

# PROGRAMMATION DES LOISIRS ET DES ACTIVITÉS CULTURELLES - HIVER 2012 -



Grandes-Piles



Hérouxville



Lac-aux-Sables



Notre-Dame de Montauban



Saint-Adelphe

Saint-Roch-de-Mékinac



Saint-Séverin



Sainte-Thècle



Saint-Tite



Ville de St-Tite

Trois-Rives



Les membres du Réseau en loisirs de Mékinac sont heureux de vous présenter la toute première édition de la programmation des loisirs et de la culture. Ce cahier regroupe les activités offertes sur le territoire de la MRC pour la saison hivernale (janvier à avril). Vous pourrez y trouver l'information nécessaire tant pour suivre un cours que pour connaître les événements dans notre région.

Il y aura trois parutions de ce programme des loisirs et des activités culturelles:

- à la mi-août pour la programmation d'automne
- à la mi-décembre pour la programmation d'hiver
- à la mi-avril pour la programmation printemps/été



Toutes les personnes désirant faire paraître GRATUITEMENT de l'information en lien avec les loisirs et la culture peuvent le faire en communiquant Stéphanie Ricard au **418 365-5143 poste 161** ou par courriel à [loisirs@villest-tite.com](mailto:loisirs@villest-tite.com). La date limite pour la prochaine parution est le 25 mars 2012.

**PROCUREZ-VOUS CE GUIDE ET CONSERVEZ LE PRÉCIEUSEMENT !**

**MERCI !**

---

#### **Municipalité de Grandes-Piles**

630, 4<sup>e</sup> avenue, Grandes-Piles (Qc) G0X 1H0  
Téléphone : 819-539-9708 Télécopieur : 819-538-6947  
Courriel : [info@grandespiles.qc.ca](mailto:info@grandespiles.qc.ca)  
Site Internet : <http://www.grandespiles.qc.ca>

---

---

#### **Municipalité de Lac-aux-Sables**

820, rue St-Alphonse, Lac-aux-Sables (Qc) G0X 1M0  
Téléphone : 418-336-2331 Télécopieur : 418-336-2500  
Courriel : [lac-aux-sables@regionmekinac.com](mailto:lac-aux-sables@regionmekinac.com)  
Site Internet : [www.lac-aux-sables.qc.ca](http://www.lac-aux-sables.qc.ca)

---

---

#### **Municipalité de Saint-Adelphe**

150, rue Baillargeon, Saint-Adelphe (Qc) G0X 2G0  
Téléphone : 418-322-5721 Télécopieur : 418-322-5434  
Courriel : [st-adelphe@regionmekinac.com](mailto:st-adelphe@regionmekinac.com)  
Site Internet : [www.st-adelphe.qc.ca](http://www.st-adelphe.qc.ca)

---

---

#### **Municipalité de Saint-Séverin**

1986, Place du Centre, Saint-Séverin (Qc) G0X 2B0  
Téléphone : 418-365-5844 Télécopieur : 418-365-7544  
Courriel : [st-severin@regionmekinac.com](mailto:st-severin@regionmekinac.com)

---

---

#### **Municipalité de Saint-Tite**

540, rue Notre-Dame, C.P. 217, Saint-Tite (Qc) G0X 3H0  
Téléphone : 418-365-5143 Télécopieur : 418-365-4020  
Courriel : [hoteldeville@villest-tite.com](mailto:hoteldeville@villest-tite.com)  
Site Internet : [www.villest-tite.com](http://www.villest-tite.com)

---

---

#### **Municipalité de Hérouxville**

1060, Rang Saint-Pierre, Hérouxville (Qc) G0X 1J0  
Téléphone : 418-365-7135 Télécopieur : 418-365-7041  
Courriel : [herouxville@regionmekinac.com](mailto:herouxville@regionmekinac.com)  
Site Internet : <http://municipalite.herouxville.qc.ca>

---

---

#### **Municipalité de Notre-Dame-de-Montauban**

555, av. des Loisirs, Notre-Dame-de-Montauban (Qc) G0X 1W0  
Téléphone : 418-336-2640 Télécopieur : 418-336-2353  
Courriel : [nd-montauban@regionmekinac.com](mailto:nd-montauban@regionmekinac.com)  
Site Internet : [www.municipalite.notre-dame-de-montauban.qc.ca](http://www.municipalite.notre-dame-de-montauban.qc.ca)

---

---

#### **Municipalité de Saint-Roch-de-Mékinac**

1212, rue Principale, Saint-Roch-de-Mékinac (Qc) G0X 2E0  
Téléphone : 819-646-5636 Télécopieur : 819-646-5635  
Courriel : [st-roch@regionmekinac.com](mailto:st-roch@regionmekinac.com)  
Site Internet : <http://strochdemekinac.com>

---

---

#### **Municipalité de Sainte-Thècle**

301, rue St-Jacques, Sainte-Thècle (Qc) G0X 3G0  
Téléphone : 418-289-2070 Télécopieur : 418-289-3014  
Courriel : [ste-thecle@regionmekinac.com](mailto:ste-thecle@regionmekinac.com)  
Site Internet : [www.ste-thecle.qc.ca](http://www.ste-thecle.qc.ca)

---

---

#### **Municipalité de Trois-Rives**

258, chemin St-Joseph, Trois-Rives (Qc) G0X 2C0  
Téléphone : 819-646-5686 Télécopieur : 819-646-5686  
Courriel : [trois-rives@regionmekinac.com](mailto:trois-rives@regionmekinac.com)  
Site Internet : [www.trois-rives.com](http://www.trois-rives.com)

---

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## MISE EN FORME

VIACTIVE						
Description :	Viactive est un programme qui propose des routines d'exercices avec musique et instructions. Les activités varient de semaine en semaine et sont animées par des bénévoles ayant reçu une formation adéquate.					
Clientèle :	50 ans et plus					
Coût :	Gratuit					
	Lac-aux-Sables	Carrefour Normandie	Saint-Adelphe	Saint-Séverin	Sainte-Thècle	Saint-Tite
Endroit :	Salle de l'âge d'or	Salle du Carrefour	Salle de l'âge d'or	Salle municipale Robert-Crête	Salle municipale St-Aubin	Club des aînés
Date début :	26 septembre	26 septembre	26 septembre	26 septembre	3 octobre	3 et 5 octobre
Horaire :	Lundi 13h30 à 14h30	Lundi 10h à 11h	Lundi 9h30	Lundi 13h30 à 14h30	Lundi 9h30	Lundi et Mercredi 10h à 11h
Information:	Yolande et Noël Lambert 418 336-3274	Diane Bordeleau 418 365-5769	Lise Hamelin 819 601-8673	Thérèse Gélinas 418 365-4126	Louise Lesieur 418 289-2056	Danielle Asselin 418 365-3366

TAI-CHI (COURS)	
SAINT-TITE	
Description :	Débutants Taiji 8
Endroit :	Centre communautaire Armand-Marchand, rue Adrien-Bélisle
Clientèle :	Pour tous
Date :	Début en janvier 2012 (8 semaines)
Horaire :	Le lundi soir ou le vendredi matin
Coût :	80 \$
Inscription:	Martine Douville, 418 365-4274
Particularités :	Minimum de 10 personnes

COURS D'AÉROBIE	
SAINT-ADELPHÉ	
Description :	Entraînement cardiovasculaire et musculaire sur musique ainsi que des exercices d'échauffement et d'étirement.
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Pour tous
Dates :	9 janvier 2012 (10 semaines)
Horaire :	Lundi de 18h30 à 19h30
Coût :	90 \$
Inscription:	Raiza Bompert, 418 365-3977 Line Gauthier, 418 322-5339



TAI-CHI (PRATIQUE)	
SAINT-TITE	
Description :	Taiji 8-16-24-42 et Taiji éventail
Endroit :	Centre communautaire Armand-Marchand, rue Adrien-Bélisle
Clientèle :	Pour tous
Date :	De septembre 2011 à juin 2012
Horaire :	Mercredi de 19h45 à 21h15 *mardi pratique spécifique
Coût :	15 \$ / session
Inscription:	Sur place
Particularités :	Martine Douville, 418 365-4274 *deux mardis par mois (Taiji 42 et l'esprit du Taiji)

COURS D'AÉROBIE	
SAINT-TITE	
Description :	Entraînement cardiovasculaire et musculaire sur musique ainsi que des exercices d'échauffement et d'étirement.
Endroit :	Club de Boxe Impact 756 blv. St-Joseph
Clientèle :	Pour tous
Dates :	16 janvier au 27 avril 2012 (15 semaines)
Horaire :	Lundi et Mercredi de 17h à 18h
Coût :	Membres au centre de conditionnement 1 cours : 85 \$ 2 cours : 155 \$ Non-membres au centre de conditionnement 1 cours : 99 \$ 2 cours : 189 \$
Inscription:	Marc Damphousse, 418 365-1414

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

SAINT-TITE																			
Description :	Appareils à la fine pointe de la technologie. Service d'évaluation de la condition physique et de mise sur pied de programmes d'entraînement relié aux besoins physiologiques de chaque personne.																		
Endroit :	Gym-Énergie G.P.S 756 boulevard St-Joseph																		
Clientèle :	13 ans et plus. Les adolescents de 13-16 ans doivent avoir l'autorisation des parents.																		
Horaire :	Tous les jours (7/7), de 5h à 22h																		
Coût :	<table border="0"> <tr> <td>Jour</td> <td>6,20 \$</td> </tr> <tr> <td>10 séances</td> <td>57,59 \$</td> </tr> <tr> <td>1 mois</td> <td>48,73 \$</td> </tr> <tr> <td>3 mois</td> <td>119,60 \$</td> </tr> <tr> <td>6 mois</td> <td>199,34 \$</td> </tr> <tr> <td>6 mois étudiant</td> <td>168,33 \$</td> </tr> <tr> <td>1 an</td> <td>305,65 \$</td> </tr> <tr> <td>1 an étudiant</td> <td>261,35 \$</td> </tr> <tr> <td>1 an en couple</td> <td>529,79 \$</td> </tr> </table>	Jour	6,20 \$	10 séances	57,59 \$	1 mois	48,73 \$	3 mois	119,60 \$	6 mois	199,34 \$	6 mois étudiant	168,33 \$	1 an	305,65 \$	1 an étudiant	261,35 \$	1 an en couple	529,79 \$
Jour	6,20 \$																		
10 séances	57,59 \$																		
1 mois	48,73 \$																		
3 mois	119,60 \$																		
6 mois	199,34 \$																		
6 mois étudiant	168,33 \$																		
1 an	305,65 \$																		
1 an étudiant	261,35 \$																		
1 an en couple	529,79 \$																		
Inscription:	Marc Damphousse, 418 365-1414																		

## CONDITIONNEMENT PAR LA BOXE

SAINT-TITE	
Description :	Cours de conditionnement physique par la boxe
Endroit :	Club de Boxe Impact 756 boulevard St-Joseph
Clientèle :	Grand public
Dates :	16 janvier au 27 avril 2012 (15 semaines)
Horaire :	Lundi et Mercredi de 18h30 à 19h30 Mardi et Jeudi de 18h à 19h Samedi (optionnel) 10h30 à 12h30
Coût :	3 cours : 155 \$ Boxe et salle de musculation pour 4 mois : 249 \$ Boxe et salle de musculation pour 12 mois : 469 \$
Inscription:	Marc Damphousse, 418 365-1414
Particularités :	Entraîneurs qualifiés et certifiés



## GYMNASTIQUE

### Les GYMNA-THÈCLES

SAINTE-THÈCLE	
Description :	Club de gymnastique offrant en plus du programme de gymnastique la trampoline et le cheerleading.
Endroit :	École Masson de Saint-Thècle
Clientèle :	Gymnastique et trampoline pour garçons et filles de 3 ans et plus Cheerleading pour garçons et filles de 8 ans et plus
Date :	16 janvier au 5 mai 2012
Horaire :	Selon le nombre d'heure(s) choisies
Coût :	Varie avec le nombre d'heures 16 \$ par année pour les frais d'affiliation
Inscription:	Manuelle Perron, 418 289-3314 Jacqueline G. Boutet, 418 289-2373 gymnatech@globetrotter.net



### GYMNASTIQUE LES RITOURNELLES INC.

SAINT-TITE	
Description :	Le club Les Ritournelles de St-Tite vous offre des programmes spécialisés en gymnastique artistique, soit le programme récréatif qui s'adresse aux enfants de 3 ans et plus, le programme compétitif régional ainsi que provincial. Lors des cours, les enfants auront la chance d'apprendre des acrobaties de tout genre, au cheval, aux barres asymétriques, à la poutre, au sol et au trampoline. De plus, nouvellement cette année, nous offrons des cours de cheerleading.
Endroit :	Gymnase de l'école La Providence, 460 du Couvent
Clientèle :	Garçons et filles de 3 ans et plus
Date :	9 janvier au 27 mai 2012
Horaire :	Lundi, mardi, vendredi, samedi AM et PM Les jours peuvent changer selon les disponibilités des entraîneurs.
Coût :	Selon le nombre d'heure(s) de cours
Inscription:	Vendredi 2 décembre 2011 de 18h à 20h Samedi 3 décembre 2011 de 11h à 12h et de 13h à 14h École La Providence, 460 du Couvent
Particularités :	Informations : Mélissa Turcotte, 418 365-7800 Un cours d'essai gratuit

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## ARTS MARTIAUX

BUTACTIK (JUNIORS)	
SAINT-TITE	
Description :	Une activité physique complète où l'enfant apprend la discipline, le dépassement de soi, la confiance en soi tout en pratiquant un art martial en toute sécurité. Le Butactik est affilié avec la World Kobudo Fédération.
Endroit :	Centre Armand-Marchand, rue Adrien-Bélisle
Clientèle :	5 ans et plus
Date :	Session 2 : Du 11 janvier au 6 avril 2012 Session 3 : Du 13 avril au 22 juin 2012
Horaire :	Mercredi, 18h30 à 19h30 Vendredi, 18h15 à 19h15
Coût :	10 ans et moins : 65 \$ 11 ans et plus : 70 \$ (Incluant taxes et frais d'affiliation à la WKF) Cliniques d'armes techniques gratuites durant la session
Inscription:	Mercredi 11 janvier et/ou vendredi 13 janvier, directement sur place lors du premier cours
Particularités :	Information : Jimmy Fortin, 819 698-4967 Karaté-gi gratuit pour les débutants

KARATÉ KIOSHINDO	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Cours de karaté, ceinture blanche à brune pour débutant ou non.
Endroit :	École Le Sablon d'Or
Clientèle :	12 ans et plus et adultes
Dates :	Janvier à avril
Horaire :	Les mardis de 16h15 à 17h15
Coût :	40 \$
Inscription:	Johanne Coutu, 418 336-2815

TAEKWON-DO ITF	
SAINT-ADELPHÉ	
Description :	Le Taekwon-Do est un art martial coréen utilisant les coups de pied et les mains dans un but d'autodéfense. Il vise le développement global de la personne. En effet, l'élève est amené à développer sa concentration, son autodiscipline, sa confiance en lui autant que sa condition physique, sa souplesse et son équilibre. Notre école est affiliée à la Fédération Internationale de Taekwon-Do.
Endroit :	École Primadel
Clientèle :	5 ans et plus
Date :	Janvier à avril
Horaire :	Les jeudis à 12h
Coût :	Niveau débutant à intermédiaire : 48 \$ niveau avancé : 60 \$
Information:	Michel Marcotte, mmarcotte@csenergie.qc.ca

BUTACTIK (ADULTES)	
SAINT-TITE	
Description :	Une activité physique complète où l'on apprend la discipline, le dépassement de soi, la confiance en soi tout en pratiquant un art martial en toute sécurité.
Endroit :	Centre Armand-Marchand, rue Adrien-Bélisle
Clientèle :	Adulte
Date :	Session 2 : Du 11 janvier au 6 avril 2012 Session 3 : Du 13 avril au 22 juin 2012
Horaire :	Vendredi, 19h30 à 20h30
Coût :	95 \$ (Incluant taxes et frais d'affiliation à la WKF)
Inscription:	Vendredi 13 janvier, directement sur place lors du premier cours
Particularités :	Information : Jimmy Fortin, 819 698-4967

TAEKWON-DO ITF	
HÉROUXVILLE	
Description :	Le Taekwon-Do est un art martial coréen utilisant les coups de pied et les mains dans un but d'autodéfense. Il vise le développement global de la personne. En effet, l'élève est amené à développer sa concentration, son autodiscipline, sa confiance en lui autant que sa condition physique, sa souplesse et son équilibre. Notre école est affiliée à la Fédération Internationale de Taekwon-Do.
Endroit :	L'école Plein Soleil
Clientèle :	5 ans et plus
Date :	Janvier à avril
Horaire :	Mercredi à 15h15 pour les débutants et 16h30 pour les avancés
Coût :	Débutant à intermédiaire : 48 \$ Avancé : 60 \$
Inscription:	Michel Marcotte, mmarcotte@csenergie.qc.ca

TAEKWON-DO ITF	
SAINT-SÉVERIN	
Description :	Le Taekwon-Do est un art martial coréen utilisant les coups de pied et les mains dans un but d'autodéfense. Il vise le développement global de la personne. En effet, l'élève est amené à développer sa concentration, son autodiscipline, sa confiance en lui autant que sa condition physique, sa souplesse et son équilibre. Notre école est affiliée à la Fédération Internationale de Taekwon-Do.
Endroit :	École La Croisière
Clientèle :	5 ans et plus
Date :	Janvier à avril
Horaire :	Les lundis et jeudis à 15h
Coût :	Niveau débutant à intermédiaire : 48 \$ Niveau avancé : 60 \$
Information:	Michel Marcotte, mmarcotte@csenergie.qc.ca

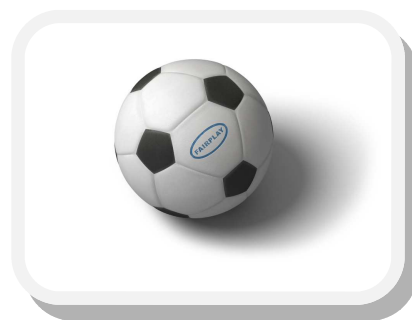
# ACTIVITÉS SPORTIVES

## SPORTS DE BALLON

BASEBALL-POCHE	
SAINT-ADELPHÉ	
Endroit :	Salle de l'âge d'or
Clientèle :	Membres du club de l'âge d'or
Dates :	Début le 10 janvier à avril
Horaire :	Mardi de 13h30 à 15h30
Coût :	Gratuit
Inscription:	Yves Couffin, 418 322-5314
Particularités :	Collation offerte gratuitement

VOLLEYBALL	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Volleyball
Endroit :	École Le Sablon d'Or
Clientèle :	Adultes
Dates :	De janvier à avril 2012
Horaire :	À déterminer
Coût :	À déterminer
Inscription:	Nathalie Bertrand, 418 336-3272
Particularités :	1 fois par semaine

BADMINTON	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Badminton
Endroit :	École Le Sablon d'Or
Clientèle :	Enfants et adultes
Dates :	Janvier, février, mars, avril
Horaire :	À déterminer
Coût :	À déterminer
Inscription:	Marie-Pier Bourassa 418 336-2772
Particularités :	Des parties parents-enfants seront organisées



## SENTIER DE RAQUETTE ET DE SKI DE FOND

LIEUX	RAQUETTE		SKI DE FOND		SERVICE
	PISTES	DISTANCES	PISTES	DISTANCES	
Boisé d'Hérouxville Accès par la rue Berthiaume	✓	3 km			
Notre-Dame-de-Montauban 429, route Rousseau (route 157)	✓	4 km			
Saint-Séverin Chemin des moulins	✓	Non disponible	✓	Non disponible	
Club de Ski Le Sillon 1670, du Lac Pierre-Paul, Saint-Tite Information: 418 365-6967	✓	Non disponible	✓	23 km	\$ Accueil Salle de fartage Relais
Lac-aux-Sables Parc Louis-Philippe-Fugère Information: 418 336-3272	✓	Non disponible			
Club de ski de fond Le Geai Bleue Ste-Thècle Accès rue St-Michel Nord Information: 418 289-3424			✓	20 km	\$ Accueil Salle de fartage Restauration
Centre d'Aventure Mattawin Trois-Rives Information: 819 646-9006	✓	15 km			\$ Accueil Relais Restauration

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## HOCKEY

### PATINOIRE ET ANNEAU DE GLACE

Description :	Patinage libre en famille ou entre amis.						
Clientèle :	Pour tous						
Ouverture:	Dès que la température le permet						
Coût :	Gratuit						
	<b>Grandes-Piles</b>	<b>Hérouxville</b>	<b>Lac-aux-Sables</b>	<b>Notre-Dame-de-Montauban</b>	<b>Saint-Adelphe</b>	<b>Saint-Roch de Mékinac</b>	<b>Saint-Séverin</b>
Endroit :	À valider	550, rue Goulet	30, rue Genest Parc Louis-Philippe Fugère	505, avenue des loisirs	Rue Baillargeon	1224, rue principale	122 rue Gagnon Place du centre
Installation:	Patinoire	Patinoire	Patinoire	Patinoire intérieure	Patinoire	Patinoire	Patinoire
Particularités :		Lundi au vendredi de 18h à 22h Samedi et dimanche de 13h à 17h	Chocolat chaud la fin de semaine (\$)				

### PATINOIRE... (SUITE)

Description :	Patinage libre en famille ou entre amis		
Clientèle :	Pour tous		
Ouverture:	Dès que la température le permet		
Coût :	Gratuit		
	<b>Sainte-Thècle</b>	<b>Saint-Tite</b>	<b>Trois-Rives</b>
Endroit :	140 rue St-Jean	425, boulevard Saint-Joseph	Chemin Saint-Joseph
Installation:	Patinoire et sentier de glace	Patinoire intérieure, patinoire extérieure et anneau de glace	Patinoire

### HOCKEY BOTTINE

<b>SAINTE-THÈCLE</b>	
Description :	Hockey bottine extérieur, ligue amicale
Endroit :	Centre des Loisirs Éric Bédard, 340, rue St-Gabriel
Clientèle :	18 ans et plus
Dates :	Décembre 2011 à mars 2012, selon la température
Horaire :	Jeudi 19h à 21h (hebdomadaire)
Coût :	Gratuit
Inscription:	Daniel Lavoie, 418 289-2212



### HOCKEY LIBRE

<b>SAINT-TITE</b>	
Description :	Partie amicale
Endroit :	Sportium municipal, 425 boulevard St-Joseph
Clientèle :	Tous
Date :	Début octobre à fin mars
Horaire :	Lundi de 14h à 16h
Coût :	5 \$
Information:	418 365-5143 poste 161
Particularités :	Casque, protège-cou et gants OBLIGATOIRE pour tous Équipement complet pour les 17 ans et moins

### PATINAGE LIBRE INTÉRIEUR

<b>SAINT-TITE</b>	
Description :	Patinage libre avec musique
Endroit :	Sportium municipal, 425 boulevard St-Jospeh
Clientèle :	Tous
Date :	Début octobre à fin mars
Horaire :	Mardi et vendredi de 14h à 16h Dimanche de 14h20 à 15h15 Mercredi de 14h à 16h (adulte uniquement)
Coût :	Gratuit
Information:	418 365-5143 poste 161

# ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES

## PEINTURE, DESSIN ET BRICOLAGE

COURS DE PEINTURE	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Cours de peinture à l'huile ou à l'acrylique
Endroit :	À déterminer selon le nombre d'inscriptions
Clientèle :	Enfants et adultes
Dates :	Novembre, décembre, mars, avril
Horaire :	Selon les besoins
Coût :	À déterminer
Inscription:	Claude Tremblay, 418 336-3307
Particularités :	Niveau débutant à avancé

COURS DE PEINTURE	
SAINT-ADELPHÉ	
Description :	Cours de peinture à l'huile
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Pour tous
Dates :	9 janvier 2012
Horaire :	Lundi de 13h à 16h
Coût :	À déterminer
Inscription:	Carmen Lavoie, 418 365-2157 carmen-lavoie@hotmail.com

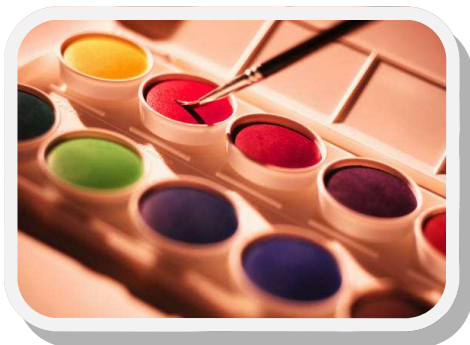
COURS DE DESSIN	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Cours de dessin
Endroit :	À déterminer selon le nombre d'inscriptions
Clientèle :	Enfants et adultes
Dates :	Novembre, décembre, mars, avril
Horaire :	Selon les besoins
Coût :	À déterminer
Inscription:	Claude Tremblay, 418 336-3307
Particularités :	Niveau débutant à avancé

BRICOLAGE POUR ENFANT	
SAINT-ADELPHÉ	
Description :	Les enfants vont apprendre quelques techniques et recettes de bricolage (pâte à modeler, colle, peinture...) L'activité se poursuit avec un atelier complémentaire.
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	4 à 12 ans
Dates :	Lundi 16 janvier au 27 février 2012 (7 semaines) Lundi 12 mars au 23 avril (pas de cours le 9 avril donc 6 semaines)
Horaire :	Lundi de 11h23 à 12h40
Coût :	6 semaines: 30 \$ 7 semaines: 35 \$
Inscription:	Stéphanie Marineau, 418 277-9034
Particularités :	Un duo-tang est remis à chaque élève avec les recettes, les techniques et les informations complémentaires. Groupe de 8 enfants maximum

ATELIER D'ARTISANAT	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Broderie, tissage, tressage, tricot et autres
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Pour tous
Dates :	13 décembre, 14 février, 13 mars, 10 avril et 8 mai
Horaire :	En après-midi
Coût :	Gratuit
Inscription:	Jacinthe Beaupré, 418 336-2777
Particularités :	Certains ateliers nécessitent du matériel particulier et dans certains cas, un léger coût peut être chargé.

## COURS DE MUSIQUE ET

COURS DE PIANO, FLÛTE ET CHANT	
SAINT-THÉCLÉ	
Description :	Possibilité de suivre des cours de musique et de chant
Endroit :	241, rue Masson
Clientèle :	Débutant et plus
Dates :	Possibilité de cours sur semaine entre 10h et 20h30
Coût :	10 \$ de l'heure
Inscription:	Louise Francoeur, 418 289-2718



# ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES

## ATELIERS POUR LES TOUTS-PETITS

TOUCHE-À-TOUT	
SAINT-ADELPHÉ	
Description :	Atelier pour les enfants qui veulent bouger, découvrir, faire du bricolage, apprendre à partager et plusieurs autres activités pour stimuler leur développement.
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	2 à 4 ans
Dates :	Du 16 janvier au 27 février 2012 (7 semaines) Du 12 mars au 23 avril 2012 (pas de cours le 9 avril donc 6 semaines)
Horaire :	Lundi de 8h à 11h
Coût :	6 semaines: 60 \$ 7 semaines: 70 \$
Inscription:	Stéphanie Marineau, 418 277-9034
Particularités :	Tout le matériel est inclus et une collation santé est fournie à chaque cours. Maximum de 6 enfants

TOUCHE-À-TOUT	
SAINT-TITE	
Description :	Atelier pour les enfants qui veulent bouger, découvrir, faire du bricolage, apprendre à partager et plusieurs autres activités pour stimuler leur développement.
Endroit :	Centre Armand Marchand, rue Adrien-Bélisle
Clientèle :	2 à 4 ans
Dates :	Du 17 janvier au 28 février 2012 Du 13 mars au 24 avril 2012
Horaire :	Mardi de 8h à 11h
Coût :	7 semaines: 70 \$
Inscription:	Stéphanie Marineau, 418 277-9034 Service des loisirs, 418 365-5143 poste 161 Par Internet, <a href="http://www.villest-tite.com">www.villest-tite.com</a>
Particularités :	Tout le matériel est inclus et une collation santé est fournie à chaque cours. Maximum de 6 enfants

## ARTISANAT

ATELIER D'ARTISANAT	
LAC-AUX-SABLES	
Description :	Broderie, tissage, tressage, tricot et autres
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Pour tous
Dates :	13 décembre, 14 février, 13 mars, 10 avril et 8 mai
Horaire :	En après-midi
Coût :	Gratuit
Inscription:	Jacinthe Beaupré, 418 336-2777
Particularités :	Certains ateliers nécessitent du matériel particulier et dans certains cas, un léger coût peut être chargé

TISSAGE	
SAINTE-THÈCLE	
Description :	Cours de base de tissage (sur demande)
Endroit :	Hôtel de ville, 301, rue St-Jacques, local 208
Clientèle :	Toute la population
Dates :	Sur demande
Horaire :	Sur demande
Coût :	1 <sup>er</sup> essai gratuit, ensuite être membre Cotisation annuelle de 35 \$
Inscription:	Francine Beaulieu, 418 289-2647
Particularités :	Réunion mensuelle le 3 <sup>e</sup> mercredi de chaque mois, fête en juin et décembre. Divers sujets sont traités.

## JEUX DE SOCIÉTÉ

WHIST MILITAIRE	
SAINTE-THÈCLE	
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Membres de l'âge d'or
Dates :	16 décembre, 17 février, 16 mars, 20 avril
Horaire :	Vendredi soir
Coût :	À déterminer
Inscription:	Noël Champagne, 418 336-3274

CLUB DE SCRABBLE	
SAINTE-THÈCLE	
Endroit :	Hôtel de ville, 301 rue St-Jacques, local 207
Clientèle :	Pour tous
Horaire :	Mardi de 19h à 21h
Coût :	2,50 \$ par soir
Inscription:	Sur place

# ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES

## DANSE

COURS DE DANSE	
LAC-AUX-SABLES	
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Adultes
Dates :	De décembre 2011 à mars 2012
Horaire :	Mercredi de 13h à 15h
Coût :	À déterminer
Inscription:	Rita Bédard, 418 336-2304

BALADI	
LAC-AUX-SABLES	
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Pour tous
Dates :	De décembre 2011 à mars 2012
Horaire :	Mercredi en soirée
Coût :	À déterminer
Inscription:	Christiane Plante, 418 336-2145

SOIRÉES DANSANTES	
LAC-AUX-SABLES	
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	Membres de l'Âge d'Or
Dates :	14 janvier, 11 février, 10 mars et 14 avril
Horaire :	En soirée
Coût :	Gratuit
Information:	Rita Bédard, 418 336-2304

COURS DE DANSE	
SAINTE-THÈCLE	
Endroit :	Hôtel de ville, salle Aubin, 301 rue St-Jacques
Clientèle :	Adulte
Horaire :	Vendredi de 18h30 à 19h30
Coût :	À déterminer
Inscription:	Raymond Milot, 819 538-9537
Particularités :	Certains cours auront lieu à Saint-Tite

## BIBLIOTHÈQUE

BIBLIOTHÈQUE							
Description :	Prêt de livres						
Clientèle :	Tous						
	Hérouxville	Lac-aux-Sables	Saint-Adelphe	Notre-Dame de Montauban	Saint-Séverin	Sainte-Thècle	Saint-Tite
Endroit :	1060, rue Saint-Pierre	820, rue Saint-Alphonse	150, rue Baillargeon	421, rue Principale	1986, place du Centre	301, rue Saint-Jacques	330, rue du Moulin
Jours et heure:	Mardi 13h à 15h  Mercredi 18h30 à 20h30	Lundi 18h à 20h  Jeudi 13h à 16h	Mardi 18h à 20h30  Jeudi 8h à 10h	Mardi de 18h à 20h  Mercredi 9h30 à 11h30	Lundi 18h à 20h  Samedi 10h à 12h	Mercredi de 13h à 15h et de 18h à 20h Jeudi 18h à 20h Samedi 9h à 11h	Mardi - jeudi de 14h à 16h et de 18h30 à 20h30 Samedi 10h à 14h
Responsable:	418 365-7337	418 336-3238	418 322-6634	418 336-3271	418-365-5844	Diane Proulx 418 289-3717	Noëlla Gauthier 418 365-6203

## CENTRE D'ACCÈS COMMUNAUTAIRE (CACI)

INITIATION AU PROGRAMME PHOTOSHOP	
SAINT-TITE	
Endroit :	Local informatique, école sec. Paul-Le Jeune
Clientèle :	Pour tous
Dates :	Du 9 janvier au 27 février 2012
Horaire :	Lundi de 18h30 à 19h30
Coût :	20 \$
Inscription:	Service des loisirs, 418 365-5143 poste 161

INITIATION À WORD 2007	
SAINT-TITE	
Endroit :	Bibliothèque municipale, 330 rue du Moulin
Clientèle :	Pour tous
Dates :	Du 10 janvier au 28 février 2012
Horaire :	Mardi de 16h30 à 18h
Coût :	20 \$
Inscription:	Service des loisirs, 418 365-5143 poste 161

# ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES ET AUTRES

## COURS D'INFORMATIQUE

COURS D'ORDINATEUR	
SAINT-ADELPHÉ	
Endroit :	Salle de l'âge d'or
Clientèle :	Pour tous
Dates :	Début le 11 janvier 2012
Horaire :	Mercredi de 13h à 15h30
Coût :	À déterminer
Inscription:	Yves Couffin et Yolande Méthot, 418 322-5314

INITIATION À INTERNET AVANCÉ (CACI)	
SAINT-ADELPHÉ	
Endroit :	École Primadel
Clientèle :	Pour tous
Dates :	Début en janvier 2012
Horaire :	Mardi de 18h à 21h
Coût :	Gratuit
Inscription:	www.st-adelphe.qc.ca

## CUISINE

ATELIER DE CUISINE—VOLET PRIMAIRE	
SAINT-ADELPHÉ	
Description:	Sous forme de cuisine collective, les enfants viennent préparer le souper (entrée, repas principale, dessert) pour 4 personnes. Les apprentissages de base et d'autres techniques sont acquises lors des cours. L'hygiène et la salubrité sont une partie importante du cours, de plus les saines habitudes de vie sont favorisées.
Endroit :	Salle municipale
Clientèle :	8 à 12 ans
Dates :	Du 16 janvier au 27 février (7 semaines) Du 12 mars au 23 avril (6 semaines)
Horaire :	Lundi de 15h15 à 17h15
Coût :	110,25\$ pour 7 semaines 94,50\$ pour 6 semaines
Inscription:	Stéphanie Marineau, 418 277-9034
Particularités :	Un duo-tang est remis à chaque élève avec les recettes et les techniques.

ATELIER DE CUISINE—VOLET PRIMAIRE	
SAINT-TITE	
Description:	Les enfants viennent préparer leur dîner (repas, crudités, desserts). Les apprentissages de base en cuisine sont acquis lors des cours, l'hygiène est au cœur de plusieurs discussions, les enfants sont toujours très heureux de manger ce qu'ils ont préparé eux-même. Ensuite, ils sont dirigés vers l'école pour la suite de leur cours.
Endroit :	Centre Armand-Marchand, rue Adiren-Bélisle
Clientèle :	6 à 12 ans
Dates :	Du 17 janvier au 28 février 2012 Du 13 mars au 24 avril 2012
Horaire :	Mardi de 11h20 à 12h25
Coût :	58\$ pour 7 semaines
Inscription:	Stéphanie Marineau, 418 277-9034 Service des loisirs, 418 365-5143 poste 161 Par Internet, <a href="http://www.villest-tite.com">www.villest-tite.com</a>
Particularités :	Un duo-tang est remis à chaque élève avec les recettes et les techniques.

ATELIER DE CUISINE—VOLET SECONDAIRE	
SAINT-TITE	
Description:	Sous forme de cuisine collective, les enfants viennent préparer le souper (entrée, repas principale, dessert) pour 4 personnes. Les apprentissages de base et d'autres techniques sont acquises lors des cours. L'hygiène et la salubrité sont une partie importante du cours, de plus les saines habitudes de vie sont favorisées.
Endroit :	Centre Armand-Marchand, rue Adrien-Bélisle
Clientèle :	12 à 16 ans
Dates :	Du 17 janvier au 28 février (7 semaines) Du 13 mars au 24 avril (6 semaines)
Horaire :	Mardi de 15h30 à 17h30
Coût :	112,25 \$ pour 7 semaines
Inscription:	Stéphanie Marineau, 418 277-9034 Service des loisirs, 418 365-5143 poste 161
Particularités :	Un duo-tang est remis à chaque élève avec les recettes, les techniques et informations complémentaires.

## CADET

CORPS DE CADET 2526 MÉKINAC	
SECTEUR MÉKINAC	
Description :	Plein d'activités différentes, dont plusieurs sont reliées à l'aventure en plein air: randonnée et expéditions - tir de précision et leadership - camps d'été et voyages à l'étranger - secourisme - camping et survie en forêt - musique - sports d'équipe - marche militaire - parades et plus.
Endroit :	École secondaire Paul-Le Jeune
Clientèle :	12 ans à 18 ans
Date :	Début septembre jusqu'à la fin juin
Horaire :	Vendredi de 18h à 21h
Coût :	Gratuit
Inscription:	Sur place les vendredis
Information :	Commandant: 819 538-745 ou 819 696-3193

# CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

JANVIER	
4 au 15 janvier	<b>Tournoi ABPM</b> , à St-Tite 418 365-5143 poste 161
14 janvier 2012	<b>Fête au village</b> , à St-Adelphe Soirée amusante dès 19h à la salle municipale
21 janvier 2012	<b>Plaisir d'hivers</b> , à St-Adelphe Rendez-vous à la patinoire de 13h à 16h
26 janvier 2012	<b>Activité intergénérationnelle</b> , à St-Adelphe Dîner chaud, après-midi de festivités et fête des cœurs avec des élèves de l'école Primadel.
27-28-29 janvier 2012	<b>Festi-volant</b> , à Grandes-Piles 819 538-3333 www.festivolant.com
FÉVRIER	
10-11-12 février 2012	<b>Tournoi de hockey bottine</b> , à St-Adelphe Jean-Philip Lafontaine, 819 533-6018
18 février	<b>Compétition de patinage de vitesse</b> , à St-Tite Sportium municipale, 425 boul. St-Joseph
4 février 2012	<b>Plaisir d'hivers</b> , à Hérouxville Patinage avec ambiance et chocolat chaud de 18h à 22h, Gratuit Julie L'Heureux, 418 365-0518
4 février 2012	<b>La fête des Neiges à St-Tite</b> , à St-Tite Venez-vous amuser en famille à la patinoire extérieure, animation par la firme Crocus, maquillage et activité avec le Club 4-H de 13h à 16h. En soirée, activités spéciale au Club de ski le Sillon dès 19h (heure à confirmer) C'est gratuit ! 418 365-5143 poste 161
MARS	
3 mars 2012	<b>Relais pour la vie</b> , à Hérouxville Janie Belcourt, 819 374-6744 jbelcourt@quebec.cancer.ca
5 au 9 mars 2012	<b>Camp de la relâche</b> , à St-Tite 418 365-5143 poste 161
Un dimanche (date à venir)	<b>Dîner partage</b> , à St-Adelphe Dîner partage pour développement et paix à la salle municipale Carmen Gagnon, 418 322-5931
AVRIL	
1 avril 2012	<b>Spectacle annuel de patinage artistique</b> Sportium municipal, 425 boul. St-Joseph Kathleen Bouchard, 418 365-3826
Avril 2012	<b>Foire industrielle</b> , à St-Tite Chambre de commerce