

Programmation des loisirs pour le secteur GEANT

Girardville | Saint-Edmond-les-Plaines | Albanel | Normandin | Saint-Thomas-Didyme

AUTOMNE 2017



CML-GEANT

Comité de mobilisation en loisirs
du secteur GEANT



C'est quoi?

Un service gratuit de récupération et de réemploi d'équipements sportifs mis en place dans les municipalités de Girardville, Saint-Edmond-les-Plaines, Albanel, Normandin et Saint-Thomas-Didyme, en collaboration avec MC Santé.

C'est pour qui?

Pour les jeunes et les familles de vos localités!

Comment ça fonctionne?

Vous êtes invités à déposer les équipements sportifs que vous n'utilisez plus et qui sont en BON ÉTAT (patins à glace, raquettes, ballons, etc.).

Vous êtes invités à prendre possession du matériel disponible dont vous avez besoin pour être actif. Lorsque vous avez terminé, vous pouvez remettre l'équipement dans le coffre ou encore le conserver pour la période de temps qui vous convient (ex. des patins à glace pendant toute la saison hivernale).

Pourquoi ce projet?

Pour vous offrir l'opportunité de jouer et de bouger plus souvent en famille!

Pour faire des choix écoresponsables et favoriser le réemploi du matériel!

Pour créer un environnement favorable à la santé, dans votre milieu de vie!

Vous ne trouvez pas ce que vous cherchez?

Vous pouvez vous déplacer dans les autres localités du secteur GEANT pour trouver ce dont vous avez besoin puisqu'il s'agit d'un projet intermunicipal!

Allez-y! Servez-vous! Le coffre Recycle-Sport est là pour ça!

Activités jeunesse

Danse / gymnastique

Septembre à décembre, 15 semaines)

À déterminer (1 x soir/semaine)

4 à 10 ans

Centre communautaire (2^e étage, ancien local du centre de conditionnement)

30 \$

Clara Prévost

Inscription: En personne lors du premier cours
Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225

Activités B.A.N.G.

Septembre

Lundi/mercredi

6-12 ans

Gymnase-école Notre-Dame-de-Lourdes

Inscription: Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225
(obligatoire)

Piano, violon, flûte à bec

Septembre

Lundi

Centre communautaire (2^e étage)

Marie Lavoie-Savard 418 275-3377,
418 637-1379

Pour tous: Débutant / avancer

Inscription (en tout temps):

Marie Lavoie-Savard 418 275-3377, matin s.v.p.

Strong by zumba (entraînement haute intensité (homme / femme)

Début 25 septembre, 10 semaines

Lundi/mercredi 19h

14 ans et + | Centre sportif

2 fois/sem. 120 \$ | 1 fois/sem. 80 \$ | À la fois 9 \$

Apportez eau et tapis de yoga ou une grande serviette.

Démonstration lundi 18 septembre

Marlène St-Pierre 418 258-1109

Facebook: strong girardville ou strong.zumba.com

Danse orientale (baladi, gitane, Bollywood, tribale, et autres styles orientaux)

3 octobre au 12 décembre | Mardi 19 h

Centre communautaire (2^e étage)

60 \$

Animateur: Sonya Lamontagne

Pour tous (pas très cardio), aucun pré requis, technique de base, possibilité prêt de ceinture et spectacle fin d'année (avril). Inscription: sur place

Cours de chant

En tout temps | Individuel ou groupe

Pour tous | Église de Girardville

20 \$ /cours, 80 \$ (5), 180 \$ (10), 260 \$ (20)

Hélène Batailleau: 418 258-7268 ou 418 630-6451

Cours de danse moderne (Jazz, hip-hop)

En continu | Samedi 9h (am)

14 ans et + | Centre communautaire

5 cours / 40 \$, 10 cours / 70 \$, 20 cours / 140 \$

Inscription: Hélène Batailleau 418 258-7268 ou
418 630-6451

Entraînement en circuit (crossfit)

12 sept au 30 nov | Mardi/jeudi 19h

Gym le garage

2 x semaines 12 semaines: 120 \$

1 x semaines 12 semaines: 72 \$

Carte 10x (crossfit seulement): 60 \$

Inscription: sur place ou Patrice Perreault 418 258-1109

Centre de conditionnement Le garage

En tout temps 24/24, 7/7 jours

Forfait régulier étudiant, 50 et +, 2e même famille, 3e même famille

1 mois	40 \$	30 \$	25 \$
--------	-------	-------	-------

3 mois	100 \$	80 \$	65 \$
--------	--------	-------	-------

6 mois	180 \$	145 \$	115 \$
--------	--------	--------	--------

12 mois	275 \$	220 \$	180 \$
---------	--------	--------	--------

Inscription: Mardi/ Jeudi 19h ou Patrice Perreault
418 258-1109

Girardville (suite)

Jeunesse - Centre sportif

Ligue de hockey intermunicipale MIXX

Ligue mixte garçon / fille pour le plaisir de jouer!

14 novembre au 12 décembre (15 semaines)

Mardi, 18h 15 à 19h 15

5 à 11 ans | 50 \$

Animateur : Keven Thibeault

Équipement et chandail inclus si besoin (quantité limitée)

Possibilité de prêt d'équipement (quantité limitée)

Obligatoire : Patins, casque et bâton

Inscription : Sophie Guy 418 258-3893, poste 2225
(en tout temps à partir du 13 septembre, paiement 1^{er} cours)

Ligue secondaire et +

15 novembre au 13 décembre

Mercredi 19h

12 ans et +

Selon les inscriptions

Inscription : Keven Thibeault 418 258-3485

Hockey libre secondaire

17 novembre au 15 décembre

Vendredi 18h

12-17 ans | Gratuit

Inscription : Keven Thibeault 418 258-3485

Patinage libre

14 novembre au 23 décembre

Mardi 19h 15 | Mercredi 18h | Jeudi 18h

Vendredi 19h | Samedi/dimanche 15h 30

Pour tous

Gratuit



Activités adulte

Strong by zumba (entraînement haute intensité (homme / femme))

Début 25 septembre, 10 semaines

Lundi / mercredi 19h

Centre sportif

2 x semaine 120 \$ | 1 x semaine 80 \$ | À la fois 9 \$

Apportez de l'eau et un tapis de yoga ou une grande serviette

Démonstration lundi 18 septembre

Marlène St-Pierre 418 258-1109

Facebook : strong girardville ou strong.zumba.com

Centre de conditionnement **Le garage**

En tout temps 24/24, 7/7 jours

Centre de conditionnement Girardville

Forfait régulier étudiant, 50 et +, 2^e même famille, 3^e même famille

1 mois	40 \$	30 \$	25 \$
--------	-------	-------	-------

3 mois	100 \$	80 \$	65 \$
--------	--------	-------	-------

6 mois	180 \$	145 \$	115 \$
--------	--------	--------	--------

12 mois	275 \$	220 \$	180 \$
---------	--------	--------	--------

Inscription : Mardi / Jeudi 19h ou

Patrice Perreault 418 258-1109

Entraînement en circuit (crossfit)

12 sept au 30 nov.

mardi / jeudi 19h

Centre de conditionnement **Le garage**

2 x semaine 12 semaines : 120 \$

1 x semaine 12 semaines : 72 \$

Carte 10x (crossfit seulement) : 60 \$

Inscription : Sur place ou Patrice Perreault 418 258-1109

Taï Chi

Lundi 18h 30

Salle en haut centre sportif

Prix : Selon inscription

Girardville (suite)

Activités adulte

Piano, violon, flûte à bec

Début septembre

À déterminer (lundi)

2^e étage centre communautaire

Marie Lavoie-Savard 418 275-3377, 418 637-1379

Pour tous : débutant à avancer

Inscription : Marie Lavoie-Savard

418 275-3377 (matin s.v.p.)

Vie active

Début 18 septembre

Lundi / mercredi 9 h 30

Pour tous | Salle retraite en or | Gratuit

Animateurs : Suzanne St-Gelais, Réjeanne Savard,

Marlène Roy et Lisette Simard

Ce programme s'adresse à tous ceux qui veulent bouger quelque soit leur âge ou sexe, débutant ou avancé. Vise à réduire les maladies du cœur, le cholestérol, l'ostéoporose, le diabète, l'arthrite, etc.

Danse orientale (baladi, gitane, bollywood, tribale et autres styles orientaux)

3 octobre au 12 décembre (10 semaines)

Mardi 19 h | Centre communautaire (2^e étage)

60 \$ (10 cours)

Animateur : Sonya Lamontagne

Pour tous (pas très cardio), aucun pré requis (débutant), technique de base, possibilité prêt de ceinture et spectacle fin d'année (avril)

Inscription : Sur place

Sorties photos

À déterminer,

Mercredi 17 h 30 à 19 h 30

30 \$ | Rendez-vous stationnement bureau municipal

Posséder un appareil (règle de base, mode manuel, composition de l'image, la lumière, etc.)

Arnaud Camel

Inscription : Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225

Cours de yoga

20 septembre (10 semaines)

Mercredi 19 h

Salle retraite en or

125 \$

Animateur : Andrée-Ann Bouchard

Tapis, couverture, vêtement confortable, manger léger

Inscription : 418 276-7359

Minimum de 10 personnes

Cours d'anglais

À déterminer (1 h 30)

Centre communautaire (2^e étage)

120 \$

Débutant

Inscription : Cathy Bolduc 418 618-2925

Cours de chant

En tout temps

Individuel ou groupe

Église de Girardville

20 \$ / cours, 80 \$ (5), 180 \$ (10) 260 \$ (20)

Hélène Batailleau : 418 258-7268 ou 418 630-6451

Cours de danse moderne (Jazz, hip-hop)

En continu

Samedi 9 h (am)

Centre communautaire

5 cours / 40 \$ | 10 cours / 70 \$ | 20 cours / 140 \$

Inscription : Hélène Batailleau 418 258-7268

ou 418 630-6451

Cours de danse en ligne

À déterminer (septembre)

Mardi 13 h

Salle Retraite en or

Louisa Van Themsche

Girardville (suite)

Activités adulte (suite)

Cours de vitalité intellectuel

À déterminer (septembre)

Salle Retraite en or

Gratuit

Le Tournant

Marlène Roy: 418 276-7273

Pétanque atout / camping poche

Septembre (après-midi)

Salle retraite en or

Après-midi musical (musique, animation lunch)

27 octobre (Halloween), 24 novembre (Ste-Catherine),
15 décembre (Noël)

Vendredi 13 h 30 à 15 h 30

Pour tous

Salle Retraite en or

Gratuit

Animateur : Réjeanne Savard et Danièle Gauthier

Chanson en fête

À déterminer (septembre ou octobre)

Vendredi (2x par mois)

Pour tous

Salle Retraite en or

Animateur : Odette Potvin

Atelier artisanat (Cercle de Fermières)

Septembre à décembre

Tous les mardis 13 h

Centre communautaire (2^e étage)

Info : Angèle Marceau 418 258-3769

Adulte - Centre sportif

Ligue secondaire et +

15 novembre au 20 décembre

Mercredi 19h

Info : Keven Thibeault 418 258-3485

Ligue Hockey adulte

16 novembre au 21 décembre

Jeudi 19h

Info : Noël Allard 418 258-3866

Ligue des boys

17 novembre au 22 décembre

Vendredi 20h

Info : Mickaël Bouchard 418 258-1158

Ligue adulte

19 novembre au 17 décembre

Dimanche de 14 h à 15 h 30

Info : Keven Thibeault 418 258-3485

Patinage libre

14 novembre au 23 décembre

Mardi 19h15 | Mercredi 18h | Jeudi 18h

Vendredi 19h | Samedi / dimanche 15h30

Pour tous

Gratuit



Girardville (suite)

Événements et festivals

Tournoi de balle donnée Girardville

8-9-10 septembre

Terrain de balle en arrière école Notre-Dame-de-Lourdes

Info: Facebook : Tournoi de balle donnée Girardville

Plantation parc du ruisseau

9 septembre 12 h à 15 h

Près de la coulée douce

Apportez votre pique-nique et votre pelle

Démonstration strong by zumba

Lundi 18 septembre

Centre sportif

Info: Marlène St-Pierre 418 258-1109

Souper par Janic Gagnon et spectacle Amay Paquet

Samedi 16 septembre 17 h | Centre sportif

Info: Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225

Sortie Champignon

Fin septembre

Info: Mélanie Dallaire 418 258-3712

Atelier culinaire: Les sushis

Dimanche 22 octobre 13 h à 16 h

Centre sportif

Prix: À déterminer

Inscription obligatoire: Sophie Guy
418 258-3293 poste 2225

Rue en fête

Samedi 28 octobre 17 h 30 à 19 h 30

Pour tous | Gratuit

Rue Bergeron

Animation avec la troupe Soukara et
surtout bonbon à profusion !

Info: Sophie Guy 418 258-3293, poste 2225

Gerrytown Rock Show spécial Halloween

Samedi 28 octobre | Centre sportif

Atelier culinaire: Végétarien

Dimanche 5 novembre 13 h à 16 h

Centre sportif

Prix: 30 \$ maximum 6 personnes

Base, dégustation, élaboration 2 plats et recette
supplémentaire (apportez 2 plats, grandeur margarine)

Inscription obligatoire: Sophie Guy 418 258-3293
poste 2225

Tournoi de hockey amateur

À déterminer, début décembre

Centre sportif

Inscription: Samuel Bouchard 418 258-3232

Village du père Noël

À déterminer en décembre

Pour tous

Atelier culinaire: Fabien Girard

À déterminer en décembre

Centre sportif

Prix: 30 \$

Bibliothèque

Bibliothèque municipale

Jeudi de 18 h à 20 h

180, rue Principale (porte sur le côté, 2^e étage)

Pour tous

Gratuit

Prêt de livres (roman, documentaire, bande
dessinée etc.), revue, DVD et cassette de film,
livre audio, CD audio.

Vente de livres, revues et CD audio

Info: Denyse Dubé 418 258-3378

St-Edmond- les-Plaines



Bibliothèque

Bibliothèque municipale

Mercredi de 19 h à 20 h

Tous âges

561, rue Principale à St-Edmond
(bureau municipal)

Gratuit

Inscription : À la bibliothèque

Info : Lucie Côté, 418 274-3069 poste 3302



Activités adulte

Porte ouverte pour l'achat de la carte de membre FADOQ

Mercredi 27 septembre 2017

13 h à 16 h

50 ans et plus

561, rue Principale (local FADOQ au bureau municipal)

Entrée gratuite, 25 \$ pour la carte de membre

Info : Carmen Boilard, 418 274-2364

Adulte - Centre sportif

Activité folklore de l'Âge-d'Or

Dimanche 15 octobre 2017

50 ans et plus

116, avenue Tremblay (salle Chalet des Loisirs)

7 \$ par personne

Inscription : Carmen Boilard, 418 274-2364

Info : Souper suivi d'une soirée dansante

Souper du temps des Fêtes de la FADOQ

Début décembre (à confirmer)

50 ans et plus

561, rue Principale (local FADOQ au bureau municipal)

Prix : À déterminer

Inscription : Carmen Boilard, 418 274-2364

Info : Souper convivial afin de souligner l'arrivée
du temps des Fêtes



Activités jeunesse

Activités B.A.N.G.

Dès la mi-septembre
Enfants de la 1^{re} à la 6^e année
Gymnase de l'école Henri-Bourassa
Surveillez le sac à dos de votre enfant pour connaître les jours et les heures de l'activité!
Info : Jessica Lefebvre, coordonnatrice des loisirs, 418 279-5250, poste 3106

Ligue de hockey intermunicipale MIXX

Mi-novembre à la fin mars pour un total de 15 semaines.
Mardi de 18 h 15 à 19 h 15
5 à 11 ans
Centre sportif de Girardville
50 \$
Animateur : À confirmer
Équipements (voir info) et chandails inclus au besoin (quantité limitée)
Inscription : Municipalité d'Albanel
418 279-5250, poste 3100
Info : Ligue mixte garçon/fille pour le plaisir de jouer. Prérequis : savoir patiner.
Obligatoire : patins, casque et bâton.

Baladi pour enfant

Du 13 septembre au 29 novembre
Mercredi de 18 h à 19 h
5 à 12 ans
Grande salle du Centre communautaire
75 \$
Inscription : Auprès de Maya
au 418 618-5585

Activités adulte

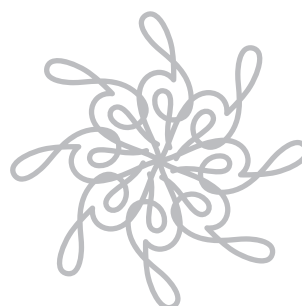
Taï chi

5 septembre au 19 décembre (16 semaines)
Mardi de 19 h à 20 h 30
Grande salle du Centre communautaire
Inscription : Brigitte Villeneuve au
418 276-5270

Vie active

Mi-septembre à la mi-décembre
Mardi et jeudi de 9 h 30 à 10 h 30
Personnes de 50 ans et plus
Maison du Patrimoine, 172, rue Principale
5 \$ pour la session
Inscription : Yvonne Trotter au
418 279-554

Pour chaque cours il y a des places limitées ainsi qu'un nombre d'inscription minimum.
Premier arrivé, premier servi !



Albanel (suite)

Bibliothèque



Bibliothèque Denis-Lebrun

Mardi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Mercredi de 10 h à 11 h 30 et de 13 h à 18 h 30

Jeudi de 18 h 30 à 20 h

153-A, rue Principale

Info : Caroline Lavoie, responsable

de la bibliothèque, 418 279-5250, poste 3140

Conférence « Proches aidants en équilibre » en collaboration avec la FADOQ de la Gaïeté d'Albanel - Partie 2

Date à déterminer

Adultes

Animateur : Steeve Côté

Cette présentation a pour but de sensibiliser les proches aidants à l'importance de prendre soin d'eux afin d'éviter l'épuisement.

Inscription : Surveillez le journal l'Informateur ainsi que la page Facebook de la bibliothèque.

Club littéraire

Rencontre une fois par mois

Adulte

Gratuit

Le Club littéraire est un groupe de personnes qui partagent leurs impressions sur un ou des livres lus par chacun des membres.

Croque-livres « Croque pour lire »

0 à 12 ans

Sous la véranda du Marché Gagnon Plus

Gratuit

Le Croque livre permet aux enfants d'emprunter des livres en tout temps. Après avoir lu, on le rapporte ou on apporte un livre que l'on veut partager.



Albanel (suite)

Événements et festivals

Journée de la culture

Dans la semaine du 25 septembre

Info : Une activité spéciale sera réalisée à la Bibliothèque Denis-Lebrun dans le cadre des Journées de la culture 2017. Surveillez nos pages Facebook pour plus d'informations!

Halloween à Albanel

À déterminer avec l'école (autour du 31 octobre)

Info : Surveillez la publicité qui sera distribuée dans toutes les résidences en début octobre pour connaître la date, l'heure, l'activité ainsi que les rues où se fera la cueillette de friandises!

Marché de Noël

Du 24 au 26 novembre 2017

Sur le terrain du Camping municipal d'Albanel

En plus de l'animation sur place, c'est le moment idéal pour venir faire vos achats de Noël!

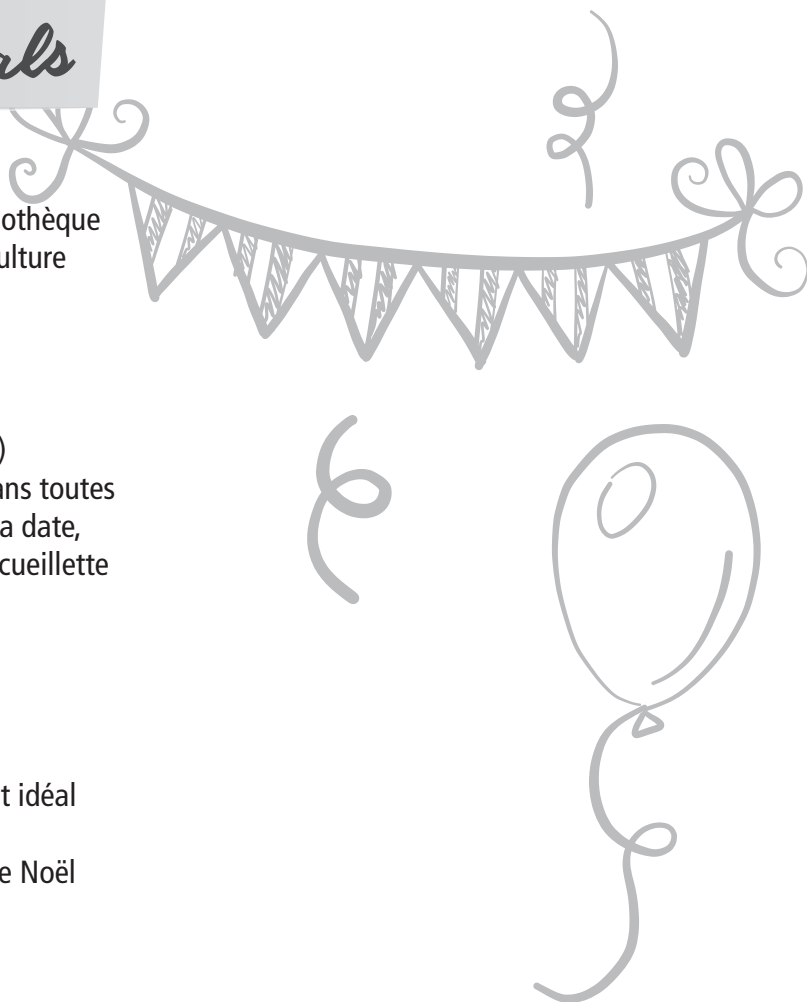
Info : Surveillez notre page Facebook « Marché de Noël d'Albanel ». Événement organisé par le CDEA.

Folklore

Dimanche 3 septembre, 1^{er} octobre et 3 décembre dès 13 h

Centre communautaire d'Albanel

Info : Venez chanter et danser avec nous lors de ces après-midi de folklore!



Activités jeunesse

Taekwondo

4 septembre au 20 décembre

Lundi et mercredi

Adulte - Enfant

Gymnase de l'école Ste-Marie

40 \$ / mois. Prix pour famille et à la session

Animateur : Martin Bradette 4^e dan et

Véronique Truchon 3^e dan

Débutants 18 h à 19 h

Cours parenst-enfants 19 h à 20 h

Inscription : Martin Bradette 418 630-3057

Scouts

Soirée d'informations et d'inscription

13 septembre

Mercredi 19 h

Castors 7-8 ans, louvetaux 9-12 ans et
éclaireurs 12-14 ans

Local scouts (Grands Jardins)

Info : Marie-Claude 581 651-8948

Cheerleading

11 septembre au 4 décembre

Mardi 18 h 30 à 19 h 45

5 à 12 ans

Gymnase de la Polyvalente

75 \$

Animateur : Mélyssa Gagnon

L'assurance de la Fédération inclus
de Cheerleading du Québec

Inscription : Mélyssa Asselin 418 274 2004
poste 3220

Info : masselin@ville.normandin.qc.ca

Badminton libre

11 septembre au 13 décembre

Lundi et mercredi 18 h 30 à 20 h 15

Étudiants

Gymnase de la Polyvalente

Étudiant 3 \$ / cours

Inscription : Sur place

Info : Activité libre, accessible à tous

Corps de Cadets 1497

Soirée d'informations et d'inscription

19 septembre (anciens cadets) et 26 septembre (nouveaux)

Mardi

12 à 18 ans

Polyvalente de Normandin

Gratuit

Info : Capt Isabelle Gagnon 418 637-9276

Quilles et Loisirs Normandin - Liges

Début 11 septembre

Lundi et mercredi 13 h à 15 h, Vendredi 21 h à 23 h

Jeunes

Salle de Quilles

Lundi et mercredi : 13 \$ Vendredi 14 \$

Quelques places restantes. Les nouveaux inscrits reçoivent
une carte de 10 parties gratuites.

Inscription : Lisette Deschênes

418 274-4202 / 418 274-2548

Info : 418 630-6295

Quilles et Loisirs Normandin - Golf virtuel

Début 11 septembre

Selon les heures d'ouverture de la Salle de Quilles

Jeunes

Salle de Quilles

20 \$ / h

Accès à la table de billard inclus

Inscription : Lisette Deschênes 418 274-4202 /

418 274-2548

Info : 418 630-6295

Normandin (suite)

Jeunesse - Centre sportif

Initiation au hockey

Du 17 septembre au 10 décembre

Dimanche 9 h à 9 h 30

Jeunes

50 \$

Dylan Laliberté

Minimum 8 inscriptions

Inscription : Mélyssa Asselin 418 274-2004 poste 3220

Info : masselin@ville.normandin.qc.ca

Club de patinage artistique Les Étoiles sur glace - Pré-Patinage Plus (3 ans et -)

À Confirmer

Samedi 10 h à 10 h 25

3 ans et -

Centre Sportif

Saison régulière 90 \$

Rabais de 20 \$ pour un 3^e enfant inscrit au Club

Inscription 28 et 29 août 18 h à 19 h au Centre Sportif de Normandin

Visitez nos pages Facebook Patinage Plus-Normandin et CPA Étoiles sur Glace Normandin

Club de patinage artistique Les Étoiles sur glace - Patinage plus

Mardi 17 h 35 à 18 h 25 / Samedi 9 h 05 à 9 h 55

Session automne 90 \$ Saison régulière 180 \$

Rabais de 20 \$ pour un 3^e enfant inscrit au Club

Inscription 28 et 29 août 18 h à 19 h

au Centre Sportif de Normandin

Visitez nos pages Facebook Patinage Plus-Normandin et CPA Étoiles sur Glace Normandin

Club de patinage artistique Les Étoiles sur glace - Patinage Semi-privé

Horaire selon la disponibilité des entraîneurs

Session automne 70 \$ Saison régulière 140 \$

Rabais de 20 \$ pour un 3^e enfant inscrit au Club

Inscription 28 et 29 août 18 h à 19 h au Centre Sportif de Normandin

Visitez nos pages Facebook Patinage Plus-Normandin et CPA Étoiles sur Glace Normandin

Hockey libre

Horaire variable

Pour l'horaire, suivre la page Facebook

Loisirs Normandin

Info : Centre Sportif 418 274-2004 poste 3230

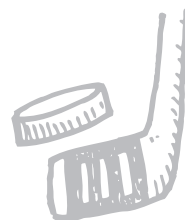
Patinage libre

Horaire variable

Pour l'horaire, suivre la page Facebook

Loisirs Normandin

Info : Centre Sportif 418 274-2004 poste 3230



Normandin (suite)

Activités adulte

Bootcamp

5 septembre au 14 décembre

Mardi et jeudi 19 h à 20 h

Adultes - étudiants

Gymnase de l'école Ste-Marie

150 \$ | À l'unité : 8 \$

Adapté à tous ! Bootcamp c'est travailler avec votre corps.

Animateur et inscription : Mylène Bernard

418 637-9352 | statikleclown@hotmail.com

Yoga

Début le 11 septembre | Lundi

Polyvalente de Normandin | 160 \$

Animateur : Dominique Fortin

Intermédiaire : 18 h 30 Débutant : 20 h

Inscription : Mélyssa Asselin 418 274-2004 poste 3220

Info : Dominique Fortin 418 917-0707

Activité incroyable Salsation !

Du 11 septembre au 14 décembre

Lundi et mercredi 19 h à 20 h

Gymnase de la Polyvalente

1 cours/sem.: 140 \$ 2 cours/sem.: 170 \$

Animateur : Alejandro Arias

Inscription : Mélyssa Asselin

418 274-2004 poste 3220

Info : 418 613-0990 ou 418 671-9938 ou

418 518-4463 Facebook : Studio 4 éléments

Taekwondo

Du 4 septembre au 20 décembre

Lundi et mercredi | Adultes - Enfants

Gymnase de l'école Ste-Marie

40 \$/mois | Prix pour famille et à la session

Animateur : Martin Bradette 4^e dan et

Véronique Truchon 3^e dan

Débutants 18 h à 19 h

Cours parents-enfants 19 h à 20 h

Inscription : Martin Bradette 418 630-3057

Exercices guidés, se détendre avec la MLC et prendre soin de son corps

20 septembre au 22 novembre

Mercredi 19 h

École Ste-Marie

200 \$ (10 sessions de 1 h 30)

Animateur : Andrée Julien

Inscription : Andrée Julien 418 274-2686

Cel.: 418 515-1117

Soirée d'informations et d'essai

mercredi 13 septembre 18 h 30

Badminton libre

Du 11 septembre au 13 décembre

Lundi et mercredi 18 h 30 à 20 h 15

Gymnase de la Polyvalente

4 \$/cours

Inscription : Sur place

Info : Activité libre, accessible à tous

Volleyball

Début le 14 septembre

Jeudi 20 h à 22 h

Gymnase de la Polyvalente

35 \$

Animateur : Jonathan Boulianne 418 618-5470

Spinning

Début le 18 septembre

Cours régulier lundi et/ou mercredi 19 h à 20 h

Gym Normandin (763, rue St-Cyrille)

1 cours/semaine : 65 \$ (14 séances) 2 cours/semaine :

120 \$ (28 séances)

Animateur : Marc Caouette

Cours débutant et intermédiaire lundi 20 h à 21 h

Inscription : Marc Caouette 418 274-4251 ou

Cel.: 418 679-7832

Info : 5 \$/cours si vélo disponible

Normandin (suite)

Activités adulte (suite)

Cours de peinture à l'huile

11 septembre au 13 novembre

Lundi 18 h 30 à 21 h

École Ste-Marie | 125 \$

Animateur : Cindy Grondin

Maximum 6 personnes. Matériel non-fourni.

Inscription : Mélyssa Asselin 418 274-2004 poste 3220

Info : masselin@ville.normandin.qc.ca

Quilles et Loisirs Normandin - Liges

Début 11 septembre

Lundi et mercredi 13 h à 15 h, Vendredi 21 h à 23 h

Salle de Quilles

Lundi et mercredi : 13 \$ | Vendredi 14 \$

Quelques places restantes. Les nouveaux inscrits reçoivent une carte de 10 parties gratuites.

Inscription : Lisette Deschênes

418 274-4202 / 418 274-2548

Info : 418 630-6295

Quilles et Loisirs Normandin - Golf virtuel

Début 12 septembre

Selon les heures d'ouverture de la Salle de Quilles

5 \$ - Accès à la table de billard inclus

Inscription : Lisette Deschênes

418 274-4202 | 418 274-2548

Info : 418 630-6295

Volleyball

Début le 13 septembre

Mercredi 20 h à 22 h

Gymnase de la Polyvalente

35 \$

Animateur : Jean-Luc Larouche

418 274-3462

Cercle des Fermières – Journées de la culture - Activité de fabrication de sous-verres tressés

29 septembre

Vendredi 13 h à 15 h

Pour tous, venez participer ou regarder

École Ste-Marie

Gratuit

Activité avec les élèves de l'école et ouverte à tous

Info : Jacqueline Gauvin 418 274-6258

ou Lisette Dubé 418 274-2721

Adultes - Centre sportif

Patinage libre

Horaire variable

Pour l'horaire, suivre la page Facebook Loisirs Normandin

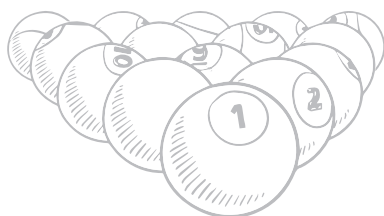
Info : Centre Sportif 418 274-2004 poste 3230

Hockey libre

Horaire variable

Pour l'horaire, suivre la page Facebook Loisirs Normandin

Info : Centre Sportif 418 274-2004 poste 3230

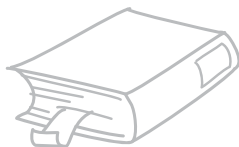


Normandin (suite)

Bibliothèque

Bibliothèque municipale

1156, avenue Valois
418 274-2004, poste 3250



Mardi: 9 h 30 à 11 h 30 / 13 h à 16 h 30
Mardi et Jeudi :
9 h 30 à 11 h 30 / 13 h à 16 h 30 / 18 h à 20 h

Exposition Lisa Fortin

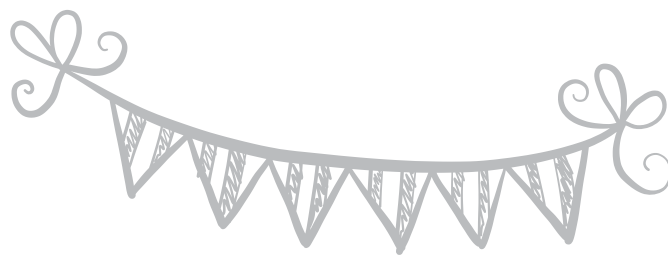
Du 5 septembre au 26 octobre
Gratuit
Exposition de peintures à l'huile
Info: 418 274-2004 poste 3250

Atelier d'information juridique

À venir - fin septembre
Gratuit
Le centre de justice de proximité offre
des séances d'information aux citoyens.
Cet atelier traitera du testament.
Info: 418 274-2004 poste 3250 ou
Katy Paradis 418 274-2004 poste 3201

Informations sur les bulbes d'automne

Mardi 12 septembre
7 \$
Louis Lévesque
Venez découvrir les particularités des bulbes
d'automne.
Info: 418 274-2004 poste 32 50
ou Katy Paradis 418 274-2004 poste 3201



Événements et festivals

Festival Prénovice

1-2-3 décembre 2017
Centre Sportif
Info: 418 274-2004 poste 3240

Marché d'automne

Dimanche 1^{er} octobre
Pour tous
Parc du Centenaire
Gratuit
Venez à la rencontre de producteurs régionaux
de produits du terroir. Ambiance musicale et
artistes à l'oeuvre.
Info: Katy Paradis 418 274 2004 poste 3201



Troupe ADN

INSCRIPTION LE 7 SEPTEMBRE de 18h00 à 19h30 / En haut de l'aréna / payable en argent seulement

LUNDI Début des cours, lundi le 25 septembre X 20 COURS / 2 CHORÉGRAPHIES					
CATÉGORIE	DISCIPLINE	HEURE	DANSEURS	ENSEIGNANTS	COÛT
3 ans et maman	<i>Initiation a la danse – ballet jazz</i>	5h30 - 6h00	8 Min 12 max	JANIE ANDREANE	100\$ / ½ h
4-5 ans	<i>Bout de choux – ballet jazz</i>	5h30 - 6h00	9 min 18 max	NATHALIE ANDREANE	100\$ / ½ h
6-7 ans	<i>Ballet jazz</i>	6h00 – 6h45	9 min 18 max	NATHALIE ANDREANE	110\$ / ¾ h
8-9 ans	<i>Hip hop / ballet jazz</i>	6h00 – 6h45	9 min 18 max	DEREK ANDREANE	110\$ / ¾ h
10-11 ans	<i>Contemporain / ballet jazz</i>	6h45 – 7h45	8 min 16 max	JUSTINE JANIE/	120\$ / 1h
12 ans +	<i>Hip hop / ballet jazz</i>	6h45 – 7h45	8 min 16 max	DEREK ANDREANE	120\$ / 1h
Adulte	<i>Adulte</i>	7h45 – 8h45	7 min 14 max	NATHALIE ANDREANE	120\$ / 1h

MERCREDI Début des cours, mercredi le 27 septembre X 20 COURS / 2 CHORÉGRAPHIES					
CATÉGORIE	DISCIPLINE	HEURE	DANSEURS	ENSEIGNANTS	COÛT
4- 6 ans	<i>Hip hop GARÇON</i>	5h30 - 6h00	8 Min 12 max	DEREK ANDREANE	100\$ / ½ h
8-9 ans	<i>Contemporain / ballet jazz</i>	5h30 - 6h15	9 min 18 max	JUSTINE JULIE	110\$ / ¾ h
7-9 ans	<i>Hip ho GARÇON</i>	6h00- 6h45	9 min 18 max	DEREK ANDREANE	110\$ / ¾ h
12 ans +	<i>Contemporain / ballet de jazz</i>	6h15- 7h15	9 min 18 max	JUSTINE JULIE	120\$ / 1h
10- 11 ans	<i>Hip hop / ballet jazz</i>	6h45- 7h45	8 min 16 max	DEREK ANDREANE	120\$ / 1h

Spécial familial / 2 membres de la même famille (sœur*frère*mère) rabais de 10 \$ / 10\$ additionnel à chaque ajout / Choix de 2 disciplines pour un enfant 30\$ de rabais

Saint-Thomas-Didyme



Activités jeunesse

Activité B.A.N.G.

À partir d'octobre 2017

Lundi et mercredi

6 à 12 ans | Gymnase de l'école Jean XXIII

Gratuit | Inscription obligatoire

Inscription : Annick Landry 418 274-3638 poste 3422

Initiation à la couture

12 à 25 ans | Local du Cercle des Fermières

Gratuit | Inscription : Linda Larouche 418 274-2990

Maison de Jeunes l'Exode

Lundi au samedi

11 à 17 ans 2\$/année

Local de la Maison de Jeunes - Foyer culturel

Inscription : Renée Desmeules, coordonnatrice

418 274-3638 poste 3440

Événements et festivals

Soirée annuelle du Club Sportif Élan

Samedi 18 novembre | Salle Gaiété

Inscription : Kim Tremblay, présidente 418-274-7609

Arrivée du Père Noël

Dimanche 3 décembre | Salle Gaiété

Remettre son dessin coloré aux lutins

Inscription : Annick Landry 418 274-3638 poste 3422

Bibliothèque

Bibliothèque municipale

Jeudi, 18h à 19h30 | Pour tous

31, avenue du moulin

Info : Denise Bergeron 418 274-3113



Activités adulte

Cardio dynamique

Débutera en septembre

Mardi, 19h à 20h

À partir de 10 ans

École Jean XXIII | 10\$/cours

Animateur : Natacha Fortin

Possibilité de payer à la fois ou acheter une carte fidélité

Inscription : Annick Landry 418 274-3638 poste 3422

Yoga

Débutera le 18 septembre 2017

Lundi, 19h à 20h

À partir de 14 ans

Foyer culturel | 100\$ pour 8 cours

Animateur : Andréanne Thériault

Inscription : Annick Landry 418 274-3638 poste 3422

Initiation tablette électronique

Débutera en octobre | Pour tous

Local de la FADOQ à l'église | Gratuit

Animateur : Robert Shore

Possibilité d'emprunter une tablette sur place

Inscription : Cécile Bergeron 418 274-3493

Création de bas de laine

Octobre à novembre 2017

Jour : À déterminer selon inscriptions

Foyer culturel

20\$ Ensemble de départ fourni (broche, laine)

Animateur : Noella Migneault

Inscription : Annick Landry 418-274-3638 poste 3422

Pour information

Veillez communiquer avec le responsable
de la localité où l'activité est offerte :

Girardville

Sophie Guy
Animatrice de milieu
418 258-3293, poste 2225
sophie.guy@ville.girardville.qc.ca

Saint-Edmond-les-Plaines

Marianne Marcil
Ressource en loisirs
418 274-3069
loisirs.stedmond@gmail.com

Albanel

Jessica Lefebvre
Coordonnatrice des loisirs
418 279-5250, poste 3106
loisirs@albanel.ca

Normandin

Mélyssa Asselin
Responsable du service à la clientèle
Service des loisirs et de la culture
418 274-2004, poste 3220
masselin@ville.normandin.qc.ca

Saint-Thomas-Didyme

Annick Landry
Adjointe-administrative
418 274-3638, poste 3422
alandry@stthomasdidyme.qc.ca

AU CŒUR DE VOTRE VIE



Desjardins
Caisse populaire
des Plaines boréales



SIÈGE SOCIAL

Normandin

1032, rue Saint-Cyrille
418 274-2916

Caisse.t70061@desjardins.com
www.desjardins.com/caissedesplainesboreales

Suivez-nous sur 

CENTRES DE SERVICES

Albanel

Girardville

Saint-Edmond

Saint-Thomas-Didyme