

Loisirs & culture



ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Fête de la famille

Samedi 26 août
de 10 h à 16 h et en soirée
à compter de 19 h 30
au parc Lorraine

Venez à la rencontre des
dinosaurés!

Aire de pique-nique
sur place!

Apportez votre lunch,
des collations seront
disponibles sur le site (\$).

Argent comptant
seulement

De 10 h à 16 h, en continu

- Jeux gonflables;
- Zone d'animation :
 - Joue au soccer bulle;
 - Construis un dinosaure en blocs LEGO®;
 - Apprends à dessiner des dinosaurés;
 - Deviens un mini paléontologue;
 - Rencontre des dinosaurés.
- Discute avec nos organismes et nos partenaires du milieu;
- Et encore plus!

À 11 h : Spectacle *À la découverte des dinosaurés*

De 12 h à 16 h : *Skate fest* familial

Dès 19 h 30 : *Le show latino*, spectacle d'Étienne Drapeau, dans le cadre de la programmation « Des airs d'été ». Venez danser avec nous!

Apportez vos chaises!

En cas de pluie ou si le temps est incertain, consultez notre site Internet au lorraine.ca ou notre page Facebook le jour même pour savoir si l'événement a lieu.





Bienvenue
aux enfants
costumés!

Halloween

Le défi du pirate Jack John

Samedi 28 octobre

Pour les 12 ans et moins*

Partez à la chasse aux indices et découvrez le coffre aux trésors du célèbre pirate Jack John. Spectacle, animation et surprises vous attendent durant cette matinée. Notez que cet événement, organisé en collaboration avec le Club jeunesse Les Alériens, aura lieu beau temps, mauvais temps.

Sur place : Collecte de vêtements et d'articles de maison en collaboration avec La Fondation la Collecte

Lieu : Domaine Garth (100, chemin de la Grande-Côte)

Horaire : De 9 h à 12 h : Activités en continu
À 9 h 45 et à 11 h : Spectacle *Pirate et Pizazz*

Coût :

- Résident : Gratuit (inscription à compter du 21 août)
- Non-résident : 5 \$ par enfant (inscription à compter du 21 octobre)
- Gratuit pour les accompagnateurs

Places limitées – Inscription obligatoire, en ligne seulement

* Les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte.

Par mesure de sécurité, aucun stationnement ne sera disponible sur le site du domaine Garth. Les participants seront invités à stationner leur véhicule sur le boulevard De Gaulle, là où la signalisation le permet.

En cas de pluie, l'activité aura lieu au Centre culturel Laurent G. Belley (4, boulevard de Montbéliard). Les participants inscrits seront informés de toute modification à l'horaire par courriel le matin même. Nous en ferons également l'annonce sur notre page Facebook.



Aussi pour l'Halloween

Profitez de nos autres activités soulignant la fête des sorcières, des loups-garous et des bonbons. Consultez les pages 7 et 8 pour connaître les modalités d'inscription aux deux activités ci-dessous.

Heure du conte :

Samedi 21 octobre
de 10 h 30 à 11 h 15
à la bibliothèque

**Atelier de LEGO® Le Village
d'Halloween et le monde
des zombies :**

Vendredi 27 octobre
de 18 h 30 à 20 h
au Centre culturel Laurent G. Belley



Devenez partenaire Soyez vu, faites-vous connaître!

**Vous êtes résident de Lorraine et
vous souhaitez promouvoir votre
entreprise?**

Courir Lorraine est à la recherche de partenaires qui souhaitent s'impliquer lors de l'édition 2024, en échange de visibilité. Cet événement annuel toujours fort attendu est une tradition pour la population. À preuve, 750 participants étaient au rendez-vous en mai dernier pour la 45^e édition.

Le plan de partenariat 2024 sera disponible dès novembre. Saisissez cette excellente occasion de profiter d'une belle visibilité! Pour plus de détails, communiquez avec le Service des loisirs et de la culture à loisirs@lorraine.ca.



Nouveau!

Matinée ciné-famille

Élémentaire

**Dimanche 12 novembre à 10 h
Centre culturel Laurent G. Belley**



INSTALLATIONS SPORTIVES ET DE LOISIRS



PLATEAUX SPORTIFS

Pour consulter la liste de nos installations sportives, visitez le lorraine.ca/loisirs-et-culture/parcs-et-espaces-verts.

Notez que les activités prévues sur les plateaux sportifs par la Ville et par les organismes reconnus ont priorité sur la pratique libre.

VENEZ BOUGER AU PARC LORRAINE

Choisissez le décor charmeur du parc Lorraine pour faire de l'activité physique.

Heures d'ouverture des toilettes du parc Lorraine :

Tous les jours de 10 h à 22 h jusqu'à l'Action de grâce.

Circuit Trekfit

Ce circuit, qui permet un entraînement complet et sécuritaire, s'adresse aux citoyens de 13 ans et plus. Deux programmes d'entraînement ont été mis au point pour répondre aux besoins des différentes clientèles. Pour plus d'informations, visionnez la vidéo à trekfit.ca/fr/trekfit-fitness-circuits.

Modules d'entraînement

Neuf stations permettent de réaliser des exercices musculaires. Voilà un petit plus pour bonifier vos marches santé!

JEUX D'EAU

Rafraîchissez-vous au cœur du parc Lorraine.

Jusqu'à la fête du Travail :

Tous les jours de 9 h à 21 h

Après la fête du Travail, jusqu'en septembre :

Samedi et dimanche de 9 h à 21 h



PISCINE

BAIN LIBRE

Lieu : Parc Albert-Clément (35, boulevard d'Orléans)

Dates d'ouverture : • Jusqu'au dimanche 27 août
• 2, 3 et 4 septembre

Horaire : Du lundi au dimanche : De 13 h à 20 h 45

| ÂGE | RÉSIDENT | NON-RÉSIDENT | ABONNEMENT NON-RÉSIDENT |
|--------------------------------|--|----------------|----------------------------|
| TARIFICATION (ARGENT COMPTANT) | | | |
| De 0 à 2 ans | Gratuit avec Carte Citoyen valide | Gratuit | Gratuit |
| De 3 à 5 ans | | 3 \$ | 35 \$ |
| De 6 à 17 ans | | 3 \$ | 50 \$ |
| 18 ans et + | | 5 \$ | 70 \$ |

- Les enfants âgés de 10 ans ou moins doivent être accompagnés d'une personne responsable âgée de 16 ans ou plus.
- Gratuit pour les grands-parents de petits-enfants lorrains et pour les petits-enfants de grands-parents lorrains.

CORRIDORS DE NAGE

Horaire :

Jusqu'au dimanche 27 août :

- Du lundi au vendredi : De 7 h 30 à 9 h 15 et de 16 h 30 à 18 h 30
- Samedi et dimanche : De 7 h 30 à 9 h 15

Informations : 450 621-8550, poste 230, durant les heures d'ouverture de la piscine



TENNIS LIBRE

Notez que les terrains de tennis du parc Lorraine sont fermés depuis août pour des travaux de réfection majeurs. Surveillez nos communications pour être informé de l'avancement de ce projet.

Terrains :

- Parc Lorraine (4 terrains éclairés)
- Parc Albert-Clément (4 terrains éclairés)

Horaire :

- Les terrains de tennis sont accessibles tous les jours jusqu'à 23 h.
- Les terrains resteront ouverts aussi longtemps que les conditions météorologiques le permettront.

Coût : Gratuit pour tous les usagers.

Prendre note que les activités programmées ont préséance sur la pratique libre.



BIBLIOTHÈQUE



Activités d'initiation à la lecture

Interactives et ludiques, les histoires racontées sont accompagnées de chansons et de jeux amusants. Pour les activités de cette section, les détails ci-dessous s'appliquent :

- Lieu :** Bibliothèque municipale
- Inscription :** Par Internet
Places limitées
Seul l'enfant s'inscrit.
- Coût :** Enfant résident : Être membre de la bibliothèque
Enfant non résident : 5 \$ ou être abonné
Accompagnateur : Gratuit (Les enfants doivent être accompagnés.)



Bébé conte

- Clientèle :** De 18 à 36 mois
- Horaire :** Samedi 9 décembre de 10 h 30 à 11 h
- Inscription :** En ligne jusqu'au jeudi précédant l'activité, avant 17 h

Heure du conte

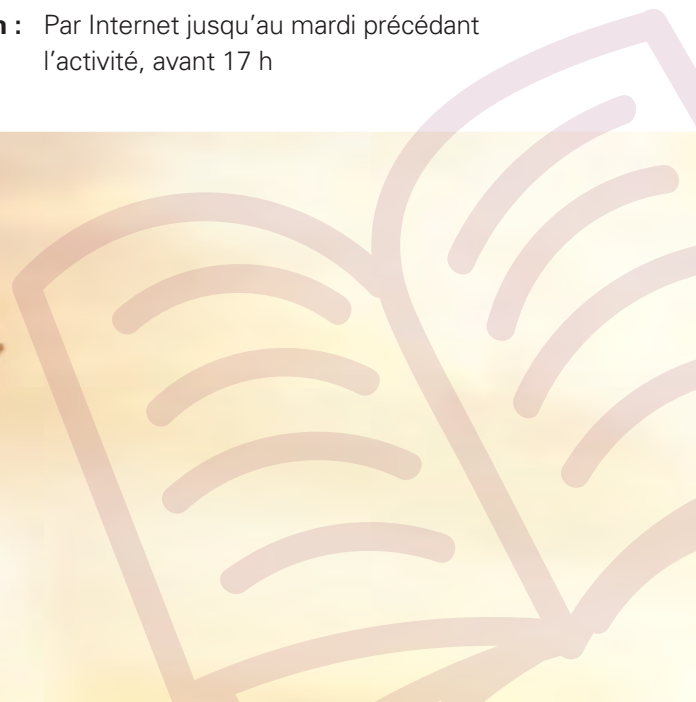
- Clientèle :** De 3 à 6 ans
- Thème Halloween :**
Horaire : Samedi 21 octobre de 10 h 30 à 11 h 15
- Thème Noël :**
Samedi 2 décembre de 10 h 30 à 11 h 15
- Inscription :** Par Internet jusqu'au jeudi précédant l'activité, avant 17 h

Heure du conte de Noël

Pour les grands-parents et leurs petits-enfants de 3 à 6 ans

Venez avec vos petits-enfants écouter de belles histoires. Après l'Heure du conte, aidez-les à décorer un biscuit festif pour le temps des Fêtes.

- Horaire :** Jeudi 7 décembre de 18 h 30 à 19 h 15
- Inscription :** Par Internet jusqu'au mardi précédant l'activité, avant 17 h



Ateliers jeunesse

LEGO®

Le village hanté d'Halloween et le monde des zombies

Par Kokobrik

Pour les 7 à 15 ans

Plongez dans l'univers des maisons hantées et des zombies. Pour accomplir votre mission, vous devrez créer plusieurs constructions sur le thème de l'Halloween. L'activité s'adresse aux constructeurs débutants comme aux chevronnés.

Participation d'un adulte par enfant **obligatoire**.
Inscrivez-vous rapidement, les places sont limitées.

Horaire : Vendredi 27 octobre de 18 h 30 à 20 h

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Inscription : En ligne jusqu'au jeudi précédant l'activité, avant 17 h



Pâte à modeler Pokémon

Par Kokobrik

Pour les 8 à 13 ans

Les enfants découvriront diverses techniques pour réaliser des personnages de Pokémon dynamiques et colorés.

Participation des enfants seulement.

Horaire : Samedi 11 novembre
de 14 h 30 à 16 h

Lieu : Centre culturel
Laurent G. Belley

Inscription : En ligne jusqu'au jeudi
précédant l'activité,
avant 17 h

Création d'un cahier de lecture

Par Lily au bois dormant

Pour les 6 à 10 ans

Créez un cahier de lecture et illustrez sa couverture. À la fin de l'activité, repartez avec votre petit livre personnalisé, idéal pour noter les bouquins lus à la bibliothèque et à l'école.

Horaire : Samedi
25 novembre
de 10 h 30 à 12 h

Lieu : Bibliothèque
municipale

Inscription : En ligne jusqu'au
jeudi précédant
l'activité, avant 17 h

25^e
ÉDITION



Semaine
DES **bibliothèques**
publiques

Se déroulant du 14 au 21 octobre sous le thème « Vous avez changé, vos biblios aussi! », la 25^e édition de la Semaine des bibliothèques publiques est l'occasion idéale pour bouquiner en famille.

Conférence

Tahiti et la Polynésie française : dix îles en deux mois

Par Pierre-Luc Côté

Pendant deux mois, l'enseignant de niveau collégial Pierre-Luc Côté a visité une dizaine d'îles de la Polynésie française. Découvrez des plages paradisiaques, des randonnées à couper le souffle et de merveilleux endroits où faire de la plongée. De Tahiti à Moorea, en passant par la mythique île de Bora Bora, il présentera les paysages surréels de ce coin du monde et la richesse de la culture polynésienne. Pour un avant-goût, découvrez le blogue « Explorer la planète » de ce conférencier qui a foulé le sol de plus de 50 pays.

- Horaire :** Vendredi 13 octobre à 19 h
Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley
Inscription : Par Internet jusqu'au lundi précédant l'activité, avant 17 h
 Places limitées
Coût : Résident : Être membre de la bibliothèque (gratuit)
 Non-résident : 5 \$ ou être abonné

CLUB DU RAT
BIBOUCHE

Pour les 3 à 6 ans

Du 18 septembre au 19 novembre, les membres du Club sont invités à découvrir l'univers passionnant de la lecture et à participer à différentes activités, en compagnie de leurs parents.



SORTIES CULTURELLES

Soirée Cabaret avec Nicola Ciccone

Vendredi 8 décembre à 20 h
au Centre culturel Laurent G. Belley

Accompagné de son pianiste, Nicola Ciccone interprétera plusieurs de ses grands succès adorés du public, ce qu'il appelle « Les immortelles ». Il dressera également la table pour les Fêtes en vous présentant quelques chansons traditionnelles tirées de son album *L'Esprit de Noël*.

Coût : 40 \$ en prévente – 45 \$ à la porte

Billets en vente en ligne au lorraine.ca

Également disponibles au Service des loisirs et de la culture ainsi qu'à la bibliothèque



**AMBIANCE
FEUTRÉE,
SERVICE
DE BAR
SUR PLACE**

Des airs d'été

Spectacles musicaux gratuits

Beau temps, mauvais temps!
En cas de temps incertain,
consultez notre page Facebook pour
connaître le lieu de l'événement.

Apportez vos chaises.

Étienne Drapeau, *Le show latino*

Samedi 26 août à 19 h 30
au parc Lorraine

Venez fêter et danser sur les chansons
les plus connues et endiablées
du répertoire latino-pop
international. Laissez-vous envoûter
par les rythmes de salsa, merengue,
pop, reggaeton, bachata...
et redécouvrez Étienne Drapeau
comme vous ne l'aviez jamais imaginé!

Concert de Noël des Chanteurs de Lorraine

Vendredi 15 décembre à 20 h

Dimanche 17 décembre à 15 h

Au Centre culturel Laurent G. Belley
(4, boulevard de Montbéliard)

Billets en vente en octobre

Informations :

leschanteursdelorraine.ca

info@leschanteursdelorraine.ca

450 965-0721

Salon des métiers D'ART de Lorraine

Du 17 au 19 novembre
Au Centre culturel Laurent G. Belley

Cet automne, découvrez plus de 40 artisans et auteurs de la région, faites vos achats des fêtes... et gâtez-vous! Consultez la liste des exposants vers la fin octobre sur notre site Internet.

Heures d'ouverture

Vendredi 17 novembre de 16 h à 21 h

Samedi 18 novembre de 10 h à 17 h

Dimanche 19 novembre de 10 h à 17 h



Les journées de la culture

Culture
pour
tous!

Du 29 septembre au 1^{er} octobre

Visitez notre site Internet au cours du mois de septembre pour connaître la programmation des Journées de la culture.

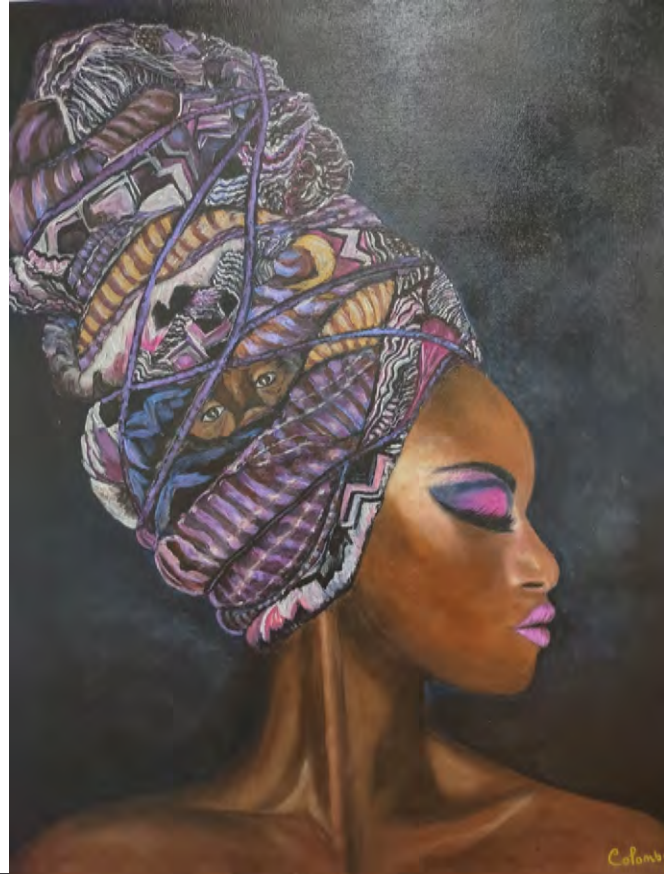
EXPOSITION ARTISTE D'ICI, PAR COLOMBE HÉBERT

Jusqu'à la fin novembre 2023 à la bibliothèque durant les heures d'ouverture

Ce qui anime les œuvres de cette artiste, ce sont les nuits où ses rêves se transposent sur ses toiles, tels des messagers venant de son univers où les formes et les couleurs prennent vie.

Sestoiles contemporaines mêlent à l'aérialisme et à son intuition; tout ce qui l'entoure est source d'inspiration. Ses réalisations combinent souvent l'huile et l'acrylique et sont le résultat de techniques mixtes.






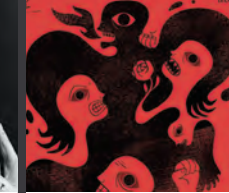












Colombe Hébert partage en couleur, sous la pointe de ses pinceaux, l'essence pure d'un « moment présent » dans son imaginaire!



OSEZ L'EXTRAORDINAIRE

PARTENAIRE PRINCIPAL



| | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |  |
| VÉRONIC DICAIRE 7 et 8 septembre TLG | DANIEL LEMIRE 14 septembre TLG | GUY NANTEL 15 septembre TLG | PHILIPPE LAPRISE 16 septembre TLG | JÉRÉMY DEMAY 22 et 23 septembre TLG | L'ENFER D'UN MONDE 1 ^{er} octobre TLG |
|  |  |  |  |  |  |
| JE SUIS UN PRODUIT 6 octobre TLG | BALAKLAVA BLUES 6 octobre BMO | DOMINIC ET MARTIN 12 octobre TLG | SYLVAIN COSSETTE 14 octobre TLG | MATTHIEU PEPPER 2 novembre TLG | SPENCER MACKENZIE 3 novembre CBMO |
|  |  |  |  |  |  |
| TOCADÉO 5 novembre TLG | PHILIPPE BRACH 9 novembre CBMO | LILI ST-CYR LE THÉÂTRE MUSICAL 10 novembre TLG | JAY DU TEMPLE 16 et 17 novembre TLG | EVE CÔTÉ 23 novembre TLG | JEAN-SÉBASTIEN GIRARD 25 novembre TLG |

BONHEUR DE PATINAGE!

Patinage libre à l'aréna

Venez patiner en famille ou entre amis!

Horaire : À compter du 9 septembre

- Samedi de 19 h à 21 h
- Dimanche de 15 h 30 à 17 h

Lieu : Aréna de Lorraine

(60, boulevard De Gaulle)

Coût : Avec Carte Citoyen valide : Gratuit

Sans Carte Citoyen valide :

- Adulte : 5 \$
- Enfant : 3 \$

Saviez-vous que?

Le patin libre est gratuit pour les grands-parents de petits-enfants lorrains ainsi que pour les petits-enfants de grands-parents lorrains. Notez cependant que l'enfant ou le grand-parent résidant à Lorraine doit présenter une Carte Citoyen valide.

Équipement requis : Patins (casque de protection recommandé)



Patinoires extérieures

Surveillez nos communications en décembre pour de l'information sur le patinage libre au parc. Le début de la saison dépendra de la bonne volonté de dame Nature. On se croise les doigts!



MODALITÉS D'INSCRIPTION

Tout ce que vous devez savoir!

RÉSIDENTS

Du 21 août, à compter de 9 h, au 7 septembre

Avoir une Carte Citoyen valide

TOUS*

Du 4 septembre, à compter de 9 h, au 7 septembre

* Inscription pour les non-résidents : Pour l'ouverture d'un nouveau dossier sans Carte Citoyen, contactez le Service des loisirs à loisirs@lorraine.ca en précisant vos coordonnées (prénom, nom, adresse complète, numéro de téléphone principal de la famille et date de naissance). Un lien vous sera envoyé par courriel durant les heures d'ouverture de l'hôtel de ville.

Inscriptions possibles jusqu'au 14 septembre pour tous les cours qui auront atteint leur minimum de participants au 7 septembre.

EN LIGNE

lorraine.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription

Mode de paiement :

- Carte de crédit

AU COMPTOIR

Modes de paiement :

- Carte de débit
- Carte de crédit
- Argent comptant

RABAIS-FAMILLE DE 15 % (activités municipales)

L'inscription simultanée, en ligne ou en personne, de deux enfants ou plus résidant sous le même toit donne droit à un rabais de 15 % sur les frais d'inscription à partir du 2^e enfant, et ce, pour toutes les activités. Le plein tarif est applicable à l'enfant qui s'inscrit à l'activité la plus coûteuse.

N. B. : Le rabais-famille pour les activités de la Ville de Lorraine s'adresse uniquement aux familles lorraines possédant des Cartes Citoyen valides.

- Les dates de relâche et le matériel requis seront indiqués sur votre reçu d'inscription.
- Des frais de 10 \$ s'appliquent sur les inscriptions des non-résidents.
- Les inscriptions par téléphone et par courriel ne sont pas acceptées.
- Des frais de 10 \$ seront exigés pour toute modification effectuée à compter de 5 jours ouvrables avant le début de l'activité.
- Aucun remboursement ne sera accordé à compter de 5 jours ouvrables avant le début de l'activité (sauf sur présentation d'un billet médical). Des frais de 10 \$ s'appliquent.
- Vous serez avisé de l'annulation d'une activité au plus tard cinq jours ouvrables avant son début.
- Un minimum d'inscriptions est requis pour démarrer certaines activités.
- Seules les inscriptions dont les frais sont acquittés entièrement seront acceptées.

REMBOURSEMENT

Voir notre politique de remboursement au lorraine.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription.

CARTE CITOYEN

N'oubliez pas de valider ou de renouveler votre Carte Citoyen.

Informations :

lorraine.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription.

ENFANTS

Inscription

Résidents de Lorraine :

À compter du 21 août

Pour tous :

À compter du 4 septembre

Danse créative parents/enfants

Venez stimuler l'esprit créatif de votre enfant, lui faire explorer l'espace et favoriser la connaissance de son corps, au rythme de la musique.

Clientèle : De 3 à 4 ans

Horaire : À compter du 18 septembre (12 semaines)

Lundi de 17 h 20 à 18 h 05

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 75 \$

Initiation à la danse contemporaine

Découvrez toutes les facettes de votre talent et gardez la forme grâce à la danse contemporaine. Vivez l'atmosphère exaltante des cours sur des musiques rythmées.

Clientèle : De 5 à 7 ans

Horaire : À compter du 18 septembre (12 semaines)

Lundi de 18 h 15 à 19 h 25

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 110 \$

Clientèle : De 8 à 12 ans

Horaire : À compter du 18 septembre (12 semaines)

Lundi de 19 h 35 à 20 h 45

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 110 \$



Dessin

Durant les cours, les enfants pourront acquérir des connaissances de base en dessin, essayer plusieurs médiums (graphite, pastel, fusain et encre de Chine) et se familiariser avec diverses techniques, certaines traditionnelles, d'autres plus avant-gardistes. Les cours se concentrent sur trois volets : dessin d'observation, dessin technique et dessin d'interprétation.

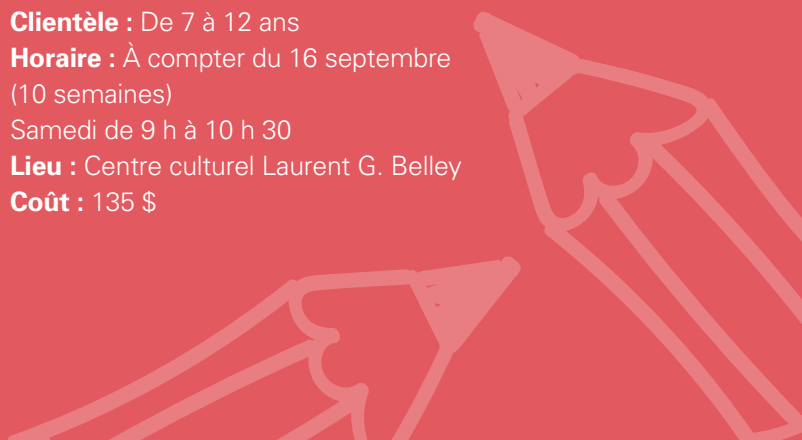
Clientèle : De 7 à 12 ans

Horaire : À compter du 16 septembre (10 semaines)

Samedi de 9 h à 10 h 30

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 135 \$





Ateliers culinaires

Grâce à des recettes simples, sans cuisson et amusantes, les enfants concocteront des délices à déguster à la maison. Passez des moments amusants à popoter avec votre enfant!

Clientèle : De 2 à 5 ans (parents et enfants)

Horaire : Mardi de 10 h à 11 h

17 et 31 octobre | 14 et 28 novembre | 12 décembre

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 100 \$ - Seul l'enfant s'inscrit.

Clientèle : De 6 à 9 ans (parents et enfants)

Horaire : Samedi de 9 h à 10 h

11 et 25 novembre | 2 et 16 décembre

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 80 \$ - Seul l'enfant s'inscrit.

Clientèle : 10 ans et plus (sans parent)

Horaire : Samedi de 10 h 15 à 11 h 15

11 et 25 novembre | 2 et 16 décembre

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 80 \$

Atelier d'aquarelle

Les artistes débutants apprivoiseront l'aquarelle et apprendront à dessiner une variété de sujets : superbes paysages, natures mortes, végétaux, architecture, animaux et portraits.

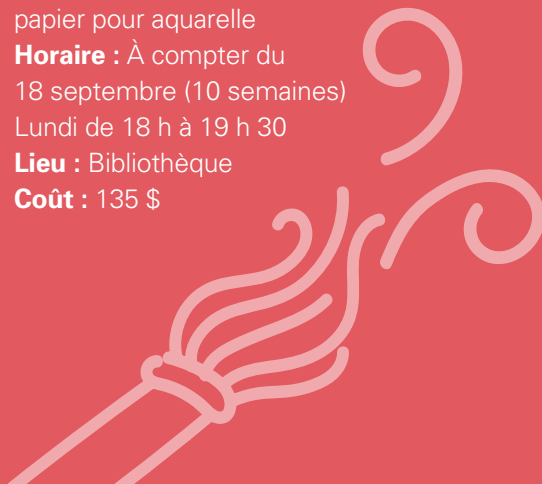
Clientèle : De 7 à 12 ans

Matériel : Une boîte d'aquarelle et un bloc de papier pour aquarelle

Horaire : À compter du 18 septembre (10 semaines)
Lundi de 18 h à 19 h 30

Lieu : Bibliothèque

Coût : 135 \$



ADOS

Soirée SKATE

Un animateur professionnel conseillera les participants lors de leur visite.

Horaire : 20 septembre de 18 h à 20 h

Lieu : Skate park du parc Lorraine

Activité gratuite, aucune inscription requise

Offre de bénévolat

Tu cherches des occasions de bénévolat dans le cadre d'un projet communautaire ou tu souhaites donner du temps lors d'événements spéciaux organisés dans ta communauté?

Remplis le formulaire disponible dès septembre au lorraine.ca/loisirs-et-culture/activites-jeunesse et retourne-le au 29, boulevard De Gaulle, Lorraine, J6Z 3W9 ou à loisirs@lorraine.ca.

Au plaisir de faire ta connaissance!

Informations : 450 621-8550, poste 275

Des activités pour toi!

Savais-tu que trois organismes reconnus par la Ville offrent des activités pour les jeunes de 12 à 17 ans? Les voici :

- Club jeunesse Les Alérions;
- 49^e Groupe Scout Lorraine-Rosemère;
- Guides du Canada.

Découvre-les à la page 25!



ADULTES

Inscription

Résidents de Lorraine : À compter du 21 août

Pour tous : À compter du 4 septembre

ESPAGNOL

Laissez-vous gagner par la fièvre latine grâce à ces cours où la conversation sera le centre d'intérêt.

Horaire : À compter du 18 septembre (10 semaines)

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Matériel : Prévoir de 25 \$ à 50 \$ en sus pour l'achat d'un livre et d'un cahier d'exercices.

Niveau : Débutant

Jour : Lundi

Heure : De 19 h à 21 h

Coût : 130 \$

Niveau : Intermédiaire*

Jour : Mercredi

Heure : De 10 h à 12 h

Coût : 170 \$

* Avoir déjà suivi un cours d'espagnol.

ZUMBA OR® 50 ANS ET MIEUX

Cours à faible impact, facile à suivre, inspiré de danses latines : salsa, tango, etc. Vêtements confortables requis.

Clientèle : 50 ans et plus

Horaire : À compter du 19 septembre (12 semaines)
Mardi de 11 h à 12 h
Jeudi de 9 h 30 à 10 h 30

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 100 \$
1 fois par semaine
180 \$
2 fois par semaine



ZUMBA FITNESS

Fusion de plusieurs styles de rythmes latins. Vêtements confortables requis.

Clientèle : Tous

Horaire : À compter du 21 septembre (12 semaines)
Jeudi de 19 h à 20 h

Lieu : École Le Tournesol

Coût : 110 \$



Pour des raisons de sécurité, nous ne pouvons admettre les femmes enceintes.

YOGA TOUS NIVEAUX

Pour tonifier votre corps et libérer la tension et l'anxiété.

Matériel requis : Apportez votre tapis.

Clientèle : Tous

Horaire : À compter du 21 septembre (12 semaines)

Judi de 11 h à 12 h

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 105 \$

YOGA HATHA

Les postures proposées auront un effet tonifiant sur l'ensemble de votre corps. Il existe effectivement des exercices adaptés à chaque muscle. Vous retrouverez également les bases de la tradition du yoga : la respiration, la méditation et le mieux-être.

Matériel requis : Apportez votre tapis.

Clientèle : Tous

Horaire : À compter du 19 septembre (12 semaines)

Mardi de 18 h 45 à 19 h 45

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 105 \$

YOGA DÉTENTE

Se déroulant principalement au sol, ce cours propose des postures maintenues, des étirements ainsi que des exercices de méditation. L'endurance musculaire n'est pas mise de l'avant; on travaille plutôt en détente et en souplesse. Relâcher autant ses muscles que son esprit, voilà l'objectif principal!

Matériel requis : Apportez votre tapis.

Clientèle : Tous

Horaire : À compter du 19 septembre (12 semaines)

Mardi de 20 h à 21 h

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 105 \$

FUSION ESSETRICS

Exercices d'assouplissement et d'étirement pour freiner les manifestations du vieillissement et la douleur chronique.

Matériel requis : Apportez votre tapis et une bande élastique.

Clientèle : Tous

Horaire : À compter du 18 septembre (12 semaines)

Lundi de 9 h 30 à 10 h 30

Mardi de 9 h 30 à 10 h 30

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 115 \$/1 fois par semaine
210 \$/2 fois par semaine

ATELIER D'ÉCRITURE

Ces ateliers s'adressent à tous les amoureux des mots. Exercices de déblocage de la créativité ainsi que création de textes suivie par la lecture de ces derniers. Apportez votre crayon et du papier.

Clientèle : Tous

Horaire : Lundi de 13 h à 15 h 30
18 septembre, 2, 16 et 30 octobre,
13 novembre

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 85 \$

MISE EN FORME

Faites travailler toute votre anatomie : améliorez votre endurance musculaire et cardio-respiratoire, développez votre flexibilité et assouplissez vos articulations.

Matériel requis : Apportez votre tapis, une bande élastique et deux bouteilles d'eau remplies qui serviront de poids.

Clientèle : Tous

Horaire : À compter du 20 septembre (12 semaines)
Mercredi de 8 h 30 à 9 h 30

Lieu : Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 115 \$

AQUARELLE

Apprivoisez l'aquarelle et découvrez cet étonnant et capricieux médium. Bénéficiez de nombreuses astuces et techniques afin de réaliser vos projets artistiques : composition décorative, abstraction, nature morte, paysage, animaux, végétaux ou portrait.

Matériel requis :

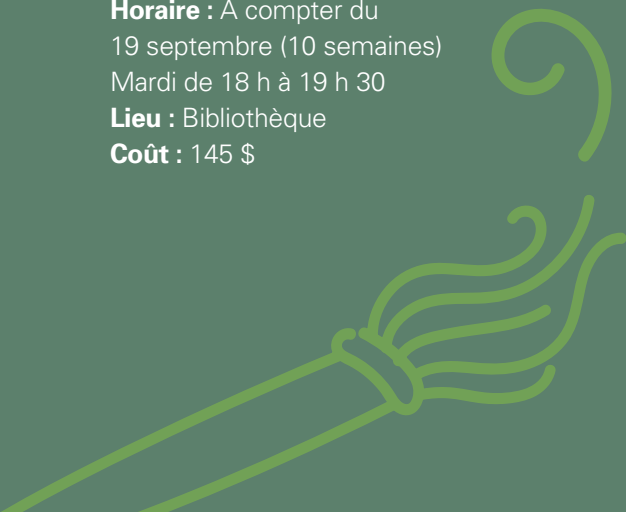
Une boîte d'aquarelle et un bloc de papier aquarelle

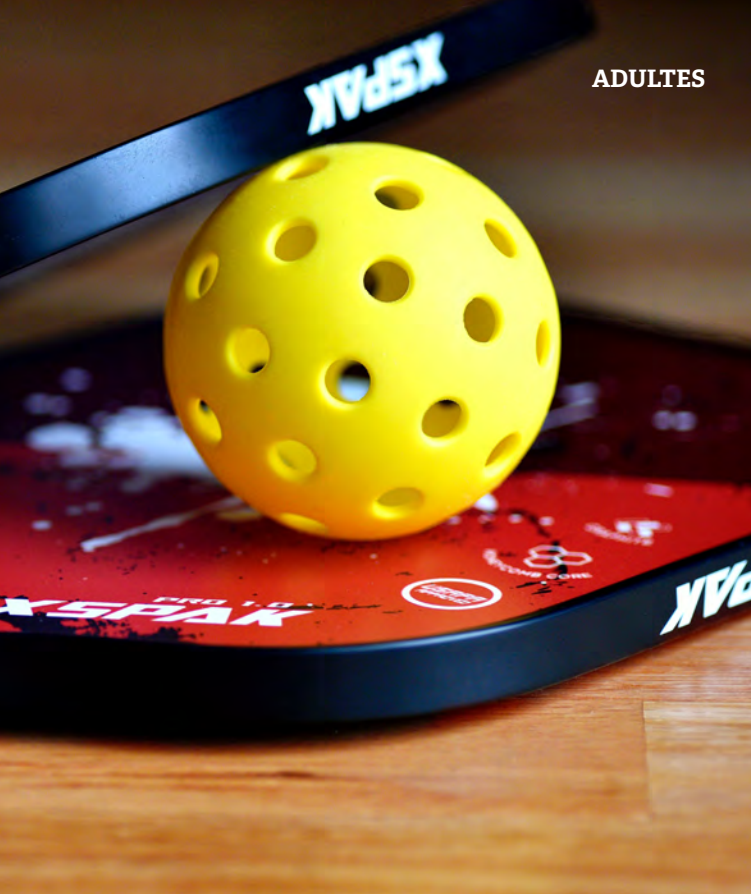
Clientèle : Tous

Horaire : À compter du
19 septembre (10 semaines)
Mardi de 18 h à 19 h 30

Lieu : Bibliothèque

Coût : 145 \$





ADULTES

PICKLEBALL

Horaire : À compter du 18 septembre (12 semaines)

Lieu : École Le Carrefour (trois terrains disponibles)

Équipement : Raquette et balle requises

PICKLEBALL RÉCRÉATIF LIBRE, AVEC ROTATION

Surveillant sur place

Niveau intermédiaire : Mercredi de 19 h à 21 h 30

Coût : 50 \$

LOCATION DE TERRAIN

Location d'une heure hebdomadaire pour une session de 12 semaines. Possibilité de jeux en simple ou en double, à la discrétion du participant.

Surveillant sur place

Coût : 65 \$

Horaire : Lundi de 19 h à 20 h
Lundi de 20 h 15 à 21 h 15
Lundi de 21 h 30 à 22 h 30
Mardi de 19 h à 20 h
Mardi de 20 h 15 à 21 h 15
Mardi de 21 h 30 à 22 h 30

21



BADMINTON

Horaire : À compter du 18 septembre (12 semaines)

Lieu : École Le Tournesol (trois terrains disponibles)

Équipement : Raquette et volants requis

BADMINTON RÉCRÉATIF LIBRE, AVEC ROTATION

Surveillant sur place

Jour : Lundi de 19 h 30 à 22 h

Coût : 50 \$

LOCATION DE TERRAIN

Location d'une heure hebdomadaire pour une session de 12 semaines. Possibilité de jeux en simple ou en double, à la discrétion du participant. Surveillant sur place.

Coût : 65 \$

Horaire : Mardi de 19 h à 20 h

Mardi de 20 h 15 à 21 h 15

Mardi de 21 h 30 à 22 h 30

Mercredi de 19 h à 20 h

Mercredi de 20 h 15 à 21 h 15

Mercredi de 21 h 30 à 22 h 30

Jeudi de 20 h 30 à 21 h 30





TENNIS

Les cours de tennis sont offerts en collaboration avec la Ville de Bois-des-Filion et MARCOTTE SPORTS.

Notez que le tennis progressif est basé sur la grandeur du terrain, la longueur des raquettes et les balles spécialisées. Tous les participants doivent apporter leur propre raquette.

Tennis d'automne

Au parc Albert-Clément



| CLIENTÈLE | DATE | JOUR ET HEURE | COÛT |
|---------------------|---|-------------------------|-------|
| 5-6 ANS | Du 10 septembre au 1 ^{er} octobre (4 semaines) | Dimanche de 10 h à 11 h | 50 \$ |
| 7-8 ANS | Du 10 septembre au 1 ^{er} octobre (4 semaines) | Dimanche de 11 h à 12 h | 50 \$ |
| 9-10 ANS | Du 10 septembre au 1 ^{er} octobre (4 semaines) | Dimanche de 12 h à 13 h | 50 \$ |
| 11-14 ANS | Du 10 septembre au 1 ^{er} octobre (4 semaines) | Dimanche de 13 h à 14 h | 50 \$ |
| ADULTES | Du 7 au 28 septembre (4 semaines) | Jeudi de 18 h à 19 h 30 | 65 \$ |
| LIGUE ADULTE | Du 7 au 28 septembre (4 semaines) | Jeudi de 19 h 30 à 21 h | 65 \$ |

Tennis intérieur

À l'école secondaire Rive-Nord (Bois-des-Filion)

Inscription et informations : villebdf.ca



| CLIENTÈLE | DATE | JOUR ET HEURE | COÛT |
|------------------------------------|---|-------------------------|-------|
| 3-4 ANS (PARENT-ENFANT) | Du 15 octobre au 26 novembre (7 semaines) | Dimanche de 9 h à 10 h | 75 \$ |
| 5-6 ANS | Du 15 octobre au 26 novembre (7 semaines) | Dimanche de 10 h à 11 h | 75 \$ |
| 7-8 ANS | Du 15 octobre au 26 novembre (7 semaines) | Dimanche de 11 h à 12 h | 75 \$ |
| 9-10 ANS | Du 15 octobre au 26 novembre (7 semaines) | Dimanche de 12 h à 13 h | 75 \$ |
| 11-14 ANS | Du 15 octobre au 26 novembre (7 semaines) | Dimanche de 13 h à 14 h | 75 \$ |

PARTENAIRES DU MILIEU



Club de natation G.A.M.I.N.

Clientèle :

6 ans et plus
(prérequis équivalent Junior 5)

Horaire :

De septembre à juin

Lieu :

Centre récréoaquatique
de Blainville

Inscription :

23 août de 18 h à 20 h :
Évaluation en piscine pour
tous les nouveaux nageurs
26 août de 10 h à 12 h :
Portes ouvertes

Informations :

infos@gamin.org



École de patinage

Clientèle :

École de patinage : De 3 à 8 ans
Patinage de vitesse : De 5 à 21 ans

Horaire :

Début des cours le 9 septembre

Lieu :

Aréna de Rosemère, glace 2

Inscription :

cpvrrn.org

Informations :

cpvrrnca@gmail.com



Association de Judo de Blainville

Clientèle :

Enfants (à partir de 4 ans),
adolescents et adultes

Horaire :

Début des cours le 4 septembre

Lieu :

Dojo Blainville, Blainville

Informations :

dojoblainville@hotmail.ca



Les Matins Mères et Monde

Créé en 1996 par des mamans d'ici, cet organisme brise l'isolement des parents en leur offrant un moment de répit, des rencontres, des conférences, des activités, un lieu d'échange, de l'entraide ainsi que des occasions d'agrandir leur réseau. Notez que la programmation automnale sera prochainement disponible sur la page Facebook de l'organisme. Restez à l'affût!

Rencontres :

Un vendredi par mois, de 9 h à 12 h

Lieu :

Centre culturel Laurent G. Belley

Informations :

mmm.lorraine@gmail.com

facebook.com/matinsmeres



Patinage des
Mille-Îles

Patinage des Mille-Îles

Clientèle :

De 3 à 17 ans

Horaire :

Saison régulière :

Du 5 septembre au 3 mars

*Pratiques pour le spectacle
de fin d'année :*

Du 11 mars au 12 avril
(spectacle les 13 et 14 avril)

Lieu :

Arénas de Boisbriand,
Lorraine et Rosemère

Inscriptions :

En cours
patinagedesmilleiles.com



Un chat dans ma cour

Bénévole pour le bien-être animal

Un chat dans ma cour a pour mission le contrôle des chats errants sur le territoire de Lorraine. Vous souhaitez joindre une équipe de bénévoles passionnés, devenir famille d'accueil ou obtenir plus d'informations? Communiquez avec l'organisme dès maintenant.

Informations :

450 508-2882

info@unchatdansmacour.org



Pré-maternelle Le Jardin de Lorraine

Inscriptions : En cours

NOUVEAUTÉ :

Plages horaires d'une durée de 3 h.

Offrez l'expérience de la prématernelle à votre enfant grâce à une grande variété d'ateliers et de programmes complémentaires : arts plastiques, théâtre, yoga, jardinage, sciences, cuisine, sports... et plus encore! Faites vite, les places s'envolent rapidement. Bienvenue aux personnes qui souhaitent s'impliquer bénévolement.

Clientèle :

De 3 à 5 ans

Horaire :

Demi-journée
(de 8 h 15 à 11 h 15 ou
de 12 h 25 à 15 h 25)

Frais admissibles aux versements anticipés du crédit d'impôt de Revenu Québec, selon certaines conditions

Informations :

450 621-7502

prematernellelejardin.ca, 



Les Chanteurs de Lorraine

Recrutement de choristes

Auditions :

Du 14 au 25 août, sur rendez-vous

Clientèle :

Hommes et femmes
de tous âges ayant une voix juste
et aimant chanter

Coût :

Cotisation annuelle : 180 \$

Session : 100 \$

Inscription :

Lors des auditions ou
en début de session

Informations et rendez-vous :

450 965-0721

leschanteursdelorraine.ca

info@leschanteursdelorraine.ca



Le Club Lorr«Aînés»

Le Club Lorr«Aînés», affilié au réseau FADOQ, vise à briser l'isolement chez les «50 ans ou mieux» par la promotion d'activités physiques, sociales, culturelles et de loisirs.

Conditionnement physique et étirements

Horaire :

À compter du 11 septembre
Lundi, mercredi et jeudi
De 9 h à 10 h : Conditionnement
physique
De 10 h 30 à 11 h 30 : Étirements

Lieu :

Centre culturel Laurent G. Belley

Coût : 40 \$

Rencontre du club de lecture :

Le 3^e mardi du mois à 13 h 30
(dès le 19 septembre)

Événements spéciaux

Lundi 11 septembre :

Début des activités de loisirs

Mardi 3 octobre à 11 h 30 :

Repas et spectacle organisés
dans le cadre de la Journée
des Aînés

Activités à venir

Conférences, soirée cinéma,
projection de films, etc.

Informations et adhésion

450 621-3839



Club de Scrabble Lorr-thographe

Scrabble Duplicate

Clientèle :

18 ans et plus

Horaire :

De septembre à juin,
jeudi de 19 h 15 à 21 h 15

Lieu :

Centre culturel Laurent G. Belley

Coût :

4 \$ par soirée, plus inscription
à la Fédération. 15 \$ par année
pour un nouveau membre

Inscription :

Aucune inscription requise.
Présentez-vous 15 minutes
avant le début.

Informations :

450 621-8236
monique.benoit1@gmail.com



Guides du Canada

L'organisme offre aux jeunes filles un programme varié d'activités qui leur permet de relever des défis, de s'exprimer, de créer des liens d'amitié, de s'amuser et de faire une différence dans le monde.

IMPORTANT : L'association recherche des bénévoles pour l'aider dans ses tâches et pour assurer la poursuite de ses activités.

Clientèle :

Filles de 5 à 17 ans

Horaire :

Mercredi de 18 h 30 à 20 h

Lieu :

Centre communautaire de Rosemère

Inscription :

En cours, possibilité d'un essai gratuit

Coût d'inscription : 140 \$

Informations :

girlguides.ca
info@girlguides.ca



Éclate-toi avec Les Alérions!

Formation d'autodéfense pour adolescentes :

Détails à venir en septembre
prochain

Deviens membre du Club jeunesse Les Alérions et implique-toi dans des activités variées et amusantes organisées par des adolescents, pour les adolescents.

Clientèle :

Adolescents de 12 à 17 ans de Lorraine ou des environs

Horaire :

Les 2^e et 4^e lundis du mois
de 19 h à 21 h

Lieu :

Centre culturel Laurent G. Belley

Inscription :

[Facebook.com/lesalerions](https://www.facebook.com/lesalerions)
ou auprès d'un membre du Club

Coût :

10 \$/année

Informations :

Corinne Prince
514 625-0544
clubalerions@gmail.com



49^e Groupe Scout Lorraine-Rosemère

Tu veux t'amuser et vivre de belles aventures? Joins-toi au groupe! Parents, vous avez du temps à donner? L'organisme cherche des bénévoles pour remplir différents rôles : animateur, membre du conseil d'administration et aide lors d'événements ou de projets. Faites-vous connaître!

Clientèle : Jeunes de 7 à 17 ans

Inscription : 28 août de 19 h à 20 h 30

Réunions : Vendredi de 19 h à 21 h, en plus de camps d'hiver et d'été

Lieu : Centre communautaire de Rosemère

Informations : scoutlorrainerosemere.ca

RÉPERTOIRE DES ORGANISMES

49^E GROUPE SCOUT LORRAINE-ROSEMÈRE

@ 49lorrainerosemere@gmail.com
facebook.com/scout.lorrainerosemere

ASSOCIATION DE BASEBALL MINEUR BLRT

@ president@baseball-blrt.com
<https://baseball-blrt.com>

ASSOCIATION DE HOCKEY FÉMININ DES LAURENTIDES

@ president@ahflaurentides.com
www.ahflaurentides.com

ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR LORRAINE-ROSEMÈRE

@ president@ahmlr.com
www.ahmlr.com

ASSOCIATION DE RINGUETTE SAINT-EUSTACHE - BOISBRIAND

@ president@ringuette-arseb.org
www.ringuette-arseb.org

ASSOCIATION DE JUDO DE BLAINVILLE

@ kearneypatrick@hotmail.com

ASSOCIATION RÉGIONALE DE FOOTBALL LAURENTIDES-LANAUDIÈRE

@ info@arfill.com
www.arfill.com

AST GYM

@ astgym.info@gmail.com
www.astgym.ca

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOLANGE-BEAUCHAMP

@ info@cabsb.org
www.cab-solange-beauchamp.com

CHEVALIERS DE COLOMB

@ francis2pelletier@gmail.com

CLUB D'ATHLÉTISME CORSAIRE-CHAPARRAL

@ info@corsaire-chaparral.org
www.corsaire-chaparral.org

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE ROSEMÈRE RIVE-NORD

@ ca@cpvrrn.org
www.cpvrrn.org

CLUB DE PLONGEON L'ENVOL

@ info@plongeonlenvol.ca
www.plongeonlenvol.ca

CLUB DE SCRABBLE LORR-THOGRAPHE

@ monique.benoit1@gmail.com

CLUB FC LORO

@ john@fcloro.com
www.fcloro.com

CLUB LORR« AÎNÉS »

@ claryves@videotron.ca
www.clublorraines.com

CLUB JEUNESSE LES ALÉRIONS (PRÉSIDENTE JEUNESSE)

@ aurelia.choquette@icloud.com

CLUB JEUNESSE LES ALÉRIONS (PRÉSIDENTE ADULTE)

@ corinne.prince@outlook.com
facebook.com/lesalerions

GUIDES DU CANADA

@ info@girlguides.ca
www.girlguides.ca

GROUPE AQUATIQUE MILLE-ÎLES NORD (GAMIN)

@ infos@gamin.org
www.gamin.org

HÉMA-QUÉBEC

@ info@hema-quebec.qc.ca
www.hema-quebec.qc.ca

KARATÉ SHOTOKAN LORRAINE-ROSEMÈRE

@ karaterosemere@gmail.com
www.karaterosemere.com

LES CHANTEURS DE LORRAINE

@ info@leschanteursdelorraine.ca
www.leschanteursdelorraine.ca

LES MATINS MÈRES ET MONDE

@ mmm.lorraine@gmail.com
facebook.com/matinsmeres

PATINAGE DES MILLE-ÎLES

@ info@patinagedesmilleiles.com
www.patinagedesmilleiles.com

PRÉ-MATERNELLE LE JARDIN DE LORRAINE

@ prematernellelejardin@gmail.com
prematernellelejardindelorraine.wordpress.com/

RED SOX DES LAURENTIDES

@ stephanciarlo@hotmail.com
www.redsoxlaurentides.ca

TOUT EN SPORT BASKET LAURENTIDES

@ pascalfleury@basketlaurentides.com
www.toutensport.com

UN CHAT DANS MA COUR

@ info@unchatdansmacour.org
unchatdansmacour.org