

Le LORETTAIN

JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

Mot du maire



RAPPORT DU MAIRE SUR LA SITUATION FINANCIÈRE

Madame,
Monsieur,

C'est déjà la période où nous devons envisager la préparation du budget. La loi prévoit que le maire doit faire rapport à la population sur la situation financière de la municipalité dont il a la charge, ce que je m'empresse de faire par cet article de notre journal.

2014

Pour l'année 2014, dont les états financiers ont été déposés en avril dernier, les finances de la Municipalité se résumaient ainsi :

- Une augmentation des taxes de 2,9 % par rapport à l'année précédente;
- Un surplus budgétaire de 164 856 \$;
- Notre surplus accumulé au 31 décembre 2014 était de 5 616 287 \$;
- Notre quote-part d'agglomération était de 14 411 063 \$ et est toujours en contestation juridique;
- Nos immobilisations 2014 ont totalisé 2 207 825 \$, dont les principales sommes ont été investies ainsi:
 - réfection des rues Saint-Gérard et Valets;
 - plan d'intervention;
 - achat d'équipements divers;
 - aménagement de bâtiments;
 - diverses réparations.

Rapport de l'auditeur

Le rapport financier 2014, pour l'exercice qui se termine le 31 décembre, a été déposé par la trésorière au conseil municipal en date du 28 avril 2015, dans le respect de la loi. Il était accompagné du rapport de l'auditeur indépendant. Selon l'avis de ce dernier, les états financiers donnent, dans tous leurs aspects significatifs, une image fidèle de la situation financière de la Ville au 31 décembre 2014, ainsi que des résultats de ses activités, de la variation de ses actifs financiers nets (de sa dette nette) et de ses flux de trésorerie, conformément aux normes comptables canadiennes pour le secteur public.

2015

Pour 2015, un budget de 29 817 500 \$ a été adopté, ce qui a nécessité une augmentation des taxes de **3,9 %** essentiellement due aux éléments suivants :

Hors de notre contrôle

1. Une coupure imprévue de 300 M\$ imposée par le gouvernement provincial dans le pacte fiscal (pour 0,4 % d'augmentation de taxes);
2. Notre quote-part d'agglomération de 15 077 221 \$ (pour 2,2 % d'augmentation de taxes);

Sous notre contrôle

3. L'inflation de nos dépenses de fonctionnement a pu être limitée à 0,7 %;
4. La décision d'investir davantage dans le paiement comptant de nos immobilisations (0,6 %).

C'est donc dire que, sur la hausse de **3,9 %** imposée à nos payeurs de taxes, seulement **1,3 %** est relié aux opérations locales, le reste étant hors de notre contrôle.

C'est d'ailleurs pour éviter de tels abus que la Ville de L'Ancienne-Lorette a entrepris des procédures judiciaires pour corriger les excès de facturation de l'agglomération de Québec et que notre implication à l'Union des municipalités du Québec (UMQ) vise à contrer l'empressement du gouvernement provincial à refiler ses factures aux villes sous prétexte d'équilibrer son budget.

En date de ce jour, la Ville a procédé à des investissements en immobilisation totalisant 1 292 173 \$ pour les travaux suivants :

• Agrandissement de l'hôtel de ville	534 126 \$
• Amélioration des bâtiments	52 188 \$
• Équipements divers	330 332 \$
• Aménagement des infrastructures	201 591 \$
• Véhicules	88 332 \$
• Site Internet	36 301 \$
• Ameublement de bureau	49 303 \$

Notre surplus accumulé sera d'environ 5,3 M\$ au 31 décembre 2015, incluant celui de l'année en cours qui est estimé à 118 000 \$.

Notre dette :

Notre surplus budgétaire a diminué en comparaison de ceux enregistrés dans le passé, mais cela s'explique par notre faible taux d'endettement qui a été encore réduit en 2015 puisque :

Dette à la charge des contribuables :

- 31 décembre 2014	19 972 000 \$
- 31 décembre 2015	18 750 000 \$ (estimation)

Contrats municipaux

Afin de se conformer à l'article 474,1 de la *Loi sur les cités et villes*, la liste des contrats de 2 000 \$ et plus accordés à un même fournisseur, lorsque ces contrats comportent une dépense de plus de 25 000 \$, ainsi que la liste de tous les contrats de plus de 25 000 \$, ont été déposées au conseil municipal et sont disponibles au Service de la trésorerie.

Rémunération des élus (es)

• Le maire :	salaire de base :	81 187 \$
	allocation de dépenses :	15 976 \$
• Les conseillers (ères)	salaire de base :	17 861 \$
	allocation de dépenses :	8 931 \$

2016

Les orientations budgétaires pour la prochaine année sont de garantir que nos payeurs de taxes puissent être respectés dans leur capacité de payer tout en conservant des services municipaux de haute qualité.

Le plan triennal d'immobilisation sera essentiellement concentré sur les réparations de rues et le maintien de nos équipements d'entretien et devrait représenter une moyenne de 2 M\$ par année.

Merci de votre confiance et de votre appui.

Le maire,

Émile Loranger, ing.

OPÉRATION HIVERNALE

Surveillez les alertes!
Page 14

ACTIVITÉS DE LOISIRS

Découvrez la programmation de la session d'hiver
Page 17

SÉANCE DU CONSEIL

Mardi 24 novembre, 20 h
Hôtel de ville

Service des loisirs



HORAIRE DES BAINS LIBRES

- 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, enfant(s) accompagné(s) d'adulte(s)
- 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

14 septembre au 6 décembre 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 10 Bain pour tous	12 h 15 à 13 h 10 Bain en longueur	12 h 15 à 13 h 10 Bain 50 ans +	12 h 15 à 13 h 10 Bain en longueur	12 h 15 à 13 h 10 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 45 à 17 h 40 Bain familial		16 h 45 à 17 h 40 Bain familial	19 h 30 à 20 h 30 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 45 à 21 h 45 Bain en longueur		20 h 45 à 21 h 45 Bain en longueur		20 h 40 à 21 h 45 Bain en longueur		20 h 10 à 21 h 20 Bain en longueur

Horaires sujet à changement sans préavis. Consultez notre site Internet à lancienne-lorette.org.



COMPLEXE SPORTIF MULTIDISCIPLINAIRE

HORAIRE DU PATINAGE LIBRE Novembre 2015

JOUR	HEURES	GLACE
DIMANCHE	13 h à 14 h 30	GLACE B
LUNDI	12 h à 13 h 30	GLACE A
JEUDI	18 h 30 à 20 h	GLACE B
VENDREDI	12 h à 13 h 30	GLACE A

- Accès gratuit
- Ouvert à tous
- Port du casque recommandé

INFORMATION
418 877-3000

Avis important

MISE EN GARDE CONTRE LA FAUSSE REPRÉSENTATION

Depuis quelques semaines, des individus se présentent dans les résidences de L'Ancienne-Lorette pour faire la vente de divers produits et services, principalement dans le domaine de la sécurité incendie. Lors de la sollicitation, certaines entreprises peuvent laisser croire être à l'emploi de la Ville ou mandatées par celle-ci.

Dans ce contexte, nous tenons à vous informer que la Ville de L'Ancienne-Lorette **n'a mandaté aucune entreprise à des fins d'inspection, de vente ou de réparation d'extincteurs, ni à une quelconque autre fin, dans les résidences de son territoire.**

La Ville de L'Ancienne-Lorette ne mandate jamais d'individus ou d'entreprises pour la représenter, ni pour faire la vente de biens ou de services en son nom. Par le fait même, si vous êtes sollicités par des entreprises qui désirent vous vendre des biens ou services, vous êtes invités à faire preuve de vigilance.

Porter plainte

Pour signaler la visite de vendeurs itinérants suspects ou de toute entreprise qui pourrait se présenter faussement, en personne ou par téléphone, **nous vous invitons à composer le 9-1-1**. Le centre d'urgence 9-1-1 est chargé de compiler les plaintes dans ce dossier et de les transmettre aux enquêteurs du Service de police.

S'abonner à l'infolettre

Bien que de telles situations soient malheureuses, les nouvelles technologies nous permettent d'y réagir rapidement en prévenant la population par courriel. Pour demeurer à l'affût des situations d'urgence et des actualités de la Ville de L'Ancienne-Lorette, il suffit de vous inscrire à l'infolettre en visitant notre site Internet, à lancienne-lorette.org.

Santé et vie active

Cuisine santé

Adoptez un mode de vie sain grâce à des recettes santé savoureuses et simples à réaliser!

Raviolis aux tomates fraîches

Cette recette simple et rapide est proposée par le **CPE des Belles-Rivières**. Une recette délicieuse, idéale pour les soirs pressés!

Portions : 4 à 6 Cuisson : 20 minutes

Ingrédients :

- 1 paquet de raviolis au fromage
- ¼ tasse de vinaigrette à l'huile d'olive extra vierge et tomate confite
- 1 gousse d'ail hachée
- 2 tasses de tomates cerises ou tomates raisins coupées en 2
- 1 paquet de basilic frais haché
- ½ tasse de parmesan râpé



Préparation :

- Cuire les pâtes selon les indications du fabricant.
- Dans une poêle, chauffer la vinaigrette à feu doux et y cuire l'ail 2 minutes.
- Ajouter les tomates et cuire encore 2 minutes jusqu'à ce que le tout soit chaud.
- Égoutter les pâtes et les ajouter au mélange de tomates.

Servir avec le basilic et le parmesan.

Bon appétit!



Prenez plaisir à bouger plus
et manger mieux !

Bibliothèque Marie-Victorin

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.

Une foule d'activités gratuites se dérouleront à la bibliothèque Marie-Victorin en novembre.

Il suffit de vous procurer un laissez-passer pour en profiter!

INFORMATION

418 641-6142, poste 4



Bibliothèque Marie-Victorin

1635, rue Notre-Dame
418 641-6142

Éveil à la lecture

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

Bibliobébé – 18 mois à 3 ans
Dimanche 29 novembre, 9 h 30

Dernière rencontre d'une série de trois.

Durée : 45 minutes

Inscription obligatoire au comptoir de prêt. Places limitées.

Heure du conte – 3 ans à 5 ans

Dimanche 29 novembre, 10 h 30

Dernière rencontre d'une série de trois.

Durée : 60 minutes

Inscription obligatoire au comptoir de prêt. Places limitées.

Biblioconte – 18 mois à 5 ans

Vendredi 27 novembre, 9 h

Durée : 60 minutes

Bienvenue aux familles et aux petits groupes de garderies!

Inscription obligatoire une semaine avant l'activité. Places limitées.

Exposition

Vague dansante

3 au 22 novembre

Thérèse Langlois présente une exposition qui dévoile son âme, émergeant des couleurs et de l'eau. Son art unique, tel un océan inépuisable où naît la transparence du coloris saisonnier, la transporte au-delà d'elle-même.



Activité littéraire

Les amis du livre – Adultes

Mardi 10 novembre, 13 h 30

Prochaine rencontre : 8 décembre

Des rencontres pour partager le goût des livres.

Durée : 180 minutes

Conférences

Livres et pixels : tout savoir sur les livres et tablettes électroniques et les livres numériques

– Adultes

Mardi 17 novembre, 13 h 30

La conférence couvre les principaux formats de fichiers de livres numériques, la gestion des droits numériques, les livres et les tablettes électroniques, les logiciels de lecture et les principales librairies et bibliothèques de livres numériques en français. Des démonstrations et manipulations de livres et de tablettes électroniques sont également à l'horaire. Avec Robert Martin.

Durée : 120 minutes

Laissez-passer disponibles dès le 7 novembre.

L'armoire à pharmacie idéale – Adultes

Mardi 24 novembre, 19 h

Que devrait contenir la pharmacie idéale à la maison? Un pharmacien de chez Pharmaprix Dauphin et Nguyen répondra à cette question en présentant les éléments essentiels pour faire face aux situations urgentes et aux malaises fréquents.

Durée : 60 minutes

Laissez-passer disponibles dès le 14 novembre.



Atelier

Bricolage Noël en boutons – 5 à 12 ans

29 novembre, 13 h 30

Les enfants sont invités à fabriquer de jolis ornements pour le sapin, créés à partir de boutons. Avec Brigitte Brideau. Les enfants de 8 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte.

Durée : 60 minutes

Laissez-passer disponibles au comptoir de prêt 30 minutes avant l'activité. Places limitées.

NOUVEAUTÉS

Livres numériques

Nous sommes heureux d'annoncer que les abonnés de la bibliothèque Marie-Victorin peuvent désormais emprunter gratuitement des livres numériques par l'intermédiaire de notre site internet.

Il suffit de cliquer sur  sur notre page d'accueil.

Soyez à l'affût des nouvelles acquisitions numériques en consultant notre catalogue en ligne.



Sacs réutilisables

Pour transporter vos livres sans tracas, procurez-vous un magnifique sac réutilisable au coût de 2 \$.



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 l'exposition du mois dans une atmosphère conviviale et chaleureuse. Circulez librement à travers les œuvres et discutez avec le personnel accueillant et passionné, qui se fait un plaisir de répondre à toutes les questions.

Exposition

Errance et fantaisies

4 au 29 novembre

Vernissage : jeudi 5 novembre, 17 h à 19 h



L'exposition *Errance et fantaisies* met en vedette 20 œuvres fantaisistes peintes à l'aquarelle. Tantôt abstraites, tantôt réalistes, ses toiles illustrent des fleurs, des paysages et des personnages, qui évoquent les rêves et l'émerveillement.

Artiste : Richard Aubin
Médium : Aquarelle

Gratuit. Entrée libre.

Lundi	Fermé
Mardi	Fermé
Mercredi	13 h à 20 h
Jeudi	13 h à 20 h
Vendredi	13 h à 20 h
Samedi	10 h à 16 h
Dimanche	10 h à 16 h



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

Ateliers artistiques

Chaque mois, profitez d'ateliers artistiques gratuits à la Maison de la culture! Pour vous y inscrire, il suffit de remplir le formulaire en ligne à lancienne-lorette.org.

ENFANTS – 4 À 6 ANS

Créer avec Adé – Les robots

Dimanche 15 novembre, 11 h à 12 h

Les formes géométriques, d'après Michael Salter
Responsable : Adéline Germain

ADULTES

La dame au nénufar

Samedi 28 novembre, 12 h 30 à 15 h 30

Peinture faite avec la technique de « rouging » qui consiste à brosser à sec toutes les teintes à l'aide d'un retardateur.



Défilé des pères Noël

Vendredi 11 décembre 18 h 20

600 pères Noël
Chars allégoriques
Fanfare
Et plus encore!

TRAJET ET INFORMATIONS: collegedechampigny.com






ENSEMBLE, POUR UN DÉNEIGEMENT EFFICACE

Notre engagement pour un déneigement efficace

À la Ville de L'Ancienne-Lorette, nous avons à cœur le bien-être et la sécurité de nos citoyens. C'est pourquoi nous nous engageons à vous fournir un service de déneigement vous permettant de circuler aisément et en toute confiance en hiver.

Afin de vous informer de façon simple et précise sur les travaux d'entretien hivernal en cours, le territoire est divisé en 3 zones. Cette façon de faire nous permet d'autoriser le stationnement de nuit plus souvent, au grand bonheur de tous. En effet, le stationnement est interdit uniquement dans la ou les zones visées par une alerte *Opération hivernale*.

Votre rôle pour un déneigement efficace

Entre le **15 novembre et le 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.

1- Identifiez votre zone

Pour identifier la zone dont vous faites partie, – zone A, B ou C – consultez la carte ci-dessous.

2- 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** : lancienne-lorette.org
- **Alertes courriel** : abonnez-vous aux alertes courriel, à lancienne-lorette.org

3- Libérez les rues

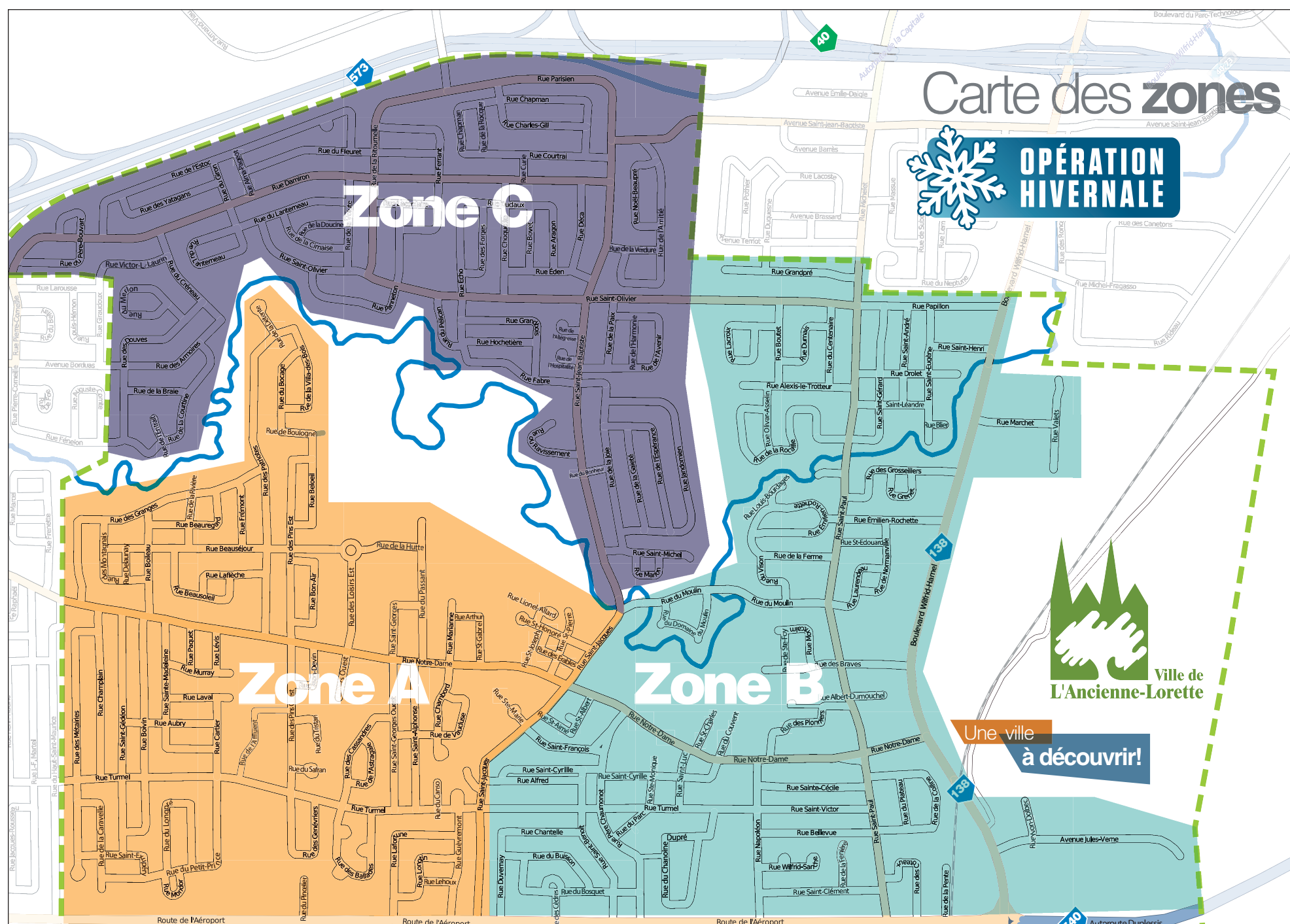
Lorsqu'une alerte *Opération hivernale* est en vigueur pour votre zone, le stationnement de nuit dans les rues est interdit de 22 h à 6 h. En contrevenant au règlement, vous nuisez à notre travail et vous vous exposez à une amende.

Aires de stationnement d'appoint

Trois aires de stationnement d'appoint sont mises à votre disposition tout l'hiver pour vous permettre d'y stationner votre véhicule en toute quiétude lorsqu'une alerte *Opération hivernale* est en vigueur. Il est permis de stationner votre véhicule aux emplacements indiqués, dans les aires suivantes :

- **BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN**
- **HÔTEL DE VILLE**
- **SAINT-VINCENT-DE-PAUL**

Ces stationnements sont disponibles tous les jours de la semaine, à toute heure, sauf de 9 h à 12 h (midi), pour des raisons d'entretien.



Service des travaux publics

Collecte des objets encombrants

Le 1^{er} lundi du mois

Pour vous départir d'objets volumineux, vous pouvez faire appel au service de collecte à domicile.

Jours et fréquence de collecte

La collecte des objets encombrants est effectuée chaque mois, le 1^{er} lundi du mois.

Les prochaines collectes seront effectuées aux dates suivantes :

- Lundi 7 septembre
- Lundi 5 octobre
- Lundi 2 novembre
- Lundi 7 décembre

Modalités d'inscription

Pour obtenir ce service, vous devez en faire la demande auprès du Service des travaux publics, au plus tard le vendredi précédant la collecte, à 16 h 30.

Modes d'inscription :

1. Par téléphone, au 418 872-8450. Nos heures d'ouverture sont du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30.
2. Par courriel, à travauxpublics@lancienne-lorette.org, en indiquant les renseignements suivants :
 - Nom et prénom ;
 - Adresse ;
 - Date souhaitée de la collecte ;
 - Liste des objets à ramasser.

Modalités de collecte

Les objets doivent être déposés en bordure de votre terrain, à moins de 2 mètres de la rue, au plus tôt le soir précédant la collecte et au plus tard à 7 h le jour même de la collecte.

Collecte des branches Dernière collecte le 2 novembre! 1^{er} et 3^e lundis du mois, jusqu'au 2 novembre inclusivement

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 travauxpublics@lancienne-lorette.org, au plus tard le vendredi précédant la collecte, à 16 h 30.

Collecte des résidus verts Dernière collecte le 9 novembre! Tous les lundis, jusqu'au 9 novembre inclusivement

La fin de l'été rime avec nettoyage automnal du terrain. La collecte des résidus verts, qui reprend le lundi 5 octobre, 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. En dehors de ces périodes, vous pouvez disposer de vos résidus verts en optant pour l'un ou l'autre des moyens suivants :

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

Conseil 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!

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

Horaire

Horaire d'été – Jusqu'au 15 novembre

Lundi Fermé
Mardi Fermé
Mercredi .. 8 h à 22 h
Jeudi 8 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 notre site Internet, à lancienne-lorette.org.

Horaire d'hiver – Dès le 16 novembre

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

Protection des arbres et arbustes

Afin que les végétaux ne se retrouvent pas en piètre état au printemps, il importe de les protéger adéquatement des intempéries et de porter une attention particulière à ceux situés dans l'aire de soufflement de la neige. La Ville ne peut être tenue responsable des dommages occasionnés aux végétaux si ceux-ci n'ont pas été protégés adéquatement.

Voici quelques suggestions de protection efficace selon les types de végétaux :

- Les **conifères** fortement exposés aux projections de la souffleuse peuvent être protégés d'une clôture à neige recouverte d'une toile synthétique ou de jute. Quant aux haies, elles devraient être protégées d'une clôture à neige en forme de tipi, avec une couverture hivernale.
- Les **arbustes** peuvent être ficelés avec une corde en les recouvrant d'une toile ou en les entourant d'une clôture à neige en prenant soin d'attendre la chute des feuilles avant de les ficeler.
- Les **rosiers** peuvent eux aussi être ficelés avec une corde en les recouvrant d'une toile ou de cônes en styromousse en prenant soin de percer des trous à plusieurs endroits sur les cônes pour assurer une circulation d'air.
- Les **arbres** doivent être protégés adéquatement à l'aide d'une couverture hivernale, en prenant soin au préalable de ficeler les branches dans le cas des jeunes arbres, et être munis d'un madrier de bois pour pouvoir résister aux intempéries de l'hiver.

Éclairage des rues

Pour un éclairage adéquat des rues en tout temps, nous vous invitons à signaler toute défectuosité du système d'éclairage au Service des travaux publics, par courriel, à travauxpublics@lancienne-lorette.org, ou par téléphone, au 418 872-8450. Les interventions qui s'imposent pourront ainsi être effectuées rapidement.

Pneus à crampons

L'utilisation de crampons sur les pneus est autorisée entre le 15 octobre et le 1^{er} mai pour les véhicules de promenade, les taxis et les véhicules de commerce dont la masse totale en charge n'excède pas 3 000 kg (6 613 lbs). La réglementation exige que ces véhicules soient munis de pneus à crampons aux deux extrémités d'un essieu et, s'ils sont munis de pneus à crampons sur les roues de l'essieu avant, qu'ils le soient également sur les roues de l'essieu arrière.

CALENDRIER DES COLLECTES

NOVEMBRE 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
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	3	4	5
						

DÉCEMBRE 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
29	30	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
					Collecte reportée au lundi 28 décembre	
27	28	29	30	31	1	2
					Collectes reportées au lundi 4 janvier	



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 travauxpublics@lancienne-lorette.org



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



La collecte des branches s'effectue les 1^{er} et 3^e 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 travauxpublics@lancienne-lorette.org



La collecte automnale des résidus verts (branches et brindilles, feuilles, fleurs fanées, gazon, mauvaises herbes) s'effectue le lundi, du 5 octobre au 9 novembre inclusivement.

Service des loisirs

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS DE LOISIRS

SESSION D'HIVER 2015

Dates importantes

Début de la période d'inscription	18 novembre, 8 h 30
Fin de la période d'inscription	16 décembre, 16 h 30
Confirmation d'inscription	Au plus tard le 23 décembre
Début de la session	Semaine du 11 janvier

Inscription

Période d'inscription :

Mercredi 18 novembre, 8 h 30 au mercredi 16 décembre, 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 :

- **Temps-Danse :** Les inscriptions se font **par Internet**, sur le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, à **lancienne-lorette.org**, en remplissant le **formulaire identifié Temps-Danse**. Le chèque doit être libellé à l'ordre de Temps-Danse et être posté à l'adresse précisée sur le formulaire.
- **Karaté Kyoshindo :** utilisez le formulaire identifié Karaté Kyoshindo. Le chèque doit être effectué à l'ordre de Karaté Kyoshindo et être posté à l'adresse précisée sur le formulaire.
- **Sports de glace (ringuette, patinage artistique, patinage sportif et hockey) :** utilisez le formulaire identifié au nom de l'association qui offre l'activité choisie. Le chèque doit être libellé à l'ordre de cette association et être posté à l'adresse précisée sur le formulaire.

Confirmation d'inscription : Les confirmations d'inscription seront retournées par la poste ou par courrier électronique **au plus tard le 23 décembre**. Chaque organisme contactera ses participants. 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.

Durée de la session et locaux des activités

Durée

Les activités de la session d'hiver durent 12 semaines et les cours débutent au cours de la semaine du 11 janvier 2016. À l'occasion de la relâche scolaire, les cours seront suspendus du 29 février au 6 mars.

Locaux

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

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

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

Complexe sportif multidisciplinaire (aréna)
1311, rue des Loisirs Est

École Le Ruissélet
1745, rue Saint-Olivier

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

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

Aquagym Élise-Marcotte
1317, rue des Loisirs Est

Maison de la Culture
1268, rue Saint-Paul

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!

Inscription dès le 18 novembre!



Tarification

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

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

loisirs@lancienne-lorette.org

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

Service des loisirs

ACTIVITÉS SPORTIVES

Hiver 2016

INFORMATION

- Inscription :** Pour toute question, communiquez avec nous au 418 872-9811 ou par courriel, à loisirs@lancienne-lorette.org.
- Cours et son contenu :** Pour toute question, contactez le responsable du cours.

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 : 12 semaines débutant les 11 et 13 janvier 2016
Horaire : lundi de 19 h 15 à 20 h 15
mercredi de 19 h 15 à 20 h 15
Cout : résident – 70 \$ 1 fois/sem. et 140 \$ 2 fois/sem. / non-résident – 105 \$ 1 fois/sem. et 210 \$ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

CARDIO-STEP – Adultes

Amélioration de la capacité cardiovasculaire à l'aide d'un step. L'intensité et la complexité augmentent progressivement.

Professeur : André Falardeau
Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 12 semaines débutant les 12 et 14 janvier 2016
Horaire : mardi de 18 h à 19 h
jeudi de 18 h à 19 h
Cout : résident – 70 \$ 1 fois/sem. et 140 \$ 2 fois/sem. / non-résident – 105 \$ 1 fois/sem. et 210 \$ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

CARDIO-TONUS – Adultes

Amélioration de l'endurance musculaire, tonification des principaux groupes musculaires du corps et dépense calorique optimale.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 12 semaines débutant les 12 et 14 janvier 2016
Horaire : mardi de 19 h à 20 h
jeudi de 19 h à 20 h
Cout : résident – 70 \$ 1 fois/sem. et 140 \$ 2 fois/sem. / non-résident – 105 \$ 1 fois/sem. et 210 \$ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

CARDIO VITALITÉ – Adultes (45 ans et plus)

Exercices s'adressant aux gens actifs et en santé de 45 ans et plus qui ont envie de bouger et de faire travailler le cœur, les muscles et bien plus.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 12 semaines débutant les 14 janvier 2016
Horaire : jeudi de 10 h à 11 h
Cout : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : AQUAGYM

CHEERLEADING – Enfants

Apprentissage de routines et de chorégraphies inspirées de la danse et de la gymnastique, tout en développant un esprit d'équipe. Cours récréatif d'introduction au cheerleading.

Information : Justine Nollet, (581) 998-9860, nolletjustine@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 15 janvier 2016
Horaire : vendredi de 18 h 15 à 19 h 15 (5-7 ans)
vendredi de 19 h 15 à 20 h 15 (8-11 ans)
Cout : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

ENTRAÎNEMENT SYNERGIQUE – Adultes **NOUVEAU!**

Entraînement complet, inspiré de plusieurs méthodes reconnues, qui cible la correction musculaire, l'aérobic et l'endurance musculaire, le tout sur une musique entraînante.

Information : Joëlle Durand, 418 977-1256, entraînementsynergique@gmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 14 janvier 2016
Horaire : jeudi de 9h à 10h
Cout : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : AQUAGYM

GROUILLE OU ROUILLE – Adultes

Combinaison d'étirements, d'exercices en station, de pas de danse et de marche rapide au son de divers styles musicaux pimpants, pour faire travailler le corps en entier, y compris le cœur et le sourire!

Information : Claire Kingston, 418 877-6137, fortin.king@videotron.ca
Durée : 12 semaines débutant le 13 janvier 2016
Horaire : mercredi 10 h 30 à 11 h 30
Coût : résident 70\$ / non-résident – 105\$
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

GYMNASTIQUE DE RÉCRÉATION – Jeunes (4 à 6 ans)

NIVEAU 1

Découverte des appareils et engins (poutre, barre, sol, minitrampoline), développement de la souplesse, de l'équilibre et de la motricité. **Préalable :** aucun. Cours recommandé aux débutants, car il s'agit d'une exploration à la gymnastique.

NIVEAU 2

Développement des éléments gymniques appris au Niveau 1 aux appareils et engins, en vue d'apprendre des mouvements gymniques plus avancés. **Préalable :** avoir suivi un cours de gymnastique (niveau 1) ou un cours psychomoteur.

Information : Justine Nollet, 581 998-9860, nolletjustine@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016
Horaire :

Niveau 1 (débutant seulement) : samedi de 8 h 30 à 9 h 30
samedi de 9 h 35 à 10 h 35
Niveau 2 (avec expérience) : samedi de 10 h 40 à 11 h 40
samedi de 11 h 45 à 12 h 45

Cout : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

GYMNASTIQUE SPORTIVE ET RYTHMIQUE – Jeunes (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, et circuits gymniques avec les engins.

Préalables : avoir suivi le niveau 2 récréatif (ou l'équivalent) et avoir l'approbation de l'entraîneur. L'enfant doit être discipliné et attentif et aimer évoluer dans ce sport.

Niveau 1 avancé – 4 à 7 ans : Préalable : avoir suivi le niveau 1.

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 : avoir une base en gymnastique ou certaine habileté motrice. L'enfant doit avoir de l'expérience en gymnastique, être assidu, discipliné, dynamique et persévérant.

Information : Justine Nollet, 581 998-9860, nolletjustine@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 17 janvier 2016
Horaire :

Niveau 1 : Dimanche de 8 h 30 à 9 h 30
Dimanche de 9 h 35 à 10 h 35
Niveau 1 avancé : Dimanche de 13 h 15 à 14 h 15
Niveau 2 : Dimanche de 10 h 40 à 11 h 40
Dimanche de 12 h 10 à 13 h 10

Cout :
Niveau 1 : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

GYMNASTIQUE THÉRAPEUTIQUE CHINOISE – Adultes

Comprendre que l'attention liée à l'intention dans la pleine conscience amène forcément un changement, tant spirituel, psychologique et physique. Pour faire le plein d'énergie, accroître sa capacité de concentration, de centration, se libérer de nos tensions et expulser les toxines.

Information : Lawrence Allison, 418 849-4056, lawrence_allison25@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : lundi de 10 h 30 à 12 h (Bibliothèque Marie-Victorin)
lundi de 20 h à 21 h 30 (Centre communautaire 1 Chevaliers de Colomb)
Cout : résident – 114 \$ / non-résident – 171 \$

HOCKEY COSOM – Jeunes (7-9 ans et 10-12 ans, mixte)

Enseignement des techniques de base du hockey cosom. Tout l'équipement nécessaire est prêté sur place.

Information : Pierre-Louis Lagueux-Tremblay, 581 982-4730, lag.trem.pl@gmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016
Horaire : Samedi de 9 h à 10 h (7-9 ans)
Samedi de 10h à 11h (10-12 ans)
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$
Endroit : AQUAGYM

MÉDITATION – Adultes (débutants)

Calmer l'esprit pour accéder à la pleine conscience, à la quiétude, à l'énergie et au bonheur. Expérimentation de la méditation bouddhique et taoïste.

Information : Lawrence Allison, 418 849-4056, lawrence_allison25@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant les 15 janvier 2016
Horaire : vendredi de 9 h 30 à 11 h 00
Cout : résident – 114 \$ / non-résident – 171 \$
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

MINI-BASKET – Jeunes (7-10 ans, mixte)

Initiation au basket-ball pour les 7-10 ans. À l'aide d'un matériel adapté à ce groupe d'âge, enseignement 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 : 12 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : Lundis de 18 h 30 à 19 h 30 (7-10 ans)
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

BADMINTON RÉCRÉATIF EN GROUPE

Cours destiné aux joueurs voulant s'amuser dans un cadre récréatif. Les parties se font en double. Vous devez fournir votre raquette, le reste du matériel est fourni.

Information : Pierre-Louis Lagueux-Tremblay, 581 982-4730, lag.trem.pl@gmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : Lundis de 19 h 45 à 21 h 15
Cout : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

MOTRICITÉ JEUNESSE – Jeunes (1 à 5 ans) avec parents

Parcours moteur ou atelier, suivi d'un jeu de groupe qui favorise la socialisation des enfants. On termine avec une petite relaxation. Vous devez avoir des espadrilles et porter des vêtements confortables.

Information : Catherine Morin, 581 888-5878, catherine_morin23@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 17 janvier 2016
Horaire : Dimanches
Les Galipettes 2 – 2 ½ ans, de 9 h à 9 h 50
Les Pirouettes 2 ½ – 3 ans, de 10 h à 10 h 50
Les Athlètes 3 – 4 ans, de 11 h à 11 h 50
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$
Endroit : AQUAGYM

Service des loisirs

ACTIVITÉS SPORTIVES

Hiver 2016

PÉTANQUE-ATOUT – Adultes (50 ans et plus)

Ce jeu se pratique en équipe de 5 joueurs. Il s'agit de faire rouler des boules de pétanque dans les trous de la cible où les points sont préalablement indiqués, afin de compter le plus grand nombre de points possible. Prévoir une paire de chaussures supplémentaire pour le gymnase.

Information : Céline Rousseau, 418 872-1881
Durée : 12 semaines débutant le 14 janvier 2016
Horaire : jeudi de 13 h 30 à 15 h 30
Cout : résident – 25 \$ / non-résident – 50 \$
Endroit : AQUAGYM

RAQUETTES EN FORÊT – Adultes NOUVEAU!

Parcours en raquettes des superbes sentiers boisés du parc de la Rivière, en marche rapide et léger jogging. Idéal pour se garder en forme tout en prenant une bonne bouffée d'air frais. Vous devez apporter vos raquettes et votre lampe frontale.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 10 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : lundi de 18 h à 19 h
Cout : résident – 65 \$ / non-résident – 98 \$
Endroit : AQUAGYM (PORTE D'ENTRÉE AVANT)

RETRAITE EN FORME – Adultes

Cours accessible et adapté aux retraités de tous âges. L'expertise des professionnels de la santé de notre équipe assure la sécurité des exercices proposés.

Information : Sébastien Dion, 418 877-3000, poste 406, optimumcsmal@csmal.com
Durée : 12 semaines débutant les 11 et 13 janvier 2016
Horaire : lundi de 10 h à 11 h
mercredi de 10 h à 11 h
Cout : résident – 70 \$ 1 fois/sem.et 140 \$ 2 fois/sem. / non-résident – 105 \$ 1 fois/sem. et 210 \$ 2 fois/sem.
Endroit : AQUAGYM

PALET (Shuffleboard) – Adultes (50 ans et plus)

Jeu 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'. Vous devez avoir des espadrilles ou des chaussures ayant une semelle en caoutchouc. Prévoir une paire de chaussures supplémentaire pour le gymnase.

Information : Céline Rousseau, 418 872-1881
Durée : 12 semaines débutant le 12 janvier 2016
Horaire : mardi de 13 h 30 à 15 h 30
Cout : résident – 25 \$ / non-résident – 50 \$
Endroit : AQUAGYM

SKI DE FOND – Adultes NOUVEAU!

Parcours en ski de fond des superbes sentiers du parc de la Rivière, découverte des caractéristiques et des bienfaits de la pratique du ski de fond comme composante d'un mode de vie sain, enseignement des techniques de base, des règles de sécurité, du fartage et bien plus. Un volet de discussion portant sur l'importance de l'activité physique et de l'alimentation pour la santé est aussi prévu à chacun des cours. Vous devez fournir votre équipement pour la pratique du ski de fond.

Information : Jacques A. Gravel, 418 877-5767, jacques-alexandre@sympatico.ca
Durée : 10 semaines débutant le 14 janvier 2016
Horaire : jeudi de 10h30 à 12h
Cout : résident – 65 \$ / non-résident – 98 \$
Endroit : ENTRÉE DU PARC DE LA RIVIÈRE (1307, RUE DES LOISIRS EST)

TAI-CHI – Adultes (débutants)

Issu du plus profond de la civilisation chinoise, le Tai Chi Chuan a traversé les millénaires et sa pratique s'est répandue partout en Occident. Le but de ces mouvements thérapeutiques est « YANG SHENG » c'est-à-dire « Nourrir la vie ». Gymnastique douce, acupuncture en mouvement, rééducation respiratoire et posturale, méditation et prévention.

Information : Lawrence Allison, 418 849-4056, lawrence_allison25@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : lundi de 9 h à 10 h 30 (Bibliothèque Marie-Victorin)
lundi de 18 h 30 à 20 h (Centre communautaire 1 Chevaliers de Colomb)
Cout : résident – 114 \$ / non-résident – 171 \$

TENNIS SUR TABLE (PING PONG)

Débutant (6 à 13 ans)
Apprentissage des différentes techniques de base : coup droit, revers, coups brossés et coupés, attaque et défense, les règlements, ainsi qu'une initiation aux effets.

Intermédiaire (9 à 18 ans)
Perfectionnement des techniques, apprentissage et contrôle des différents types d'effets et préparation à la compétition. Cette activité s'adresse aux filles et aux garçons possédant déjà plusieurs techniques de base.

Note : Le classement des jeunes se fera 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 : Côte-Vincent Bernier 418 861-8713, cvbernier@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 17 janvier 2016
Horaire : dimanche de 9 h à 10 h 30 DÉBUTANT
dimanche de 10 h à 12 h INTERMÉDIAIRE
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$
Endroit : CENTRE COMMUNAUTAIRE 1 (Chevaliers de Colomb)

VOLLEYBALL RÉCRÉATIF – Adultes NOUVEAU!

Pratique récréative du volleyball en 6 contre 6, mixte. Lors de l'arrivée des participants, nous vous proposons un léger réchauffement et ensuite, nous diviserons les équipes pour jouer de façon continue.

Information : Éloïse Cotton, 418 951-3311, eloise.cotton@live.fr
Durée : 12 semaines débutant le 17 janvier 2016
Horaire : Dimanche de 18h à 19h30
Cout : résident – 70 \$ / non-résident – 105 \$
Endroit : AQUAGYM

YOGA – APPROCHE VINIYOGA – Adultes

L'esprit de Viniyoga, c'est de partir de là où on se trouve, en pratiquant selon ses capacités et limites. Apprentissage de la relaxation et postures d'assouplissement adaptées à chacun. Les exercices doux fortifient et assouplissent les muscles, favorisent le calme intérieur et améliorent la concentration et la santé dans son ensemble.

Information : Jocelyne St-Onge, 418 872-9319, jocelyne.stonge@gmail.com
Pierrette Pineau 418 849-3156, pierrette.pineau@sympatico.ca
Durée : 12 semaines débutant les 11, 12, 13, 14 janvier 2016
Horaire : Débutant 1 – sans expérience de yoga – Professeur : Jocelyne St-Onge
lundi de 9 h 30 à 10 h 30
lundi de 19 h 30 à 20 h 30
mardi de 18 h 30 à 19 h 30

Débutant 2 – pré-requis : trois mois de pratique et plus sont nécessaires –
Professeur : Jocelyne St-Onge
lundi de 10 h 30 à 11 h 30
lundi de 18 h 30 à 19 h 30
mardi de 19 h 30 à 20 h 30

Intermédiaire – pré-requis : 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
mercredi de 19 h 15 à 20 h 30 – Professeur : Pierrette Pineau

Avancé – pré-requis : 2 ans et plus pratique et très bonne connaissance des techniques respiratoires
mardi de 10 h 45 à 12 h – Professeur : Jocelyne St-Onge
mercredi de 18 h à 19 h 15 – Professeur : Pierrette Pineau
jeudi de 9 h à 10 h 15 – Professeur : Jocelyne St-Onge
DÉBUTANT 1 ET 2 : résident. – 60 \$ non-résident – 90 \$
INTERMÉDIAIRE ET AVANCÉ : résident – 75 \$ non-résident – 112,50 \$
CENTRE COMMUNAUTAIRE 1 (Chevaliers de Colomb)

Cout :

Endroit :

YOGA DOUX – Adultes

Yoga léger qui s'adresse principalement aux personnes ayant des problèmes physiques. Il se concentre sur le corps et la respiration et insiste sur les aménagements appropriés à chaque personne, en procurant calme, bien-être et assouplissement.

Professeur : Jocelyne St-Onge, 418 872-9319, jocelyne.stonge@gmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 14 janvier 2016
Horaire : jeudi de 10 h 15 à 11 h 15
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$
Endroit : CENTRE COMMUNAUTAIRE 1 (Chevaliers de Colomb)

YOGA PRÉNATAL – Adultes

Cours centré et adapté pour la grossesse : postures, respiration consciente, relaxation, visualisation, sons. La mère prépare ainsi son corps, son esprit et son coeur pour l'accouchement et l'accueil du nouveau-né.

Professeur : Jocelyne St-Onge, 418 872-9319, jocelyne.stonge@gmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 13 janvier 2016
Horaire : mercredi de 18 h à 19 h 15
Cout : résident – 60\$ / non-résident – 90 \$
Endroit : CENTRE COMMUNAUTAIRE 1 (Chevaliers de Colomb)

YOGA SPORTIF – Adultes

Forme énergique du yoga, à la fois dans les changements de rythme et dans l'intensité. Cette discipline insiste sur les exercices physiques enchaînés, conjugués à une respiration dynamique, de façon à renforcer la musculature tout autant que la concentration mentale.

Professeur : Sylvie Laroche, 418 871-8499, sylvie71@sympatico.ca
Durée : 12 semaines débutant le 12 janvier 2016
Horaire : mardi de 18 h 30 à 19 h 30 – débutant
mardi de 19 h 30 à 20 h 30 – avancé
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$
Endroit : CENTRE COMMUNAUTAIRE 1 (Chevaliers de Colomb)

Service des loisirs

ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES

Hiver 2016

INFORMATION

• **Inscription :** Pour toute question, communiquez avec nous au 418 872-9811 ou par courriel, à loisirs@lancienne-lorette.org.

• **Cours et son contenu :** Pour toute question, contactez le responsable du cours.

AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR – Adultes

Apprendre à faire des choix harmonieux de matériaux, formes et couleurs selon les principes de base de décoration et des tendances actuelles, élaborer et planifier un échéancier pour des travaux de rénovations et effectuer un projet personnalisé d'aménagement.

Responsable : Sylvie Guay, 418-929-3196 niblancninoir@bell.net
Durée : 6 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : Lundi de 19 h à 20 h 30
Cout : résident – 30 \$ / non-résident – 45 \$
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

AMÉNAGEMENT: NOUVELLES TENDANCES, DU SOUS-SOL AU GRENIER – Adultes **NOUVEAU!**

On rafraîchit du sous-sol au grenier! Plus qu'un grand ménage : on rénove, on réaménage et on revampe les pièces principales de la maison. Nouveau revêtement de plancher; changement de vocation des éléments existants; ajout d'accessoires; nouvelles couleurs et voilà un nouveau décor!

Responsable : Sylvie Guay, 418-929-3196 niblancninoir@bell.net
Durée : 6 semaines débutant le 12 janvier 2016
Horaire : Mardi de 19 h à 20 h 30
Cout : résident – 30 \$ / non-résident – 45 \$
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN ou MAISON DE LA CULTURE (À déterminer)

DÉCOUVERTE DES ARTS – 7 à 12 ans **NOUVEAU!**

Exploration et exploitation de différents médiums comme l'acrylique, l'aquarelle, le fusain et la sanguine, les pastels et l'encre de Chine et techniques mixtes pour marier le tout. Consultez la page Facebook Les ateliers d'arabesques pour voir des exemples de projets effectués lors d'ateliers.

Responsable : Maude Lepage, 418 571-0938, maude.lepage@outlook.com, Page Facebook : Les ateliers d'arabesques
Durée : 12 semaines débutant le 17 janvier 2016
Horaire : Dimanche de 11 h 30 à 12 h 45
Coût : résident – 90 \$ / non-résidents – 135 \$ (matériel fourni)
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

DÉCOUVERTE DES BIÈRES – 18 ANS ET PLUS **NOUVEAU!**

Cours pour amateurs/amatrices et néophytes sur les bières, ses styles et saveurs diverses. Vous voyagez en Europe et en Amérique du Nord pour y découvrir les particularités nationales de ses brasseurs.

Des frais de 25 \$ pour l'achat de 6 verres INAO seront payables au premier cours, un reçu vous sera émis. Le matériel de base, au montant approximatif de 30\$, est inclus dans le coût.

Responsable : Louis-Augustin Roy, 418 839-374, louis.augustin.roy@gmail.com
Durée : 6 semaines débutant le 15 janvier
Horaire : Vendredi de 19 h à 21 h
Coût : résident -75 \$ /non résident -112,50 \$
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

DESSIN D'OBSERVATION - Adultes

Le cours est divisé en 4 modules portant sur différents sujets. La durée des blocs est de 3 semaines, comprenant différentes techniques de dessin. Chaque module se termine par un dessin dont le sujet est déjà déterminé et qui met en application les techniques apprises.

Responsable : Manon L'Hérault, artiste, 418 877-6987, manon.lherault@videotron.ca
Durée : 12 semaines débutant le 11 janvier 2016
Horaire : lundi de 9 h à 11 h 30
Cout : résident – 185 \$ / non-résident – 277,50 \$ (matériel en sus)
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN (Plamondon)

FAUX VITRAIL – Adultes **NOUVEAU!**

Apprentissage des différentes techniques utilisées dans le faux vitrail. Le premier projet sera un sujet imposé pour apprendre la base du faux vitrail et par la suite les participants apprendront à créer leur propre projets, des patrons seront disponibles aussi à ceux qui voudront parfaire leur expertise avant de se lancer dans leur propre création et cela afin de respecter le rythme de chaque participant. Le coût approximatif du matériel requis pour 3 projets d'environ 60\$ est aux frais du participant.

Responsable : Joanne St-Cyr, artiste, 418 877-6800, joanne.st-cyr@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 12 janvier 2016
Horaire : Mardi de 18 h 30 à 21 h 30
Cout : résident – 185 \$ / non-résident – 277,50 \$ (matériel en sus)
Endroit : LA HUTTE (Parc de la rivière)

GARDIENS AVERTIS – Jeunes (11 ans et plus)

Ce cours, élaboré et accrédité par la Croix-Rouge, vise l'acquisition de connaissances au développement de l'assurance et des aptitudes nécessaires au rôle de gardien. Des notions en secourisme sont intégrées au programme et dispensées par des secouristes accrédités. Les participants doivent apporter leur lunch le jour de la formation.

Information : Formation Préventions Secours inc., 418 286-4147
Durée : 1 journée, le dimanche 7 février 2016
Horaire : 8 h 30 à 16 h 30
Cout : résident – 52 \$ / non-résident – 78 \$
Endroit : LA HUTTE (Parc de la rivière)

MONDE DU VIN - 18 ans et plus

Pendant 12 semaines, dans un climat d'échanges cordiales, avec documentation, le participant sera amené à apprendre les éléments suivants :

- Comprendre le processus de fabrication du vin ;
- Se familiariser avec les termes de la dégustation d'un vin ;
- Procéder à l'accord des mets et vins par la dégustation de différents vins ;
- Acquérir une plus grande confiance dans le choix d'un vin selon ses goûts.
- Découvrir les différentes régions vinicoles et comprendre les différences qui marquent les vins de ces pays;

Des frais de 25 \$ pour l'achat de 6 verres INAO seront payables au premier cours, un reçu vous sera émis. Le matériel de base, au montant approximatif de 70\$, est inclus dans le coût.

Responsable : Christiane Bissonnette, sommelière, 418 843-2541, christianebis@videotron.ca

Durée : 12 semaines débutant le 13 janvier 2016
Horaire : mercredi de 19 h à 21 h
Cout : résident – 140 \$ / non-résident – 210 \$
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

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 : 12 semaines débutant les 12 et 13 janvier 2016
Horaire : mardi de 13 h à 16 h

mercredi de 13 h à 16 h
 mercredi de 18h30 à 21h30
Cout : résident – 185 \$ / non-résident – 277,50 \$ (matériel en sus)
Endroit : LA HUTTE (parc de la Rivière)

PEINTURE ACRYLIQUE – Jeunes (6 à 9 ans et 10 à 14 ans)

Apprentissage de la peinture acrylique et des différentes techniques, ainsi que des techniques de base du dessin. Développement du regard critique, de l'autonomie et de la dextérité manuelle. Les thèmes des œuvres exposées à la Maison de la Culture seront utilisés de manière ludique tout au long de la session. Le cours sera adapté aux besoins et capacités du groupe d'âge. Expérimentation d'outils (pinces, brosses, spatules, grattoir, etc) et de notions (aplat, la texture, couleurs primaires et secondaire, glacis, etc.). Le matériel artistique, au montant approximatif de 30 \$, est inclus dans le coût.

Responsable : Maude Lepage, 418 571-0938, namiee13@hotmail.com, Page Facebook : Les ateliers d'arabesques
Durée : 12 semaines débutant les 12 et 17 janvier 2016

Horaire : 10 à 14 ans – mardi de 18 h 30 à 20 h
 6 à 9 ans – dimanche de 13 h30 à 14 h 45
Cout : résident – 95 \$ / non-résident – 142,50 \$ (matériel fourni)
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

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 : 12 semaines débutant le 11 et 12 janvier 2016
Horaire : lundi de 12 h 45 à 15 h 45 ou mardi de 12h45 à 15h45
Cout : résident – 185 \$ / non-résident – 277,50 \$ (matériel en sus)
Endroit : BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN (Plamondon)

SCRAPBOOKING, PROJETS VARIÉS – Adultes **NOUVEAU!**

Création d'une multitude de petits projets faits avec différentes techniques de scrapbooking. Au menu : cartes de souhaits de toutes sortes, et nouveauté de cette année, cartes dimensionnelles, cartes avec reflet de lumière, boîtes lumineuses, boîte personnalisée, enveloppes avec décoration intérieure et extérieure pour les cartes, et plus encore! Chaque participant doit communiquer par courriel avec la responsable de l'atelier afin de recevoir la liste de matériel requis avant le début.

Responsable : Linda Roberge, 418 802-6797, linrob50@hotmail.com
Durée : 12 semaines débutant le 14 janvier 2016
Horaire : jeudi de 19 h à 21 h
Cout : résident – 100 \$ / non-résident – 150 \$ (matériel en sus)
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

ATELIERS PONCTUELS (GRATUITS)

ENFANTS (4 À 8 ANS)

CRÉER AVEC ADÉ - L'ÉTOILE POLAIRE ET LES AURORES BORÉALES

Dimanche 31 janvier, 10 h à 11 h

Pastels sur fond noir et paillettes

Responsable : Adéline Germain, 418 473-1114, adelinegermain@hotmail.com
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

CRÉER AVEC ADÉ - RONDE DES CŒURS

Dimanche 7 février, 10 h à 11 h

Calder, création d'une guirlande, enfilade de plusieurs techniques

Responsable : Adéline Germain, 418 473-1114, adelinegermain@hotmail.com
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

CRÉER AVEC ADÉ – CHASSE AUX OEUFs

Modelage d'un petit canard, les mélanges de couleurs, le façonnage.

Dimanche 20 mars, 10 h à 11 h

Responsable : Adéline Germain, 418 473-1114, adelinegermain@hotmail.com
Endroit : MAISON DE LA CULTURE

Endroit : MAISON DE LA CULTURE

Service des loisirs

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Hiver 2016

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 : 12 semaines débutant les 16 et 17 janvier 2016
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 – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 15 janvier 2016
Horaire : vendredi de 16 h 45 à 17 h 15 – bassin récréatif
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

CANARD – 12 à 24 mois (avec parent)

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

Durée : 12 semaines débutant les 16 et 17 janvier 2016
Horaire : samedi de 9 h 20 à 9 h 50 – bassin récréatif
samedi de 10 h 30 à 11 h 00 – bassin récréatif
dimanche de 8 h 45 à 9 h 15 – bassin récréatif
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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

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

Durée : 12 semaines débutant les 11, 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : lundi de 17 h 20 à 17 h 50 – bassin récréatif
mercredi de 16 h 45 à 17 h 15 – bassin récréatif
vendredi de 17 h 20 à 17 h 50 – bassin récréatif
samedi de 9 h 55 à 10 h 25 – bassin récréatif
dimanche de 8 h 55 à 9 h 25 – piscine
dimanche de 9 h 55 à 10 h 25 – bassin récréatif
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant les 13, 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : mercredi de 17 h 20 à 18 h 00 – bassin récréatif
vendredi de 17 h 55 à 18 h 35 – bassin récréatif
samedi de 10 h 15 à 10 h 55 – piscine
samedi de 11 h 50 à 12 h 30 – bassin récréatif
dimanche de 9 h 30 à 10 h 10 – piscine
dimanche de 10 h 30 à 11 h 10 – bassin récréatif
dimanche de 11 h 00 à 11 h 40 – piscine
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant les 11, 13, 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : lundi de 17 h 55 à 18 h 35 – bassin récréatif
lundi de 18 h 40 à 19 h 20 – bassin récréatif
mercredi de 18 h 05 à 18 h 45 – bassin récréatif
vendredi de 18 h 40 à 19 h 20 – bassin récréatif
samedi de 11h 05 à 11 h 45 – bassin récréatif
samedi de 12 h 35 à 13 h 15 – bassin récréatif
dimanche de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine
dimanche 10 h 15 à 10 h 55 – piscine
dimanche 11 h 45 à 12 h 25 – piscine
dimanche de 12 h 00 à 12 h 40 – bassin récréatif
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 parents et sans aide flottante**.

Durée : 12 semaines débutant les 13, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : mercredi de 18 h 50 à 19 h 30 – bassin récréatif
vendredi de 16 h 45 à 17 h 25 – piscine
samedi de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine
samedi de 10 h 15 à 10 h 55 – piscine
dimanche de 9 h 30 à 10 h 10 – piscine
dimanche de 11 h 00 à 11 h 40 – piscine
dimanche de 12 h 45 à 13 h 25 – bassin récréatif
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016
Horaire : samedi de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016
Horaire : samedi de 8 h 45 à 9 h 25 – piscine
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

PROGRAMME 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 peut avoir complété le Salamandre.

Durée : 12 semaines débutant les 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : vendredi de 16 h 45 à 17 h 25
samedi de 9 h 30 à 10 h 10
dimanche de 8 h 45 à 9 h 25
dimanche de 10 h 15 à 10 h 55
résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

Cout :

JUNIOR 2 – 5 ans et plus

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

Durée : 12 semaines débutant les 14, 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : jeudi de 18 h 00 à 18 h 40
vendredi de 16 h 45 à 17 h 25
samedi de 9 h 30 à 10 h 10
samedi de 10 h 15 à 10 h 55
dimanche de 9 h 30 à 10 h 10
dimanche de 11 h 00 à 11 h 40
résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

Cout :

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 : 12 semaines débutant les 14, 16, 17 et 18 janvier 2016
Horaire : jeudi de 18 h 00 à 18 h 40
vendredi de 17 h 30 à 18 h 10
samedi de 9 h 30 à 10 h 10
dimanche de 10 h 15 à 10 h 55
dimanche de 11 h 45 à 12 h 25
résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

Cout :

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 : 12 semaines débutant les 13, 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : mercredi de 16 h 45 à 17 h 40
vendredi de 17 h 30 à 18 h 25
samedi de 11 h 00 à 11 h 55
dimanche de 12 h 30 à 13 h 25
résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

Cout :

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 : 12 semaines débutant les 13, 15, 16 et 17 janvier 2016
Horaire : mercredi de 16 h 45 à 17 h 40
vendredi de 17 h 30 à 18 h 25
samedi de 11 h 00 à 11 h 55
dimanche de 12 h 30 à 13 h 25
résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

Cout :

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 : 12 semaines débutant les 16 et 17 janvier 2016
Horaire : samedi de 11 h 00 à 11 h 55
dimanche de 12 h 30 à 13 h 25
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 13 janvier 2016
Horaire : mercredi de 17 h 45 à 18 h 40
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016
Horaire : samedi de 12 h 00 à 12 h 55
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016
Horaire : samedi de 12 h 00 à 12 h 55
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

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 : 12 semaines débutant le 13 janvier 2016
Horaire : mercredi de 17 h 45 à 18 h 40
Cout : résident – 60 \$ / non-résident – 90 \$

Service des loisirs

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Hiver 2016

JEUNES SAUVETEURS

Le programme Jeune sauveteur s’adresse aux jeunes de 8 à 12 ans qui désirent développer leur leadership, leur confiance en soi, leur jugement, leur esprit d’équipe, 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 : 12 semaines débutant le 15 janvier 2016

Horaire : INITIÉ : vendredi de 18 h 30 à 19 h 25
AVERTI-EXPERT : vendredi de 18 h 30 à 19 h 25

Cout : résident – 66 \$ / non-résident – 99 \$ (carnet et attestation inclus)

NAGE SYNCHRONISÉE – INITIATION

En collaboration avec le Club « Québec Excellence Synchro », nous invitons tous les jeunes de 5 à 11 ans de L’Ancienne-Lorette et des environs à venir s’initier à ce sport aquatique. 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 y sont apprises. Un ratio entraîneurs/athlètes très sécuritaire est proposé.

Préalable : Aucun

Clientèle : Filles et garçons âgé(e)s de 5 à 11 ans inclusivement

Durée : 12 semaines débutant le 16 janvier 2016

Horaire : Samedi de 12 h 30 à 14 h

Cout : résident – 90 \$ / non-résident – 135 \$
**prévoir des frais d’affiliation de 10 \$ à Synchro Québec, payable au premier cours à la responsable.

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 : 12 semaines débutant le 12 janvier 2016

Horaire : mardi de 20 h 00 à 20 h 55 – bassin récréatif

Cout : résident – 75 \$ / non-résident – 112,50 \$

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 : 12 semaines débutant les 12 janvier 2016

Horaire : mardi de 19 h 00 à 19 h 55 – piscine

Cout : résident – 75 \$ / non-résident – 112,50 \$

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 : 12 semaines débutant le 12 janvier 2016

Horaire : mardi de de 19 h 00 à 19 h 55 – piscine

Cout : résident – 75 \$ / non-résident – 112,50 \$

PROGRAMME SPÉCIALISÉ – ADOS ET ADULTES

ENTRAÎNEMENT DIRIGÉ (ados et adultes) – 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 : 12 semaines débutant les 11 et 13 janvier 2016

Horaire : lundi de 19 h 45 à 20 h 40
mercredi de 19 h 45 à 20 h 40

Cout : résident – 75 \$ 1 fois/sem. et 150 \$ 2 fois/sem. /
non-résident – 112,50 \$ 1 fois/sem. et 225 \$ 2 fois/sem.

ÉTOILE DE BRONZE

L’Étoile de bronze est le premier certificat de niveau bronze. Les participants sont initiés au sauvetage en apprenant à trouver des solutions à divers problèmes et à prendre des décisions en tant qu’individu et en tant que membre d’une équipe. Ils apprennent la réanimation cardiorespiratoire ainsi que les habiletés de sauvetage nécessaires pour devenir leur propre sauveteur au besoin.

Préalables :

1) Avoir 11 ans ou plus, avoir fait le programme « Jeune Sauveteur » (facultatif).

2) Être capable de nager 100 mètres (4 longueurs)

Durée : 12 semaines débutant le 15 janvier 2016

Horaire : vendredi de 18 h 25 à 19 h 25

Cout : résident – 51 \$ / non-résident – 51 \$ (brevet inclus)

Matériel à prévoir : Masque de poche (obligatoire), 22 \$ (taxes incluses)

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. La date et l’heure seront confirmées durant la session.

Préalables :

1) Être âgé de 13 ans 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 : 11 semaines débutant le 16 janvier + examen final le 9 avril

Horaire : samedi, 15 h 45 à 16 h 30 – classe / 16 h 45 à 18 h 30 – piscine

Cout : résident – 111 \$ / non-résident – 111 \$ incluant les frais de certification

Matériel à prévoir :

Manuel canadien de sauvetage (obligatoire), 48,00 \$ (taxes incluses)

Masque de poche (obligatoire), 22,00 \$ (taxes incluses)

Sifflet et bracelet (obligatoire), 10,00 \$ (taxes incluses)

CROIX DE BRONZE

Ce certificat est le deuxième cours obligatoire en préparation au cours de « Sauveteur National ». Formation plus poussée sur les notions de base en surveillance et installations aquatiques. Il permet, par la suite aux candidats, de travailler comme assistant-surveillant sauveteur dès l’âge de 15 ans. 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 : Détenir le certificat de Médaille de bronze.

Durée : 11 semaines débutant le 17 janvier + examen final le 18 avril

Horaire : dimanche, 16 h 15 à 17 h 45 – piscine / 17 h 45 à 19 h 00 – classe

Cout : résident – 141 \$ / non-résident – 141 \$ 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 (obligatoire), 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 à l’examen final

2) Détenir la Croix de bronze

3) Cours de Premiers soins – Général/DEA ou Soins d’urgence aquatique/DEA

Durée : 11 semaines débutant le 17 janvier + examen final le 17 avril

Horaire : dimanche, 14 h 45 à 16 h 45 – classe / 16 h 45 à 18 h 45 – piscine

Cout : résident – 172 \$ / non-résident – 172 \$ incluant les frais de certification

Matériel à prévoir :

Manuel Alert! La pratique de la surveillance aquatique (obligatoire), 48,00 \$ (taxes incluses)

Masque de poche (obligatoire), 22,00 \$ (taxes incluses)

Sifflet et bracelet (obligatoire), 10,00 \$ (taxes incluses)

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

Date et horaire : **Dimanche le 6 mars, de 14 h 30 à 19 h 30**

Cout : résident – 57 \$ / non-résident – 57 \$ incluant les frais de certification

MONITEUR DE SÉCURITÉ AQUATIQUE (MSA) **NOUVEAU!**

Ce tout nouveau cours de moniteur en sécurité aquatique de la **Croix-Rouge** prépare les candidats à enseigner tous les programmes, dont le Croix-Rouge Natation et Croix-Rouge Natation Préscolaire. Les candidats se concentrent sur les stratégies permettant d’introduire et de perfectionner des techniques de natation et de sécurité aquatique dans le cadre de tous ses programmes.

Ce cours est divisé en volets :

MSA – Évaluation des techniques – de 3 à 6 heures

MSA – En ligne – de 14 à 20 heures

MSA – Stage d’enseignement – minimum 8 heures

MSA – En classe et en piscine – 24 heures

Les candidats doivent assister et participer à 100% pour tous les volets du cours.

Préalables :

1) Être âgé de 15 ans.

2) Détenir la Croix de bronze

Durée : 10 semaines débutant le 17 janvier

*Volets MSA – Évaluation des techniques et MSA – en classe et piscine seulement pour les heures de l’horaire.

**Volets MSA – En ligne et MSA – Stage d’enseignement à faire en dehors des heures de l’horaire.

Horaire : dimanche, 15 h 45 à 16 h 45 – classe / 16 h 45 à 18 h 45 – piscine

Cout : résident – 125 \$ / non-résident – 125 \$

Matériel à prévoir : (au montant de 140 \$)

- Cahier d’exercices du moniteur de sécurité aquatique
- Guide pratique Croix-Rouge Natation
- Accès pour MSA – En ligne sur le Réseau des moniteurs
- Accès aux outils et ressources pour le stage d’enseignement, le Générateur de plans de leçon et les modules de perfectionnement professionnel en ligne
- Certificat

RENOUVELLEMENT - MONITEUR DE SÉCURITÉ AQUATIQUE (MSA)

Passage d’une séance de renouvellement du certificat de Moniteur en sécurité aquatique en 5 heures.

Préalable :

1) Certificat de Moniteur de sécurité aquatique en règle.

Avoir suivi un cours MSA depuis 1996 **et présenter une preuve de certification**.

Durée : 5 heures (2 heures en salle et 3 heures en piscine)

Date et horaire : **Samedi le 5 mars, de 14 h 30 à 19 h 30**

Cout : 55 \$ incluant les frais de certification

Service des loisirs

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Hiver 2016

COURS PRIVÉS DE NATATION

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.

Horaires

Le programme comprend une série de 5 cours de 45 minutes, répartis sur 5 semaines consécutives. Deux sessions de cours seront offertes cet hiver :

1. 25 janvier au 28 février 2016
2. 7 mars au 10 avril 2016

Selon le nombre de demandes reçues, nous nous réservons le droit de nous limiter à une seule session.

Deux plages horaires seront possibles, selon l'âge et le niveau :

- Enfants: vendredi soir, samedi ou dimanche entre 8 h 45 et 13 h 30
- Adultes et adolescents : lundi au vendredi entre 16 h 45 et 21 h 45

Tarif

100 \$ – résident / 150 \$ – non-résident

Le tarif pour la série de 5 cours est 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 **loisirs@lancienne-lorette.org**, en mentionnant les informations suivantes :

- Nom et prénom de l'élève
- Âge et besoins spécifiques de l'élève
- Session de cours désirée et disponibilités
- Numéros de téléphone et adresse complète (une preuve de résidence pourrait être exigée)

La date limite est le mercredi 10 décembre 2015, pour les deux sessions.

Confirmation d'inscription

Les inscriptions et les heures de cours seront confirmées par téléphone.

Afin de pouvoir accommoder un plus grand nombre d'élèves ayant des besoins particuliers et compte tenu des places limitées, les demandes seront traitées par ordre d'arrivée et de priorité :

1. résident de L'Ancienne-Lorette;
2. jeune avec difficultés d'apprentissage, déficience ou hyperactivité importante;
3. adolescent ou adulte débutant, non nageur;
4. élève qui veut poursuivre son apprentissage, mais qui ne peut suivre la session régulière.

Information

Anne Germain

418 614-1907, poste 223

Offres d'emploi

MONITEURS DE NATATION

Sommaire de la fonction :

Les personnes titulaires de ce poste dispensent à une clientèle de tous âges des cours, selon le programme de sécurité aquatique de la Croix-Rouge.

Exigences :

- Détenir la certification de « Moniteur en sécurité aquatique » émise par la Croix-Rouge;
- Détenir un certificat valide de Sauveteur national-option piscine émis par la Société de sauvetage (un atout);
- Faire preuve de leadership;
- Être responsable et savoir communiquer avec la clientèle;
- Être dynamique, motivé et disponible.

Conditions :

Horaire de travail en fonction de la disponibilité et de l'horaire des activités aquatiques, du dimanche au samedi.

Salaire selon l'expérience.

Candidature :

Les personnes intéressées sont priées de faire parvenir leur candidature, en prenant soin d'indiquer le titre du poste pour lequel elles désirent postuler, à Anne Germain, coordonnatrice aquatique, par la poste, au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5, par télécopieur, au 418 614-2256, ou par courriel, à agermain@lancienne-lorette.org.

LE GENRE MASCULIN EST UTILISÉ DANS LE SEUL BUT D'ALLÉGER LE TEXTE.

SIGNALEURS

Sommaire de la fonction :

Les personnes titulaires de ce poste sont appelées à effectuer divers tâches liées à la sécurité lors des opérations de déneigement et, au besoin, à effectuer divers travaux manuels.

Exigences :

- Détenir un permis classe 5;
- Être en bonne condition physique;
- Être polyvalent et avoir un fort esprit d'équipe.

Conditions :

- Hiver : Sur appel, du lundi au dimanche, le jour, le soir et la nuit, selon les besoins du service.
- Taux horaire selon la convention collective en vigueur.

Candidature :

Les personnes intéressées doivent faire parvenir leur candidature, en prenant soin d'indiquer l'emploi pour lequel elles désirent postuler, à Donald Tremblay, directeur général adjoint – administration, 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5, par télécopieur au 418 872-2103, ou par courriel, à dtremblay@lancienne-lorette.org.

Les curriculum vitae doivent être reçus, avec toutes les attestations pertinentes, avant 16 h 30, le 6 novembre 2015.

LE GENRE MASCULIN EST UTILISÉ DANS LE SEUL BUT D'ALLÉGER LE TEXTE.

PROCUREUR-CONSEILLER JURIDIQUE

Sommaire de la fonction :

Sous l'autorité du Directeur général adjoint, le titulaire du poste agira principalement pour et au nom de la Ville en tant que poursuivante devant la Cour municipale, en matière pénale et en matière d'infraction à la réglementation municipale. Pour ce faire, il devra recevoir les dossiers, les analyser, les autoriser, faire les demandes de complément nécessaires et les assignations appropriées, en plus de plaider ces dossiers en première instance et en appel, le cas échéant. Le candidat retenu devra par ailleurs assister et conseiller les intervenants des différents services de la Ville, notamment en rédigeant des opinions juridiques sur les problématiques soulevées et l'application de la législation en matière municipale. Il procédera également au recouvrement des taxes foncières impayées, en passant par les étapes appropriées, judiciaires ou non.

Exigences :

- Être membre en règle du Barreau du Québec;
- Avoir acquis un minimum de 3 à 5 ans d'expérience en droit municipal;
- Avoir une certaine expérience devant les tribunaux, connaître la procédure pénale et être à l'aise en plaidoiries et représentations à la Cour;
- Connaître les règles et la procédure en matière de recouvrement et d'exécution de jugement;
- Être autonome dans sa pratique, être discret, débrouillard, efficace et intègre.

Conditions :

- Poste temporaire d'une durée de 10 mois (remplacement d'un congé de maternité), du 1^{er} mars au 30 décembre 2016;
- Salaire à déterminer selon l'expérience.

Candidature :

Les personnes intéressées doivent faire parvenir leur candidature, en prenant soin d'indiquer l'emploi pour lequel elles désirent postuler, à Me Marie-Hélène Savard, au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5, par télécopieur au 418 641-6019, ou par courriel, à msavard@lancienne-lorette.org.

Les curriculum vitae doivent être reçus, avec toutes les attestations pertinentes, avant 16 h 30, le 21 novembre 2015.

LE GENRE MASCULIN EST UTILISÉ DANS LE SEUL BUT D'ALLÉGER LE TEXTE.

JOURNALIERS

Sommaire de la fonction :

Les personnes titulaires de ce poste effectuent divers travaux manuels dans une variété d'activités rattachées au Service des travaux publics et sont appelés, en période hivernale, à conduire un camion 10 roues.

Exigences :

- Détenir un permis classe 3, mention FM;
- Être en bonne condition physique et posséder les habiletés requises à l'exécution de divers travaux manuels;
- Être polyvalent et avoir un fort esprit d'équipe.

Conditions :

- Hiver : Sur appel, du lundi au dimanche, le jour, le soir et la nuit, selon les besoins du service.
- Été : 40 heures / semaine, d'avril à octobre, du lundi au dimanche, selon les besoins du service.
- Taux horaire selon la convention collective en vigueur.

Candidature :

Les personnes intéressées doivent faire parvenir leur candidature, en prenant soin d'indiquer l'emploi pour lequel elles désirent postuler, à Donald Tremblay, directeur général adjoint – administration, 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5, par télécopieur au 418 872-2103, ou par courriel, à dtremblay@lancienne-lorette.org.

Les curriculum vitae doivent être reçus, avec toutes les attestations pertinentes, avant 16 h 30, le 6 novembre 2015.

LE GENRE MASCULIN EST UTILISÉ DANS LE SEUL BUT D'ALLÉGER LE TEXTE.

Service d'urbanisme

Garages et abris d'auto temporaires

Les garages et abris d'auto temporaires sont autorisés du 15 octobre au 15 avril.

Pour être sécuritaires, ils doivent être faits de toile ou de panneaux démontables, être érigés dans le stationnement ou dans sa voie d'accès et être installés de façon à respecter les distances suivantes :

- 1,5 mètre (5 pieds) de la chaine de rue
- 1,5 mètre (5 pieds) de toute borne-fontaine

Lorsque situés sur un coin de rue, ils doivent respecter un triangle de visibilité de 6 mètres. De plus, les garages et abris ne doivent pas nuire à la signalisation routière.

Entreposage extérieur de bois de chauffage

L'entreposage de bois de chauffage est autorisé dans la cour latérale ou arrière.

Normes à respecter :

- Le bois doit être proprement empilé dès sa réception, à une distance d'au moins 60 cm (24 pouces) des limites d'un emplacement.
- La hauteur de l'entreposage ne doit pas excéder 1,5 m (5 pieds) et son volume total ne doit pas excéder 7 m cubes (247 pieds cubes).
- Lorsque l'entreposage est situé à moins de 2 m (6 pieds 6 pouces) des limites de la propriété, il doit être séparé de l'emplacement adjacent par une clôture ajourée à moins de 50 % ou par une haie dense, d'une hauteur minimum de 1,5 m (5 pieds).

Brulage en plein air de feuilles mortes ou de déchets

Il est strictement défendu de faire bruler des substances en plein air, en particulier les feuilles mortes, car la fumée qu'elles émettent nuit à l'environnement et au voisinage.

Aide-mémoire : Entretien automnal

L'été est bel et bien terminé et avant que la saison froide ne s'installe, il est temps d'effectuer l'entretien extérieur et intérieur de la maison.

Entretien extérieur

- Fermer les sorties d'eau extérieures
- Nettoyer et ranger le mobilier extérieur
- Abaisser le niveau d'eau de la piscine et la recouvrir
- Protéger les végétaux
- Nettoyer les gouttières
- Installer le garage ou l'abri d'auto
- Faire ramoner la cheminée
- Vérifier l'état de la toiture

Entretien intérieur

- Nettoyer les plinthes électriques et l'échangeur d'air
- Calfeutrer les portes et fenêtres et installer une pellicule isolante, au besoin

Club de karaté Kyoshindo



Le Club de Karaté Kyo-shindo est un organisme à but non lucratif reconnu par la Ville de L'Ancienne-Lorette. Le Club est voué au développement et à la promotion du karaté. Depuis 1982, le fondateur de l'école, Jacques Labrecque, ceinture noire 7^e dan, a initié plus de 5 700 adeptes et formé plus de 85 ceintures noires. Le Club offre des cours de karaté, d'auto-défense et de maniement d'armes, à différents niveaux, sous la supervision de professeurs qualifiés.

INSCRIPTION SESSION HIVER 2016

Date : Jeudi, 12 novembre 2015, 18 h 30 à 21 h

Endroit : École des Hauts-Clochers, au gymnase du pavillon Notre-Dame, par téléphone au 418 871-7334 ou en ligne sur le site Internet.

POUR INFORMATION

M. Jacques Labrecque / Mme Michelle Painchaud, du lundi au vendredi après 18 h et le samedi de 8 h à 21 h au 418 871-7334. Site Internet : karatekyoshindo.com

UNIFORME

L'achat du kimono et de l'écusson sont à la charge du participant au coût de 60 \$.

ENDROIT DES COURS

Tous les cours se donnent à l'école des Hauts-Clochers, au gymnase du pavillon Notre-Dame, à L'Ancienne-Lorette.

DURÉE ET DÉBUT DES SESSIONS

SESSION HIVER

Durée de 12 semaines débutant soit le 16/12 janvier 2016.

REMBOURSEMENT

Toute demande de remboursement, pour cause majeure, doit être transmise aux responsables du Club de karaté Kyoshindo de L'Ancienne-Lorette. La politique du Service des loisirs s'applique.

TARIFICATION NON-RÉSIDENT

Selon la politique de tarification de la Ville de L'Ancienne-Lorette, les non-résidents doivent déboursier un montant additionnel de 50 % sur le coût d'inscription. En raison d'une entente particulière, les résidents de Saint-Augustin-de-Desmaures ne sont pas assujettis à la tarification additionnelle.

Les non-résidents de 65 ans et plus ont droit à une réduction de 10 % sur le cout majoré de 50 % selon la politique de tarification non-résident.

KARATÉ (BOUT DE CHOU)

Initiation aux techniques de base

Clientèle : 5 ans
Niveau : débutant
Horaire : samedi, 9 h 30 à 10 h 30
Session hiver : résident - 70 \$ / non-résident - 105 \$

KARATÉ SAMEDI-JEUNESSE

Initiation aux techniques de base

Clientèle : 6 à 8 ans
Niveau : débutant et avancé
Horaire : samedi, 9 h 30 à 10 h 30
Session hiver : résident - 70 \$ / non-résident - 105 \$

KARATÉ SAMEDI-PARENTS

Initiation aux techniques de base

Clientèle : parents d'enfants inscrits le samedi matin
Niveau : débutant
Horaire : samedi, 9 h 30 à 10 h 30
Session hiver : résident - 70 \$ / non-résident - 105 \$

KARATÉ JUNIOR-PARENTS

Initiation aux techniques de base

Clientèle : parents d'enfants inscrits le mardi et jeudi
Niveau : débutant
Horaire : mardi et jeudi, 18 h 45 à 19 h 45
Session hiver : résident - 90 / non-résident - 135 \$

KARATÉ JUNIOR

Initiation et pratique

Clientèle : 8 à 13 ans
Niveau : débutant et avancé
Horaire : mardi et jeudi, 18 h 45 à 19 h 45
Session hiver : résident - 90 / non-résident - 135 \$

KARATÉ SENIOR

Initiation et pratique

Clientèle : 14 ans et plus
Niveau : débutant et avancé
Horaire : mardi et jeudi, 20 h à 21 h 30
Session hiver : résident - 105 \$ / non-résident - 157,50 \$

Temps-Danse

Les grands danseurs ne sont pas grands à cause de leur technique, ils sont grands à cause de leur passion. Déjà reconnu pour la qualité et le professionnalisme de ses spectacles hauts en couleur, Temps-Danse est un organisme à but non lucratif qui fait danser les petits et grands depuis maintenant 26 ans.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

- **Durée :** 12 semaines. Les activités débutent au cours de la semaine du 11 janvier 2016.
- **Locaux des cours :**
 - Bibliothèque Marie-Victorin : 1635 Rue Notre Dame, L'Ancienne-Lorette, G2E 3B4
 - École des Hauts-Clochers :
 - Pavillon Notre-Dame : 1591, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette, G2E 3B4
 - Pavillon St-Charles : 1350, rue St-Charles, L'Ancienne-Lorette, G2E 1V4
- **Inscription :** Formulaire en ligne, sur le site Internet de la Ville de L'Ancienne-Lorette, à lancienne-lorette.org
- **Information :**
Annie Fournier
418 861-9081
info@tempsdanse.org
Plusieurs informations se retrouvent sur notre page Facebook *École de danse Temps-Danse*

PROGRAMMATION

CHORÉGRAPHIE ÈVÈNEMENT SPÉCIAUX

Que vous soyez en pleine planification de votre mariage, d'une fête surprise ou de tout autre évènement, nous vous proposons de surprendre vos invités avec une chorégraphie spéciale! Nous vous offrons un service personnalisé, selon vos goûts et votre style. Plaisir assuré! Prix sur demande.

ZUMBA

Durée : 12 semaines

Début des cours : Samedi 17 janvier 2016

Local : Bibliothèque Marie-Victorin

Venez-vous dégourdir dans un cours de ZUMBA le temps que votre enfant danse. 30 minutes intenses qui vous feront brûler des calories. Chaque cours de Zumba est conçu pour que vous vous défouliez tous ensemble.

Selon l'horaire de vos enfants, voici les trois possibilités de cours.

9 h 15 à 9 h 45
10 h à 10 h 30
10 h 45 à 11 h 15
Coût : 50 \$ pour 12 cours

ZUMBA FITNESS

Durée : 12 semaines, début lundi, 12 janvier 2016

Chaque cours de Zumba est conçu pour que vous vous défouliez tous ensemble, grâce à des exercices sans contraintes, qui mêlent des mouvements à haute intensité et à basse intensité qui vous permettent de rester en forme et de garder la ligne dans un esprit festif. Laissez-vous emporter par les rythmes de la musique latino-américaine et des musiques du monde!

Zumba Fitness	Heures	
Lundi	19 h à 19 h 55	Annie Fournier (Pavillon St-Charles)
Mardi (Débutant)	19 h à 19 h 55	Sophie Létourneau (Pavillon St-Charles)
Mardi	20 h à 20 h 55	Marie Beaupré (Pavillon St-Charles)
Mercredi	19 h à 19 h 55	Annie Fournier (Pavillon St-Charles)
Jeudi	19 h à 19 h 55	Marie Beaupré (Pavillon St-Charles)

ZUMBA GOLD

Durée : 12 semaines, début mardi 13 janvier et jeudi 15 janvier 2016

Sous-Sol Bibliothèque Marie-Victorin

Idéal pour les seniors qui recherchent un cours de Zumba alternatif recréant les mouvements originaux, mais avec une intensité moindre. Les cours sont basés sur une chorégraphie Zumba® facile à suivre qui vous permet de développer votre équilibre et votre coordination et de pratiquer une gamme de mouvements. Vous viendrez pour faire de l'exercice, vous repartirez revitalisés et en pleine forme!

Zumba Gold	Heures	
Mardi	13 h à 13 h 55	Annie Fournier
Jeudi	13 h à 13 h 55	Annie Fournier

Informations générales Zumba

Tarification : Une carte au coût de 100\$ est valide pour 12 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.

NOUVEAU! Vous pouvez acheter une carte illimitée par session au coût de 150\$, qui vous donne le droit d'aller au nombre de cours désiré dans une semaine, dans une même session.

PILOXING

Durée : 12 semaines, début mardi 13 janvier et jeudi 15 janvier 2016

Bibliothèque Marie-Victorin ou École des Hauts-Clochers - Pavillon St-Charles

Piloxing® est un programme de fitness interdisciplinaire exaltant qui allie le meilleur du Pilates, de la boxe et de la danse en une séance d'entraînement fractionné de haute intensité! En s'appuyant sur la science la plus actuelle, Piloxing® intègre des concepts tels que l'entraînement fractionné et l'entraînement pieds nus afin de brûler un maximum de calories et d'augmenter l'endurance.

Piloxing	Heures	Local	Coût
Mardi	19 h à 20 h	Bibliothèque Marie-Victorin	100\$
Jeudi	20 h à 21 h	École des Hauts-Clochers, Pavillon St-Charles	100\$

KANGOO JUMP - 16 ANS ET PLUS

Durée : 12 semaines, début mardi 13 janvier 2016

Bibliothèque Marie-Victorin

Entraînement 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!

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

Kangoo Jump	Heures	Coût
Mardi	18 h à 19 h	Avec location de bottes 120\$
		Sans location de bottes 100\$

Clubs et organismes

APPRENTIS DE LA COUTURE

ATELIER DE CONFECTION D'UN ÉTUI DOUBLE À CRAYONS
Lundi 9 novembre, 13 h à 15 h 30
 Coût : 5 \$ (matériel inclus)
 Inscription requise au 418 872-7690.

CONFECTION DE VÊTEMENTS POUR LES ENFANTS DÉFAVORISÉS
Lundi 23 novembre, 9 h 30 à 15 h 30
 Confection bénévole de vêtements pour les enfants défavorisés de la grande région de Québec.

ATELIER DE BAS DE PANTALON
Lundi 30 novembre, 13 h à 15 h 30
 Coût : 5 \$
 Inscription requise au 418 872-7690.

INFORMATION
 Claire Faucher
 418 872-7690

ASSOCIATION FÉMININE D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE

RENCONTRE D'INFORMATION SUR LES MÉDIAS SOCIAUX
Mercredi 18 novembre, 13 h
 Sous-sol de l'église Notre-Dame de l'Annonciation
 1625, rue Notre-Dame



À l'occasion de cette rencontre, Mme Dyane Brouillette vous informera des bons trucs et des dangers des médias sociaux.

L'Afeas se réunit le 3^e 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
 afeas.qc.ca

CERCLE DE FERMILIÈRES DE L'ANCIENNE-LORETTE

RÉUNION MENSUELLE
Jeudi 12 novembre, 19 h
 Centre communautaire 1
 1302, rue des Loisirs



SALON DE NOËL
Samedi 14 novembre, 12 h à 16 h, et dimanche 15 novembre, 9 h à 16 h
 Centre communautaire 1
 1302, rue des Loisirs

Découvrez notre salon de Noël! Vous y trouverez une variété de pièces artisanales uniques et originales de grande qualité, confectionnées par nos membres. Nous vous attendons en grand nombre!

INFORMATION
 Sylvie Langevin, présidente
 Sylvielangevin7@hotmail.com
 418 204-0893



CLUB TOASTMASTERS DES INGÉNIEURS 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
 Damien Thibodeau
 418 573-0407
 ctiqu.ca

CHANTELAIT

SOIRÉES D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT
Jeudis 19 et 26 novembre, 19 h à 21 h
 Bibliothèque Marie-Victorin – salle Victor, au 1635, 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.

RENCONTRES POSTNATALES PARLONS-LAIT
Mardis 3 et 17 novembre, 9 h 30 à 11 h 15
 Bibliothèque Marie-Victorin – salle Duchesneau, au 1635, rue Notre-Dame, à L'ancienne-Lorette

Les rencontres postnatales *Parlons-Lait* offrent l'occasion aux nouvelles mamans d'échanger avec d'autres mères 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.

SERVICE DE CONSULTATION EN ALLAITEMENT
 1487, rue Provencher, 2^e étage, local 206, à Québec

Si vous éprouvez des problèmes liés à l'allaitement, il est possible de rencontrer une consultante en lactation certifiée afin de vous aider. Ce service est gratuit et disponible sur rendez-vous.

SERVICE D'ASSISTANCE TÉLÉPHONIQUE
 Des bénévoles et des consultantes en lactation certifiées sont disponibles pour répondre aux questions concernant l'allaitement et les services offerts par Chantelaît, au 418 877-5333.

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

CHEVALIERS DE COLOMB

RÉUNION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
Mardi 3 novembre, 19 h 30
 Rencontre avec AGAPÉ (15 à 20 minutes)



DÉJEUNER DU COMITÉ FÉMININ
Dimanche 8 novembre, 9 h à 11 h 30
 Coût : 7 \$
 Bienvenue à tous!

SOIRÉE D'INFORMATION
Lundi 9 novembre, 19 h 30
 Soirée d'information pour les nouveaux candidats

ASSEMBLÉE MENSUELLE
Mardi 17 novembre, 17 h
 Assemblée régulière de l'année Colombienne et commémoration des morts.
 Bienvenue à tous nos frères Chevaliers ainsi qu'à leur conjointe.

SOUPER DE LA FIDÉLITÉ DES CHEVALIERS
Samedi 28 novembre, 17 h
 Soirée d'information pour les nouveaux candidats

CÉRÉMONIE D'ACCUEIL
Dimanche 29 novembre, 10 h
 Cérémonie d'accueil au 1^{er} degré
 Conseil Moncalm, situé au 15, rue Boucher à Québec

INFORMATION
 Pierre Cormier, Grand Chevalier
 Conseil 4246 : 418 872-1383
 Téléphone : 418 871-4671
 Cellulaire : 418 951-5017
 pierre.cormier271049@videotron.ca

CLUB DES AÎNÉS DE L'ANCIENNE-LORETTE

GALAS MUSICAUX
Dimanches 1^{er} novembre et 6 décembre, 12 h 30
 Ouverture des portes à 10 h 30.

NOËL D'ANTAN
Vendredi 11 décembre, 16 h
 Ouverture des portes à 15 h.

Déroulement
 16 h : Messe
 17 h : Concert de la chorale Les Cœurs d'Or de L'ancienne-Lorette
 18 h : Souper en formule « Apportez votre vin »
 20 h : Soirée dansante avec l'Orchestre Les Dynamiques Les Laurentiens, sous la direction musicale de M. André Gosselin

Coût
 • Formule complète : 27 \$ pour les membres et 29 \$ pour les non-membres
 • Soirée dansante seulement (à partir de 20 h) : 5 \$
 Les cartes sont en vente dès maintenant.

ST-SYLVESTRE
Jeudi 31 décembre, 19 h à 2 h
 Détails à venir dans la prochaine parution du Loretain.

Coût
 20 \$ pour les membres et 22 \$ pour les non-membres
 Les cartes sont en vente dès maintenant, et ce, jusqu'au 11 décembre.

Information
 Carmelle Mc Nicoll : 418-977-2233

SOIRÉES DANSANTES
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. Venez-vous amuser avec nous!

RENOUVELLEMENT DES CARTES DE MEMBRE
Mardis et jeudis, 13 h à 16 h

Les cartes de membre de novembre et de décembre sont disponibles à notre local. Vérifiez la date d'expiration de votre carte, elle vous indique quand la renouveler. En raison du manque de bénévoles, il nous sera impossible d'effectuer des rappels par téléphone pour le renouvellement des cartes. Merci de votre compréhension!

INFORMATION
 Pierre Cormier : 418 871-4671
 Raymond Rioux : 418 871-5156

RAYON DE SOLEIL



RÉVEILLON DE L'AMITIÉ
Jeudi 17 décembre, 16 h 30 à 21 h
 Polyvalente de L'ancienne-Lorette (cafétéria)
 Coût : 5 \$

Le service d'entraide communautaire Rayon de soleil, en collaboration avec les membres du Cercle des Fermilières de L'ancienne-Lorette et les étudiants de la Polyvalente, vous invitent au Réveillon de l'Amitié.

Cette fête s'adresse à toutes les personnes qui seront seules à Noël, peu importe l'âge ou la condition de vie.

Pour vous inscrire, communiquez avec Rayon de soleil, au 418 871-7055, avant le 12 décembre. Un service de transport peut être fourni sur demande. C'est un rendez-vous à ne pas manquer!

POPOTE ROULANTE
 Le service de popote roulante est offert aux personnes âgées et aux personnes en perte d'autonomie ou en convalescence. Nous livrons le repas du midi, sur semaine. Il s'agit de repas chauds et équilibrés, élaborés par des nutritionnistes. Plusieurs places sont actuellement disponibles.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS
 Rayon de Soleil est à la recherche de bénévoles pour deux secteurs de son organisation.

- **Accompagnement-transport médical**
 Pour occuper ce poste, vous devez disposer d'une voiture et d'un permis de conduire valide. Nous répondons chaque mois à plusieurs demandes d'accompagnement, mais avons un urgent besoin de bénévoles disposés à se rendre à l'Hôtel-Dieu de Québec pour accompagner des personnes à leur traitement.
- **Visites d'amitié ou répit aux proches aidants**
 Pour occuper ce poste, vous devez être disponible de 1 heure à 4 heures(s) par semaine, du lundi au vendredi. Votre rôle consistera à tenir compagnie à un(e) ainé(e) pour briser son isolement ou encore à donner un peu de répit à son proche aidant. Plusieurs demandes sont présentement en attente.

INFORMATION
 418 871-7055
 rayondesoleil.ca

JARDIN COMMUNAUTAIRE DE L'ANCIENNE-LORETTE

TRAVAUX DE CONSTRUCTION EN COURS

Les travaux de construction du jardin communautaire de L'ancienne-Lorette vont bon train au coin des rues Turmel et Chanoine-Dupré. Dès l'été prochain, le jardin offrira des espaces en location aux jardiniers loretains.

INSCRIPTION
 La période d'inscription sera annoncée à la fin de l'hiver.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS
 Pour devenir bénévole, veuillez nous contacter par courriel.

INFORMATION
 jardinnanciennelorette@gmail.com

CLUB LIONS



SOUPER MENSUEL
Mercredi 4 novembre, 17 h 30
 Collège de Champigny

RÉUNION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
Mercredi 18 novembre, 19 h
 Local du Club Lions

CONFÉRENCE SUR LA DÉGÉNÉRESCENCE MACULAIRE
Vendredi 20 novembre, 19 h 30
 Bibliothèque Marie-Victorin, salle Desjardins

Conférence sur la dégénérescence maculaire (maladie de l'œil) présentée par le directeur général de l'Association québécoise de la dégénérescence maculaire, M. André Lavoie. L'entrée est gratuite et un café sera servi.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec Claire G. de Courval, au 418 872-8589, ou Michelle Simard, au 418 872-4388.

GÂTEAUX AUX FRUITS

Réservez dès maintenant votre gâteau aux fruits! Un délicieux gâteau aux fruits de 900 grammes, emballé dans une boîte métallique, pour seulement 17 \$. Tous les profits seront remis aux œuvres du Club.

Réservez tôt! Livraison possible. Communiquez avec Lion Richard, au 418 872-8589, ou Lion Claire, au 418 872-8589.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Pour créer des liens avec des gens de votre communauté et agrémenter votre vie de façon utile, joignez-vous à notre équipe dynamique! Informez-vous à Lion Michelle, au 418 872-4388.

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 ou 418 872-8589

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



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

MARCHÉS AUX PUCES
Mardis 10 et 24 novembre, 13 h à 15 h 30

1305, rue des Loisirs Est
 Ouverture du vestiaire pour la vente de vêtements.



Mardis 3 et 17 novembre, 18 h 30 à 20 h 30

1305, rue des Loisirs Est
 Vente de meubles, bicyclettes, jouets, vaisselle, vêtements, livres, bijoux et plus encore.

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.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Nous sommes à la recherche de bénévoles disponibles le lundi et/ou le vendredi pour effectuer le tri des items reçus, ainsi que de bénévoles disponibles le lundi et/ou mercredi et/ou vendredi en matinée pour la manutention de meubles.

GUIGNOLÉE ANNUELLE

À l'occasion des messes du premier dimanche de l'Avent, les 28 et 29 novembre prochains, nos bénévoles feront appel à votre générosité pour le mieux-être à Noël de leurs nombreux bénéficiaires. L'argent et les denrées non-périssables recueillis nous permettront de subvenir aux besoins de plusieurs familles de la paroisse.

HEURES D'OUVERTURE

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

INFORMATION
 418 874-0101

Haute Coches
PROGRAMMATION
2015-2016

Nadja 16 octobre 2015	Marie-Denise Pelletier 4 décembre 2015 (spécial de Noël)	Johanne Blouin 15 avril 2016

Forfait disponible pour les 3 spectacles

information
 418 872.1441

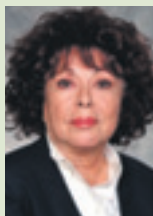
Conseil municipal

MAIRE



Émile Loranger
418 872-9811
mairie@lancienne-lorette.org

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

Cabinet du maire	Marie-Ève Lemay	418 872-9811
Direction générale		418 872-9811
Donald Tremblay, directeur général adjoint - administration		418 872-9811
André Rousseau, directeur général adjoint - opérations		418 872-8450
Trésorerie	Ariane Tremblay	418 872-9811
Urbanisme	Jean-Sébastien Bussière	418 872-9811
Loisirs	Martin Blais	418 872-9811
Travaux publics	André Rousseau	418 872-8450
Greffe	Me Claude Deschênes	418 872-9811
Bibliothèque Marie-Victorin	Nicole Gauthier	418 641-6142
Aquagym		418 614-1907
Maison de la culture		418 877-3517

Autres services

Complexe sportif multidisciplinaire (arène)	418 877-3000
Refuge pour animaux domestiques Les fidèles moustachus	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 Ingénieurs	Damien Thibodeau	damien.thibodeau@outlook.com ctiq.ca
Groupe Rythmoson	Audrey Poirier	418 915-6832 rythmoson.com
Société des arts de L'Ancienne-Lorette	Olivier Lord	communications.sasal@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	Sylvain Perron	info@lesgrandsenfants.com

CLUBS SOCIAUX

Club Lions	Richard Dufour	418 871-0766
Club Optimiste	André Bouchard	418 871-3478
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
	Louissette G. Asselin	418 871-0300
Association des gens d'affaires	Vincent Bérubé	418 255-8803
Cercle de fermières	Sylvie Langevin	418 204-0893
Chantelait	Martine Picard	418 877-5333
Chevaliers de Colomb	Pierre Cormier	418 872-1383 pierre.cormier271049@videotron.ca
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 921.president@cadetsair.ca
Groupe Scout	Annie Wood	418 704-4182
Maison des jeunes Le Repère	Éric Gingras	418 871-2819
Club Aînés de L'Ancienne-Lorette (FADOQ)	Pierre Cormier	418 871-4671
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	Steven Caron	418 849-8759 steven.caron@carons.ca
Association des sports de balle	Frédéric Dionne	514 977-9499 vice.president@vbal.qc.ca vbal.qc.ca
Association de soccer du Mistral Laurentien	Steve Gauvin	418 977-7228 mistrallaurentien.com
Club cycliste Vélorette	François Leduc	418 688-4766 francois.leduc01@yahoo.com • velorette.com
Club de patinage artistique	Suzanne Beaudoin	418 261-8754
Club de patinage sportif	Charles Thibeault	418 877-3504
Club de tennis	Martin Côté	418 930-3489 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

Dépôt légal: Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Conception: Le Journal de L'Ancienne-Lorette
Tirage: Plus de 9000 exemplaires

Ville de L'Ancienne-Lorette

Le Loretain 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 Loretain doit être acheminée à:
Ville de L'Ancienne-Lorette
1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5
418 872-9811
info@lancienne-lorette.org

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



Ville de
L'Ancienne-Lorette

Nouveau site Internet

Maintenant en ligne!

lancienne-lorette.org



Disponible
en version
mobile!

Un site pratique au quotidien

Entièrement revu pour répondre à vos besoins

- Interface conviviale
- Accès rapide et facile à l'information
- Contenu plus complet

Nouvelles fonctionnalités

- Navigation par sujets
- Recherche par mots-clés
- Onglet « Nouvelles »
- Infolettre