



# L'Informateur

Bulletin d'information de Saint-Placide

SPÉCIAL ACTIVITÉS DE LOISIR - AUTOMNE 2018



## INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS DE LOISIR – AUTOMNE 2018

Du vendredi 10 août 2018, 9 h  
au jeudi 13 septembre 2018, 16 h

Il nous fait plaisir de vous présenter la programmation des activités de loisir de la Municipalité de Saint-Placide pour la session automne 2018. Nous vous rappelons que vous pouvez communiquer au 450 258-2305 poste 231 pour toute information supplémentaire, commentaire ou suggestion.

### RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Les inscriptions se déroulent principalement **en ligne** par le biais du site sécurisé d'inscriptions de la Municipalité de Saint-Placide. Un service gratuit d'accès à internet est offert à la bibliothèque pour les citoyens qui ne sont pas abonnés à ce service. **Il est également possible de compléter un formulaire d'inscription papier et de déposer le paiement au bureau municipal pendant les heures régulières d'ouverture, soit du lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 16 h 30 et le vendredi de 8 h 30 à 12 h.** Aucune inscription et/ou réservation ne sera prise par téléphone sauf si indiqué.

### PRIORISATION DES INSCRIPTIONS

Pour certaines activités, le nombre d'inscriptions est limité. Ainsi, la priorité est accordée au premier résident inscrit. En conséquence, l'inscription d'un non-résident sera confirmée à la fin de la période d'inscription. **Aucune inscription n'est acceptée après le début de la session.**

### FRAIS POUR INSCRIPTION TARDIVE

**Dès le vendredi 14 septembre 2018, il ne sera plus possible de s'inscrire en ligne et des frais de 25 \$ seront appliqués automatiquement pour toute inscription à une activité.**

### ANNULATIONS OU MODIFICATIONS AU PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Le service des loisirs se réserve le droit d'annuler toute activité pour laquelle le minimum de participants requis n'est pas atteint. En pareil cas, les frais d'inscription, s'il y a lieu, sont remboursés en totalité.

### MODALITÉS DE PAIEMENT

Les frais d'activités sont payables en entier au moment de l'inscription, en argent comptant, par chèque (*un chèque distinct par activité libellé à l'ordre de Municipalité de Saint-Placide*) ou par paiement direct en ligne auprès de l'institution financière DESJARDINS. Il est également possible d'émettre un chèque postdaté à la date du premier cours. Toutefois, le chèque doit être acheminé au bureau municipal au plus tard le 13 septembre 2018.

### POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Les frais d'inscriptions aux activités de loisir ne sont pas remboursables sauf en cas d'annulation de grille horaire effectuée par la municipalité.

## NOUVEAUTÉS 2018

**CONSTRUCTION LEGO**  
Dimanche de 10 h à 11 h  
Centre communautaire

**CHEERLEADING**  
Samedi de 9 h à 10 h  
École de l'Amitié

**ACTIVITÉ NERF**  
Lundi de 18 h 45 à 19 h 45  
École de l'Amitié

**IMPROVISATION**  
Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30  
École de l'Amitié

**ÉVEIL MUSICAL**  
Jeudi de 9 h à 9 h 45  
Bibliothèque municipale

**CARDIO +**  
Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30  
Salle Jean-Paul-Carrières







**ATELIER D'ART LA NOMADE**  
Mercredi de 18 h à 21 h  
Centre communautaire

**YOGA SUR CHAISE**  
Mardi 9 h 30 à 10 h 30  
Salle Jean-Paul-Carrières



Pour vous inscrire aux activités de loisir cet automne visitez notre site internet au [www.saintplacide.ca](http://www.saintplacide.ca)

**COURS POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS**

<p><b>ACTIVITÉ « NERF »</b>                      <b>12 à 15 ans</b>                      <b>*** NOUVEAUTÉ***</b></p> <p>L'activité « Nerf » est une belle occasion pour les enfants de venir dépenser leur surplus d'énergie. Encadrés par des adultes, les enfants devront user de stratégie et de coopération pour vaincre l'équipe adverse.</p> <p><u>Les participants devront apporter leur propre « fusil NERF » et porter obligatoirement des souliers fermés et des lunettes de protection.</u></p> <p>Les lundis du 24 septembre au 3 décembre 2018, de 18 h 45 à 19 h 45 À l'école de l'Amitié Relâche(s) : 8 octobre 2018 Responsable : Mme Josée Desroches</p> <p>10 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b>                      <b>17 \$</b> Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b>                      <b>20 \$</b></p> <p><b>Coût non-résident :</b>                      <b>25 \$</b></p> <p>Minimum 8 participants Maximum 16 participants</p>
<p><b>CHEERLEADING</b>                      <b>6 à 12 ans</b>                      <b>*** NOUVEAUTÉ***</b></p> <p>Cette activité permettra aux garçons et aux filles d'apprendre et de découvrir un heureux mélange de rythme, de danse et de gymnastique. Tout en apprenant les bases du Cheerleading, une chorégraphie sera pratiquée tout au long de la session. Soyez sur le tempo !</p> <p>Les samedis, du 13 octobre au 1<sup>er</sup> décembre 2018, de 9 h à 10 h À l'école de l'Amitié Relâche(s) : Aucune Offert par les animateurs d'Air en fête</p> <p>8 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b>                      <b>80 \$</b> Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b>                      <b>100 \$</b></p> <p><b>Coût non-résident :</b>                      <b>120 \$</b></p> <p>Minimum 12 participants Maximum 20 participants</p>
<p><b>CONSTRUCTION LEGO</b>                      <b>6 à 12 ans</b>                      <b>*** NOUVEAUTÉ***</b></p> <p>Le programme Bricks 4 Kidz utilise les blocs LEGO® pour offrir des jeux éducatifs de grande qualité. À chaque jour les enfants construiront, en équipe de deux, des maquettes motorisées uniques inspirées de thématiques telles que le sport, la conquête de l'espace, le parc d'amusement et le monde des animaux.</p> <p>Les dimanches, du 14 octobre au 2 décembre 2018, de 10 h à 11 h Au centre communautaire Relâche(s) : Aucune Offert par les animateurs d'Air en fête</p> <p>8 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b>                      <b>85 \$</b> Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b>                      <b>115 \$</b></p> <p><b>Coût non-résident :</b>                      <b>130 \$</b></p> <p>Minimum 12 participants Maximum 20 participants</p>
<p><b>ÉVEIL MUSICAL - ACTIVITÉ PARENT-ENFANT</b>                      <b>0 à 5 ans</b>                      <b>*** NOUVEAUTÉ***</b></p> <p>Par l'écoute de chansons originales et par la manipulation de petits instruments, les jeunes enfants apprennent graduellement l'univers des sons et de la musique. <i>Pour participer, l'enfant doit obligatoirement être accompagné d'un parent.</i></p> <p>Les jeudis, du 18 octobre au 6 décembre 2018, de 9 h à 9 h 45 À la bibliothèque municipale Relâche(s) : Aucune Professeur: Mme Sylvie Bouchard</p> <p>8 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b>                      <b>125 \$</b> Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b>                      <b>165 \$</b></p> <p><b>Coût non-résident :</b>                      <b>180 \$</b></p> <p>Minimum 5 participants Maximum 10 participants</p>
<p><b>IMPROVISATION ET JEUX THÉÂTRAUX</b>                      <b>9 à 12 ans</b>                      <b>*** NOUVEAUTÉ***</b></p> <p>À l'aide de différents jeux et activités, le participant sera amené à explorer diverses facettes du jeu d'acteur. Viens t'amuser et donner libre cours à ton imagination et ta créativité!</p> <p>Les mercredis, du 17 octobre au 5 décembre 2018, de 18 h 30 à 19 h 30 À l'école de l'Amitié Relâche(s) : Aucune Professeur: Mme Sylvie Bouchard</p> <p>8 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b>                      <b>85 \$</b> Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b>                      <b>115 \$</b></p> <p><b>Coût non-résident :</b>                      <b>125 \$</b></p> <p>Minimum 8 participants Maximum 16 participants</p>
<p><b>KARATÉ - KENPO DÉBUTANT</b>                      <b>5 ans et plus</b></p> <p>Élève le niveau de concentration, permet d'apprendre à se défendre, permet d'acquérir une discipline et d'augmenter son rendement scolaire. <b>Prévoir l'achat d'un kimono kenpo (noir) au coût de 50 \$ payable au professeur.</b></p> <p><b>NOUVEAUTÉ—Afin de maximiser l'apprentissage, les jeunes ayant déjà obtenu leur ceinture jaune sont invités à un cours de 90 minutes plutôt que 60 minutes.</b></p> <p>Les vendredis, du 5 octobre au 7 décembre 2018, de 18 h 30 à 19 h 30 (ou 20 h pour ceinture jaune et plus) À l'école de l'Amitié Relâche(s) : Aucune Professeur: M. Philippe Brabant</p> <p>10 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b>                      <b>65 \$</b> Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b>                      <b>80 \$</b></p> <p><b>Coût non-résident :</b>                      <b>90 \$</b></p> <p>Minimum 10 participants Maximum 18 participants</p>

**COURS POUR ENFANTS et ADOLESCENTS (SUITE)****ÉCOLE DU PETIT MONDE****3 à 5 ans**

Jeux, activités d'éveil et de sociabilisation. Places limitées. Un minimum de 5 enfants est requis pour démarrer un groupe. Maximum 6 enfants par groupe. **L'enfant doit être propre et autonome pour la toilette afin d'être admis.** Présentation devant les parents en fin de session.

Les mardis et mercredis du 25 septembre 2018 au 4 décembre 2018, 8 h 45 à 11 h 45

Au centre communautaire

Relâche(s) : 9 octobre 2018

Professeure: Mme Gynet Rhéaume

10 semaines

**Coût résident :** 181,25 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

**Coût résident Oka:** 236,25 \$**Coût non-résident :** 270 \$

Minimum 5 participants

Maximum 6 participants

**COURS POUR ADULTES****ATELIER LA NOMADE—COURS DE PEINTURE À L'HUILE (COURS DE 3 H) \*\*\* NOUVEAUTÉ\*\*\***

Les cours au nom de « L'Atelier d'art La Nomade » seront offerts par l'artiste-peintre de Saint-Placide, Carole Louise Chabot. Les projets du cours viseront à priori à se familiariser avec les techniques de base et les produits (crayon, pinceaux, couteaux et doigts seront expérimentés). Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner. L'utilisation de photos personnelles ou autres pourront être utilisées comme guide à la création d'œuvres originales et authentiques. Des démonstrations seront offertes par la professeure et si la température le permet, les participants iront pratiquer en plein-air afin d'étudier l'environnement, la lumière, les ombres et les mouvements, tous très importants dans une démarche artistique. Le seul critère à ce cours est la passion!

Les participants devront apporter le matériel suivant :

- Petit kit de départ de peinture à l'huile (couleurs primaires, noir et blanc)
- Petit kit de pinceaux et couteaux (5 à 10)
- Petit flacon de taltine inodore ou huile de lin (produit pour laver et diluer)
- Canvas 8 X 10
- Tablier



La professeure invite tous ceux et celles qui pourraient être intéressés par ce cours à des portes-ouvertes, le vendredi 24 août de 11 h à 19 h et le samedi 25 août de 11 h à 16 h, à son atelier personnel au 3293 chemin de la Petite-Baie à Saint-Placide, afin de la rencontrer et de prendre connaissance de sa démarche artistique.

Les mercredis du 26 septembre au 12 décembre 2018, de 18 h à 21 h

Au centre communautaire

Relâche(s) : Aucune

Professeure: Mme Carole Louise Chabot

12 semaines

**Coût résident :** 200 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

**Coût résident Oka:** 270 \$**Coût non-résident :** 310 \$

Minimum 6 participants

Maximum 12 participants

**BADMINTON LIBRE**

Amateurs de badminton, venez vous amuser et vous dépenser en toute amitié. Horaire flexible entre les plages horaires de 19 h 30 et 21 h.

Les mardis, du 25 septembre 2018 au 11 décembre 2018, de 19 h 30 à 21 h

À l'école de l'Amitié

Relâche(s) : Aucune

Superviseur: M. Benoît Jean

12 semaines

**Coût résident :** 17 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

**Coût résident Oka:** 20 \$**Coût non-résident :** 25 \$

Minimum 8 participants

Maximum 16 participants

**CARDIO +****\*\*\*NOUVEAUTÉ\*\*\***

Un circuit avec intervalles cardio entrecoupés de travail musculaire. Période d'étirements à la fin. Prévoir bouteille d'eau, serviette et souliers de course.

Les mercredis du 26 septembre 2018 au 12 décembre 2018, de 18 h 30 à 19 h 30

À la salle Jean-Paul-Carrières

Relâche(s) : Aucune

Professeure: Mme Marie-Christine Faubert

12 semaines

**Coût résident :** 45 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

**Coût résident Oka:** 50 \$**Coût non-résident :** 60 \$

Minimum 8 participants

Maximum 20 participants

**HOCKEY COSOM LIBRE ADULTE**

Joutes amicales dans une ambiance décontractée.

Les jeudis, du 27 septembre 2018 au 13 décembre 2018, de 19 h à 21 h

À l'école de l'Amitié

Relâche(s) : Aucune

Superviseur: M. Louis-Philippe Richer

12 semaines

**Coût résident :** 17 \$






Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

**Coût résident Oka:** 20 \$**Coût non-résident :** 25 \$

Minimum 10 participants

Maximum 12 participants

## COURS POUR ADULTES (SUITE)

<p><b>PILATES DE JOUR</b></p> <p>Permet d'étirer ce qui est tendu, de renforcer ce qui est faible et d'améliorer la posture, la respiration, l'équilibre et la conscience de son corps.</p> <p>Les mercredis, du 26 septembre au 12 décembre 2018, de 11 h à 12 h À la salle Jean-Paul-Carières Relâche(s) : Aucune Professeure : Mme Denise Greggain</p> <p>12 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b> 80 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b> 105 \$</p> <p><b>Coût non-résident :</b> 120 \$</p> <p>Minimum 11 participants Maximum 15 participants</p>
<p><b>TONUS MUSCULAIRE</b></p> <p>Cours visant à augmenter la force musculaire tout en redessinant la silhouette. Exercices faits avec accessoires ou avec la charge du corps. Période d'étirements à la fin. Prévoir bouteille d'eau, serviette et souliers de course.</p> <p>Les lundis, du 24 septembre 2018 au 10 décembre 2018, de 18 h 30 à 19 h 30 À la salle Jean-Paul-Carières Relâche(s) : Aucune Professeure: Mme Marie-Christine Faubert</p> <p>12 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b> 45 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b> 50 \$</p> <p><b>Coût non-résident :</b> 60 \$</p> <p>Minimum 8 participants Maximum 20 participants</p>
<p><b>YOGA SUR CHAISE</b> *** NOUVEAUTÉ***</p> <p>Yoga sur chaise propose des postures (asana) assises ou debout à l'aide d'une chaise pour tous ceux qui veulent découvrir cette science millénaire. A travers le Yoga sur chaise, la concentration, la mémoire, la flexibilité et le calme intérieur sont améliorés. Convient à ceux qui souffrent de maux de dos, de genoux, d'épaules ou autres.</p> <p>Les mardis, du 2 octobre au 20 novembre 2018, de 9 h 30 à 10 h 30 À la salle Jean-Paul-Carières Relâche(s) : Aucune Professeure : Mme Guylaine Lagacé</p> <p>8 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b> 55 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b> 65 \$</p> <p><b>Coût non-résident :</b> 75 \$</p> <p>Minimum 10 participants Maximum 12 participants</p>
<p><b>YOGA</b></p> <p>Le bien du corps, de l'âme et de l'esprit.</p> <p>Les jeudis, du 27 septembre au 29 novembre 2018, de 18 h 30 à 19 h 30 Au centre communautaire Relâche(s) : Aucune Professeure : Mme Guylaine Lagacé</p> <p>10 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b> 75 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b> 95 \$</p> <p><b>Coût non-résident :</b> 105 \$</p> <p>Minimum 10 participants Maximum 12 participants</p>
<p><b>ZUMBA GOLD</b></p> <p>Zumba adapté à une clientèle débutante ou ayant besoin d'un cours léger en intensité, avec moins de sauts et adapté à leur condition physique. Plaisir garanti !</p> <p>Les jeudis, du 27 septembre au 13 décembre 2018, de 9 h 30 à 10 h 30 À la Salle Jean-Paul-Carières Relâche(s) : Aucune Professeure : Mme Cloé Girard</p> <p>12 semaines</p>		<p><b>Coût résident :</b> 70 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p><b>Coût résident Oka:</b> 85 \$</p> <p><b>Coût non-résident :</b> 100 \$</p> <p>Minimum 12 participants Maximum 30 participants</p>

LES ESPACES LIBRE ACTION SONT DE RETOUR  
À SAINT-PLACIDE**ACTIVITÉ PARENT-ENFANT**

L'Espace libre action offre **gratuitement** aux familles de notre région, **une salle et du matériel** afin que les enfants puissent jouer librement pendant les saisons où le parc est moins facile d'accès. Ce beau projet découle de la démarche de la « Voix des parents » et est rendu possible grâce à l'implication du regroupement Tandem 0-6 ans.

Tous les vendredis,  
du 2 novembre au 14 décembre 2018,  
de 9 h à 11 h 30,  
à la Salle Jean-Paul-Carières.

*Aucune inscription requise*

LE PROGRAMME VIE ACTIVE  
SE POURSUIT GRATUITEMENT  
DANS NOTRE COMMUNAUTÉ

Les lundis, de 10 h à 11 h, à la salle Jean-Paul-Carières

Du 24 septembre au 17 décembre 2018

Relâche le 9 octobre 2017.

Aucune inscription requise

Pour informations :  
Jean Chaput (450 258-3763) ou  
Diane Byers (450 528-0515)

