

Le Jacobin

Journal municipal



En page 9

Brigadiers scolaires
et passage piétonnier

Bonne rentrée scolaire !



Municipalité de
Saint-Jacques

Vol. 21 | N° 07

Septembre 2023

st-jacques.org

Fête du Travail : Les bureaux municipaux et
la Bibliothèque seront fermés le 4 septembre.

Contact

Mairie

16, rue Maréchal
Saint-Jacques (Québec) J0K 2R0

450 839-3671

450 839-2387 (Télécopieur)
www.st-jacques.org

Horaire

Lundi au jeudi de 8 h à 16 h 30

Vendredi de 8 h à 12 h

*Fermée entre 12 h et 13 h

Bibliothèque Marcel-Dugas

Horaire

Lundi, mardi de 13 h à 18 h

Jeudi de 13 h à 20 h

Samedi de 9 h à 12 h

450 839-3671

Services téléphoniques d'urgence

Après les heures de bureau

Pour les bris d'aqueduc, fuites d'eau, etc.

579 258-6074

Sur les heures de bureau

En cas de panne électrique seulement.

450 839-7697

Conseil municipal

Prochaine séance 11 septembre

Sommaire

- 01** Conseil municipal
 - Nouvelle version du Jacobin !
 - Communiqué sur l'amiante
 - Retour sur le golf
- 02** Info & employés
 - Info travaux
 - Offre d'emploi étudiant
- 03** 250^e anniversaire
 - Lancement des festivités
 - Calendrier 2024
 - Parade du Carnaval
- 04** Travaux publics
 - Collecte des encombrants
 - Brigadiers
 - Égoût sanitaire
 - Passage piétonnier
- 05** Bibliothèque
 - Fête du Travail
 - Exposition RIEN NE VA PLUS ?
 - Bibliovente et dons de livres
 - Nouveautés Adultes et jeunesse
 - Bonne rentrée !
- 06** Maison de la Nouvelle-Acadie
 - Lancement d'un roman
 - Atelier d'initiation à la teinture
 - Atelier découverte
- 07** Loisir
 - Programmation d'activités
- 08** Organisme
 - FADOQ
 - ACFM
 - SHÉNA
 - La Rescousse Montcalm

Réalisation : Municipalité de Saint-Jacques

Impression : Imprimerie Pinard

Papier : Rolland Enviro 100% recyclé

Distribution : Postes Canada

Parution : Le Jacobin est publié 10 fois l'an

Tirage : 2250 exemplaires

ISSN : 1708 - 2994

Dépot légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Dépot légal : Bibliothèque et Archives nationales du Canada

N'oubliez pas de
vous inscrire en ligne !

SAC
Service d'alerte citoyenne



Nouvelle version du Jacobin !

Nous sommes heureux de vous présenter la nouvelle version du Jacobin qui se veut douce et épurée. Cette version fait suite au changement de l'image de marque rendu possible par la participation financière de la MRC de Montcalm et du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation, par l'entremise du Fonds régions ruralité (FRR).

Au cours des prochains mois, vous observerez quelques changements au niveau des visuels afin que l'ensemble de la Municipalité relète cette nouvelle image de marque. En plus de représenter le monogramme de la Municipalité de Saint-Jacques, la nouvelle image tire son inspiration de la tradition locale et de l'authenticité de ses citoyennes et citoyens. Les couleurs du drapeau acadien se manifestent à travers différentes formes, symbolisant à la fois les terres agricoles et la diversité d'une population unie et singulière. La droiture du « J » évoque la fierté et la proactivité, quant à ses courbes, le dynamisme et le mouvement.



Nos collaborateurs





COMMUNIQUÉ
Pour diffusion immédiate

AVIS À LA POPULATION

Saint-Jacques, le 21 août 2023 – Faisant suite aux derniers événements concernant la plainte déposée à la CNESST à l'effet que le bâtiment nommé le Centre culturel du Vieux Collège serait contaminé par l'amiante, la Municipalité de Saint-Jacques a fait effectuer de nouvelles analyses.

À cet effet, une nouvelle caractérisation ainsi qu'un échantillonnage de l'air ont démontré que la qualité de l'air dans le bâtiment est conforme et qu'il n'y a pas de présence d'amiante pouvant nuire à la santé des utilisateurs.

« Pour donner suite à la visite de la CNESST, la Municipalité a tenu à procéder rapidement avec de nouveaux tests considérant que nous avons à cœur la santé de nos employés et des utilisateurs du bâtiment », a mentionné madame Josyanne Forest, mairesse.

- 30 -

Source : Municipalité de Saint-Jacques
Mme Josée Favreau
Directrice générale et greffière-trésorière
450 839-3671, poste 7610
josee.favreau@st-jacques.org



Golf au profit du 250^e anniversaire de la Municipalité de Saint-Jacques

Mardi le 15 août dernier se déroulait le premier omnium de golf de la Municipalité de Saint-Jacques. Une journée plus que réussie ! Grâce à la participation de plusieurs entreprises, organismes, municipalités, citoyennes et citoyens, nous avons amassé une somme d'environ 22 500 \$ qui servira au financement des activités du 250^e anniversaire en 2024. Lors du souper, le député de Rousseau, M. Louis-Charles Thouin, a également remis une somme de 12 500 \$ pour l'année des festivités qui arrive à grand pas !

« Nous sommes fiers d'avoir amassé cette somme qui permettra de bonifier nos activités dans le cadre du 250^e anniversaire de Saint-Jacques. Je tiens à remercier la merveilleuse équipe de la Municipalité qui a travaillé très fort pour faire de cet événement un franc succès. Ensemble, on forme une municipalité authentique où la tradition se réinvente », a souligné madame Josée Favreau, directrice générale et greffière-trésorière.

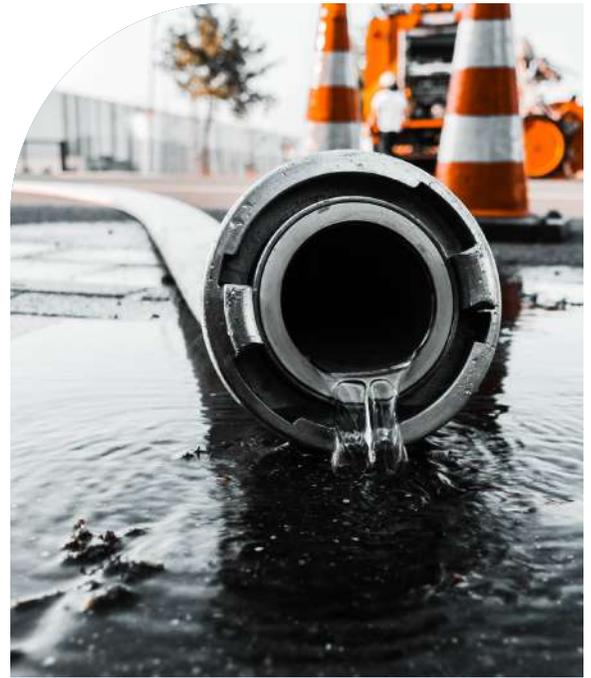


(De gauche à droite sur la photo) : Mme. Myriam Egron Claverin, Mme. Line Marion, Mme. Virginie Lafèche-Lajoie, Mme. Sylvie Baril, Mme. Manon Aubin et Mme. Josée Favreau.

INFO TRAVAUX

Nous tenons à vous informer que les futurs travaux à effectuer sur la rue du Collège sont reportés au printemps 2024.

Une rencontre d'information est prévue dès cet automne et une invitation sera acheminée personnellement aux citoyens du secteur concerné au moment opportun.



OFFRE D'EMPLOI ÉTUDIANT

Tu es à la recherche d'un emploi stimulant et dynamique durant tes études ?

Nous avons l'offre d'emploi qu'il te faut!

PRÉPOSÉ (E) AU GYMNASÉ (HORAIRE VARIABLE)

Vient montrer tes talents sportifs !

PRÉPOSÉ À LA PATINOIRE (E) (HORAIRE VARIABLE)

Tu aimes patiner ? Le poste est à toi !

PRÉPOSÉ À LA BIBLIOTHÈQUE (E) (20 H PAR MOIS)

La lecture et toi ne faites qu'un ! Rentre dans l'univers des livres avec nous !

POUR CONSULTER LES OFFRES D'EMPLOI,
RENDEZ-VOUS AU WWW.ST-JACQUES.ORG
DANS LA SECTION OFFRE D'EMPLOI.



Lancement des festivités le 27 novembre prochain !

Surveillez bien nos réseaux sociaux et votre boîte aux lettres pour connaître la programmation des festivités du 250^e anniversaire de Saint-Jacques. Une belle année remplie d'activités vous attend.

Bon 250^e !



Calendrier 2024 !

Afin de produire notre calendrier 2024, nous sommes à la recherche de photos sur l'histoire de Saint-Jacques d'hier à aujourd'hui ! Vous avez jusqu'au 1^{er} octobre, 16 h !

Vous pouvez transmettre vos photos à communication@st-jacques.org ou contacter la coordonnatrice aux communications et aux événements au 450 839-3671, poste 7672.

Parade du Carnaval 2024!

La parade est de retour et est à la recherche de voiture allégorique !

Vous êtes intéressé à participer à la parade ?

Rendez-vous au www.st-jacques.org section événement pour vous inscrire.

Au plaisir de vous y voir en 2024 !



Le 1^{er} septembre sera la dernière collecte de l'année !

La collecte des objets encombrants

QU'EST-CE QU'UN ENCOMBRANT? Toute matière admissible à un autre type de collecte (matières recyclables, organiques ou résidus verts) **ne doit pas** se retrouver dans la collecte des objets encombrants.

La collecte des encombrants permet aux citoyens de se débarrasser de leurs déchets trop volumineux pour être déposés dans les bacs roulants à déchets.

Dans tous les cas où des items ont un potentiel de valorisation, l'Écocentre local doit être priorisé.

MATIÈRES REFUSÉES :

- ✗ Sacs de feuilles et de gazon ;
- ✗ Poubelles et sacs de déchets ;
- ✗ Bacs roulants bleus et bruns ;
- ✗ Déchets déposés en vrac (non ensachés) ou louses au sol ;
- ✗ Pneus et pièces d'auto (incluant les boîtes pour camion pickup) ;
- ✗ Toiles de piscine, bâches ou tapis qui ne sont pas roulés en section de 5 pieds et solidement attachés ;
- ✗ Appareils électroniques de télécommunications (par exemple : télévisions, ordinateurs, imprimantes, système audio et vidéo, etc.) ;
- ✗ Résidus domestiques dangereux (RDD) comme peinture, aérosols, néons, bonbonnes de propane, etc. ;
- ✗ Résidus de construction, de rénovation et de démolition (CRD) comme des planches de bois, morceaux de 2 X 4, panneaux de contreplaqué (plywood), madriers, poteaux de clôture, patio, lattes de plancher et autre recouvrement de sol, de portes, fenêtres, cloison-sèche (gypse), bardeaux d'asphalte, céramique, vinyle, etc. ;
- ✗ Objets tranchants et/ou pointus – verre, miroir, morceaux de vitre, items avec des clous apparents, etc. ;
- ✗ Boîtes de carton et autres matières recyclables ;
- ✗ Appareils réfrigérants comme les réfrigérateurs, les congélateurs, les refroidisseurs d'eau et les climatiseurs ;
- ✗ Branches, cèdres, troncs et billots de bois, morceaux de béton, roches, terre et tourbe ;
- ✗ Déchets louses ou en vrac déposés dans les baignoires, barils, remorques ou autres ;
- ✗ Item avec un moteur à essence ou contenant de l'huile (exemple : tondeuse).

MATIÈRES ACCEPTÉES :

- ✓ Bac roulant noir/gris/vert ;
- ✓ Bac roulant noir/gris/vert supplémentaire avec collant autorisé par la Municipalité ;
- ✓ Mobilier (table, chaise, divan, luminaire, lampe sur pied, armoire/bibliothèque, etc.)
- ✓ Appareils ménagers (laveuse, sècheuse, lave-vaisselle, cuisinière) ;
- ✓ Petits appareils et électroménagers (micro-ondes, ventilateurs sur pied, etc.) ;
- ✓ Matelas, lits et sommier (non encombrés de matières refusées) ;
- ✓ Tapis, toile ou bâche attachée ;
- ✓ Meubles et pièces de meuble (exemple : panneaux de bibliothèque, tiroirs, pattes de tables, etc.) ;
- ✓ Toilette, lavabo, meuble-lavabo, vanité, baignoire ;
- ✓ Barbecue (sans la bonbonne) ;
- ✓ Vélo, jouets ou items pour enfants (poussette, balançoire, chaise haute, modules divers, sièges d'auto, etc.) ;
- ✓ Items saisonniers (râteau, pelle, brouette, balai, etc.).





LES BRIGADIERS SCOLAIRES :

Au service de la sécurité routière, lorsqu'un brigadier fait traverser les enfants en brandissant un panneau d'arrêt, les conducteurs ont l'obligation de respecter le signal et de s'arrêter.

« Un conducteur qui enfreint l'article 311 du Code de la sécurité routière est passible d'une amende de 148 \$ et de 3 points d'inaptitude. »

Soyez prudents ! Bonne rentrée scolaire à tous !

SENSIBILISATION SUR LES REJETS À L'ÉGOUT SANITAIRE :

Depuis quelques temps, la Municipalité retrouve des objets inhabituels jetés dans les toilettes. Les pompes servant au transport des eaux usées, bloquent et tombent en panne. Bien que la Municipalité mette tout en œuvre pour éviter de tels problèmes, nous vous rappelons que les égouts ne sont pas des poubelles et que seul le papier hygiénique est conçu pour se décomposer efficacement dans la toilette.

Voici la liste des articles À NE PAS JETER dans les égouts : litière pour chat, excréments de chat, cheveux, préservatifs, eau de javel, mégots de cigarette, couches et serviettes hygiéniques, gomme à mâcher, cotons-tiges, huile à friture, médicaments périmés, lingettes humides, lentilles de contact, fil dentaire, tissu, tampons à récurer.

PASSAGE PIÉTONNIER :

Le conducteur d'un véhicule doit céder le passage aux piétons engagés dans un passage piétonnier qui est situé à une intersection et qui n'est pas règlementé par des feux de circulation. Avant de s'engager dans un passage pour piétons, qui n'est pas situé à une intersection contrôlée par des feux de circulation, il faut s'assurer que l'on peut traverser sans risque.



FERMETURE POUR LA FÊTE DU TRAVAIL

La bibliothèque sera fermée en raison de la fête du Travail lundi le 4 septembre. Retour à l'horaire régulier, le mardi 5 septembre.

Bon congé à tous les lectrices et lecteurs !
Jeanne & Rachel

DONS DE LIVRES

Les dons de livres sont acceptés à la bibliothèque jusqu'au 22 septembre inclusivement. Nous ferons relâche ensuite jusqu'au 1^{er} avril 2024.



Exposition RIEN NE VA PLUS ?

Par l'artiste-peintre Diane Douville
Du 2 au 30 septembre 2023
Vernissage jeudi 7 septembre à 17 h

Diane Douville a créé et rassemblé certaines de ses peintures illustrant des moments éprouvants de l'existence. Les œuvres présentées nous rappellent toutes qu'après la pluie, vient le beau temps. L'artiste viendra à la rencontre du public lors de son vernissage le jeudi 7 septembre entre 17 h et 19 h.

Ci contre : Épuisement professionnel,
Acrylique sur toile 36 x 24



BIBLIOVENTE

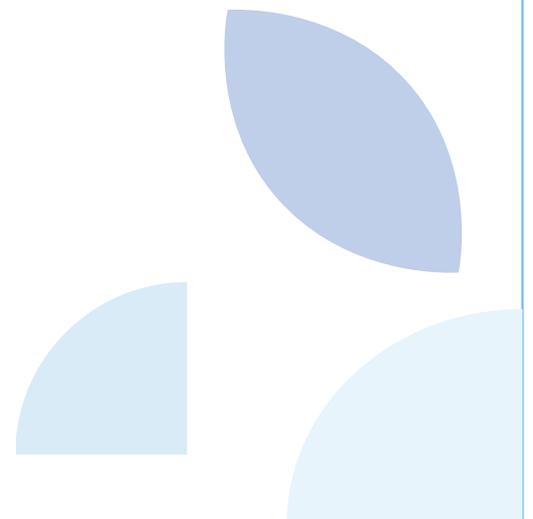
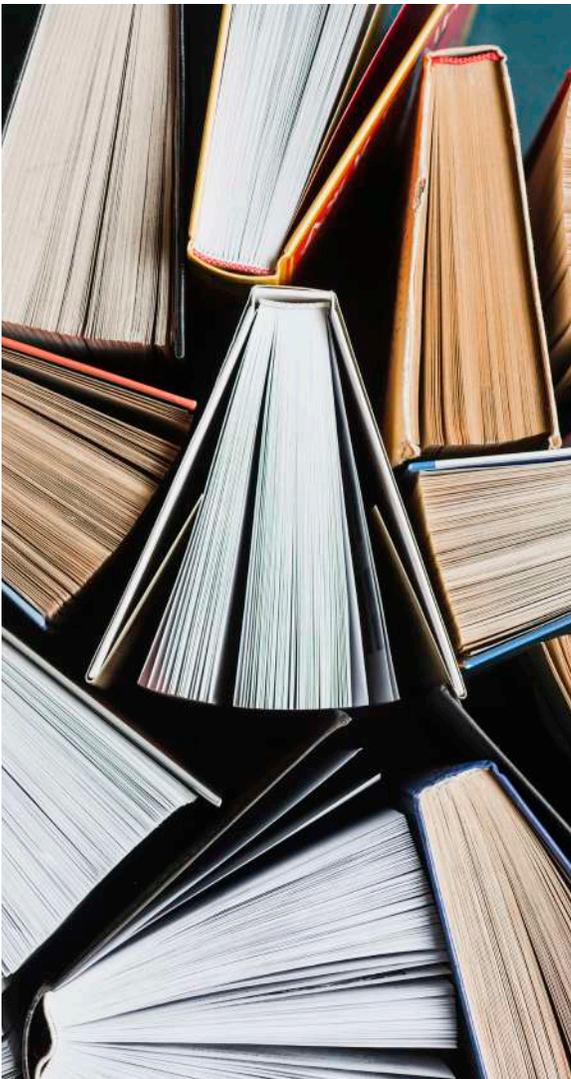
Vendredi 29 septembre de 13 h à 17 h au Vieux-Collège se tiendra la bibliovente annuelle. Documentaires, romans québécois ou étrangers, grand format ou de poche, bandes dessinées ou albums, il y en a pour tous et pour tous les goûts!

Livres adultes : 1 \$ ou 5 pour 4 \$
 Livres jeunesse : 0.25 \$ ou 5 pour 1 \$
 (Argent comptant, débit et crédit)

Nous avons toujours une très belle sélection d'ouvrages composée par les livres élagués de la bibliothèque et les dons des citoyennes et des citoyens de Saint-Jacques. Les profits engendrés par la bibliovente seront remis à la Guignolée de Saint-Jacques.

NOUVEAUTÉS ADULTES

- **Fin seul**, Raymond Cloutier
- **Guy Lafleur et nous**, Steven Finn
- **Peau de sang**, Audrée Wilhelmy
- **Douze arpents**, Marie-Hélène Sarrazin
- **Je ferai le tour du monde**, Alexandra Szacka



BONNE RENTRÉE !

Saviez-vous que la bibliothèque détient toute une collection de lectures faciles pour les lecteurs et lectrices débutants? Ce sont de petits livres pensés exprès pour l'apprentissage de la lecture. Repérez le carrousel dans la section jeunesse, ainsi que l'icône Lecture facile ou demandez-nous conseil !



NOUVEAUTÉS JEUNESSE

- **Le gros problème de Noah**, Anthony Antoniou
- **Les étoiles m'ont chanté ton nom**, Tasha Spillett-Summer
- **Lulu (la lapine qui habitait deux maisons)**, Cara Carmina
- **SOS miam-miam**, Jacques Laplante
- **Trains de légendes**, Adams et Johnson



Lancement du roman *Peau-de-Sang*, d'Audrée Wilhelmy.

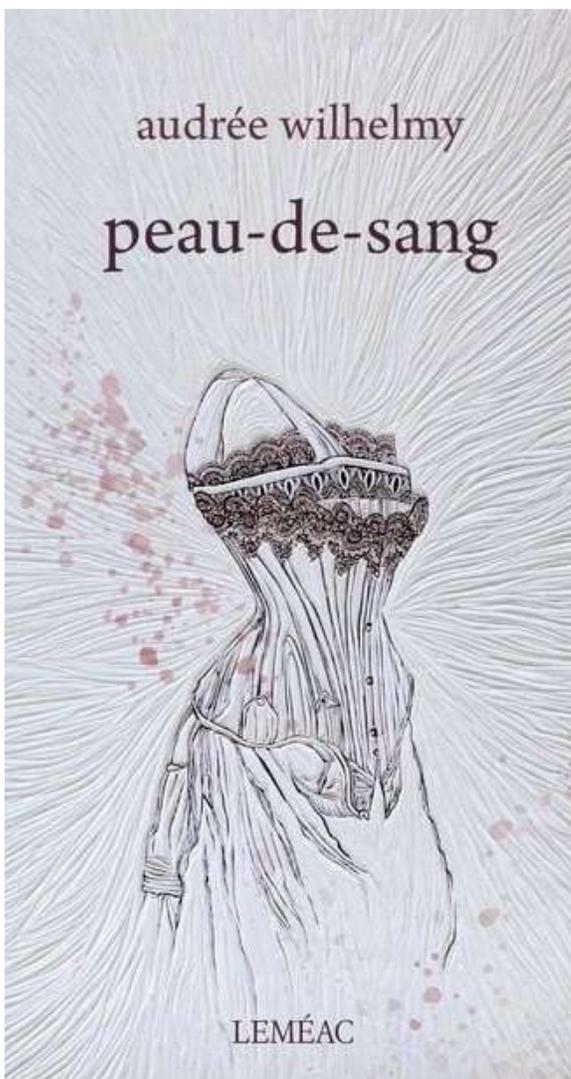
Jeudi 14 septembre 17 h à 19 h

Rencontrez l'autrice Audrée Wilhelmy à l'occasion de la parution de son livre *Peau-de-sang* aux éditions Leméac. Une brève lecture-performance de l'ouvrage sera présentée au public participant. Profitez-en également pour admirer quelques-unes de ses œuvres faisant partie de l'exposition temporaire de la Maison de la Nouvelle-Acadie. Bouchées et verre de l'amitié seront proposés aux convives.

Réservation obligatoire par téléphone au 450 839-3671 poste 7682.

Vers la plumerie du village convergent les désirs de tous âges et de toutes fortunes. Et *Peau-de-Sang*, la plumeuse qui y oeuvre, a des airs de diablesse ensauvagée, libre de corps et d'âme. Avec ses mains magiciennes, elle soigne les vivants en portant les interdits qu'ils n'osent transgresser. Si chez elle le maire, le médecin, le notaire, le ferblantier, le facteur et surtout Sulfureur viennent payer leur plaisir en espèces ou en fourrures, les femmes y découvrent comment vibrer enfin au diapason de leur sexe.

Audrée Wilhelmy est née à Cap-Rouge en 1985. Son œuvre, aussi publiée en France, lui a jusqu'ici valu de remporter de nombreux prix et d'être finaliste à de nombreuses distinctions. L'autrice poursuit actuellement ses explorations artistiques et son œuvre à Sainte-Élizabeth dans la région de Lanaudière, où elle s'est établie.



Atelier d'initiation à la teinture d'indigo, avec l'artiste Joanie Millette.

Samedi 16 septembre à 13 h

Dans cet atelier, les participants réaliseront quelques échantillons sur différentes fibres telles que le lin, la laine ainsi qu'un bandana en coton. Chaque participant repartira avec ses créations et des notes de cours. Ils apprendront une parcelle de l'histoire de l'indigo, la culture de la plante ainsi que les étapes liées au processus de teinture.

8 participants maximum.

Durée : 3 h.

Réservation obligatoire par téléphone au
450 839-3671 poste 7682



Atelier découverte avec les membres de l'Association des fileurs et fileuses de Lanaudière

Judi 5 octobre 2023 17 h à 19 h

L'artiste fileur, Marcelo Martins, et l'Association des fileurs et fileuses de Lanaudière invitent les participants à apporter 1 vieux CD, un goujon de bois rond de 9/16 de diamètre, des élastiques et un petit crochet, pour la confection d'un fuseau. Du matériel sera disponible sur place pour ceux qui voudront s'initier au filage, au tricot et au crochet. Bienvenue à tous et toutes!



Les inscriptions débutent le 19 septembre !

HOCKEYBALL JUNIOR MIXTE (JEUNES)

	5 à 8 ans
	25 septembre (11 séances)
	Lundi, 18 h (Congé le 9 octobre)
	22 \$
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	<ul style="list-style-type: none"> Lunette de protection et bouteille d'eau sont obligatoires. Gants, protège-tibias, casque et bâton de hockey avec palette en plastique sont recommandés. Prêt de bâton de hockey possible (gratuit). Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org

BASKETBALL JUNIOR MIXTES

	9 à 12 ans
	3 octobre (11 séances)
	Mardi, 18 h
	22 \$
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org

SOCCER JUNIOR MIXTES (JEUNES)

	5 à 8 ans
	4 octobre (11 séances)
	Mercredi, 18 h
	22 \$
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	<ul style="list-style-type: none"> Protège-tibias et bouteille d'eau Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org

SOCCER JUNIOR MIXTES (ADO)

	9 à 12 ans
	4 octobre (11 séances)
	Mercredi, 19 h 15
	22 \$
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	<ul style="list-style-type: none"> Protège-tibias et bouteille d'eau Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org

VOLLEYBALL MIXTE

	14 ans et plus
	3 octobre (11 séances)
	Mardi, 19 h 15
	22 \$ plus taxes
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org

HOCKEYBALL JUNIOR MIXTE (ADO)

	9 à 12 ans
	25 septembre (11 séances)
	Lundi, 19 h 15 (Congé le 9 octobre)
	22 \$
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	<ul style="list-style-type: none"> Lunette de protection et bouteille d'eau sont obligatoires. Gants, protège-tibias, casque et bâton de hockey avec palette en plastique sont recommandés. Prêt de bâton de hockey possible (gratuit). Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org

PICKLEBALL

	40 ans et plus
	28 septembre (11 séances)
	Jeudi, 19 h
	Gratuit
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	Inscription obligatoire : 438 524-4060 danieldesrochers@outlook.fr

J.S TAEKWONDO

Par Jacques Sourdif

Cours de taekwondo : Maître Jacques Sourdif, entraîneur depuis 1980.

	4 ans et plus
	Dès septembre 2023 (7 séances)
	Samedi, 9 h à 10 h ou 10 h à 12 h
	80 \$ (9 h à 10 h) ou 120 \$ (10 h à 12 h)
	Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France
	Dobuck.J.S Taekwondo (uniforme) *En vente sur place (coût selon le modèle)

Chantal Fillion / Maître Jacques Sourdif
450 752-2629
jstaekwondo@videotron.ca
Possibilité d'inscription en tout temps !

DANSE EN CERCLE, DANSE DU MONDE

Par Sylvie-Guyllaine Fortin

Venez vibrer aux sons des musiques du monde et entrez dans la danse ! Festives ou méditatives, ces danses anciennes ou contemporaines créent un sentiment d'unité avec soi, avec les autres et plus grand. Pure joie garantie!

	Pour tous !
	15 septembre (13 séances)
	Vendredi, 10 h
	175 \$ par session
	Maison du Folklore
	Bouteille d'eau. Aucune expérience nécessaire, tous les pas de danse sont enseignés. Sylvie-Guyllaine Fortin - Cellulaire : 819 588-0569 Courriel: info@1001portesdubienetre.com

CARDIO-MUSCU EN PLEIN AIR

Par Élianne Nadeau

Je vous donne rendez-vous dans les couleurs du Parc Nature cet automne ! Apportez votre bouteille d'eau et venez jouer dehors. Exercices cardiovasculaires, de musculation, d'équilibre et de coordination sont au menu.

	Pour tous ! (Payant pour les 10 ans et plus)
	13 septembre (8séances)
	Mercredi, 17 h
	80 \$
	Parc Nature
	Bouteille d'eau et vêtement adapté selon la météo. Inscription : Éliane Nadeau au 450 756-7992 enkinesiologue@gmail.com

INITIATION YOGA/MÉDITATION (NOUVEAU)

Par Catherine Fortin

En alliant la conscience et la respiration à diverses postures, le yoga permet de libérer le corps des tensions/douleurs/émotions et de retrouver un équilibre corps-coeur-esprit...

	14 ans et plus
	19 septembre (9 séances)
	Mardi, 10 h
	160 \$
	Maison du Folklore
	Tapis de yoga, petite couverture et bouteille d'eau. Contact : Catherine Fortin 450-760-6457 catherine_for16@hotmail.com

INITIATION AU YOGA (NOUVEAU)

Par Catherine Fortin

En alliant la conscience et la respiration à diverses postures, le yoga permet de libérer le corps des tensions/douleurs/émotions et de retrouver un équilibre corps-coeur-esprit...

	14 ans et plus
	18 et/ou 21 septembre (9 séances)
	Lundi, 18 h et jeudi 18 h 30
	160 \$
	Centre culturel du Vieux-Collège
	Tapis de yoga, petite couverture et bouteille d'eau. Contact : Catherine Fortin 450 760-6457 catherine_for16@hotmail.com

ATELIER DE DESSIN AUX CRAYONS À LA MINE

Par Daniel Lamarre

Ces ateliers s'adressent aux adultes qui désirent apprendre les techniques de dessin aux crayons à la mine pour créer des œuvres réalistes.

	18 ans et plus
	25 ou 26 septembre (10 séances)
	Lundi/ mardi, 13 h 30 à 16 h
	200 \$ par session
	79 rue Sainte-Anne
	Prévoir l'achat de matériel. Les détails seront donnés lors de l'inscription. Daniel Lamarre 514 922-2968 Courriel : dani.lamarre5@gmail.com

ATELIER DE DESSIN (SOIR)

Par Daniel Lamarre

Ces ateliers s'adressent aux adultes qui désirent apprendre les techniques de dessin aux crayons à la mine pour créer des œuvres réalistes.

	18 ans et plus
	27 septembre (10 séances)
	Mercredi, 19 h à 21 h
	200 \$ par session
	Maison du Folklore
	Prévoir l'achat de matériel. Les détails seront donnés lors de l'inscription. Daniel Lamarre 514 922-2968 Courriel : dani.lamarre5@gmail.com



SPINNING (NOUVEAU)

Par Vanessa Henri

Cet entraînement sur vélo d'intérieur sollicite le système cardiovasculaire et musculaire grâce à la variation des exercices et de l'intensité de l'entraînement.

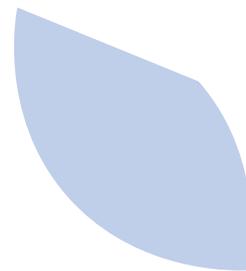
	14 ans et plus
	4 septembre
	Mardi et jeudi, 18 h et/ou 19 h 15
	185 \$ (1 plage-14 cours) ou 350 \$ (2 plages-28 cours)
	Pavillon des Sports du Collège Esther-Blondin
	Bouteille d'eau, serviette et vêtements de sport Vanessa Henri, Kinésiologue 514 776-7441 vhenri.kinesiologue@hotmail.com

PHARMACIE VERTE

Par Edith Lachapelle

Faire des produits corporels avec des plantes

	14 à 80 ans
	3 - 17 octobre et 7 - 21 novembre
	Mardi, 9 h à 16 h
	259 \$
	Saint-Liguori
	Matériel inclus Edith Lachapelle 450 834-4888



ZUMBA FITNESS

Par Sinda Bennaceur

À la fois ludique et motivante, la Zumba constitue un entraînement cardio-vasculaire complet. Les chorégraphies s'inspirent des rythmes du monde. Une ambiance de plaisir contagieux.

	14 ans et +
	12 ou 14 septembre (13 séances)
	Mardi, 19 h 30 ou jeudi, 18 h 30
	160 \$
	Maison du Folklore
	Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com

TOTAL BODY WORKOUT

Par Sinda Bennaceur

À l'aide du poids du corps, du matériel ainsi que des exercices en équipe, cet entraînement permet de tonifier la silhouette tout en visant le renforcement des articulations ainsi que l'activation des muscles stabilisateurs du corps.

	16 ans et +
	12 septembre (13 séances)
	Mardi, 18 h 45
	160 \$
	Maison du Folklore
	Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com

EXTENSA FITNESS (FLEXIBILITÉ)

Par Sinda Bennaceur

Ce cours permet d'améliorer sa souplesse, d'accroître sa flexibilité, de maintenir une bonne amplitude articulaire, tout en renforçant ses articulations.

	16 ans et +
	11 septembre (13 séances)
	Lundi, 19 h 30
	160 \$
	Maison du Folklore
	Tapis de sol Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com

ADRENALYN

Par Sinda Bennaceur

Ce cours propose des exercices par intervalles avec ses mouvements simples et efficaces. Des options sont disponibles pour tous les niveaux. Venez augmenter votre énergie et sortez de votre zone de confort !

	16 ans et +
	14 septembre (13 séances)
	Jeudi, 17 h 45
	160 \$
	Maison du Folklore
	Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com

ZUMBA GOLD

Par Sinda Bennaceur

Idéal pour les débutants recherchant un cours de Zumba alternatif recréant les mouvements originaux, mais avec une intensité moindre. Des chorégraphies faciles à suivre, permettant de développer l'équilibre et la coordination.

	14 ans et +
	11 ou 14 septembre (13 séances)
	Lundi, 18 h 30 ou jeudi, 15 h 30
	160 \$
	Maison du Folklore
	Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com



HORAIRE DES ACTIVITÉS À PARTIR DE SEPTEMBRE 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
VIENS BOUGER 9 h 30 à 10 h 30 Responsable : Janette Léveillé 450 916-6532		VIE ACTIVE 9 h 30 à 10 h 30 Responsable : Janette Léveillé 450 916-6532	ARTISANAT À partir de 9 h Responsable : Jacynthe Cyr 450 397-1272	CHORALE 9 h 30 à 10 h 30 Responsable : Lucie Mireault-Houle 450 839-6294
BILLARD ET PING PONG 13 h à 16 h Responsable : Gilles Vallières 450 397-1272	CARTES ET BINGO 13 h à 16 h Responsable : Lise Sicard 450 839-6751 BILLARD ET PING PONG 13 h à 16 h Responsable : Gilles Vallières 450 397-1272	BILLARD ET PING PONG 13 h à 16 h Responsable : Gilles Vallières 450 397-1272	PÉTANQUE ATOUT 13 h à 16 h Responsable : Micheline Arbour 450 839-3946 BILLARD ET PING PONG 13 h à 16 h Responsable : Gilles Vallières 450 397-1272	BILLARD ET PING PONG 13 h à 16 h Responsable : Gilles Vallières 450 397-1272
 Club FADOQ Saint-Jacques Lanaudière	DANSE (12 SEPTEMBRE) 19 h 30 à 20 h 30 Responsable : Gilles Vallières 450 397-1272	Pour toutes Informations, Janette Léveillé, Présidente de la Fadoq St-Jacques 450 916-6532		
<ul style="list-style-type: none"> • Journées portes ouvertes (renouvellements des cartes) : 6 et 7 septembre 2023 de 10 h à 15 h au Vieux-Collège • Nouvelles adhésions et renouvellement de cartes de membres : Tous les mardis à partir du 12 septembre de 13 h à 15 h 30 auprès de Ginette Panneton au 450 839-3466 • Dîner de la Fadoq : 12 septembre (Épluchette de blé d'inde) 20 \$ le billet. D'autres dates vous seront communiquées pour les dîners mensuels suivants. • Le whist est de retour : Les dates sont à confirmer. • Salon des artisans : 4 et 5 novembre 2023 (Informations à venir) 				

Vive la rentrée !
 C'est le début des ateliers et c'est
GRATUIT
 avec possibilité de halte-garderie
 pour certains ateliers!!!
 Informez-vous!
 450 439-2669



Atelier Amis-mots (18 mois à 5 ans) stimulation du langage et développement d'habiletés sociales par le jeu

Grandir avec ma famille, quelle belle aventure (0-6 mois) permet d'explorer divers sujets sur les bébés

Bébé s'éveille... (7-12 mois) stimulation langagière et cognitive... et bien plus

L'aventure se continue... (12-18 mois) activités de développement cognitif + motricité fine... et bien plus

L'univers des p'tits explorateurs (19 mois-3 ans) motricité globale et fine, bricolage... et bien plus

Atelier Jeux (3 à 4 ans) attitudes à développer à l'égard de l'éveil à la lecture et à l'écriture par le jeu

Césame (4 à 5 ans) renforcer par le jeu le lien d'attachement, la communication et l'estime de soi

Pirouette & Cabriole (12 mois-5 ans) ateliers de psychomotricité, favorise le développement de l'enfant

Ateliers parents enfants et périnatalité

Les apprentis-sages de la vie (2-6 ans) pour les parents de Tout-petits
Bien vivre en famille (2-5 ans) permet de développer une relation harmonieuse
Au-delà de la discipline (6-12 ans) pour retrouver l'harmonie familiale
Moi à mon meilleur (parents) offrir aux parents les outils pour apprendre à se créer un réseau de soutien.

Habiletés et soutien Parental (parents seulement)



Le transport des familles vous intéressent?
Bénévoles accompagnateurs recherchés
 Contactez Lyne Plamondon au
 (450) 439-2669



20 chemin Payette, Saint-Lin Laurentides (Québec) J5M 0L4
 Information et inscription (450) 439-2669 et sans frais 1 877-439-2669

AMÉNAGEMENT COMESTIBLE D'UNE COUR POUR ENFANTS

Par Guillaume Pelland

L'aménagement comestible d'une cour pour enfants requiert des plantes attirantes, à leur portée, faciles d'entretien, cultivées en respect de l'environnement et attirant les oiseaux et les papillons.

	Adultes
	13 septembre 2023
	Mercredi, 19 h 15
	Gratuit pour les 16 à 25 ans et les membres, 7 \$ (Non-membre)
	Centre culturel du Vieux-Collège
	<ul style="list-style-type: none">Dominic Brunelle 450 417-3704Monique Labrèche au 450 839-2315



écoute

rencontres individuelles

LA RESCOUSSE MONTCALM

cafés-rencontres

activités

groupe: Les entendeurs de voix

**114, rue Montcalm
Saint-Esprit
450-839-7050
facebook: La Rescouse Montcalm**