours et leur contenu, contactez Anne Germain, au 418 614-1907.
- **Inscription :** Pour toute question concernant l'inscription, communiquez avec nous en composant le 418 872-9811.

PROGRAMME DE MISE EN FORME

Adultes – 55 minutes

AQUAFORME ARTHRITE-ARTHROSE — Adultes

Ce cours s'adresse aux adultes souffrant de problèmes liés à l'arthrite, à l'arthrose ou à la fibromyalgie et qui souhaitent rester en forme en faisant des exercices de type aérobique et musculaire ainsi que des exercices de relaxation en eau peu profonde. La mobilisation des articulations est sollicitée. Il n'est pas nécessaire de savoir nager. Tous les cours ont lieu dans le bassin récréatif (où l'eau est plus chaude).

Durée : 8 semaines débutant les 20, 21, 22, 23 et 24 avril 2015
Horaire : ~~lundi de 8 h 45 à 9 h 40~~ ***COMPLET***
~~lundi de 10 h 45 à 11 h 40~~ ***COMPLET***
mardi de 9 h 45 à 10 h 40
~~mercredi de 10 h 45 à 11 h 40~~ ***COMPLET***
~~jeudi de 9 h 45 à 10 h 40~~ ***COMPLET***
jeudi de 18 h 30 à 19 h 25
vendredi de 9 h 45 à 10 h 40
Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

AQUAFORME PRÉNATAL — Adultes

Ce cours s'adresse aux femmes enceintes qui veulent rester en forme en effectuant des exercices de type aérobique et musculaire de même que des exercices de relaxation en eau peu profonde. Il n'est pas nécessaire de savoir nager.
Préalable : avoir obtenu l'accord de son médecin.

Durée : 8 semaines débutant le 23 avril 2015
Horaire : jeudi de 18 h 30 à 19 h 25 – piscine
Cout : résident – 50 $ / non-résident – 75 $

AQUAFORME RÉGULIER — Adultes

Deux niveaux pour travailler selon sa capacité. Tous les cours ont lieu dans la piscine.

Aquaforme 1

Ce cours s'adresse aux personnes débutant un programme de mise en forme, pouvant avoir un problème de santé mineur. L'intensité est de légère à moyenne, comme celle d'une marche de légère à modérée.

Durée : 8 semaines débutant les 20, 21, 22, 23 et 24 avril 2015
Horaire : lundi de 8 h 45 à 9 h 40
~~lundi de 17 h 30 à 18 h 25~~ ***COMPLET***
mardi de 10 h 45 à 11 h 40
~~mardi de 17 h 30 à 18 h 25~~ ***COMPLET***
mercredi de 8 h 45 à 9 h 40
jeudi de 10 h 45 à 11 h 40
vendredi de 10 h 45 à 11 h 40
Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

Aquaforme 2

Ce cours s'adresse aux personnes qui sont déjà en bonne condition physique et qui ont déjà été initiées à l'aquaforme. L'intensité est élevée et se compare à un jogging.

Durée : 8 semaines débutant les 20, 21, 22 et 23 avril 2015
Horaire : lundi de 9 h 45 à 10 h 40
mardi de 8 h 45 à 9 h 40
mercredi de 9 h 45 à 10 h 40
jeudi de 8 h 45 à 9 h 40
Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

AQUAFORME MIXTE — Adultes ***NOUVEAU***

Ce cours avancé s'adresse aux adultes qui sont déjà en bonne condition physique et désireux de la maintenir ou l'augmenter en effectuant des exercices de type aérobique et musculaire, combinés à des exercices de natation en eau profonde et peu profonde. Préalables : Être à l'aise en eau profonde et savoir nager 1 à 2 longueur(s). Une ceinture d'aquajogging est fournie par la Ville, au besoin.

Durée : 8 semaines débutant les 21 et 23 avril 2015
Horaire : mardi de 20 h 30 à 21 h 25
Jeudi de 20 h 30 à 21 h 25
Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

Service des loisirs

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Un grand choix d'activités aquatiques pour combler les nageurs peu expérimentés comme les nageurs avancés!

AQUAFORME – 55 ans et plus

Ce cours s'adresse aux personnes âgées de 55 ans et plus qui souhaitent rester en forme en effectuant des exercices de types aérobique et musculaire ainsi que des exercices de relaxation en eau peu profonde. Il n'est pas nécessaire de savoir nager. Certains cours ont lieu dans la piscine, d'autres dans le bassin récréatif où l'eau est plus chaude.

Durée : 8 semaines débutant les 20, 21, 22, 23 et 24 avril 2015

Horaire :
lundi de 9 h 45 à 10 h 40 – bassin récréatif
lundi de 10 h 45 à 11 h 40 – piscine
mardi de 9 h 45 à 10 h 40 – piscine
mardi de 10 h 45 à 11 h 40 – bassin récréatif
mercredi de 8 h 45 à 9 h 40 – bassin récréatif
mercredi de 10 h 45 à 11 h 40 – piscine
jeudi de 9 h 45 à 10 h 40 – piscine
jeudi de 10 h 45 à 11 h 40 – bassin récréatif
vendredi de 9 h 45 à 10 h 40 – piscine

Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

AQUAJOGGING – Adultes

Ce cours s'adresse aux adultes désireux de rester en forme en effectuant des exercices de type aérobique, musculaire et de relaxation en eau profonde. Préalable : être à l'aise en eau profonde. Tous les cours ont lieu dans la partie profonde de la piscine. Une ceinture d'aquajogging est fournie par la Ville.

Durée : 8 semaines débutant les 20, 21, 22, 23 et 24 avril 2015

Horaire :
lundi de 18 h 30 à 19 h 25
mardi de 17 h 30 à 18 h 25
mardi de 19 h 30 à 20 h 25
mercredi de 18 h 30 à 19 h 25
jeudi de 19 h 30 à 20 h 25
vendredi de 8 h 45 à 9 h 45

Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

AQUAPOUSSETTE – Adultes

Cette activité de conditionnement physique s'adresse aux mamans et à leur bébé de 6 à 24 mois qui pèse 16 kg (36 livres) tout au plus. Les bébés sont placés dans des poussettes aquatiques (bateaux flottants, fournis par la Ville) pour suivre leur mère dans ses mouvements. La séance est répartie comme suit : 45 minutes de mise en forme pour la maman et 10 minutes d'activités pour poupon. Tous les cours ont lieu dans le bassin récréatif (où l'eau est plus chaude).

Durée : 8 semaines débutant les 22 et 24 avril 2015

Horaire :
mercredi de 9 h 45 à 10 h 40
vendredi de 10 h 45 à 11 h 40

Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. / non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

PROGRAMME CROIX-ROUGE

NATATION PRÉSCOLAIRE (6 ANS ET –)

Classement : en fonction de l'âge de l'enfant et de ses habiletés;
Exigences : présence d'un parent dans les cours allant de l'Étoile de mer à Loutre de mer inclusivement. Au niveau Loutre de mer les parents transfèrent graduellement leur enfant aux soins du moniteur. LIMITE D'UN ACCOMPAGNATEUR PAR ENFANT DANS L'EAU; Aucun matériel requis.

ÉTOILE DE MER – 6 à 12 mois (avec parent)

L'enfant est capable de lever la tête sans aide. Le parent est avec l'enfant dans l'eau.

Durée : 8 semaines débutant les 25 et 26 avril 2015

Horaire :
samedi de 8 h 45 à 9 h 15 – bassin récréatif
dimanche de 9 h 20 à 9 h 50 – bassin récréatif

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

ÉTOILE DE MER / CANARD – 6 à 24 mois (avec parent)

L'enfant est capable de lever la tête sans aide. Le parent est avec l'enfant dans l'eau.

Durée : 8 semaines débutant le 20 avril 2015

Horaire : lundi de 17 h 15 à 17 h 45 – bassin récréatif

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

CANARD – 12 à 24 mois (avec parent)

Le parent est avec l'enfant dans l'eau.

Durée : 8 semaines débutant les 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
vendredi de 16 h 40 à 17 h 10 – bassin récréatif
~~samedi de 9 h 20 à 9 h 50 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
samedi de 10 h 30 à 11 h – bassin récréatif
dimanche de 8 h 45 à 9 h 15 – bassin récréatif

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

TORTUE DE MER – 24 à 36 mois (avec parent)

Le parent est avec l'enfant dans l'eau.

Durée : 8 semaines débutant les 20, 22, 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
lundi de 17 h 50 à 18 h 20 – bassin récréatif
mercredi de 16 h 45 à 17 h 15 – bassin récréatif
vendredi de 17 h 15 à 17 h 45 – bassin récréatif
~~samedi de 9 h 55 à 10 h 25 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~dimanche de 8 h 55 à 9 h 25 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche de 9 h 55 à 10 h 25 – bassin récréatif~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

LOUTRE DE MER – 3 à 5 ans (avec parent)

Le parent débute la session avec son enfant, dans l'eau, et transfère graduellement son enfant aux soins du moniteur, selon l'autonomie de celui-ci.

Durée : 8 semaines débutant les 22, 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
~~mercredi de 17 h 20 à 18 h 00 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
vendredi de 17 h 50 à 18 h 30 – bassin récréatif
~~samedi de 10 h 15 à 10 h 55 – piscine~~ **COMPLET**
samedi de 12 h 35 à 13 h 15 – bassin récréatif
~~dimanche de 9 h 30 à 10 h 10 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche de 10 h 30 à 11 h 10 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
dimanche de 11 h à 11 h 40 – piscine
dimanche de 12 h à 12 h 40 – bassin récréatif

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

SALAMANDRE – 3 à 5 ans

L'enfant a de 3 à 5 ans et est capable de nager sur une distance d'un mètre sans parent, avec ou sans aide flottante.

Durée : 8 semaines débutant les 20, 22, 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
~~lundi de 18 h 25 à 19 h 05 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~mercredi de 18 h 05 à 18 h 45 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~vendredi de 18 h 35 à 19 h 15 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~samedi de 11h 05 à 11 h 45 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~samedi de 11 h 50 à 12 h 30 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~dimanche de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche 10 h 15 à 10 h 55 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche de 11 h 15 à 11 h 55 bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~dimanche 11 h 45 à 12 h 25 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche de 12 h 45 à 13 h 25 – bassin récréatif~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

POISSON-LUNE – 3 à 6 ans

L'enfant a de 3 à 6 ans et est capable de nager sur une distance de deux mètres sans parent et sans aide flottante.

Durée : 8 semaines débutant les 22, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
~~mercredi de 18 h 50 à 19 h 30 – bassin récréatif~~ **COMPLET**
~~samedi de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine~~ **COMPLET**
~~samedi de 10 h 15 à 10 h 55 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche de 9 h 30 à 10 h 10 – piscine~~ **COMPLET**
~~dimanche de 11 h 00 à 11 h 40 – piscine~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

CROCODILE – 3 à 6 ans

L'enfant a de 3 à 6 ans et est capable de nager sur une distance de cinq mètres seul et de façon continue.

Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015

Horaire : ~~samedi de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

BALEINE – 3 à 6 ans

L'enfant a de 3 à 6 ans et est capable de nager sur une distance de dix mètres seul et de façon continue.

Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015

Horaire : samedi de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

PROGRAMME CROIX-ROUGE

NATATION JUNIOR (5 ANS ET +)

Les cours de Junior 1 à 3 sont d'une durée de 40 minutes, tandis que les cours de Junior 4 à 10 sont d'une durée de 55 minutes. Tous les niveaux ont lieu dans la piscine.

JUNIOR 1 – 5 ans et plus

L'enfant est débutant, il doit se familiariser avec l'eau et la piscine ou avoir complété le Salamandre.

Durée : 8 semaines débutant les 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
vendredi de 16 h 45 à 17 h 25
~~samedi de 9 h 30 à 10 h 10~~ **COMPLET**
~~dimanche de 8 h 45 à 9 h 25~~ **COMPLET**
~~dimanche de 10 h 15 à 10 h 55~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 2 – 5 ans et plus

L'enfant doit être capable de nager seul sur une distance de 5 mètres sur le ventre ou avoir complété le Poisson-lune.

Durée : 8 semaines débutant les 22, 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
~~mercredi de 16 h 45 à 17 h 25~~ **COMPLET**
~~vendredi de 16 h 45 à 17 h 25~~ **COMPLET**
~~samedi de 9 h 30 à 10 h 10~~ **COMPLET**
~~samedi de 10 h 15 à 10 h 55~~ **COMPLET**
~~dimanche de 9 h 30 à 10 h 10~~ **COMPLET**
~~dimanche de 11 h à 11 h 40~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 3 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 2, le Crocodile ou l'équivalent et être capable de nager seul sur une distance de dix mètres.

Durée : 8 semaines débutant les 22, 24, 25 et 26 avril 2015

Horaire :
~~mercredi de 16 h 45 à 17 h 25~~ **COMPLET**
~~vendredi de 17 h 30 à 18 h 10~~ **COMPLET**
~~samedi de 9 h 30 à 10 h 10~~ **COMPLET**
~~dimanche de 10 h 15 à 10 h 55~~ **COMPLET**
~~dimanche de 11 h 45 à 12 h 25~~ **COMPLET**

Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

Service des loisirs

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Un grand choix d'activités aquatiques pour combler les nageurs peu expérimentés comme les nageurs avancés!

JUNIOR 4 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 3, la Baleine ou l'équivalent et être capable de nager seul sur une distance de 15 mètres.

Durée : 8 semaines débutant les 22, 24, 25 et 26 avril 2015
Horaire : ~~mercredi de 17 h 30 à 18 h 25~~ **COMPLET**
~~vendredi de 17 h 30 à 18 h 25~~ **COMPLET**
~~samedi de 11 h à 11 h 55~~ **COMPLET**
~~dimanche de 12 h 30 à 13 h 25~~ **COMPLET**
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 5 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 4 et être capable de nager seul sur une distance de 25 mètres.

Durée : 8 semaines débutant les 22, 25 et 26 avril 2015
Horaire : ~~mercredi de 17 h 30 à 18 h 25~~ **COMPLET**
samedi de 11 h à 11 h 55
dimanche de 12 h 30 à 13 h 25
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 6 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 5 et être capable de nager seul sur une distance de 50 mètres.

Durée : 8 semaines débutant les 25 et 26 avril 2015
Horaire : samedi de 11 h 00 à 11 h 55
dimanche de 12 h 30 à 13 h 25
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 6/7 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 5 ou 6 et être capable de nager seul sur une distance de 50 ou 75 mètres.

Durée : 8 semaines débutant le 23 avril 2015
Horaire : ~~jeudi de 17 h 30 à 18 h 25~~ **COMPLET**
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 7/8 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 6 ou 7 et être capable de nager seul sur une distance de 75 ou 150 mètres.

Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015
Horaire : samedi de 12 h à 12 h 55
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 9/10 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 8 ou 9 et être capable de nager seul sur une distance de 300 ou 400 mètres.

Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015
Horaire : samedi de 12 h à 12 h 55
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JUNIOR 8/9/10 – 5 ans et plus

L'enfant doit avoir réussi le Junior 7, 8 ou 9 et être capable de nager seul sur une distance de 150, 300 ou 400 mètres.

Durée : 8 semaines débutant le 23 avril 2015
Horaire : jeudi de 17 h 30 à 18 h 25
Cout : résident – 40 $ / non-résident – 60 $

JEUNES SAUVETEURS

Le programme Jeunes sauveteurs s'adresse aux jeunes de 8 à 12 ans qui désirent développer leur leadership, leur confiance en soi, leur jugement, leur esprit d'équipe et leur condition physique et qui sont prêts à aller au-delà de l'apprentissage de la natation.

Préalables : *INITIÉ : Être capable de nager sans aide flottante. Avoir l'âge indiqué.*
AVERTI-EXPERT : Avoir suivi et réussi le niveau INITIÉ.
Durée : 8 semaines débutant le 24 avril 2015
Horaire : INITIÉ : vendredi de 18 h 10 à 19 h 20
AVERTI-EXPERT : vendredi de 18 h 10 à 19 h 20
Cout : résident – 48 $ / non-résident – 72 $ (carnet et attestation inclus)

NAGE SYNCHRONISÉE – INITIATION – 5 À 11 ANS

Cette discipline s'adresse à celles et ceux qui désirent combiner activité physique, musique, milieu aquatique, créativité et dépassement de soi. Le cours est d'une durée de 90 minutes. Une période de 30 minutes est passée en gymnase afin de développer la flexibilité et certaines habiletés motrices de base, telles que la coordination et l'équilibre. L'heure suivante est passée dans l'eau où les techniques de natation et de nage synchronisée sont apprises. Un ratio entraîneurs/athlètes très sécuritaire est proposé.

SYNCHROÉLITE QUÉBEC

Préalable : Aucun
Clientèle : Filles et garçons âgé(e)s de 5 à 11 ans inclusivement
Durée : 8 semaines débutant le 25 avril 2015
Horaire : Samedi de 12 h 30 à 14 h
Cout : résident – 60 $ / non-résident – 90 $
******prévoir des frais d'affiliation de 6 $ à *Synchro Québec*, payables au premier cours. Seulement pour ceux qui n'étaient pas inscrits à l'automne 2014 et /ou à l'hiver 2015.
Matériel à prévoir :
Le pince-nez est recommandé

NATATION POUR ADULTES ET ADOLESCENTS (15 ANS ET +)

ESSENTIEL 1

En eau peu profonde, familiarisation et apprentissage des habiletés de base menant à acquérir plus d'aisance en vue de l'initiation aux styles de nage

Préalable : *Aucune expérience en natation n'est requise. Ce cours s'adresse aux débutants.*
Durée : 8 semaines débutant le 21 avril 2015
Horaire : mardi de 19 h 30 à 20 h 25 – bassin récréatif
Cout : résident – 50 $ / non-résident – 75 $

ESSENTIEL 2

Acquérir plus d'aisance en eau profonde. Perfectionnement du crawl et du dos crawlé. Augmentation de la distance parcourue à la nage.

Préalables : *Une certaine expérience en natation est requise pouvoir nager 10 mètres facilement sur le ventre ou avoir réussi le niveau ESSENTIEL 1.*
Durée : 8 semaines débutant le 21 avril 2015
Horaire : mardi de 18 h 30 à 19 h 25 – piscine
Cout : résident – 50 $ / non-résident – 75 $

STYLES DE NAGE

Perfectionnement d'un ou plusieurs styles de nage. Amélioration des compétences et de l'endurance. Ce cours est l'idéal pour les nageurs souhaitant améliorer leurs styles de nage.

Préalables : *Capable de nager le crawl sur au moins 15 mètres de façon continue et le dos crawlé sur 15 mètres. À l'aise en eau profonde ou avoir réussi le niveau ESSENTIEL 2.*
Durée : 8 semaines débutant le 21 avril 2015
Horaire : mardi de 18 h 30 à 19 h 25 – piscine
Cout : résident – 50 $ / non-résident – 75 $

PROGRAMME SPÉCIALISÉ – ADOS ET ADULTES

ENTRAÎNEMENT DIRIGÉ – 13 ans et plus

Cette activité s'adresse à ceux qui désirent se remettre ou rester en forme et améliorer leur endurance, par la nage. Un programme d'entraînement vous est proposé.

Préalables : *Pouvoir nager 100 m (4 longueurs) sans arrêt et connaître au moins deux styles de nage.*
Durée : 8 semaines débutant les 21 et 22 avril 2015
Horaire : lundi de 19 h 35 à 20 h 30
mercredi de 19 h 35 à 20 h 30
Cout : résident – 50 $ 1 fois/sem. et 100 $ 2 fois/sem. /
non-résident – 75 $ 1 fois/sem. et 150 $ 2 fois/sem.

MÉDAILLE DE BRONZE

Ce certificat est le premier cours obligatoire en préparation au cours de « Sauveteur National ». Il permet aux candidats d'acquérir une compétence des quatre composantes de base du sauvetage : le jugement, les connaissances, les habiletés et la forme physique. Aussi les candidats développent une meilleure technique de nage et améliorent leur endurance. La présence et la participation du candidat à tous les cours sont nécessaires pour pouvoir compléter la formation adéquatement. Un examen devant un examinateur aura lieu à la fin de la formation. Sa durée n'est pas prévue dans l'horaire ci-dessous. La date et l'heure seront confirmées durant la session.

Préalables :
1) Être âgé de 13 ans ou plus à l'examen final ou détenir le certificat d'Étoile de bronze.
2) Démontrer les habiletés et connaissances du Junior 10 de la Croix-Rouge (test au premier cours).

Durée : 7 semaines débutant le 25 avril – examen final le 13 juin
Horaire : samedi, 15 h 15 à 16 h 45 – classe / 16 h 45 à 19 h – piscine
Cout : résident – 112 $ / non-résident – 112 $ incluant les frais de certification
Matériel à prévoir :
- Manuel canadien de sauvetage (obligatoire), 48 $ (taxes incluses)
- Masque de poche (obligatoire), 22 $ (taxes incluses)
- Sifflet et bracelet (obligatoires), 10 $ (taxes incluses)

SAUVETEUR NATIONAL – OPTION PISCINE

Reconnu comme norme de performance du surveillant-sauveteur au Canada, le certificat Sauveteur national est conçu de façon à développer une compréhension approfondie des principes de surveillance, un bon jugement et une attitude responsable quant au rôle qu'assume le surveillant-sauveteur dans une installation aquatique. La présence et la participation du candidat à tous les cours sont nécessaires pour pouvoir compléter la formation adéquatement. Un examen devant un examinateur aura lieu à la fin de la formation. La date et l'heure seront confirmées durant la session.

Préalables :
1) Être âgé de 16 ans ou plus à l'examen final
2) Détenir la Croix de bronze
3) Cours de Premiers soins – Général/DEA ou Soins d'urgence aquatique/DEA

Durée : 8 semaines débutant le 26 avril – excluant l'examen final (date à déterminer)
Horaire : dimanche, 14 h à 16 h 30 – classe / 16 h 30 à 19 h – piscine
Cout : résident – 173 $ / non-résident – 173 $ incluant les frais de certification
Matériel à prévoir :
- Manuel Alerte! La pratique de la surveillance aquatique (obligatoire), 48 $ (taxes incluses)
- Masque de poche (obligatoire), 22 $ (taxes incluses)
- Sifflet et bracelet (obligatoires), 10 $ (taxes incluses)

Service des loisirs

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Un grand choix d'activités aquatiques pour combler les nageurs peu expérimentés comme les nageurs avancés!

COURS INTENSIF DE MONITEUR DE SÉCURITÉ AQUATIQUE (MSA)

Ce certificat permet aux candidats d'enseigner le contenu des programmes de Croix-Rouge Natation. Ce cours permet d'appliquer et d'approfondir les notions acquises dans le cours « Assistant-moniteur de sécurité aquatique». Les domaines suivants seront également abordés : intervention d'urgence, perfectionnement des techniques de nage, stratégies d'enseignement et planification. Afin de mettre en pratique ces connaissances, des stages totalisant environ 12 heures devront être effectués, en dehors des heures du cours. Il sera possible de les faire à l'Aquagym Élise Marcotte, après la formation. Ceux-ci devront être complétés dans les 6 mois suivant la date de la réussite du cours.

Préalables :

1) *Détenir le certificat d'Assistant-moniteur de sécurité aquatique.*
2) *Être âgé de 15 ans ou plus avant la dernière journée du cours.* ***Présenter une preuve des préalables au premier cours.***

Durée : 3 semaines débutant le 25 et 26 avril 2015 – excluant les stages
Horaire : samedi et dimanche, 14 h 30 à 16 h 30 – classe / 16 h 30 à 19 h – piscine
Cout : résident – 125 $ / non-résident – 125 $ incluant les frais de certification
Matériel à prévoir :

- Guide du Moniteur de sécurité aquatique (obligatoire), environ 48 $ (taxes incluses).

Tout le matériel obligatoire sera disponible à l'Aquagym.
Au premier cours, des instructions seront données aux candidats.

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL – OPTION PISCINE

Passage d'un examen de requalification du Brevet Sauveteur National en 5 heures.
Préalables : Détenir le brevet de Sauveteur national ***et en présenter une preuve au début de la séance***
Durée : une séance de 5 heures
Horaire : mardi de 17 h à 22 h
Date : 16 juin
Cout : résident – 58 $ / non-résident – 58 $ incluant les frais de certification

COURS PRIVÉS

Les cours de natation privés sont accessibles aux personnes de tous les groupes d'âge et permettent de bénéficier d'un enseignement personnalisé et efficace, adapté au niveau et à la capacité de chacun.

Horaire
Le programme comprend une série de 5 cours de 45 minutes, répartis sur 5 semaines consécutives. Les cours débuteront dans la semaine du 27 avril, selon les plages horaires suivantes :

- Enfants et adolescents : samedi ou dimanche, entre 8 h 45 et 13 h 30
- Adultes : lundi au vendredi, de 19 h 30 à 21 h 30

Tarif
Le tarif est de 100 $ pour la série de 5 cours, payable lors de la confirmation du cours.

Inscription
Pour s'inscrire, il suffit de faire parvenir un courriel ayant comme objet « Cours de natation privés » à **chantal.marin@ville.lancienne-lorette.qc.ca**, en mentionnant les informations suivantes :

- Nom et prénom de l'élève
- Âge et besoins spécifiques de l'élève
- Numéro de téléphone et adresse complète (une preuve de résidence pourrait être exigée)

La date limite d'inscription est le 2 avril.

Confirmation d'inscription
Les inscriptions et les heures de cours seront confirmées par téléphone.

ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES

Une foule de cours et d'ateliers pour exprimer votre créativité!

INFORMATION

- **Cours :** Pour toute question concernant le cours et son contenu, contactez le responsable du cours.
- **Inscription :** Pour toute question concernant l'inscription, communiquez avec nous en composant le 418 872-9811.

COURS CULTURELS ET ARTISTIQUES

DESSIN D'OBSERVATION – Adultes débutants et intermédiaires

Le cours est divisé en cinq volets soit la transparence, l'eau, le drapé, l'animal et la texture. Possibilité de réaliser un cours à l'extérieur (selon la météo).Présentation du matériel à acheter lors du premier cours. Le cout du matériel à se procurer est d'environ 50 $.
Responsable : Manon L'Hérault, artiste, 418 877-6987, manon.lherault@videotron.ca
Durée : 8 semaines débutant le 20 avril 2015
Horaire : lundi de 9 h à 11 h 30
Cout : résident – 124 $ / non-résident – 186 $ *(matériel en sus)*
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN (Plamondon)

PEINTURE SUR BOIS – Adultes

Plusieurs techniques sont proposées et expérimentées. Les participants ont le choix de réaliser des projets personnels et communs. Le matériel de base, au montant approximatif de 50 $, est aux frais du participant. La liste de matériel sera fournie en même temps que la confirmation de l'activité.
Responsable : Manon L'Hérault, artiste, 418 877-6987, manon.lherault@videotron.ca
Durée : 8 semaines débutant le 20 avril 2015
Horaire : lundi de 12 h 45 à 15 h 45
Cout : résident – 124 $ / non-résident – 186 $ *(matériel en sus)*
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN (Plamondon)

PEINTURE À L'HUILE ET ACRYLIQUE – Adultes débutants et avancés

Apprentissage des techniques de la peinture à l'huile et à l'acrylique. Enseignement adapté aux participants.Le matériel de base, au montant approximatif de 100 $, est aux frais du participant. La liste de matériel sera fournie en même temps que la confirmation de l'activité.
Responsable : Joanne St-Cyr, artiste, 418 877-6800, joanne.st-cyr@hotmail.com
Durée : 8 semaines débutant les 21 et 22 avril 2015
Horaire : mardi de 13 h à 16 h
mercredi de 19 h à 22 h
Cout : résident – 123,25 $ / non-résident – 186 $ *(matériel en sus)*
Endroit : LA HUTTE (parc de la Rivière)

ATELIERS GRATUITS

CRÉER AVEC ADÉ – 4 À 6 ANS

Responsable : Adéline Germain
Horaire : 11 h à 12 h
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

Dans mon aquarium
Papier de soie et transparence
Date : 19 avril

Le jardin ludique
Création picturale à l'aide d'outils variés
Date : 3 mai

Gourmandises visuelles
Gouache et paillettes, la texture
Date : 31 mai

SPÉCIAL PRINTEMPS

Champs de fleurs - Famille
Dans cet atelier, les enfants apprendront à travailler la gouache avec différents outils (éponges, brosse à dents, fourchettes, etc.) Nous travaillerons le fond de manière abstraite, puis nous ajouterons des fleurs et des animaux qui vivent dans les champs dans un dessin de style minimaliste.
Responsable : Maude Lepage, 418 571-0938, namiee13@hotmail.com
Date : 2 mai
Horaire : 10 h à 11 h 30
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

La petite abeille du printemps - Adultes
Pour une deuxième année, à l'aide d'un modèle pré-dessiné, le participant est invité à appliquer de la peinture à tissus en suivant les lignes tracées au préalable sur un tablier et/ou un napperon.
Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987, manon.lherault@videotron.ca
Date : 9 mai
Horaire : 12 h 30 à 15 h 30
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

Projet « scrapbooking » – Famille
Un bricolage printanier en utilisant diverses techniques du «scrapbooking».
Responsable : Linda Roberge, 418 802-6797, linrob50@hotmail.com
Date : 9 mai
Horaire : 10 h à 11 h 30
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

Faux fini sur bois – Adultes
Travail sur une pièce de bois de forme ovale ou carrée. Offre aux participants la chance de travailler sur un support de bois, qui se transformera en un objet décoratif et utile. De plus, l'atelier comprend un faux fini métal très intéressant. Ce procédé suivra l'élève dans ses futurs projets, puisque cette technique permet de restaurer et de récupérer plusieurs objets.
Responsable : Manon L'Hérault, 418 877-6987, manon.lherault@videotron.ca
Date : 16 mai
Horaire : 13 h à 15 h
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

Service des loisirs

TEMPS-DANSE

INSCRIPTION

Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, au **www.lancienne-lorette.org,** en remplissant le **formulaire identifié Temps-Danse**. Le chèque doit être effectué à l'ordre de Temps-Danse et être posté à l'adresse précisée sur le formulaire.

PROGRAMMATION

KANGOO JUMP – 16 ans et plus
NOUVEAU

Entrainement chorégraphié où les mouvements sont conçus pour mettre l'accent sur la stabilité, le renforcement musculaire et le travail cardio-vasculaire. Très simples, les mouvements de base augmentent en intensité et en complexité à mesure que vous progressez. Afin de maximiser les efforts, vous utiliserez les bottes Kangoo Jumps, qui préviennent également les impacts aux articulations. Programme explosif, motivant et ludique créé pour défier le corps en entier !

Durée : 8 semaines débutant le 23 avril
Horaire : jeudi 18 h à 19 h*
Cout : 80 $ avec location de bottes / 65 $ sans location de bottes (vous devez apporter vos bottes)
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

Note : Les bottes Kangoo sont conçues pour un poids maximum de 220 lbs.

* Exceptionnellement, les cours du 23 avril et du 4 juin débuteront à 17 h 45 et termineront à 18 h 45.

ZUMBA FITNESS – Adultes (minimum 15 inscriptions)

Êtes-vous prêt à faire la fête pour être en forme? Oubliez les séances d'exercices et laissez-vous entraîner par la musique pour garder le tonus avec le tout premier programme de danse-fitness ! Les cours de Zumba offrent des rythmes exotiques sur fond de rythmes latins et internationaux bourrés d'énergie. Avant même de vous en rendre compte, vous retrouverez la forme et ferez le plein d'énergie!

Durée : 8 semaines débutant le 20 et le 22 avril
Horaire : lundi 19 h à 20 h
mercredi 19 h à 20 h
Cout : 65 $
Endroit : ÉCOLE DES HAUTS-CLOCHERS (PAVILLON ST-CHARLES)

ZUMBA GOLD – 55 ans et + ou personnes ayant des douleurs articulaires (minimum 15 inscriptions)

Cours de danse-fitness dynamique qui vous invite à passer des moments inédits et palpitants, tout en bougeant à votre propre rythme ! Le programme Zumba Gold comprend des mouvements modifiés doux pour garder un mode de vie sain et actif.

Durée : 8 semaines débutant le 21 avril
Horaire : mardi 13 h à 14 h
Cout : 65 $
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

INFORMATIONS GÉNÉRALES – ZUMBA

Tarification : Une carte au coût de 65 $ est valide pour 8 cours. Il est possible de payer pour des séances supplémentaires par la suite. Vous devez vous inscrire pour une plage horaire précise. Après entente avec la responsable, il est possible de changer de plage horaire ou d'assister à un autre cours. La personne responsable vous fera part des conditions d'achat et de changement de plage horaire.

Costume : Le port de vêtements pour le sport et d'espadrilles est obligatoire. Une serviette et une bouteille d'eau sont recommandées.

Nombre de participants : Un minimum de 10 personnes est requis pour qu'un cours ait lieu. Il appartient à la personne responsable de déterminer le nombre maximal de personnes selon le local.

INFORMATION

Pour plus de détails et pour être à l'affût des nouveautés, des changements à l'horaire et des informations de dernière minute, visitez notre page Facebook *Zumba avec Annie Fournier*.

CLUB CYCLISTE VÉLORETTE

INSCRIPTION AU CLUB

Dès le 1er avril!

Le club cycliste Vélorette est un organisme sans but lucratif affilié au Service des loisirs de la Ville de L'Ancienne-Lorette qui regroupe des cyclistes provenant de la grande région de Québec. Le type d'encadrement du Club favorise la randonnée récréative et touristique, mais n'exclut pas que de petits groupes puissent être formés pour une randonnée à caractère plus sportif. Les participants sont répartis en trois groupes de vitesse : 18 à 20 km/h, 21 à 23 km/h et 24 km/h et plus.

Des randonnées sont prévues le mercredi soir ainsi que le samedi ou le dimanche. Des voyages sont aussi organisés lors des fins de semaine incluant un jour férié. Enfin, pour passer des vacances à vélo, un voyage d'une semaine est offert en été.

La période d'inscription en ligne, sur le site Internet, débute le 1er avril 2015. La soirée d'ouverture officielle de la saison 2015 aura lieu le 17 avril à La Hutte au 1307, rue des Loisirs à 19 h pour les nouveaux membres et à 19 h 30 pour les anciens membres.

Bienvenue à tous !

INFORMATION

www.velorette.sitew.com

VBAL

Le baseball un sport qui frappe…
Voici le moment de t'inscrire, commence dès le début !

VOUS VOULEZ VOUS IMPLIQUER ? CONSULTEZ NOTRE SITE !

SAISON RÉGULIÈRE

Camp de mise en forme et sélection : Dès la mi-mars, des camps de mise en forme commenceront en gymnase. Lors de ces camps les joueurs seront classés dans un de ces trois niveaux :

• **Niveau « B »** • **Niveau « A »** • **Niveau « AA »**

SPÉCIFICATIONS :

Niveau A et B : Veuillez noter que les pratiques d'équipe ainsi que 50 % des parties du calendrier se tiendront sur les terrains de VBAL tandis que les autres parties se tiendront sur le territoire de la région de Québec.

Niveau Atome B : Veuillez noter que toutes les pratiques ainsi que les parties se tiendront du lundi au jeudi sur les terrains VBAL.

Niveau « AA » : Notez qu'un joueur sélectionné pour une équipe de calibre compétition « AA » devra débourser un montant supplémentaire pour couvrir les frais d'inscription exigibles par l'organisation responsable.

Équipement : Tout l'équipement sera fourni pour les pratiques et les matchs. Seules les catégories Pee-wee et plus doivent avoir leur propre casque de frappeur.

TABLEAU DE TARIFICATION

Catégorie	Préalables né en	Coût 1er enfant
Rallye Cap	2008-2011	100 $ + 20 $ = 120 $
Atome	2006-2007	160 $ + 50 $ = 210 $
Moustique	2004-2005	200 $ + 50 $ = 250 $
Pee-Wee	2002-2003	200 $ + 50 $ = 250 $
Bantam	2000-2001	200 $ + 50 $ = 250 $
Midget	1997-1999	200 $ + 50 $ = 250 $

Tarification familiale : 2e enfant et plus : réduction de 30 $

Un montant de 20 $ ou 50 $ a été ajouté pour l'uniforme de baseball. Ce montant vous sera remboursé lors du retour de cet uniforme à la fin de la saison si les conditions de retour sont respectées, lesquelles sont présentées sur le site de l'organisation. La date limite pour récupérer votre dépôt de costume est fixée au 30 septembre 2015.

Modalités de remboursement : Toute demande de remboursement des frais d'inscription doit être présentée AVANT la première partie de la saison, par écrit, auprès de la trésorière madame Stéphanie Lagueux à l'adresse de VBAL et un minimum de 25 % des frais d'inscription sera retenu. Toute demande de remboursement sera soumise au comité et ne pourra être acceptée pour un mécontentement lié au classement du joueur.

LA PÉRIODE D'INSCRIPTION EST PROLONGÉE!

Consultez notre site : www.vbal.qc.ca section « inscription »

La Fédération de baseball amateur du Québec, région Québec, confie à VBAL d'organiser le baseball des territoires suivants : L'Ancienne-Lorette, Val-Bélair, Ste-Catherine, Shannon et St-Gabriel-de-Valcartier soit le territoire de la circonscription de La Peltrie. Les joueurs de ces territoires doivent impérativement s'inscrire à VBAL en complétant la fiche d'inscription ci-jointe.

WWW.VBAL.QC.CA

Service des loisirs

CLUB DE TENNIS L'ANCIENNE-LORETTE

Le club de tennis de L'Ancienne-Lorette, reconnu pour ses magnifiques terrains en terre battue, vous offre des ligues, des cours, des cliniques et autres activités sociales qui vous permettront d'améliorer votre jeu, de rencontrer de nouveaux partenaires, ou simplement de vous amuser entre amis !

ABONNEMENT

Abonnement	Coût résident	Coût non-résident
Junior (moins de 18 ans au 1er mai 2015)	40 $	60 $
Adulte	75 $	112,50 $
Adulte sénior (65 ans et plus au 1 er mai 2015)	60 $	100 $
Familial (2 adultes et leurs enfants de moins de 18 ans)	150 $	225 $

Inscription en tout temps après le 1 er avril

LIGUES MIXTES

	Ligue	Jour et heure	Joueur régulier	Substitut
1	Simple compétitif	Selon vos disponibilités	10 $	-
2	Double compétitif	Mardi, 19 h à 22 h	10 $	sans frais
3	Double récréatif	Mercredi, 19 h à 22 h	10 $	sans frais
4	Double en équipe compétitif	Samedi, 8 h à 10 h	10 $	sans frais
5	Double récréatif	Samedi, 10 h à 12 h	10 $	sans frais

Date limite d'inscription : 1er mai. Places limitées. Balles fournies.

COURS

Catégorie	Jour et heure	Niveau	Coût
Adulte	Lundi, 19 h à 20 h 30	Débutant	75 $
	Lundi, 20 h 30 à 22 h	Intermédiaire	75 $
	Jeudi, 19 h à 20 h 30	Débutant	75 $
	Jeudi, 20 h 30 à 22 h	Intermédiaire	75 $
Junior (7 à 12 ans)	Samedi, 9 h à 10 h 30	Débutant	65 $
	Samedi,10 h 30 à 12 h	Initié	65 $

Nombre d'heures : 6 heures de cours à raison de 4 cours d'une durée de 1 h 30 par semaine.
Début des cours : lundi 25 mai ou jeudi 28 mai (adulte) et samedi 30 mai (junior) En cas de pluie les cours sont repris la semaine suivante.
Ratio : 8 élèves /2 terrains /1 instructeur. Minimum 4 personnes et maximum 8 personnes par cours.

RENCONTRES MATINALES

Pour les lève-tôt intéressés à jouer en double, nous organisons des rencontres matinales du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 10 h. Il n'y a pas de frais pour faire partie de ce groupe et les balles ne sont pas fournies.

CAMP DE JOUR TENNIS (7-12 ans)

Encore cette année, le Club de tennis est fier d'offrir aux résidents de L'Ancienne-Lorette des cours d'initiation au tennis sous forme de camp de jour. Il est possible d'y inscrire votre enfant pour une ou plusieurs semaines durant l'été 2015. Nos animateurs enseignent les notions de base du tennis et encadrent vos enfants durant toute la semaine.

Étant donné que le tennis est un sport assez exigeant physiquement, les enfants feront 3 à 4 heures de tennis par jour, selon la température. Le reste de la journée, plusieurs activités et jeux seront organisés, dont le ping pong, la baignade et plus encore!

Offert en collaboration avec le Programme Vacances-Été (PVE). de l'Ancienne-Lorette, notre camp de jour a le même point de ralliement pour les arrivées et les départs que le PVE, à la Polyvalente. Nos animateurs vont chercher les enfants sur place.

DATES ET COÛTS

Semaine	Dates	Coût
1	29 juin au 3 juillet	160$
2	6 au 10 juillet	160$
3	13 au 17 juillet	160$
4	20 au 24 juillet	160$
5	27 au 31 juillet	160$
6	3 août au 7 août	160$
7	10 au 14 août	160$

- Nombre de participants à chaque semaine : Minimum 6 et maximum 12
- Matériel : Raquettes et balles fournies.
- Ratio : 6 enfants/animateur

INSCRIPTION

Les inscriptions débutent le **1er avril.** Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet du Club de tennis de L'Ancienne-Lorette, au **www.tennis-anc-lorette.com.** Des formulaires papier sont aussi disponibles à l'hôtel de ville et à la bibliothèque Marie-Victorin. Venez nous rencontrer les **11 et 12 avril de 9 h à 13 h** au chalet de tennis, situé à La Hutte, au 1307, rue des Loisirs Est.

MODALITÉS DE PAIEMENT

Le coût total (inscription et ligues) doit être payé pour confirmer votre inscription. Le paiement peut se faire en argent ou par chèque, libellé au nom du Club de tennis L'Ancienne-Lorette. Les chèques postdatés ne sont pas acceptés.

CUEILLETTE DE RAQUETTES USAGÉES

Encore cette année, nous recueillons les dons de raquettes usagées. En échange de votre don, nous vous remettront une boîte de balles. Les raquettes usagées nous permettent d'en prêter aux gens qui désirent s'initier au tennis. Vous permettez ainsi à d'autres personnes de découvrir notre merveilleux sport !

NOTE POUR LES NON MEMBRES

Les citoyens de L'Ancienne-Lorette qui ne sont pas membres du Club peuvent utiliser les terrains de tennis, à condition que ceux-ci soient disponibles. Avant de se rendre, il est obligatoire pour les non membres d'appeler au Club afin de vérifier la disponibilité d'un terrain. **La réservation de terrains est un privilège réservé aux membres du Club. À leur arrivée, les non membres doivent obligatoirement s'enregistrer au local du Club**, situé à la Hutte, où l'animateur leur indiquera le terrain.

INFORMATION

418 872-5025
tennis-ancienne-lorette@hotmail.ca
www.tennis-anc-lorette.com

ASSOCIATION DE SOCCER DU MISTRAL LAURENTIEN

ÉTÉ 2015

INSCRIPTION

Inscriptions dès maintenant pour catégories U04 à U18, senior et adulte ! Les inscriptions se font par Internet, sur le site Internet de l'Association de soccer Mistral Laurentien, au www.mistrallaurentien.com.

MODALITÉS DE PAIEMENT

1. Via le site de transactions en ligne de votre institution financière (Desjardins ou Banque Nationale), en ajoutant le fournisseur « Association de soccer du Mistral Laurentien » et en indiquant le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne.

2. Par la poste, en expédiant un chèque au 1565, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5. Le chèque doit être daté du jour de l'inscription, effectué à l'ordre de ASML et doit contenir le numéro de référence variable fourni lors de votre inscription en ligne.

3. En personne, à nos bureaux, au 1565, rue Turmel. Vous pouvez payer en argent, par paiement direct ou par chèque.

PROGRAMME

Catégorie	Année de naissance	Coût d'inscription (par joueur)	
		LOCAL	A & AA
U04	2011	130$	N / D
U05	2010	130$	N / D
U06	2009	145$	N / D
U07	2008	145$	N / D
U08	2007	170$	N / D
U09	2006	180$	235$
U10	2005	180$	235$
U11	2004	185$	235$
U12	2003	195$	240$
U13	2002	195$	240$
U14	2001	195$	240$
U15	2000	195$	240$
U16	1999	195$	240$
U17	1998	200$	240$
U18	1997	200$	240$
SENIOR A	1996 et avant	N / D	315$
SENIOR AA	1996 et avant	N / D	315$
ADULTE FEMININ	1985 et avant	150$	N / D
ADULTE MIXTE	1985 et avant	155$	N / D

Tarification familiale (3 enfants et plus) : 50% de réduction sur le tarif régulier. La réduction s'applique aux montants les moins élevés.

Catégories U04 à U18 : Le coût indiqué comprend le tarif de base pour les activités de la saison régulière et la participation au camp pré-saison.

L'information diffusée sur le site Internet prévaut à celle indiquée dans ce document.

AUTRES RENSEIGNEMENTS

Les catégories sont contingentées. La priorité est accordée en fonction de l'ordre de réception des inscriptions. Lorsque le maximum de participants par catégorie est atteint, les inscriptions sont placées sur une liste de réserve. Les inscriptions sont conditionnelles à l'implication d'entraîneurs bénévoles pour chacune des équipes.

INFORMATION

Pour plus de détails, consultez le site Internet de l'Association, au **www.mistrallaurentien.com**, ou contactez-nous aux coordonnées ci-dessous.

Mathieu Sachel
418 977-7228, poste 3
info@mistrallaurentien.com

Bibliothèque Marie-Victorin

Une foule d'activités gratuites se déroulent à la bibliothèque Marie-Victorin en avril!

Pour y participer, il suffit de vous procurer un laissez-passer.

INFORMATION
418 641-6142
poste 4

HORAIRE

Lundi	Fermé		
Mardi	9 h 30	à	18 h 30
Mercredi	13 h 30	à	20 h 30
Jeudi	13 h 30	à	20 h 30
Vendredi	13 h 30	à	20 h 30
Samedi	9 h 30	à	16 h 00
Dimanche	9 h 30	à	16 h 00

La bibliothèque Marie-Victorin possède une importante collection de plus de 60 000 volumes, revues et journaux. Découvrez ou redécouvrez le plaisir de bouquiner et profitez d'une programmation d'animation variée.

Bibliothèque Marie-Victorin
1635, rue Notre-Dame
418 641-6142

Éveil à la lecture

*Pour les tout-petits, des contes passionnants racontés par **Mamie Lucie**.*

Bibliobébé
Dimanche 19 avril à 9 h 30 -
Dernière rencontre de la saison
Clientèle : 18 mois à 3 ans
Durée : 45 minutes
Inscription obligatoire au comptoir de prêt. Places limitées.

Heure du conte
Dimanche 19 avril à 10 h 30 -
Dernière rencontre de la saison
Clientèle : 3 à 5 ans
Durée : 60 minutes
Inscription obligatoire au comptoir de prêt. Places limitées.

Biblioconte
Vendredi 3 avril à 9 h -
Autre rencontre le 24 avril
Clientèle : 18 mois à 5 ans
Durée : 60 minutes
Bienvenue aux petits groupes de garderies! Inscription obligatoire une semaine avant l'activité. Places limitées.

Concert

Vagabondage : voyage onirique sur les chemins de l'Europe
Dimanche 12 avril, 11 h

*De la cour d'Espagne au cabaret, découvrez comment les compositeurs classiques revisitent l'Europe en s'inspirent de lieux et de cultures. Paganini, Chostakovitch, Gagnon et bien d'autres vagabondent au son de l'accordéon et de la guitare du **duo Umemoto-Seney** dans un concert lumineux et éclaté!*
Clientèle : Adolescents et adultes
Durée : 60 minutes
Laissez-passer disponibles dès le 4 avril.

Spectacle

Bons baisers de bonbons
Dimanche 12 avril, 13 h 30

*Le méchant Gumfinger s'est introduit dans le Musée National des Friandises pour voler le Cristal de sucre! La directrice, Miss MoneyCandy, et l'agent James Bonbon se lancent à la poursuite du méchant afin de s'introduire dans sa forteresse, mais ils devront surmonter les obstacles rencontrés en chemin! Avec **Animagination**.*
Clientèle : 5 ans et plus
Durée : 45 minutes
Laissez-passer disponibles dès le 4 avril.

Activité littéraire

Les amis du livre
Rencontres pour partager le goût des livres.
Mardi 14 avril, 13 h 30
4e rencontre de la saison
Clientèle : Adultes
Durée : 180 minutes
Lieu : Salle Victor-Laurin

Conférence

La discipline, un jeu d'enfant
Mardi 14 avril, 19 h

*Pour vivre en harmonie avec son enfant, il est primordial d'établir avec lui un solide lien d'attachement et de confiance. L'infirmière et psychothérapeute **Brigitte Racine** mettra en garde contre les effets négatifs des punitions et des récompenses et soulignera les bienfaits de l'action de réparation qui fait appel à ce que l'enfant a de meilleur en lui.*
Clientèle : Adultes
Durée : 120 minutes
Laissez-passer disponibles dès le 4 avril.

Exposition artistique

À fleur de toiles
31 mars au 19 avril

Découvrez l'exposition collective de quatre artistes locaux, membres de la **Société des arts de L'Ancienne-Lorette**, et le processus créatif propre à chacun.

Maison de la culture

La Maison de la culture propose chaque mois une nouvelle exposition et de nombreux ateliers artistiques et culturels pour libérer votre talent créatif.

Découvrez la programmation d'avril!
Toutes les activités sont gratuites.

Maison de la culture de L'Ancienne-Lorette
1268, rue Saint-Paul
418 877-3517
mcal@videotron.ca

Exposition

Art-Monie
1er au 26 avril

Inspirée des titres à succès de Ginette Reno, l'exposition Art-Monie de l'artiste Esther Durand Lepage comporte 25 toiles peintes à l'huile, qui proposent une représentation visuelle des airs populaires de la célèbre chanteuse dans un univers abstrait et parsemé d'éléments de la nature.

Artiste : Esther Durand Lepage
Médiums : huile et techniques mixtes

Entrée libre.

Nouvel horaire dès le 20 avril!

Horaire – Jusqu'au 19 avril				Horaire – À partir du 20 avril			
Lundi	Fermé			**Lundi**	Fermé		
Mardi	Fermé			**Mardi**	Fermé		
Mercredi	13 h	à	16 h	**Mercredi**	13 h	à	20 h
Jeudi	13 h	à	20 h	**Jeudi**	13 h	à	20 h
Vendredi	13 h	à	16 h	**Vendredi**	13 h	à	20 h
Samedi	12 h	à	16 h	**Samedi**	10 h	à	16 h
Dimanche	12 h	à	16 h	**Dimanche**	10 h	à	16 h

Ateliers artistiques

Tous les ateliers sont gratuits! Pour en profiter, remplissez le formulaire d'inscription en ligne, au www.lancienne-lorette.org.

Créer avec Adé
Une foule d'ateliers pour stimuler l'imagination et développer la motricité fine des enfants de 4 à 6 ans.

Dans mon aquarium
Dimanche 19 avril, 11 h à 12 h
Papier de soie et transparence

Le jardin ludique
Dimanche 3 mai, 11 h à 12 h
Création picturale à l'aide d'outils variés

Gourmandises visuelles
Dimanche 31 mai, 11 h à 12 h
Gouache, paillettes et textures

Spécial printemps

Champ printanier
Samedi 2 mai, 10 h à 11 h 30
Médium : gouache
Clientèle : Famille (enfants de 12 ans et moins accompagnés d'un adulte)
Responsable : Maude Lepage

Projet printanier en « scrapbooking »
Samedi 9 mai, 10 h à 11 h 30
Techniques : dessin, découpage et collage
Clientèle : Famille (enfants de 12 ans et moins accompagnés d'un adulte)
Responsable : Linda Roberge

La petite abeille du printemps (2e édition)
Samedi 9 mai, 12 h 30 à 15 h 30
Technique : peinture sur tissus en suivant un modèle
Clientèle : Adultes
Responsable : Manon L'Hérault, artiste

Faux fini sur bois
Samedi 16 mai, 12 h 30 à 15 h 30
Technique : création d'un objet décoratif sur bois
Clientèle : Adultes
Responsable : Manon L'Hérault, artiste

APPEL DE DOSSIERS ARTISTIQUES POUR L'ANNÉE 2016

La Maison de la culture de L'Ancienne-Lorette est à la recherche d'artistes pour combler sa programmation d'expositions de 2016.

DATE LIMITE : VENDREDI 29 MAI 2015, 16 h

VOTRE DOSSIER
Le dossier artistique doit comprendre tous les éléments suivants :

1. Sommaire du projet d'exposition et des besoins techniques (s'il y a lieu);
2. Présentation de l'artiste :
   - curriculum vitae à jour;
   - courte biographie;
   - explication de la démarche artistique;
3. Contenu visuel :
   - maximum de six (6) images d'oeuvres récentes ou en lien avec le projet d'exposition;
   - format JPEG, haute résolution (minimum 180 DPI).

POUR POSTULER
Le dossier artistique doit obligatoirement :
- être gravé sur CD ou DVD;
- être accompagné d'une copie imprimée;
- comprendre une enveloppe préadressée et préaffranchie (facultatif).

ADRESSE D'ENVOI : Maison de la culture de L'Ancienne-Lorette
1268, rue Saint-Paul
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 1Z3

INFORMATION :
Claudia O'Kell, coordonnatrice culturelle
418 877-3517 mcal@videotron.ca

Service des travaux publics

Opération hivernale

Réglementation en vigueur jusqu'au 15 avril

Jusqu'au mercredi 15 avril, lorsqu'une alerte *Opération hivernale* est en vigueur pour une zone, le stationnement de nuit y est interdit de 22 h à 6 h. Il est de votre responsabilité de surveiller les alertes pour votre zone et de les respecter.

Surveillez les alertes

Restez informés! Chaque jour, vérifiez si une alerte est en vigueur pour votre zone. Les alertes sont données au plus tard à 19 h pour l'interdiction de stationner du soir même.

Téléphone : 418 872-9817
Internet : www.lancienne-lorette.org, sous l'onglet *Opération hivernale*
Alertes courriel : abonnez-vous aux alertes courriel, en visitant le www.lancienne-lorette.org

Collecte des objets encombrants

Le 1er lundi du mois

Pour vous départir d'objets volumineux, vous pouvez faire appel au service de collecte à domicile. Vous devez en faire la demande auprès du Service des travaux publics, par téléphone, au 418 872-8450, ou par courriel, à info@ville.lancienne-lorette.qc.ca, au plus tard le vendredi midi précédant la collecte.

Les objets doivent être déposés en bordure de votre entrée (à moins de deux mètres de la chaussée), au plus tôt le soir précédant la collecte et au plus tard à 7 h le jour même de la collecte.

Collecte des résidus verts

Lundis 20 et 27 avril et 4 et 11 mai

La fonte des neiges et l'arrivée du beau temps riment avec entretien printanier du terrain. La collecte des résidus verts, qui reprend le lundi 20 avril, vous permet de disposer des matières suivantes : Branches et brindilles
Feuilles
Fleurs fanées
Gazon
Mauvaises herbes

Sacs autorisés

Afin d'éviter toute confusion avec les ordures, les résidus verts doivent être déposés dans des sacs en papier, transparents ou orange.

Sacs interdits

Les sacs verts ou noirs ne sont pas permis.

Comment disposer de ces matières en dehors des périodes de collecte?

La collecte des résidus verts s'effectue au printemps et en automne seulement. Durant l'été, aucune collecte des résidus verts n'est effectuée. En dehors de ces périodes, vous pouvez disposer de vos résidus verts en optant pour l'un ou l'autre des moyens suivants :

- Les composter
- Les conserver jusqu'à la prochaine collecte
- Les jeter aux ordures **(sauf le gazon)**

Rappel utile! Il est **interdit de déposer votre gazon aux ordures**, sous peine d'amende. Le gazon n'est pas accepté dans les écocentres, sauf à celui de Jean-Talon, moyennant des frais. Nous vous encourageons à pratiquer l'herbicyclage, qui consiste à laisser l'herbe coupée sur votre terrain. Une solution pratique et bénéfique pour l'environnement!

Collecte des branches

1er et 3e lundis du mois, dès le 4 mai

La collecte des branches reprendra dès le lundi 4 mai.

Pour obtenir ce service, vous devez en faire la demande auprès du Service des travaux publics, par téléphone, au 418 872-8450, ou par courriel, à info@ville.lancienne-lorette.qc.ca, au plus tard le vendredi midi précédant la collecte.

Écocentres

Cinq écocentres sont mis à votre disposition pour disposer de vos matières résiduelles. En y déposant vos matières, vous posez un geste important pour l'environnement, puisque la majorité des matières apportées peuvent être valorisées, recyclées ou réutilisées!

Écocentre Hêtrière
3381, rue de l'Hêtrière
418 877-2614

Nouvel horaire dès le 15 avril!

Horaire – Jusqu'au 14 avril	
Lundi	Fermé
Mardi	Fermé
Mercredi	Fermé
Jeudi	12 h à 20 h
Vendredi	8 h à 20 h
Samedi	8 h à 17 h
Dimanche	8 h à 17 h

Horaire – À partir du 15 avril	
Lundi	Fermé
Mardi	Fermé
Mercredi	12 h à 22 h
Jeudi	12 h à 22 h
Vendredi	8 h à 22 h
Samedi	8 h à 17 h
Dimanche	8 h à 17 h

Pour connaître les coordonnées et les heures d'ouverture des autres écocentres, ainsi que la liste des matériaux, matières et objets acceptés, consultez le www.lancienne-lorette.org.

Rinçage du réseau d'aqueduc

Au cours des mois d'avril et de mai, le Service des travaux publics procèdera au rinçage du réseau d'aqueduc.

Ces travaux de rinçage peuvent occasionner le détachement de particules de rouille fixées à la paroi des tuyaux et provoquer la coloration brunâtre de l'eau. L'eau demeure potable, mais elle peut tacher les vêtements. Afin de l'éviter, nous vous conseillons de laisser couler l'eau pendant quelques minutes, ou jusqu'à ce qu'elle redevienne à nouveau limpide, avant d'effectuer votre lavage.

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec le Service des travaux publics, au 418 872-8450.

Nettoyage des rues

Le nettoyage printanier des rues et trottoirs sera effectué au cours du mois d'avril, durant environ quatre semaines. Ces travaux seront réalisés entre 6 h et 22 h, du lundi au vendredi.

CALENDRIER DES COLLECTES

AVRIL 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

MAI 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18 Collecte des branches reportée au 19 mai	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

La collecte des ordures ménagères est effectuée chaque semaine, le mercredi, jeudi ou vendredi, selon la journée habituelle de chaque secteur.

La collecte des objets encombrants est effectuée tous les mois, le premier lundi du mois. Pour obtenir ce service, vous devez en faire la demande par téléphone, au 418 872-8450, ou par courriel, à info@ville.lancienne-lorette.qc.ca

La collecte des branches s'effectue les 1er et 3e lundis du mois, de mai à novembre. Pour obtenir ce service, vous devez en faire la demande par téléphone, au 418 872-8450, ou par courriel, à info@ville.lancienne-lorette.qc.ca

La collecte des matières recyclables est effectuée aux deux semaines, le mercredi, jeudi ou vendredi, selon la journée habituelle de chaque secteur.

La collecte printanière des résidus verts (branches et brindilles, feuilles, fleurs fanées, gazon, mauvaises herbes) s'effectue les lundis 20 et 27 avril et 4 et 11

Offre d'emploi

INSPECTRICE OU INSPECTEUR EN BÂTIMENT ADJOINT

Un (1) poste temporaire (période estivale) – Temps plein

La Ville de L'Ancienne-Lorette est à la recherche d'une personne responsable et qualifiée pour combler un poste d'inspectrice ou inspecteur en bâtiment adjoint.

Sommaire de la fonction :

Sous l'autorité du supérieur immédiat (directeur du Service de l'urbanisme), le rôle principal et habituel de la personne salariée consiste à communiquer au public et aux professionnels la règlementation en urbanisme, à traiter et analyser les demandes de permis en établissant les coûts exigibles, à vérifier la compatibilité des documents déposés et des données du dossier avec la règlementation en vigueur, à produire divers croquis et rapports de suivi, à effectuer un traitement des plaintes et à s'assurer du bon déroulement de certains programmes reliés au domaine de la construction. L'emploi comporte également divers travaux de saisie de données sur les logiciels appropriés, la production de divers rapports statistiques périodiques et le classement de tous les documents du Service.

Sommaire des responsabilités :

- Expliquer les différentes règlementations en matière d'urbanisme aux citoyens et professionnels (arpenteurs, avocats, architectes, évaluateurs, etc.);
- Recevoir, monter les dossiers, étudier et traiter les plaintes formulées par les citoyens;
- Effectuer des inspections en regard de la règlementation applicable;
- Répondre aux demandes des citoyens en personne, au téléphone et par courriel;
- Recevoir, traiter et analyser les demandes de permis pour son supérieur;
- Compiler des données et effectuer l'archivage et le traitement statistique selon les besoins du service;
- Rédiger des rapports d'inspection, des avis et des constats d'infraction;
- Effectuer toute autre tâche connexe.

Exigences :

- Formation en urbanisme, en inspection de bâtiment, en architecture, en génie civil ou toute autre formation jugée pertinente;
- Bonne connaissance en urbanisme, en règlementation municipale et en architecture;
- Être capable de lire et de comprendre des plans;
- Posséder un véhicule et détenir un permis de conduire valide;
- Très bon français écrit et parlé.

Qualités personnelles recherchées :

- Faire preuve d'autonomie et d'un sens développé des responsabilités;
- Bonne présentation, diplomatie et tact pour le contact avec les citoyens.

Conditions :

- Temps plein 35 heures semaine, de la mi-mai à la mi-septembre (approximativement);
- Salaire : 15,55 $ / heure.

Candidature :

Les personnes intéressées sont priées de faire parvenir leur candidature, en prenant soin d'indiquer le poste pour lequel elles désirent postuler, à Jean-Sébastien Bussière, directeur du Service de l'urbanisme, par courriel, à jean-sebastien.bussiere@ville.lancienne-lorette.qc.ca, ou via le site Internet, au www.lancienne-lorette.org, **au plus tard le 10 avril 2015 à 16 h 30.**

Service de l'urbanisme

GARAGES ET ABRIS D'AUTO TEMPORAIRES

Le printemps est arrivé! Il est temps de démonter et de ranger les garages et abris d'auto temporaires. Ils sont autorisés jusqu'au 15 avril.

Défi Santé 5/30 Équilibre

Défi Santé 5 30 Équilibre — Municipalités et familles

Citoyens de L'Ancienne-Lorette, relevez le Défi Santé 5/30 Équilibre !

Ville de L'Ancienne-Lorette

PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS JUSQU'AU 11 AVRIL 2015

Toutes les activités sont gratuites!
Aucune inscription requise.

Dimanche 29 mars	Lundi 30 mars	Mardi 31 mars	Mercredi 1er avril	Jeudi 2 avril	Vendredi 3 avril	Samedi 4 avril
Bain libre pour tous 19 h à 20 h *Aquagym*	**Bain libre pour tous** 12 h 15 à 13 h 15 *Aquagym*	**Bain en longueur** 12 h 15 à 13 h 15 *Aquagym* **Bain familial** 16 h 30 à 17 h 25 *Aquagym*	**Zumba pour débutants** 19 h à 19 h 50 *École Saint-Charles*	**Bain en longueur** 12 h 15 à 13 h 15 *Aquagym*	**Bain libre pour tous** 19 h 25 à 20 h 25 *Aquagym*	**Bain en longueur** 15 h 40 à 16 h 45 *Aquagym* **Bain libre pour tous** 19 h 15 à 20 h 50 *Aquagym*
Dimanche 5 avril	**Lundi 6 avril**	**Mardi 7 avril**	**Mercredi 8 avril**	**Jeudi 9 avril**	**Vendredi 10 avril**	**Samedi 11 avril**
Bain 50 ans et plus 14 h 15 à 15 h 10 *Aquagym*	**Bain en longueur** 20 h 35 à 21 h 45 *Aquagym*	**Basket-ball parents-enfants** 19 h à 20 h *École le Ruisselet*	**Bain libre pour tous** 12 h 15 à 13 h 15 *Aquagym* **Bain en longueur** 20 h 35 à 21 h 45 *Aquagym*	**Bain en longueur** 12 h 15 à 13 h 15 *Aquagym*	**Bain libre pour tous** 12 h 15 à 13 h 15 *Aquagym*	**Bain en longueur** 15 h 40 à 16 h 45 *Aquagym*

Clubs et organismes

CERCLE DE FERMIÈRES DE L'ANCIENNE-LORETTE

RÉUNION MENSUELLE
Jeudi 9 avril, 19 h
Centre communautaire 1 (Chevaliers de Colomb)
1302, rue des Loisirs Est

Nous vous attendons en grand nombre!

INFORMATION
Sylvie Langevin, présidente
418 204-0893

APPRENTIS DE LA COUTURE

CONFECTION D'UN SUPPORT POUR LES ÉPINGLES À LINGE EN FORME DE ROBE
Lundi 9 mars, 13 h à 15 h 30
Coût : 4 $
Inscription requise au 418 872-7690.

CONFECTION DE VÊTEMENTS POUR LES ENFANTS DÉFAVORISÉS
Lundi 23 mars, 9 h 30 à 15 h 30
Base en couture requise.

DONS DE TISSUS, FILS ET FOURNITURES
Nous recueillons les dons de tissus neufs, plus particulièrement de tricots de coton, de fils et de fournitures, afin de confectionner des vêtements pour les enfants défavorisés de la région de Québec. Notre local est situé au 1565, rue Turmel, porte 3, à L'Ancienne-Lorette.

INFORMATION
Claire Faucher
418 872-7690

CHANTELAIT – GROUPE DE SOUTIEN À L'ALLAITEMENT

RENCONTRES POSTNATALES PARLONS-LAIT
Mardis 14 et 28 avril, 13 h 30 à 15 h 15
Local de Chantelait, au 1600, rue Notre-Dame, à L'Ancienne-Lorette

Les rencontres postnatales *Parlons-Lait* offrent l'occasion d'échanger avec d'autres mamans qui allaitent, de poser des questions à la consultante en lactation qui anime la rencontre et de créer des liens. Bienvenue aux bébés allaités et à leur famille !

Coût : Gratuit.
Inscription nécessaire.

SOIRÉES D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT
Jeudis 16 et 23 avril, 19 h à 21 h
Local de Chantelait, au 1600, rue Notre-Dame, à L'Ancienne-Lorette

Au cours des soirées d'information sur l'allaitement, plusieurs thèmes sont abordés dont les avantages de l'allaitement, les positions, le retour à la maison, le sevrage, l'expression du lait et sa conservation.

Ces rencontres se veulent également une occasion de partage et d'échange entre les parents qui souhaitent en connaître davantage sur le sujet.

Coût : 25$ (ou 40$ avec fiches-conseils sur l'allaitement, 100 pages)
Inscription nécessaire.

SERVICE D'ASSISTANCE TÉLÉPHONIQUE
Des bénévoles sont disponibles pour répondre aux questions concernant l'allaitement et les services offerts par Chantelait sept jours sur sept, de 8 h à 21 h.

INFORMATION ET INSCRIPTION
418 877-5333
chantelait@videotron.ca
www.chantelait.org

SERVICE D'ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE RAYON DE SOLEIL

RAPPORTS D'IMPÔTS
11 mars au 16 avril - Mercredi et jeudi seulement
Les citoyens éligibles peuvent bénéficier d'un service gratuit pour compléter leurs rapports d'impôts.

Les rapports sont complétés par des bénévoles. Vous devez avoir vos avis de cotisation en main. Pour connaître les critères d'admissibilité, contactez Rayon de Soleil aux coordonnées ci-dessous.

INFORMATION
Rayon de Soleil 418 871-7055

CHEVALIERS DE COLOMB CONSEIL 4246 ANCIENNE-LORETTE

MARCHE DU VENDREDI SAINT
Vendredi 3 avril, 14 h 15
Départ de l'église

RÉUNION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
Mardi 7 avril, 19 h 30

DÉJEUNER DU COMITÉ FÉMININ
Dimanche 12 avril, 9 h à 11 h 30
Bienvenue à toute la population !
Coût : 6$

ASSEMBLÉE RÉGULIÈRE DES MEMBRES
Mardi 21 avril, 19 h 30

SOUPER DE LA LIGUE DES SACS DE SABLE
Samedi 25 avril, 18 h
Souper pour souligner le 25e anniversaire d'existence

INFORMATION
Conrad Verret, Grand Chevalier
418 872-1383
verret.c@videotron.ca

ASSOCIATION FÉMININE D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE

RENCONTRE MENSUELLE
Mercredi 15 avril, 19 h 15
Sous-sol de l'église Notre-Dame de l'Annonciation de L'Ancienne-Lorette
1625, rue Notre-Dame

L'Afeas se réunie le 3e mercredi de chaque mois. Lors des rencontres, des thèmes proposés par les membres lors du congrès annuel sont étudiés. Également, discussions et réponses aux questions sur différents sujets d'actualité.

INFORMATION
Raymonde Nepton
581 450-7298
neptonr@hotmail.com
www.afeas.qc.ca

CLUB DES AÎNÉS DE L'ANCIENNE-LORETTE

JEUX DE CARTES
Tous les mardis, 13 h à 16 h

BINGO ET JEUX DE CARTES
Tous les jeudis, 13 h à 16 h

SOIRÉES DE DANSE
Tous les vendredis, 19 h 30 à 23 h
Danse au son de l'Orchestre Les Dynamiques Les Laurentiens, sous la direction musicale de M. André Gosselin, suivie d'un buffet.

Coût : 8 $ pour les membres et 10 $ pour les non membres.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
Jeudi 21 mai, 13 h à 16 h
Détails à venir dans le prochain Lorettain.

Les cartes de membres sont disponibles au local du Club des aînés les mardis et les jeudis, de 13 h à 16 h.

INFORMATION
Élisabeth Goupil : 418 872-8203
Jean-Pierre Marcotte : 418 614-1277

CLUB OPTIMISTE

RÉUNION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
Mardi 7 avril, 19 h

DÉJEUNER DU CLUB OPTIMISTE
Dimanche 12 avril, 9 h 30

INFORMATION
Patricia Keable
581 981-4794
patriciakeable@hotmail.com

CLUB ROTARY DE L'ANCIENNE-LORETTE

DÉJEUNER HEBDOMADAIRE
Tous les vendredis, 7 h 30
Restaurant Mikes de L'Ancienne-Lorette (boulevard Hamel)

INFORMATION
418 871-1410
www.rotary-al.org

TABLE DES SAINES HABITUDES DE VIE DE L'ANCIENNE-LORETTE

Saviez-vous que la Table des saines habitudes de vie de L'Ancienne-Lorette possède une page *Facebook* ?

Chaque semaine, plusieurs articles, conseils, nouvelles et actualités qui traitent de saine alimentation ou encore de l'activité physique y sont publiés. Voilà une bonne façon de vous informer sur le monde des saines habitudes de vie! Visitez et aimez notre page en grand nombre!

Prenez plaisir à bouger plus et manger mieux!

CLUB TOASTMASTERS DES INGÉNIEUX DE L'ANCIENNE-LORETTE (CTIQ)

PROGRAMME DE FORMATION TOASTMASTERS
Tous les lundis, 19 h à 20 h 30
Local la Hutte

Venez apprendre à parler en public! Le programme de formation Toastmasters permet de vous familiariser avec la prise de parole devant un groupe et d'accroître par la pratique vos aptitudes en communication et en leadership.

INFORMATION
Richard Roger 418 871-1156
Michel Damico 418 569-8231
Damien Thibodeau 418 877-2005
www.ctiq.ca

TROUPE DE THÉÂTRE LES GRANDS ENFANTS

EXPOSITION *LES GRANDS ENFANTS S'EXPOSENT* !
17 avril au 20 juin
Centre communautaire de L'Ancienne-Lorette
1302, rue des Loisirs Est

La troupe de théâtre les Grands Enfants célèbre cette années ses 25 ans d'existence. Découvrez les facettes de sa grande aventure, qui s'est déroulée ici-même, au cœur de L'Ancienne-Lorette! Parfois semé d'embûches, son parcours est une saga captivante aux épisodes imprévisibles, qui mérite d'être connue.

Coût : Gratuit, entrée libre.

INFORMATION
info@lesgrandsenfants.com

CONCERTS DES HAUTS-CLOCHERS

CONCERT *CENT MILLE CHANSONS* DE MARIE-HÉLÈNE THIBERT
Vendredi 24 avril
Église Notre-Dame-de-l'Annonciation
Cout : 35$
Gratuit pour les enfants de 12 ans et moins accompagnés d'un adulte.

Finaliste de la première édition de Star Académie en 2003, Marie-Hélène Thibert a su gagner le cœur du public par la profondeur de ses interprétations. Onze ans se sont écoulés depuis son passage de à Star Académie et force est d'admettre que la jeune fille timide a fait place à une femme mature et beaucoup plus confiante. C'est à un concert à l'image de son évolution qu'elle vous convie.

ACHAT DE BILLETS
Presbytère : 418 872-1441
Billetech : 418 643-8131
Pharmacie Jean Coutu située au 6385, boulevard Wilfrid-Hamel
Pharmacie Jean Coutu située au 1875, rue Notre-Dame

INFORMATION
www.nddaparoisse.org, sous Concerts des Hauts-Clochers

CORPORATION DE LA CHAPELLE NOTRE-DAME-DE-LORETTE

La Corporation de la chapelle Notre-Dame-de-Lorette a maintenant son site web! Voici son adresse : www.ccndl.com.

Visitez notre site Internet dès maintenant pour en apprendre davantage sur l'origine de la corporation, ses buts, ses réalisations et ses partenaires. Vous y trouverez également de l'information sur Loreto en Italie, le père Chaumonot, la chapelle Notre-Dame-de-Lorette-en-Canada qu'il a fait bâtir en 1674 et les fouilles archéologiques de 1983 et 2013.

INFORMATION
Lucie Savard
418 872-2172
www.ccndl.com

CLUB LIONS DE L'ANCIENNE-LORETTE

SOUPER MENSUEL
Mercredi 1er avril, 17 h 30

RÉUNION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
Mercredi 15 avril, 19 h

COLLECTE DE LUNETTES USAGÉES
Les dons de lunettes usagées peuvent être déposés dans les boîtes spécialement identifiées et prévues à cet effet dans les pharmacies et les bureaux des optométristes de L'Ancienne-Lorette.

INFORMATION
418 871-0766

CONFÉRENCE SAINT-VINCENT DE PAUL DE L'ANCIENNE-LORETTE

MARCHÉS AUX PUCES
Mardis 14 et 28 avril, 18 h 30 à 20 h 30
1305, rue des Loisirs Est (près du complexe sportif)
Vente de meubles, bicyclettes, jouets, vaisselle, vêtements, livres, bijoux et plus encore.

Mardi 21 avril, 13 h à 15 h 30
1305, rue des Loisirs Est (près du complexe sportif)
Ouverture du vestiaire pour la vente de vêtements.

DONS D'OBJETS, DE JOUETS ET DE VÊTEMENTS
Nous recueillons à notre local les dons de toutes sortes : vaisselle, vêtements, bijoux, jouets, films, musique, petits électroménagers, articles de sports, livres, etc.

Les dons de vêtements peuvent également être déposés dans les contenants disposés au local de la Conférence Saint-Vincent de Paul, rue des Loisirs, à l'arrière du Jean Coutu, rue des Patriotes, ainsi qu'à l'arrière de la bibliothèque.

Merci pour vos dons!

DONS DE MEUBLES ET D'ÉLECTROMÉNAGERS
La cueillette de meubles et d'électroménagers s'effectue les lundis, mercredis et vendredis, en avant-midi. Nous avons notamment besoin de laveuses et de réfrigérateurs. Si vous désirez faire un don, veuillez laisser un message au 418 874-0101.

HEURES D'OUVERTURE
Département de meubles : tous les lundis, mercredis et vendredis, de 8 h 30 à 10 h 30

Merci pour votre collaboration à la cause des démunis. L'argent recueilli nous permet de subvenir aux besoins de plusieurs familles de la paroisse.

INFORMATION
418 874-0101

CLUB DE KARATÉ KYOSHINDO DE L'ANCIENNE-LORETTE

COMPÉTITION DE KARATÉ
Samedi 11 avril, 11 h à 16 h
Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (gymnase)

Coût : 5 $ par adulte (15 ans et plus) et 3 $ par jeune (14 ans et moins)

INFORMATION
Michelle Painchaud 418 871-7334

Conseil municipal

MAIRE

Émile Loranger
418 872-9811

CONSEILLERS

District
Saint-Jacques (1)
Josée Ossio
418 871-0758

District
Notre-Dame (2)
André Laliberté
418 864-7545

District
Saint-Paul (3)
Gaétan Pageau
418 877-4378

District
Saint-Olivier (4)
Yvon Godin
418 871-7774

District
Saint-Jean-Baptiste (5)
Sylvie Papillon
418 977-4028

District
des Pins (6)
Sylvie Falardeau
418 872-6949

Services municipaux

Direction générale		418 872-9811
Donald Tremblay, directeur général adjoint - administration		418 872-9811
André Rousseau, directeur général adjoint - opérations		418 872-8450
Service de la trésorerie	Ariane Tremblay	418 872-9811
Service de l'urbanisme	Jean-Sébastien Bussière	418 872-9811
Service des loisirs et de l'information	Martin Blais	418 872-9811
Service des travaux publics	André Rousseau	418 872-8450
Service du greffe	Me Claude Deschênes	418 872-9811
Bibliothèque Marie-Victorin	Nicole Gauthier	418 641 6142
Aquagym		418 614-1907

Autres services

Complexe sportif multidisciplinaire (aréna)		418 877-3000
Protection des animaux		418 840-1000
Comité consultatif d'urbanisme	Jean Bédard	418 872-7689

Organismes

Les organismes jouent un rôle prépondérant dans la vie sociale, culturelle et communautaire. Ils apportent une importante contribution à l'organisation et à l'animation des activités de loisirs pour tous les groupes d'âge et sont le reflet du dynamisme du milieu.

ARTS ET CULTURE

Club photo	Pierre Villeneuve	418 572-0923
Club Toasmasters des Ingénieux	Richard Roger	418 871-1156 **ctiq.ca**
Groupe Rythmoson	Jean-Yves Déry	418 621-0865 **rythmoson.com**
Société des arts de L'Ancienne-Lorette	Olivier Lord	**communications.salal@gmail.com**
Société d'histoire de L'Ancienne-Lorette	Armand Labbé	418 871-4588
Temps-Danse	Annie Fournier	418 861-9081
Troupe de Théâtre les Grands enfants	Danielle Grondin	418 666-0367

CLUBS SOCIAUX

Club Lions	Richard Dufour	418 871-0766
Club Optimiste	Danielle Duchaine	418 624-4103
Club Richelieu	Jacques Goulet	418 829-3037
Club Rotary	Fernand Lemay	418 871-1410

SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE

Apprentis de la couture	Claire Faucher	418 872-7690
Association féminine d'éducation et d'action sociale (A.F.É.A.S)	Line Houle	418 843-5801
	Louisette G. Asselin	418 871-0300
Association des gens d'affaires	Vincent Bérubé	418 255-8803
Cercle de fermières	Sylvie Langevin	418 204-0893
Chantelait inc.	Martine Picard	418 877-5333
Chevaliers de Colomb	Conrad Verret	418 872-1383
Conférence Saint-Vincent de Paul	Jacquelin Bureau	418 874-0101
Corp. de la chapelle Notre-Dame-de-Lorette	Lucie Savard	418 872-2172
Corps de Cadet 2846 Richelieu	Unité	418 872-4051
	Cynthia Bruneau	418 558-7516
Escadron 921 L'Ancienne-Lorette	Patrick Bégin	418 654-9210
Groupe Scout	Annie Wood	418 704-4182
La Maison des jeunes Le Repère	Éric Gingras	418 871-2819
Les Aînés de L'Ancienne-Lorette (FADOQ)	Jean-Pierre Marcotte	418 614-1277
Mouvement Couple et Famille	Suzie Roy	418 871-7339
Service d'entraide Rayon de Soleil	Mélanie Sanschagrin	418 871-7055

SPORTS ET PLEIN AIR

Association de ringuette	Manon Audet	418 843-9652
Association des sports de balle	Nathalie D'Amours	418 561-2363 **vbal.qc.ca**
Association de soccer du Mistral Laurentien	Steve Gauvin	418 977-7228 **mistrallaurentien.com**
Club cycliste Vélorette	Marie Blanchard	418 871-9647 **velorette.com**
Club de patinage artistique	Suzanne Beaudoin	418 261-8754
Club de patinage sportif	Charles Thibeault	418 877-3504
Club de tennis	Yvan Ernould	418 872-5025 **tennis-anc-lorette.com**
Hockey L'Ancienne-Lorette (HAL)	Secrétariat	418 877-0080 **halmustangs.qc.ca**
Karaté Kyoshindo	Michelle Painchaud	418 871-7334 **karatekyoshindo.com**

Le LORETTain
JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

Dépot légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Conception : Le Journal de L'Ancienne-Lorette
Tirage : Plus de 9 000 exemplaires

Le Lorettain est un périodique publié 11 fois par année par la Ville de L'Ancienne-Lorette et distribué gratuitement dans tous les foyers de L'Ancienne-Lorette.

Toute information pour Le Lorettain doit être acheminée à :
Ville de L'Ancienne-Lorette
1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5
Tél. : **418 872-9811**

L'utilisation des termes génériques masculins est faite dans le but d'alléger le texte et ne comporte aucune discrimination