

# le Sauverois

MUNICIPAL

Édition automne 2024



Ville de  
Saint-Sauveur



2 Coordonnées des services et conseil municipal | 3 Mot du maire | 4 Nouvelles du maire

5 Les bons coups | 6 Rappels | 7 Finances | 8 Sécurité publique et incendie | 9 Génie | 10 Urbanisme

11 Juridique, greffe et vie démocratique & Travaux publics | 12 Environnement et développement durable

vss.ca

# Coordonnées des services

Un numéro de téléphone unique pour joindre les services de la Ville :  
**450 227-0000**

## Hôtel de ville

(adresse postale de tous les services)  
1, place de la Mairie  
Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6

## Service de sécurité publique et incendie

2125, chemin Jean-Adam  
incendie@vss.ca

## Service juridique, du greffe et de la vie démocratique

1, place de la Mairie  
greffe@vss.ca

## Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire

Chalet Pauline-Vanier  
33, avenue de l'Église  
communautaire@vss.ca

## Service des travaux publics

2125, chemin Jean-Adam  
travauxpublics@vss.ca

## Service du génie

1, place de la Mairie  
genie@vss.ca

## Service de l'urbanisme

1, place de la Mairie  
urbanisme@vss.ca

## Service de l'environnement et du développement durable

1, place de la Mairie  
environnement@vss.ca

## Service des finances

1, place de la Mairie  
administration@vss.ca

# Les membres du conseil municipal

Votre conseil municipal est composé du maire et de six conseillers municipaux. Le territoire de la Ville de Saint-Sauveur n'étant pas divisé en districts électoraux, tous les membres du conseil municipal peuvent donc vous représenter.



**Jacques GARIÉPY**

Maire



**Caroline VINET**

Siège N° 1



**Marie-José COSSETTE**

Siège N° 2



**Luc LEBLANC**

Siège N° 3



**Carole VIAU**

Siège N° 4



**Rosa BORREGGINE**

Siège N° 5



**Luc MARTEL**

Siège N° 6



# Des investissements majeurs pour la qualité de vie

Les projets et chantiers en cours sont nombreux et nous les réalisons en ayant à cœur le plaisir et la sécurité des familles sauveroises.

Dès cet automne, nous pourrons commencer à profiter des fruits de notre travail, avec le tout nouveau pont du chemin du Mont-Maribou, qui pourra être traversé sous peu. Ce dernier permettra d'assurer une sécurité accrue pour les résidents qui doivent l'emprunter quotidiennement et permettra un meilleur accès pour les véhicules d'urgence. Quant au skatepark, sa reconstruction est en voie d'être complétée. Répondant aux plus hauts standards des amateurs de planche à roulettes, la nouvelle infrastructure sera mieux adaptée à la pratique de ce sport, en offrant un espace de rassemblement à la fine pointe de la technologie. Suivant les consultations citoyennes faites à cet effet, d'importants travaux ont également cours au parc Camille-Michel. Dès novembre, les résidents de ce secteur auront

accès à un tout nouveau parc conçu et aménagé selon les principes d'adaptation aux changements climatiques et de protection de la biodiversité. Et ce, sans compter l'amélioration du milieu de vie que représente le parc. Par ailleurs, les travaux sur le chemin du Lac-Millette débutent et permettront, non seulement de mettre à jour nos réseaux d'aqueduc et de gestion des eaux usées, mais également d'améliorer significativement la sécurité et le confort des usagers de la route et des commerçants de ce secteur. En juin dernier, nous avons adopté l'énoncé de la vision et le plan d'action du réseau de sentiers non motorisés, qui sera aménagé selon les principes du développement durable et qui permettra la pratique d'activités de plein air, la contemplation et la mise en valeur de la nature et de nos paysages. Ce réseau, accessible à tous et en toutes saisons, favorisera l'accueil des familles et contribuera assurément à la qualité de vie des Sauveroises et Sauverois. Finalement, la mise en route d'un camion atelier entièrement électrique dédié à l'équipe de l'hygiène du milieu pour des interventions plus efficaces et plus discrètes pour notre plus grand confort est également prévue dans les semaines à venir.

### Des engagements écologiques

Soucieux de l'environnement, nous avons également franchi une étape importante en adoptant notre Plan de conservation des milieux naturels, qui assurera, pour les années à venir, la protection de son patrimoine naturel, en contribuant à l'atteinte de la cible gouvernementale de protéger 30 % du territoire d'ici 2030. Réduire notre empreinte écologique et contribuer à un avenir plus durable pour Saint-Sauveur est une priorité.

C'est dans cette optique que nous avons conclu une entente avec Transport adapté et collectif des Laurentides, afin d'offrir aux étudiants collégiaux et universitaires, la gratuité de transport, et ce, dès cet automne.

### De nouveaux visages dans l'équipe municipale

Je souhaite la bienvenue à la nouvelle directrice du Service des communications et des relations avec les citoyens, madame Marie-Ève Beaumier. Dotée d'une expertise précieuse en communication et en relations publiques, Mme Beaumier a pour mission de renforcer le dialogue entre la Ville, ses citoyens et ses partenaires. Nous avons aussi accueilli, dans les dernières semaines, deux cadres intermédiaires espérés depuis plusieurs semaines. Il s'agit d'Asmaa Elfadil, coordonnatrice du Service juridique, du greffe et de la vie démocratique et Benjamin Lavallée, directeur adjoint du Service des finances.

### Un regard vers l'avenir

Des travaux de rénovation majeurs des bâtiments municipaux marqueront les mois à venir et sauront mettre en valeur les services offerts par la Ville, tout en contribuant à la mission de nos partenaires de développement : la Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur, le Festival des Arts de Saint-Sauveur et Soupe et cie. De plus, les démarches avec le Festival des arts de Saint-Sauveur pour la construction d'un centre des arts à Saint-Sauveur suivent leur cours et laissent percevoir la concrétisation prochaine de cet important projet culturel. Restez à l'affût pour connaître les détails.

Ainsi, alors que l'automne arrive, nous continuons de travailler avec ardeur pour faire de Saint-Sauveur une ville encore plus dynamique, plus inclusive et plus prospère. Je suis convaincu que les projets réalisés et à venir contribueront à l'amélioration de la qualité de vie des Sauveroises et Sauverois, de même qu'à son rayonnement touristique.

Je vous remercie de votre implication et de votre soutien continu.

**Jacques Gariépy**

## Collecte des matières organiques : bannissement des sacs en plastique compostable

Comme annoncé par la MRC des Pays-d'en-Haut, il y a plusieurs semaines, il sera désormais interdit d'utiliser des sacs en plastique compostable dans les bacs bruns servant à disposer des matières organiques. En effet, à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2024, seuls les sacs en papier ou avec une pellicule cellulosique à l'intérieur seront acceptés dans la collecte des matières organiques à Saint-Sauveur et sur l'ensemble du territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut. Cela s'applique à l'ensemble des contenants utilisés, autant pour les usagers résidentiels que les institutions, commerces et industries.

Pour connaître les solutions de rechange, visitez le site Internet de la MRC des Pays-d'en-Haut, au [lespaysdenhaut.com](http://lespaysdenhaut.com). Si des questions subsistent, communiquez avec elle par téléphone, au 450 229-6637 ou par courriel, à [info@mrcpdh.org](mailto:info@mrcpdh.org).

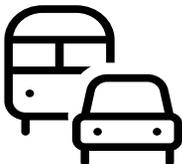


## Que pensez-vous de nos communications?

Dans une optique d'amélioration constante, la Ville vous invite à répondre à son sondage afin d'évaluer ses outils de communications et leur portée. Site Internet, réseaux sociaux, enseignes en bordure de rue, infolettre, bulletin municipal, etc. Rien n'est laissé de côté! C'est le moment de vous exprimer et de nous dire ce qui vous intéresse, ce qui retient votre attention, ce que vous trouvez pertinent, et ce qui devrait être davantage présent sur nos plateformes.

Numérisez ce code QR, ou rendez-vous au [citoyen.vss.ca](http://citoyen.vss.ca), et remplissez le sondage intitulé *Que pensez-vous de nos communications?* d'ici le 30 septembre 2024. Le sondage est d'une durée de 5 minutes. Vos réponses demeureront anonymes.

## Transport gratuit pour les étudiants de niveau collégial et universitaire



En collaboration avec Transport adapté et collectif des Laurentides (TACL), la Ville est heureuse d'offrir la gratuité de transport aux étudiants de niveau collégial et universitaire, qui utilisent l'Inter pour se déplacer.

Pour s'en prévaloir, les étudiants doivent être résidents de Saint-Sauveur et être inscrits à temps plein dans un établissement d'enseignement post-secondaire.

Un coup de pouce pour l'environnement et pour les étudiants, c'est gagnant-gagnant!

Tous les détails concernant cette entente sont disponibles au [vss.ca](http://vss.ca).

# Les bons coups de nos commissions

La Ville compte huit commissions. Chacune d'elles est présidée par un membre du conseil municipal et est composée du maire, du directeur général, du directeur du service et d'un(e) autre élu(e). La mission première de ces commissions est de fixer des orientations, de déterminer des priorités d'action ainsi que d'améliorer le processus décisionnel. Les rencontres ont lieu sur une base régulière et permettent l'émergence d'initiatives et de projets tous aussi innovants que bénéfiques pour l'ensemble des citoyens.

## ENVIRONNEMENT

En octobre 2023, le conseil municipal adoptait le règlement 581-2023 régissant la distribution d'objets de plastique à usage unique pour réduire leur utilisation, mais surtout leur acheminement vers les sites d'enfouissement.

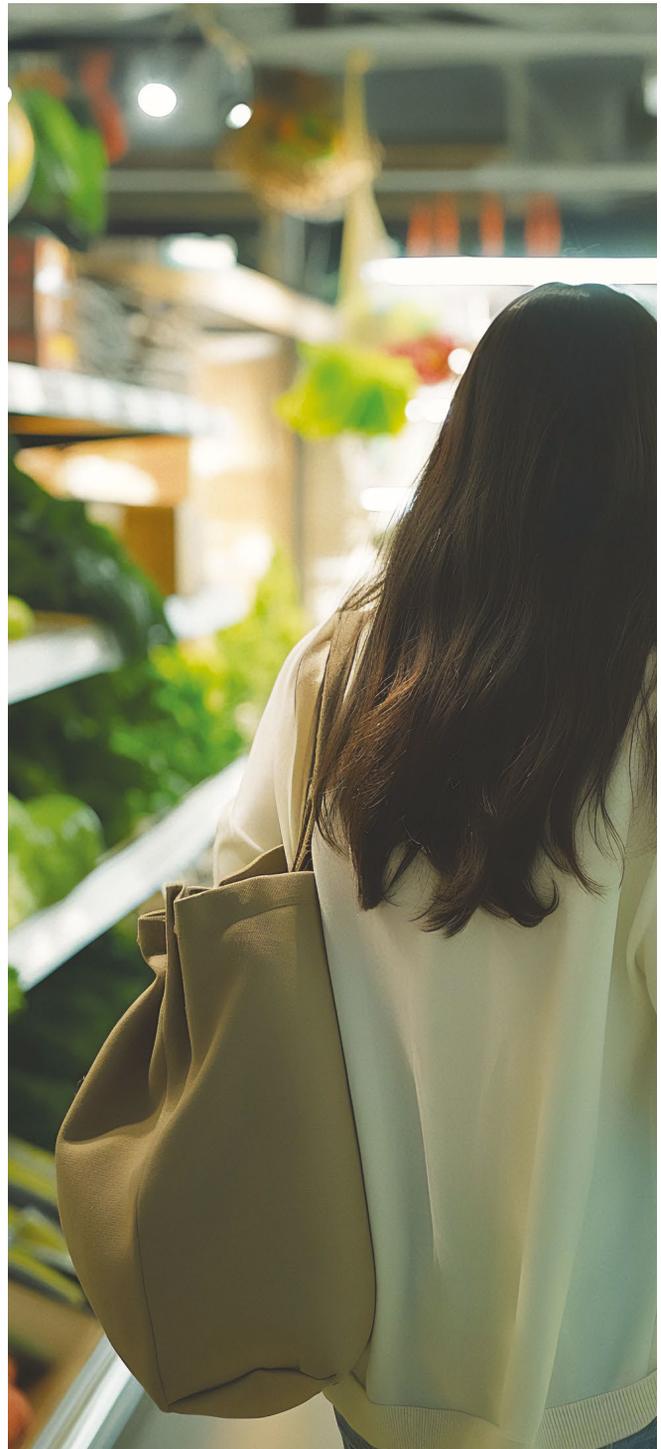
Depuis, ce sont plus de 130 commerces de détail, restaurants et événements du territoire qui ont eu l'occasion de bénéficier d'un accompagnement du Service de l'environnement et du développement durable afin de se tourner vers des options plus durables répondant aux besoins de leur clientèle.

À titre de rappel, le règlement interdit d'offrir, de distribuer ou de mettre à la disposition des consommateurs les objets de plastique à usage unique suivants : sacs d'emplettes, assiettes, bols, contenants, couvercles, tasses, verres, bâtonnets, pailles et ustensiles. Les objets de plastique visés incluent ceux en plastique oxo-biodégradable, oxo-fragmentable, biodégradable et compostable.

Toutefois, certaines exceptions s'appliquent :

- Sacs d'emplettes réutilisables
- Sacs composés de plastique utilisés à des fins d'hygiène pour contenir des produits alimentaires tels que la viande, la volaille ou le poisson
- Sacs en plastique distribués par un établissement commercial offrant le service de nettoyage à sec
- Sacs de plastique contenant du matériel publicitaire dans le cadre d'une distribution porte-à-porte
- Emballages industriels

Les informations relatives au règlement ainsi que les solutions de rechange au plastique à usage unique sont disponibles au [vss.ca/plastique](http://vss.ca/plastique).



### Vous souhaitez couper un arbre? N'oubliez pas d'obtenir d'abord votre certificat d'autorisation!

La coupe d'un arbre nécessite un certificat d'autorisation de la Ville. De plus, le gouvernement du Québec ayant récemment augmenté les pénalités concernant l'abattage d'arbres, toute coupe d'arbre qui contrevient au règlement de la Ville est passible d'une amende minimale de 2 500 \$, montant auquel s'ajoutent d'autres frais. Pour toute question, nous vous invitons à communiquer avec le Service de l'environnement et du développement durable au 450 227-0000, poste 2600, ou à [environnement@vss.ca](mailto:environnement@vss.ca).



### Service de déchiquetage de branches à domicile

Le prochain service de déchiquetage de branches à domicile sera offert le **7 octobre 2024** et l'inscription est obligatoire. Pour ce faire, visitez la section Services aux citoyens du site Internet de la Ville. Nous vous rappelons que les branches doivent avoir un diamètre inférieur à 10 centimètres (4 pouces) et une longueur maximale de 1,8 mètre (6 pieds). Elles doivent être placées en bordure de rue, sur le terrain privé, et disposées dans le même sens, le bout coupé vers la rue. **Les branches doivent être exemptes de tout métal ou d'autres matériaux de construction, dont le bois traité.**

### Collecte des résidus verts

La collecte d'automne de résidus verts aura lieu le **21 octobre 2024**. Profitez de ce service pour vous départir des quantités excédentaires de feuilles mortes et d'autres résidus verts! **Seuls les sacs de papier, les boîtes de carton ou les contenants réutilisables sont acceptés.** Les sacs de plastique sont interdits pour cette collecte. Aucune inscription obligatoire.



## Présentation du Service des finances

Le Service des finances voit à la gestion, à la coordination et aux contrôles des ressources financières de la Ville. Les principales activités comprennent :

- Accueillir les citoyen(ne)s au comptoir des services aux citoyens de l'hôtel de ville
- Préparer et équilibrer le budget annuel (2024 : 38 M\$) et le Programme triennal d'immobilisations (2024 à 2026 : 60 M\$), en collaboration avec l'ensemble des services municipaux et du conseil municipal
- Préparer, envoyer et percevoir les comptes de taxes, les droits de mutation et la facturation diverse
- Traiter la paie des employés
- Payer les fournisseurs
- Effectuer le suivi financier des projets au Programme triennal d'immobilisations, des subventions afférentes, des emprunts et des excédents accumulés affectés
- Élaborer, optimiser et surveiller les contrôles internes
- Effectuer la comptabilité générale et le suivi budgétaire, et assurer le soutien à l'ensemble des services
- Préparer le dossier d'audit et des états financiers annuels consolidés

Voici quelques statistiques pour résumer l'année 2023 du Service des finances :

- 9 440 comptes de taxes émis
- 8 226 relevés de paie émis aux 313 employés actifs
- 10 180 factures saisies et 3 486 paiements émis à des fournisseurs
- 91 projets d'investissement
- Un nombre incalculable de communications avec les fournisseurs, les collègues et les citoyens

Ces volumes sont forts élevés et nécessitent des processus performants, d'importants contrôles, ainsi qu'une équipe de professionnel(le)s dédiée et polyvalente.



De gauche à droite : Jean-François Denis, directeur et trésorier, Micheline Laflèche, secrétaire, Valérie Gagné, technicienne comptable, Valérie Pisco, secrétaire, Nadia Labelle, commis comptable aux comptes payables, Jérémie Drouin, technicien à la taxation.

Absent sur la photo : Benjamin Lavallée, directeur adjoint

## Attention aux fausses alarmes incendie!

Les déclenchements accidentels de système d'alarme incendie sont responsables de nombreux appels injustifiés à la caserne et peuvent engendrer des frais pour l'appelant(e).

Si votre système d'alarme se déclenche par accident, vous pouvez agir rapidement pour éviter que l'alerte soit transmise aux pompiers, en mettant votre système en mode « silence » et en répondant à votre fournisseur de service de protection lorsque celui-ci vous appelle. Lorsque vous ne répondez pas, l'alerte est transmise aux pompiers, qui doivent se rendre sur les lieux pour vérifier.

Voici également quelques conseils de prévention pour éviter les appels injustifiés au Service de sécurité publique et incendie :

1. Connaître le fonctionnement de votre système d'alarme, en lisant le manuel. Si vous n'avez pas ces informations, il est possible de les obtenir auprès de votre fournisseur de service
2. Faire inspecter et entretenir votre système d'alarme, au moins une fois par an, par un professionnel qualifié
3. Nettoyer régulièrement les détecteurs de fumée pour éviter les déclenchements dus à la poussière
4. Ne jamais débrancher un détecteur sans prévenir votre fournisseur de service
5. Couvrir les détecteurs de fumée lors de travaux générant de la poussière
6. Vous assurer, auprès de votre fournisseur de service, que vos coordonnées ainsi que celles des personnes à contacter en cas d'urgence, sont à jour
7. Toujours surveiller les aliments en cuisson et utiliser la hotte pour éviter la fumée
8. Lorsque vous faites un feu de foyer, vous assurer de maintenir une bonne ventilation et d'ouvrir la trappe de la cheminée avant d'allumer



Si l'alarme est due à une erreur, des frais peuvent être facturés selon la réglementation municipale.

Pour plus d'informations, communiquez avec le Service de sécurité publique et incendie, volet prévention, au 450 227-0000, poste 3111.



## La Ville se dote d'un plan directeur pour son réseau d'aqueduc

Réalisé par le Service du génie, en collaboration avec les autres services de la Ville, le plan directeur dresse un portrait global du réseau de production et de distribution d'eau potable à Saint-Sauveur et établit un diagnostic de son état, afin de repérer ses points faibles. Il traite de l'analyse des pressions, de la couverture incendie, de la qualité de l'eau et de la pérennité des puits d'eau potable.

Le diagnostic est fait en analysant les données récoltées au fil des années, en plus de s'appuyer sur des simulations réalisées à partir d'une modélisation informatique du réseau d'aqueduc de la Ville, construit à l'aide du logiciel AquaGeo®. Il est alors possible d'obtenir une vue d'ensemble du réseau d'aqueduc en y présentant notamment les pressions et les débits de ce dernier.

Une fois le diagnostic du réseau complété et les points faibles cernés, le plan directeur propose des solutions afin d'y remédier. Celles-ci consistent notamment en l'ajout de purgeurs automatiques pour améliorer la qualité de l'eau, le bouclage d'une partie du réseau, le remplacement de conduites, la réfection de stations ou réservoirs d'eau potable, et bien plus encore.

En résumé, ce plan directeur est un outil essentiel visant à améliorer le réseau d'aqueduc de la Ville en proposant des solutions appropriées, et ce, sur une échéance à long terme. Il permettra aussi d'orienter les décisions en ce qui a trait aux actions à réaliser pour assurer la pérennité des infrastructures d'eau potable.

## De la planification à l'inspection des chantiers

Lorsque vous prévoyez effectuer des travaux sur votre propriété, certains éléments doivent être pris en considération, et ce, avant le début du chantier.

En premier lieu, il est requis de s'informer auprès du Service de l'urbanisme ou de consulter la réglementation d'urbanisme en ligne, au [vss.ca](http://vss.ca), afin de savoir si les travaux projetés nécessitent une autorisation ou non. Il est préférable de procéder à l'avance, car un délai est à prévoir pour l'obtention d'une autorisation.

Par ailleurs, afin de favoriser le bon voisinage, il est de mise de rappeler que tout bruit provenant de la machinerie ou de l'équipement utilisé lors de travaux n'est permis que dans les plages horaires suivantes :

- Lundi au vendredi, de 7 h à 20 h
- Samedi et dimanche, de 7 h à 18 h

De plus, pour toute la durée des travaux, il est interdit de laisser des rebuts ou des matériaux de construction sur le terrain de votre propriété. Ces derniers doivent être entreposés dans un conteneur prévu à cet effet, qui doit être situé sur le terrain du chantier.

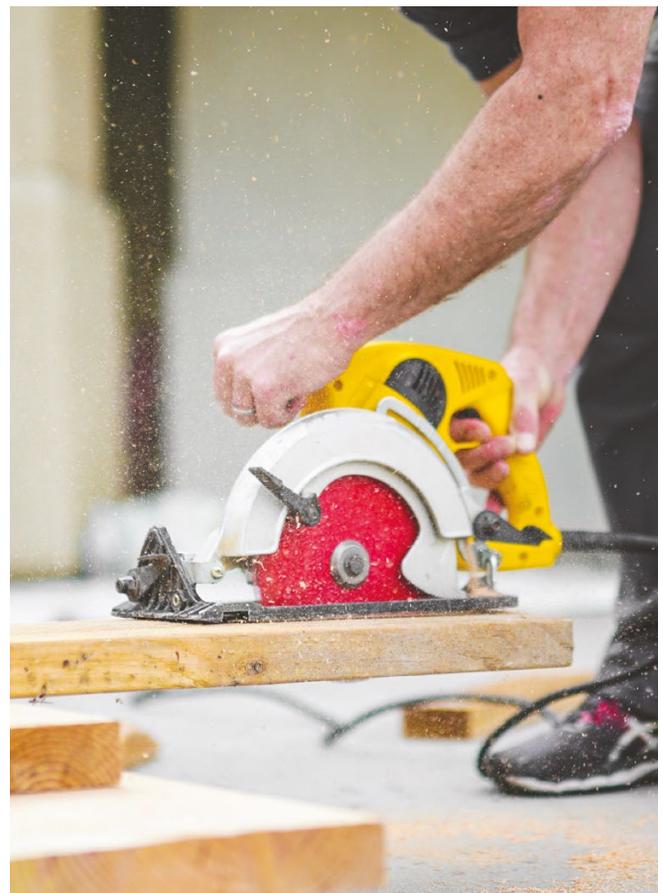
---

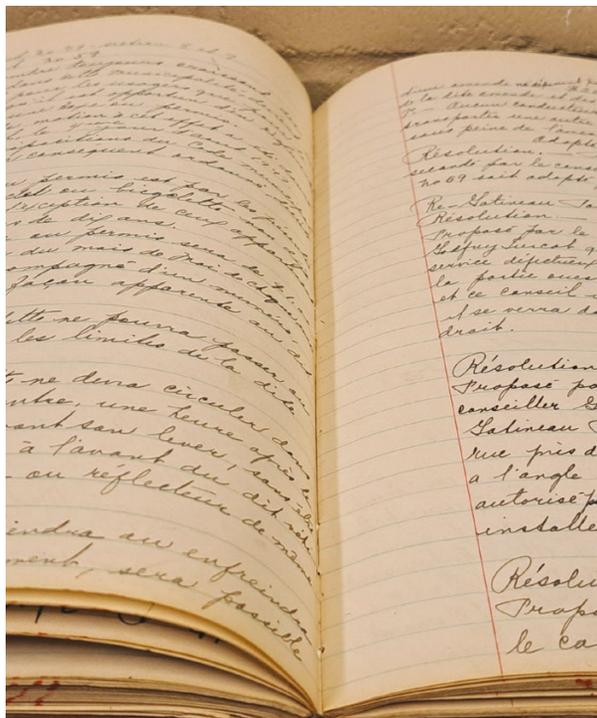
### Le suivi des travaux

Le Service de l'urbanisme procède à des inspections périodiques pendant la réalisation de travaux et jusqu'à la fin de ceux-ci. À titre d'exemple, les permis réguliers sont inspectés tous les deux ou trois mois alors que les dossiers assujettis à des critères plus spécifiques, comme le règlement de PIIA (plan d'implantation et d'intégration architectural), sont inspectés mensuellement.

Soyez sans crainte, les inspecteur(-trice)s et les technicien(ne)s du service sont facilement identifiables lorsqu'ils se déplacent sur le territoire. Leurs vêtements ou leur voiture sont toujours à l'effigie de la Ville de Saint-Sauveur. En cas de doute ou d'inconfort, n'hésitez pas à demander à l'employé(e) municipal(e) de s'identifier. Il ou elle se présentera à vous et pourra vous mentionner les raisons de sa présence. Ces employé(e)s sont autorisé(e)s à visiter et à inspecter, **entre 7 h et 19 h**, tout immeuble ou toute propriété mobilière ainsi que l'intérieur ou l'extérieur d'un bâtiment ou de toute autre construction pour s'assurer que les règlements d'urbanisme et les autres règlements municipaux sont respectés.

Pour toute question concernant des travaux à réaliser, communiquez avec le Service de l'urbanisme au 450 227-0000, poste 2500 ou à [urbanisme@vss.ca](mailto:urbanisme@vss.ca).





## Juridique, greffe et vie démocratique

### La petite histoire des permis de bicyclettes à Saint-Sauveur

Vers la fin des années 1940, le nombre de bicyclettes étant grandissant sur le territoire de Saint-Sauveur, le village de Saint-Sauveur-des-Monts crée le règlement 59 pour mieux contrôler ce nouveau phénomène. Adopté en 1947, ce règlement imposait des conditions d'utilisation et un permis aux utilisateurs de bicyclettes. Il stipulait notamment que tous les utilisateurs de bicyclettes âgés de 10 ans et plus devaient détenir un permis au coût de 1\$, payable à chaque année. Le numéro du permis devait être attaché et bien visible sur la bicyclette. En cas de non-respect du règlement, une amende pouvant aller jusqu'à 20 \$ était émise. Ce n'est qu'en 1988, avec le règlement 73-A-88 du village de Saint-Sauveur-des-Monts, que l'obligation de détenir un permis pour sa bicyclette fût retirée.

## Travaux publics

### Parce que la modération a bien meilleur goût...

Dans le but de rehausser la sécurité dans les rues résidentielles de Saint-Sauveur, la Ville réduira la limite de vitesse actuellement en vigueur dans certains secteurs de la Ville. Ainsi, la limite de vitesse des artères suivantes passera de 60 à 50 km/h :

- Chemin du Grand-Ruisseau
- Chemin Kilpatrick
- Montée Raymond
- Chemin Saint-Lambert
- Montée Saint-Elmire, du chemin Saint-Lambert jusqu'au rond-point

Par conséquent, toutes les limites de vitesse de 60 km/h n'existeront plus sur le territoire de la Ville de Saint-Sauveur.



## **La Ville de Saint-Sauveur adopte son tout premier plan de conservation des milieux naturels**

Le territoire de la Ville de Saint-Sauveur comprend une diversité de milieux naturels, avec une proportion importante de milieux forestiers, ainsi que de nombreux milieux humides et hydriques, en plus d'éléments d'intérêt écologique et récréotouristique. Afin de devenir un acteur engagé envers la protection de son patrimoine naturel et de contribuer à l'atteinte de la cible gouvernementale, qui est de protéger 30 % du territoire d'ici 2030, le conseil municipal a adopté son tout premier Plan de conservation des milieux naturels le 15 avril dernier.

Pilotée par Éco-corridors laurentiens, la démarche de cocréation du plan de conservation s'est étalée sur un an, en collaboration avec les acteurs clés du territoire, soit des élus et fonctionnaires municipaux, des membres du comité consultatif en environnement de la Ville de Saint-Sauveur, un représentant de l'Association pour la protection du lac Prévost, l'organisme de bassin versant de la rivière du Nord *Abrinord* et l'Institut des territoires. De plus, un sondage et un atelier de consultation ont été réalisés afin de connaître les préoccupations, intérêts et idées des citoyens en matière de conservation des milieux naturels.

Le Plan de conservation des milieux naturels présente neuf grandes stratégies de conservation, dont découlent 24 objectifs et 43 actions à mettre en place sur une période de 10 ans. Concrètement, le plan cible la protection des milieux forestiers, des milieux humides, des milieux aquatiques et riverains, des forêts urbaines et des milieux ouverts, tout en visant d'autres cibles de bien-être humain, soit l'accès à la nature, l'approvisionnement en eau potable et la santé et le bien-être de la population.

Pour consulter le Plan de conservation des milieux naturels et connaître d'autres initiatives de protection de la biodiversité de la Ville de Saint-Sauveur, consultez la section *Environnement* au [vss.ca](http://vss.ca).



# le Sauverois



## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

### Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire

Chalet Pauline-Vanier  
33, avenue de l'Église  
communautaire@vss.ca

450 227-0000, poste 4000

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi : 8 h 30 à 12 h 15 et 13 h à 17 h  
Vendredi : 8 h 30 à 12 h 30

## Légende des salles et des plateaux sportifs

**Chalet Pauline-Vanier : bibliothèque, grande salle, salle d'exercice et salle de jeux**  
33, avenue de l'Église

### Chalet de tennis

À l'arrière du Chalet Pauline-Vanier  
33, avenue de l'Église

### Parc Georges-Filion

À l'intersection de la rue Principale et de l'avenue Filion

### Parc John-H. Molson : terrain de basketball, sentiers et autres

Rue Viviane

### Terrains de tennis et de pickleball asphaltés

Stationnement de l'église

### Terrains de tennis en terre battue

À l'arrière du Chalet Pauline-Vanier  
33, avenue de l'Église

## RAPPEL

La programmation des activités est offerte sous réserve de modification sans préavis. Consultez le site Internet et la page Facebook de la Ville pour demeurer à l'affût.

# Incitatifs financiers pour favoriser un mode de vie actif

## Résidents seulement

Applicables sous certaines conditions. Tous les détails sont affichés sur la page *Subventions et programmes*, de la section *Services aux citoyens* du site Internet de la Ville.

### Réductions familiales

2<sup>e</sup> enfant : 20 % de rabais  
3<sup>e</sup> enfant : 40 % de rabais  
4<sup>e</sup> enfant : gratuit

### Personnes âgées de 65 ans et plus

Réduction de 25 % sur le tarif courant des cours offerts dans cette programmation.

### Soutien pour les activités sportives destinées aux jeunes âgés de 17 ans et moins

Remboursement partiel du coût d'inscription à des activités sportives offertes par une municipalité, ou un organisme affilié à une municipalité, autre que la Ville de Saint-Sauveur.

## Procédure d'inscription

### En ligne

Sur le site Internet de la Ville au [vss.ca](http://vss.ca).

### En personne

Au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, pendant les heures ouvrables.

### La Ville de Saint-Sauveur se réserve le droit :

- de faire des changements;
- d'annuler l'activité si le nombre de participants est insuffisant ou pour toute autre raison. Le cas échéant, un remboursement sera effectué dans les 30 jours.

La politique de remboursement, en cas d'annulation par le participant, est affichée sur le site Internet de la Ville.

## Période d'inscription

Dès le 19 août 2024

### RÉSIDENTS SEULEMENT ET ACTIVITÉS DE L'ENTENTE INTERMUNICIPALE: 19 août, dès 8 h 30, au 25 août 2024.

Preuve de résidence obligatoire lors de l'inscription : permis de conduire, compte de taxes municipales, bail, compte d'électricité ou autre.

### POUR TOUS (RÉSIDENTS ET NON-RÉSIDENTS) : 26 août au 6 octobre 2024.

À noter qu'à partir du 9 septembre 2024, certains cours pourraient être annulés si le nombre minimal de participants n'est pas atteint.

**ÂGE REQUIS :** la tarification est établie en fonction de l'âge du participant au 1<sup>er</sup> septembre 2024.

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût		Remarques
					jusqu'au 8 septembre	à partir du 9 septembre	
<b>Jeunes</b>							
					Rés. / Non-rés.	Rés. / Non-rés.	
<b>ARTS CRÉATIFS POUR ENFANTS</b> Nathalie Morel  Grande salle	17 septembre Nombre de séances : 12	MAR	16h30 à 17h30	6 à 12 ans	160 \$ / 192 \$	170 \$ / 202 \$	Dessin, peinture, collage, volume et autres expériences artistiques. <b>Matériel :</b> prévoir l'achat de matériel (15 \$).
<b>BASKETBALL</b> Benito Junior Jean Gymnase du Pavillon Marie-Rose	22 septembre Nombre de séances : 12	DIM	8 h à 9 h 9 h à 10 h	5 à 8 ans 9 à 11 ans	137 \$ / 164 \$ 137 \$ / 164 \$	147 \$ / 174 \$ 147 \$ / 174 \$	Apprentissage des principes de base et développement des habiletés en basketball. Nouveauté: parties organisées avec la Ville de Sainte-Adèle!
<b>CHEERLEADING INITIATION</b> Starz Cheerleading Gymnase du Pavillon de la Vallée	20 octobre Nombre de séances : 8	DIM	14h45 à 15h45 16 h à 17 h	6 à 9 ans 10 à 15 ans	216 \$ / 259 \$ 233 \$ / 280 \$	226 \$ / 269 \$ 243 \$ / 290 \$	Initiation au cheerleading pour les tout-petits et les adolescents. Mettez de l'avant votre esprit d'équipe et pratiquez votre équilibre et votre flexibilité. <b>Matériel :</b> prévoir l'achat de l'uniforme (60\$).
<b>GYMNASTIQUE</b> Gareau Vertige Gymnase du Pavillon de la Vallée	17 septembre 19 septembre Nombre de séances : 10	MAR JEU	17h30 à 18h20 17h30 à 18h30 18h30 à 20h 17h30 à 18h20 17h30 à 18h30 18h30 à 20h	3 à 4 ans 4 à 6 ans 7 à 9 ans 3 à 4 ans 4 à 6 ans 10 ans et +	153 \$ / 184 \$ 153 \$ / 184 \$ 204 \$ / 244 \$ 153 \$ / 184 \$ 153 \$ / 184 \$ 204 \$ / 244 \$	163 \$ / 194 \$ 163 \$ / 194 \$ 214 \$ / 254 \$ 163 \$ / 194 \$ 163 \$ / 194 \$ 214 \$ / 254 \$	<b>Relâche le 31 octobre.</b> <b>3 à 4 ans :</b> circuits, parcours, jeux et comptines. <b>4 à 6 ans :</b> roulade, équilibre, locomotion, mobilité à l'aide de circuits. <b>7 ans et + :</b> sol, poutre, mini-trampoline et autres.
<b>JUDO</b> Dojo Zenshin Salle de jeux	19 septembre Nombre de séances : 12	JEU	17h30 à 18h30 18h30 à 19h30 19h30 à 20h30	5 à 10 ans Débutant 5 à 10 ans Avancé Ados-adultes (11 ans et +)	75 \$ / 97 \$ 75 \$ / 97 \$ 75 \$ / 97 \$	85 \$ / 107 \$ 85 \$ / 107 \$ 85 \$ / 107 \$	<b>Relâche le 31 octobre.</b> Des frais d'affiliation annuels, variables selon l'âge, seront ajoutés au coût d'inscription (détails au vss.ca). <b>Matériel :</b> prévoir l'achat du judogi (75 \$) <b>Initiation :</b> ceinture blanche et blanche-jaune. <b>Avancé :</b> ceinture jaune et plus.

## PROGRAMMATION DES COURS

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût jusqu'au 8 septembre	Coût à partir du 9 septembre	Remarques
<b>Jeunes</b>					Rés./Non-rés.	Rés./Non-rés.	
<b>KARATÉ</b> Lorenzo D'Anna Salle d'exercice	17 septembre	MAR	17h à 18h	3 à 12 ans Débutant	74\$/96\$	84\$/106\$	Frais d'affiliation de 10 \$ inclus. Cours intergénérationnels. <b>Matériel</b> : prévoir l'achat du kimono (60 \$ à 80 \$). <b>3 à 4 ans</b> : un adulte doit être présent avec l'enfant. <b>Intermédiaire</b> : ceinture jaune ou orange et plus. <b>Avancé</b> : ceinture verte et plus.
	Nombre de séances : 10		18h à 19h	3 à 12 ans Intermédiaire	74\$/96\$	84\$/106\$	
			19h10 à 20h10	13 ans et + Avancé	85\$/110\$	95\$/120\$	
<b>PRÊTS À RESTER SEULS!</b> Marie-Josée Sauvé Chalet des patineurs	17 novembre	DIM	9h à 14h	9 à 12 ans	66\$/79\$	76\$/89\$	Formation de la Croix-Rouge qui permet aux jeunes d'acquérir les compétences nécessaires pour assurer leur propre sécurité. Manuel et attestation inclus.
<b>TENNIS</b> Terrains asphaltés	3 septembre	MAR	17h30 à 18h30	5 à 7 ans	26\$/60\$	36\$/70\$	Maximum de 4 séances si la température le permet (reprise possible la semaine du 6 octobre). Ce tarif résident est rendu possible grâce au partenariat avec le Club Optimiste de la Vallée de Saint-Sauveur.
			18h30 à 19h30	8 à 12 ans	26\$/60\$	36\$/70\$	
	5 septembre	JEU	17h30 à 18h30	5 à 7 ans	26\$/60\$	36\$/70\$	
			18h30 à 19h30	8 à 12 ans	26\$/60\$	36\$/70\$	

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût jusqu'au 8 septembre	Coût à partir du 9 septembre	Remarques
<b>Adultes</b>					Rés./Non-rés.	Rés./Non-rés.	
<b>5 À 7 PHILO</b> Nathalie Morel et Charly Morel Salle de jeux	22 septembre 13 octobre 10 novembre 15 décembre	DIM	17h à 19h		Gratuit	Gratuit	Discussions sous forme de questions tirées au sort et recherche d'un raisonnement philosophique.
<b>ATELIER DE JEU RÉALISTE</b>  Éliane Aylestock Salle de jeux	17 septembre	MAR	19 h à 20 h 30		134\$/174\$*	144\$/184\$*	<b>Relâche le 22 octobre.</b> Cours de jeu réaliste pour le cinéma combinant techniques avancées du métier d'acteur (impro, lecture de scripts, etc.) et coaching personnalisé dans une ambiance ludique.
<b>BADMINTON Location de terrain</b> Gymnase du Pavillon de la Vallée	21 septembre	VEN	Plages horaires entre 18 h et 21 h		80\$/104\$*	90\$/114\$*	Louez votre terrain pour la session (maximum d'un terrain par inscription). Trois terrains disponibles pour chaque bloc de 1 h.
<b>CARDIO TONUS ET SOUPLESSE AVEC CHAISE</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	19 septembre	JEU	10h à 11h	50 ans et +	113\$/136\$*	123\$/146\$*	Programme d'exercices dynamiques et complets combinant cardio en douceur, renforcement musculaire et flexibilité. Pour tous les niveaux.

\*Taxes incluses

# PROGRAMMATION DES COURS

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût jusqu'au 8 septembre	Coût à partir du 9 septembre	Remarques
<b>Adultes</b>					Rés./Non-rés.	Rés./Non-rés.	
<b>DANSE EN LIGNE Cours</b> Monique Desparois Salle d'exercice	18 septembre Nombre de séances : 12	MER	13 h 15 à 14 h 45 15 h à 16 h	Intermédiaire Débutant 2	117\$/141\$* 80\$/104\$*	127\$/151\$* 90\$/114\$*	<b>Relâche le 27 septembre.</b> <b>Débutant 1 :</b> apprentissage de la base et de la terminologie. <b>Débutant 2-3-4 :</b> avoir suivi les cours de niveaux inférieurs ou posséder une connaissance de la danse en ligne et des figures codifiées. <b>Intermédiaire :</b> avoir suivi les cours des niveaux inférieurs ou connaître parfaitement les figures codifiées.
	20 septembre Nombre de séances : 10	VEN	13 h 15 à 14 h 45 15 h à 16 h 16 h 15 à 17 h 15	Débutant 4 Débutant 3 Débutant 1	98\$/128\$* 67\$/87\$* 67\$/87\$*	108\$/138\$* 77\$/97\$* 77\$/97\$*	
<b>DANSE EN LIGNE Pratiques</b> Monique Desparois Salle d'exercice	10 et 24 octobre 14 et 28 novembre Nombre de séances : 4	JEU	16 h 30 à 18 h 30		55\$/71\$*	65\$/81\$*	Pratiques de danse en ligne pour tous les niveaux.
<b>DESSIN</b> Nathalie Candelon-Morel Grande salle	17 septembre Nombre de séances : 12	MAR	14 h 15 à 16 h 15		184\$/220\$*	194\$/230\$*	Approfondissez votre pratique du dessin et votre expression personnelle et améliorez votre motricité fine en vous adonnant au plaisir de créer. <b>Matériel :</b> prévoir l'achat de matériel. Une liste vous sera fournie à l'inscription (\$).
<b>ESPAGNOL</b> Monica Guzmán Salle d'exercice	17 septembre	LUN	18 h à 19 h 15	Débutant	134\$/160\$*	144\$/170\$*	Apprentissage des bases de l'espagnol permettant d'amorcer des conversations. <b>Matériel :</b> prévoir l'achat du manuel (24\$).
	19 septembre Nombre de séances : 12	JEU	15 h à 16 h 15				
<b>ÉTIREMENTS</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	16 septembre	LUN	14 h 15 à 15 h 15		113\$/136\$*	123\$/146\$*	<b>Relâche le 14 octobre.</b> Série d'exercices conçus pour améliorer la flexibilité à tout âge.
	19 septembre Nombre de séances : 12	JEU	11 h 15 à 12 h 15		113\$/136\$*	123\$/146\$*	
<b>GYM DOUCE</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	16 septembre	LUN	11 h à 12 h		113\$/136\$*	123\$/146\$*	<b>Relâche le 14 octobre.</b> Programme d'exercices avec mouvements lents permettant d'assouplir et de tonifier le corps en respectant les capacités de chacun.
	19 septembre Nombre de séances : 12	JEU	12 h 30 à 13 h 30		113\$/136\$*	123\$/146\$*	
<b>INITIATION AU TRICOT</b>  Parise Garon du Cercle de fermières de Saint-Sauveur Salle de jeux	22 septembre Nombre de séances : 10	DIM	13 h à 15 h		91\$/118\$*	101\$/128\$*	<b>Relâche le 29 septembre.</b> Apprentissage des bases du tricot (endroit, envers, jetés, etc.) et confection d'une lavette à vaisselle. <b>Matériel :</b> prévoir l'achat d'une balle de coton <i>Bernat Handicrafter</i> de 50 grammes.
<b>JARDINAGE BIOLOGIQUE</b> Jocelyne Morin Salle d'exercice	19 et 26 septembre 3 et 10 octobre Nombre de séances : 4	JEU	19 h à 20 h 30		22\$/28\$*	32\$/38\$*	Ateliers sous le thème de l'horticulture maraîchère écologique abordant semis et plantations de fin d'été, fermeture de jardin et une multitude d'autres sujets pour terminer la saison en beauté!

\*Taxes incluses

# PROGRAMMATION DES COURS

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût jusqu'au 8 septembre	Coût à partir du 9 septembre	Remarques
<b>Adultes</b>					Rés. /Non-rés.	Rés. /Non-rés.	
<b>JUDO</b> Dojo Zenshin Salle de jeux	19 septembre  Nombre de séances : 12	JEU	19h 30 à 20h 30	Ados-adultes (11 ans +)	75 \$ / 97 \$*	85 \$ / 107 \$*	<b>Relâche le 31 octobre.</b> Des frais d'affiliation annuels, variables selon l'âge, seront ajoutés au coût d'inscription (détails au vss.ca). Information au premier cours. <b>Matériel</b> : Prévoir l'achat du judogi (75 \$)
<b>KARATÉ</b> Lorenzo D'Anna Salle d'exercice	17 septembre  Nombre de séances : 10	MAR	17h à 18h 18h à 19h 19h10 à 20h10	Débutant	85 \$ / 110 \$	95 \$ / 120 \$	Des frais d'affiliation de 10 \$ sont inclus. Cours intergénérationnels. <b>Matériel</b> : prévoir l'achat du karategi (60 \$ à 80 \$). <b>Intermédiaire</b> : ceinture jaune ou orange et plus. <b>Avancé</b> : ceinture verte et plus.
				Intermédiaire	85 \$ / 110 \$	95 \$ / 120 \$	
				Avancé	85 \$ / 110 \$	95 \$ / 120 \$	
<b>MARCHE ACTIVE ET CIRCUIT MUSCULAIRE</b> Isabelle Tessier et son équipe Terrain de basketball	16 septembre  20 septembre  Nombre de séances : 12	LUN	9h à 10h	Avec circuit musculaire	113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	<b>Relâche le 14 octobre.</b> Marche d'entraînement dynamique par intervalles afin d'augmenter votre endurance et votre masse musculaire, et ce, sans impact et en sécurité. Les lundis, ajout d'un circuit musculaire.
		VEN	9h à 10h	Marche active	113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	
<b>MISE EN FORME</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	18 septembre  Nombre de séances : 12	MER	9h à 10h		113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	Entraînement complet pour tous les niveaux. Augmentez de façon progressive votre endurance, votre souplesse et votre équilibre.
<b>MUSCULATION</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	16 septembre  Nombre de séances : 12	LUN	15h 30 à 16h 30	Haut du corps et abdos	113 \$ / 136 \$*	113 \$ / 146 \$*	<b>Relâche le 14 octobre.</b> Augmentez la stabilité et la performance dans vos sports et activités courantes. Activités ciblées afin de sculpter et tonifier le corps.
			16h 45 à 17h 45	Jambes, fessiers et abdos	113 \$ / 136 \$*	113 \$ / 146 \$*	
<b>PEINTURE</b> Johanne Martel Salle de jeux	16 septembre  17 septembre  Nombre de séances : 12	LUN	13h à 16h		170 \$ / 204 \$*	180 \$ / 214 \$*	<b>Relâche le 14 octobre.</b> Développement de techniques pour améliorer l'expression picturale. Approche individualisée, huile ou acrylique. <b>Matériel</b> : prévoir l'achat de matériel (60 \$).
		MAR	13h à 16h		170 \$ / 204 \$*	180 \$ / 214 \$*	
<b>PICKLEBALL Cours d'initiation</b> Yves Cloutier Jean Bérubé Gymnase du Pavillon Marie-Rose	26 septembre  7 novembre  21 septembre  2 novembre  Nombre de séances pour chaque cours : 6	JEU	19h à 21h		56 \$ / 73 \$*	66 \$ / 83 \$*	<b>Relâche le 7 décembre.</b> Initiation aux techniques et règlements du pickleball. Des frais d'affiliation annuels de 25 \$ seront ajoutés au coût d'inscription.
			19h à 21h		56 \$ / 73 \$*	66 \$ / 83 \$*	
		SAM	13h 30 à 15h 30		56 \$ / 73 \$*	66 \$ / 83 \$*	
			13h 30 à 15h 30		56 \$ / 73 \$*	66 \$ / 83 \$*	
<b>PICKLEBALL Cours de perfectionnement</b> Jacques Lescarbeau Gymnase du Pavillon de la Vallée	21 septembre  19 octobre  Nombre de séances pour chaque cours : 4	SAM	13h à 15h		77 \$ / 100 \$*	87 \$ / 110 \$*	Exécution d'exercices répétitifs (drills) pour acquérir de la maîtrise. Élaboration de stratégies et de situations de jeu. <b>Prérequis</b> : avoir au moins deux années d'expérience et maîtriser les notions de base. Des frais d'affiliation annuels de 25 \$ seront ajoutés au coût d'inscription.
			15h à 17h		77 \$ / 100 \$*	87 \$ / 110 \$*	
		SAM	13h à 15h		77 \$ / 100 \$*	87 \$ / 110 \$*	
			15h à 17h		77 \$ / 100 \$*	87 \$ / 110 \$*	

\*Taxes incluses

# PROGRAMMATION DES COURS

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût		Remarques
					jusqu'au 8 septembre	à partir du 9 septembre	
<b>Adultes</b>					Rés./Non-rés.	Rés./Non-rés.	
<b>PICKLEBALL organisé</b> Club de Pickleball des Laurentides Gymnase du Pavillon de la Vallée	21 octobre	LUN	18 h à 20 h 20 h à 22 h	Débutant Intermédiaire	24 \$ / 32 \$* 24 \$ / 32 \$*	34 \$ / 42 \$* 34 \$ / 42 \$*	<b>Débutant :</b> avoir fait le cours d'initiation ou connaître les notions de base. <b>Intermédiaire :</b> avoir au moins deux années d'expérience et maîtriser les notions de base. Maximum d'une plage horaire par semaine. Des frais d'affiliation annuels de 25 \$ seront ajoutés au coût d'inscription.
	19 octobre	SAM	9 h à 11 h 11 h à 13 h	Débutant Intermédiaire	24 \$ / 32 \$* 24 \$ / 32 \$*	34 \$ / 42 \$* 34 \$ / 42 \$*	
	20 octobre	DIM	9 h à 11 h 11 h à 13 h	Débutant Intermédiaire	24 \$ / 32 \$* 24 \$ / 32 \$*	34 \$ / 42 \$* 34 \$ / 42 \$*	
	Nombre de séances : 8						
<b>PILATES</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	18 septembre Nombre de séances : 12	MER	11 h 30 à 12 h 30		113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	Exercices de renforcement qui ciblent le rythme de la respiration.
<b>PRÉPARATION AU SKI</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	16 septembre	LUN	13 h à 14 h		113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	Renforcement musculaire et augmentation de l'équilibre en prévision de la saison de ski.
	18 septembre	JEU	8 h 45 à 9 h 45		113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	
	Nombre de séances : 12						
<b>TAÏ-CHI-CHUAN</b>  Nathalie Candelon-Morel Salle de jeux	16 septembre Nombre de séances : 12	LUN	9 h à 10 h 10 h 05 à 11 h 35	Débutant Intermédiaire	154 \$ / 185 \$* 228 \$ / 274 \$*	164 \$ / 195 \$* 238 \$ / 284 \$*	<b>Relâche le 14 octobre.</b> Méditation en mouvement, série de mouvements circulaires avec lenteur et précision. <b>Prérequis intermédiaire :</b> avoir suivi le cours débutant.
<b>TENNIS</b> Terrains asphaltés	3 septembre	MAR	19 h 30 à 21 h	Débutant	89 \$ / 115 \$*	99 \$ / 125 \$*	Maximum de 4 séances si la température le permet (reprise possible la semaine du 6 octobre).
	5 septembre	JEU	19 h 30 à 21 h	Intermédiaire	89 \$ / 115 \$*	99 \$ / 125 \$*	
<b>VITRAIL</b> Catherine Allard Salle de jeux	20 septembre Nombre de séances : 10	VEN	9 h à 12 h		248 \$ / 297 \$*	258 \$ / 307 \$*	<b>Relâche le 27 septembre et 4 octobre.</b> Outillage fourni. Ce cours demande une certaine force dans les mains. <b>Matériel :</b> prévoir l'achat de matériel (+/- 170 \$).
<b>VOLLEY-BALL</b> <b>Location de terrain</b> Gymnase du Pavillon de la Vallée	18 septembre Nombre de séances : 12	MER	19 h à 21 h 30		498 \$ / 597 \$*	508 \$ / 607 \$*	Louez votre terrain pour la session.
<b>YOGA THÉRAPEUTIQUE AVEC CHAISE</b> Lise Maltais Salle d'exercice	17 septembre Nombre de séances : 12	MAR	10 h 30 à 12 h		170 \$ / 204 \$*	180 \$ / 214 \$*	Avec une chaise comme accessoire, exécuter des mouvements facilitant la souplesse, l'équilibre et les articulations. Méditation guidée.
<b>ZUMBA</b> Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	18 septembre Nombre de séances : 12	MER	10 h 15 à 11 h 15		113 \$ / 136 \$*	123 \$ / 146 \$*	La Zumba combine des mouvements dynamiques inspirés des danses latines. Accessible à tous, peu importe le niveau de condition physique.

\*Taxes incluses

# PROGRAMMATION DES COURS

## Entente intermunicipale

Conclue entre six municipalités, l'entente intermunicipale permet aux citoyens de ces dernières de s'inscrire aux activités offertes dans le cadre de cette entente et de bénéficier de la tarification résidente.

## Activités offertes, modalités d'inscription et de remboursement

Les modalités d'inscription et de remboursement sont celles en vigueur au sein de la municipalité qui offre l'activité. Une preuve de résidence sera requise par chacune des municipalités participantes. Nous vous invitons à consulter le site Internet de la municipalité concernée ou à communiquer avec celle-ci pour obtenir tous les détails concernant les cours offerts et les modalités d'inscription.

### Pour informations

#### Municipalité de Morin-Heights

450 226-3232, poste 132  
morinheights.com

#### Municipalité de Piedmont

450 227-1888, poste 230  
piedmont.ca

#### Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs

450 224-2675, poste 262  
sadl.qc.ca

#### Ville de Sainte-Adèle

450 229-2921, poste 7244  
ville.sainte-adele.qc.ca

#### Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

450 228-2543, poste 221  
lacmasson.com

## Programme Accès-Loisirs des Pays-d'en-Haut

### Des activités gratuites pour les personnes à faible revenu!

Inscription :

**mercredi 11 septembre 2024, de 9 h 30 à 11 h**

au sous-sol de l'église située au 205, rue Principale, à Saint-Sauveur.

Ce programme offre aux personnes âgées de 0 à 99 ans, vivant une situation de faible revenu, la possibilité de participer gratuitement à des activités de loisir, et ce, dans le respect et la confidentialité. Cette opportunité permet à la clientèle de briser l'isolement et d'être socialement active, au même titre que tous les autres citoyens. Le Programme Accès-Loisirs Québec est implanté en partenariat avec les Municipalités de Morin-Heights, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs, les Villes de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, Saint-Sauveur et Sainte-Adèle ainsi qu'avec le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut.



**CENTRE SPORTIF**  
**Pays-d'en-Haut**

Pour connaître tous les détails de la session automnale, rendez-vous sur : [centresportifpaysdenhaut.com](http://centresportifpaysdenhaut.com) et suivez leur page Facebook.



## Ligue intermunicipale de hockey (LIH)

### Période d'inscription :

Résidents seulement : 19 août au 24 novembre | Pour tous : 25 novembre au 8 décembre

Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût		Remarques
				jusqu'au 8 septembre	à partir du 9 septembre	
6 janvier au 27 février	LUN ET MER	18 h 30 à 19 h 30 19 h 30 à 21 h	5 à 6 ans 14 à 16 ans	26 \$ / 34 \$ 40 \$ / 52 \$	36 \$ / 44 \$ 50 \$ / 62 \$	<b>5 à 6 ans :</b> apprentissage des bases du hockey. <b>7 à 16 ans :</b> pratiques et participation à des matchs intermunicipaux (1 match par semaine) et à une classique hivernale en aréna. Le calendrier sera remis lors de la première pratique.
	MAR ET JEU	18 h 30 à 19 h 30 19 h 45 à 20 h 45	7 à 10 ans 11 à 13 ans	40 \$ / 52 \$ 40 \$ / 52 \$	50 \$ / 62 \$ 50 \$ / 62 \$	

Les séances peuvent être annulées en raison de l'état des glaces. Pour une uniformité dans la ligue, la date de calcul de l'âge requis est le 30 septembre 2024. Prérequis : savoir patiner. L'équipement complet est obligatoire.

BÉNÉVOLES  
RECHERCHÉS

La ligue repose sur la participation bénévole et nous sommes à la recherche d'entraîneurs, d'entraîneurs adjoints et d'arbitres. Vous aimeriez vous impliquer? Écrivez-nous à [communautaire@vss.ca](mailto:communautaire@vss.ca).

## Heures d'ouverture

Lundi : Fermé

Mardi : 11 h à 18 h

Mercredi : 11 h à 18 h

Jeudi : 11 h à 18 h

Vendredi : 11 h à 18 h

Samedi : 10 h à 15 h

Dimanche : Fermé

## Heure du conte

Les lundis 30 septembre, 28 octobre et 25 novembre  
9 h 15 ou 10 h 30

Bibliothèque

Lecture et animation d'un conte pour les enfants  
de 3 à 5 ans.

Réservation téléphonique requise.

## Une naissance, un livre

Pour susciter l'éveil à la lecture et le goût des livres  
chez votre enfant de moins d'un an, inscrivez-le à la  
bibliothèque et il recevra gratuitement un ensemble-  
cadeau comprenant un livre.

Abonnement gratuit pour les résidents  
de Saint-Sauveur et de Piedmont.



Semaine  
DES **bibliothèques**  
publiques

**HEURE DU CONTE – Spécial pyjama**

*La passion des histoires,  
ça s'attrape!*

avec Isabelle Larouche

Vendredi 18 octobre

19 h

Bibliothèque

Lecture et animation d'un conte pour les enfants  
de 3 à 5 ans.

Réservation téléphonique requise.



## HEURE DU CONTE – Spécial HALLOWEEN

### *As-tu peur des frissons?*

avec Roxane Turcotte

Samedi 26 octobre

10 h 30

Chalet Pauline-Vanier, salle d'exercice

Lecture et animation d'un conte sous la thématique de l'Halloween pour les 6 à 9 ans.

Réservation téléphonique requise.



## Conférences



### Mes racines : comment raconter mon histoire

Vendredi 25 octobre

13 h 30

Cette conférence présente différentes options pour raconter son histoire de vie. Que ce soit par l'autobiographie traditionnelle, le journal intime, le journal *Mes Racines* ou l'enregistrement sonore, le but est d'aider les gens à choisir la formule qui leur convient le mieux pour raconter leurs souvenirs et mener à bien leur projet.



### Ce qui rend ma vie belle, par Marcia Pilote

Judi 14 novembre

19 h

Avoir une belle vie, ça veut dire quoi au juste? Avec son sens de l'humour unique et connectée à la « vraie vie », Marcia nous parle de ce qui rend sa vie belle et nous inspire à nous créer une vie à notre image. En nous racontant de quelle façon elle se « fabrique » des moments pétillants qui l'aident à traverser les épreuves et donnent un sens à sa vie et en nous expliquant de quoi ils sont faits et comment elle les vit, Marcia nous démontre que la création de ces petits bonheurs n'en tient qu'à nous et qu'ils sont plus accessibles qu'on pourrait l'imaginer.



### Pour mieux vivre avec le stress, par Stéphanie Milot

Judi 5 décembre

19 h

Dans le cadre de cette conférence, venez découvrir des outils pour mieux gérer votre stress ! Sous le signe de l'humour, Stéphanie Milot saura vous faire ressortir de cette soirée, le cœur plus léger!



27, 28 et 29 septembre 2024

Sauf indication contraire, toutes les activités sont gratuites et l'entrée est libre.

## Conférence de Jonathan B. Roy



Vendredi 27 septembre  
19 h

Chalet Pauline-Vanier

Jonathan B. Roy a pédalé partout sur la planète : de l'Angleterre au Japon, en passant par l'Asie centrale et une bonne partie de l'Amérique du Sud, il a parcouru pendant quatre ans près de 40 000 km, dans 40 pays, sur 3 continents. L'ancien avocat gagne maintenant sa vie à raconter des histoires, devant public, en vidéo et par écrit. Il a publié deux tomes à succès de ses *Histoires à dormir dehors* et est journaliste pour le magazine *Vélo Mag*.



## Après-midi créatif

Samedi 28 septembre  
13 h à 16 h

Parc Georges-Filion

En cas de pluie, cette activité se tiendra au Chalet Pauline-Vanier.

Explorez différentes formes d'art lors d'un après-midi créatif! Une occasion unique de laisser libre cours à votre imagination dans une ambiance ludique et conviviale.

## Le Musée du Ski des Laurentides s'anime

6, avenue de la Gare  
450 744-1723



### Visite de l'exposition permanente

Vendredi, samedi et dimanche  
11 h à 17 h

### Heure du conte et coloriage

Samedi 28 septembre  
10 h

Réservation obligatoire au [museeduski.com](http://museeduski.com)

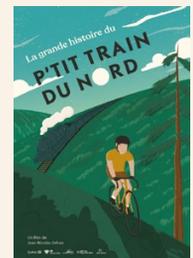
Pars à l'aventure avec le P'tit train du Nord, un récit raconté par l'auteure et illustratrice, Isabelle Charbonneau. Écoute la balade des animaux des Laurentides qui empruntent le train sur ce parcours mythique. C'est une belle initiation à l'histoire et au patrimoine de ta région! Un atelier de dessin et du coloriage suivront après le conte.



### Projection du documentaire « La grande histoire du P'tit train du Nord »

Samedi 28 septembre  
14 h

Réservation obligatoire au  
[museeduski.com](http://museeduski.com).



## Visites historiques au cœur du village

**Samedi 28 septembre, 11 h 30 et 15 h 30**

**Dimanche 29 septembre, 11 h 30 et 14 h 30**

Départ sur le parvis de l'église de Saint-Sauveur

Notre guide-animateur vous invite à découvrir un parcours historique à travers le territoire de Saint-Sauveur. Il vous relatera la vie de nos grands personnages et l'histoire des bâtiments et des sites qui ont façonné notre ville pour en faire une destination touristique incontournable.

Les visites sont d'une durée d'environ 1 h 30.



## 75<sup>e</sup> anniversaire du Cercle de fermières de Saint-Sauveur

**Samedi 27 et dimanche 28 septembre, 10 h à 16 h**

Chalet Pauline-Vanier

D'hier à aujourd'hui (1949-2024), les artisanes vous dévoilent leurs secrets. Vous pourrez vous initier à certaines techniques de base et vous procurer leurs belles pièces. Peut-être une passion en devenir?

On vous y attend!



## Café-concert du Groupe choral Musikus Vivace!

**Dimanche 29 septembre, 10 h**

Parc Georges-Filion

En cas de pluie, cette activité se tiendra au Chalet Pauline-Vanier.

C'est au moyen d'un répertoire varié, allant du classique au populaire, que le groupe choral Musikus Vivace vous fera entendre ses morceaux magnifiquement interprétés par ses choristes.

Venez savourer un bon café sous les airs mélodieux du groupe choral Musikus Vivace. Du café et des croissants seront offerts gratuitement.

Un spectacle matinal à ne pas manquer!



## Calendrier des événements

Sauf indication contraire, les événements sont gratuits et l'entrée est libre.

Notez que les sites extérieurs sont exempts d'estrades et de bancs.

Par conséquent, veuillez apporter votre chaise de parterre.



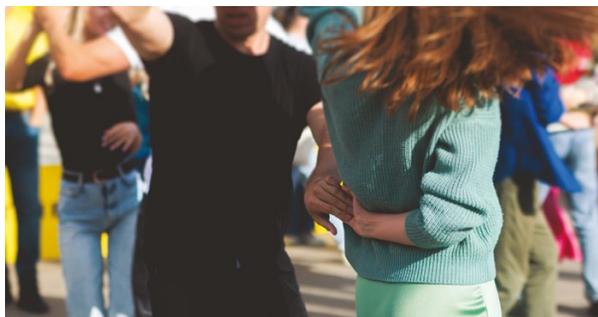
### Septembre

#### Festival des Rythmes Latins

**30 et 31 août, et 1<sup>er</sup> septembre**

Parc Georges-Filion

Trois jours de festivités pour célébrer la culture latine! Artistes, chanteurs et musiciens fouleront la scène McGarrigle pour réchauffer la foule et vous faire danser comme jamais vous ne l'aurez fait au son des rythmes latins! Programmation complète au [valleesaintsauveur.com](http://valleesaintsauveur.com).



#### Exposition de voitures anciennes VAQ

**Dimanche 15 septembre**

**10 h à 16 h**

Parc Georges-Filion

Voitures anciennes de 25 ans et plus, d'origine et modifiées. Programmation complète au [valleesaintsauveur.com](http://valleesaintsauveur.com).

### Octobre

#### Vente-débarras des citoyens

**Fin de semaine du 11 au 14 octobre**

Les citoyens prévoyant tenir une vente-débarras et désirant que leur adresse figure sur la liste qui sera publiée par la Ville doivent s'inscrire au [vss.ca](http://vss.ca), au plus tard le 6 octobre. La liste des adresses des citoyens inscrits sera affichée sur la carte interactive du site Internet de la Ville, à compter du 9 octobre.



#### Accès privilégié au parc F.U.N.

**Vendredi 13 septembre**

**13 h à 20 h**

La Ville est heureuse d'offrir un accès gratuit au parc F.U.N. du Sommet Saint-Sauveur aux personnes résidentes de Saint-Sauveur sur présentation d'une preuve de résidence. Durant cette période, l'accès à tous les manèges et à toutes les attractions, incluant le Minigolf, le Viking et le Dragon, est inclus et réservé uniquement aux résidents de Saint-Sauveur.

## Octobre

### La Grande marche Pierre Lavoie



**Samedi 19 octobre**

Parc Georges-Filion

Parcours de 2,5 et de 5 kilomètres.  
Animation et collations sur place.

- 10 h : Accueil
- 10 h 20 : Échauffement
- 11 h : Départ

Inscription dès septembre sur [onmarche.com](http://onmarche.com).

### Les mystérieux sentiers

**Samedi 26 octobre de 18 h à 22 h**

**Dimanche 27 octobre de 10 h à 14 h**

Animation pour toute la famille dans le sentier du parc John-H.-Molson.



### Parcours d'Halloween Desjardins

**Jeudi 31 octobre**

**16 h à 19 h**

Sur la rue Principale, l'avenue de la Gare, l'avenue Filion et au parc Georges-Filion.

Rendez-vous au cœur du village pour recueillir des bonbons dans les différents commerces et kiosques. Pour assurer la sécurité des participants, certaines rues seront fermées à la circulation automobile, et ce, dès 15 h 30. Programmation complète au [vallesaintsauveur.com](http://vallesaintsauveur.com).

## Novembre

### Matinée jeunesse Tortue Berlue : La Panne

**Samedi 9 novembre**

**10h**

Chalet Pauline-Vanier

Pour la première fois de sa longue vie, Tortue Berlue doit chanter devant un public. Elle a l'habitude de raconter des histoires, mais chanter, c'est nouveau! De sa mécanique émane soudain un bruit étrange et elle s'arrête net. C'est impossible! Berlue est en panne? Avec l'aide de sa mécanicienne Routière, Berlue plongera au cœur de sa carapace, afin de découvrir l'origine de cette panne.



## Ateliers Culturels

Période d'inscription :

- Résidents seulement : 14 au 20 octobre.
- Pour tous : 21 octobre au 10 novembre.

\*Maximum d'une activité par personne, places limitées

### Fleur solitaire

**21 ou 22 novembre de 17 h à 19 h**

Coût : 15 \$ (Valeur de 60 \$)

Atelier créatif de couronne de Noël.

Chaque atelier commence par une démonstration d'une durée d'environ 30 minutes. Par la suite, vous serez assisté pour créer votre propre création à l'aide de sapinages locaux, d'eucalyptus frais, de vigne doublons local et de décorations avec des éléments de la nature. Plaisir, partage et art sont au rendez-vous.



### Chocolatier Cotard

**22 novembre ou 6 décembre de 14 h à 16 h**

Coût : 20 \$ (Valeur de 75 \$)

Destiné à tous, petits et grands, l'atelier de groupe vous fait découvrir les joies de la création chocolatée.

Démonstration des techniques de base et exploration du chocolat d'une nouvelle manière!



### Cristal momentum

**23 novembre 13 h à 14 h 30**

Coût : 10 \$ (Valeur de 35 \$)

Concert immersif. 90 minutes de vibrations

Accompagné de plus de 120 instruments musicaux aux sons binauraux, vaisseaux de cristal, gongs et tambour, pour une méditation profonde ainsi qu'une grande détente physique et émotionnelle.



## Décembre

### Grand défilé de Noël

**Samedi 7 décembre**

**18 h 30**

Défilé sur la rue Principale. Le départ s'effectuera à l'angle de l'avenue Monette pour se terminer à celui de l'avenue de l'Église. Programmation complète au [vallesaintsauveur.com](http://vallesaintsauveur.com).

### Fête de Noël

**Samedi 14 décembre**

**de 10 h 30 à 12 h et de 13 h à 14 h 30**

*Une plage horaire de 14 h 30 et 15 h est réservée aux enfants à besoins particuliers afin d'offrir un environnement réduit en bruit et en foule.*

Gymnase du Pavillon de la Vallée

Venez à la rencontre du père Noël et de ses lutins! Jeux libres et animation sur place. Cet événement est dédié aux enfants de 10 ans ou moins. L'âge sera calculé au 30 septembre 2024. **Résidents seulement. Inscription requise au [vss.ca](http://vss.ca), du 1<sup>er</sup> au 15 novembre. Places limitées.**

L'activité est réalisée en collaboration avec le Club Optimiste de la Vallée de Saint-Sauveur et l'Association des Auteurs des Laurentides.

## SPORTS ET PLEIN AIR

### Terrains de tennis et de pickleball

**Terrains en terre battue :** 3 terrains de tennis  
**Terrains asphaltés :** 2 terrains de tennis ou 4 terrains de pickleball

La saison n'est pas encore terminée! Il est possible de s'abonner, gratuitement pour les résidents, ou de louer un terrain. Les horaires, tarifications et modalités sont disponibles sur la page *Installations récréatives* de la section *Parcs et infrastructures* au [vss.ca](http://vss.ca).

### Parc John-H.-Molson

#### En pleine nature!

- **Terrain de basketball**
- **Terrains de soccer**
- **Jeux d'eau**  
Tous les jours de 9 h 30 à 21 h  
Durée de la saison en fonction de la température
- **Skatepark**  
Vu les travaux de réfection en cours, l'infrastructure n'est pas encore accessible. Consultez le site Internet et la page Facebook de la Ville pour demeurer à l'affût de la date d'ouverture au public.
- **Toilettes publiques**

### Parc Georges-Filion

#### Au cœur du village!

- **Parc d'entraînement**
- **Table de ping-pong**  
(apportez vos raquettes et vos balles)
- **Chaises et balançoires sur place**
- **Toilettes publiques**

### Club de soccer FC Boréal



La période d'inscription pour les jeunes et les adultes est en cours. Inscription exclusivement en ligne sur le site Internet de l'organisme.

Information : [fcboreal.ca](http://fcboreal.ca) | [info@fcboreal.ca](mailto:info@fcboreal.ca)

## Sentiers

### Règles d'usage

- Merci de ne pas circuler sur les terrains privés et de demeurer sur les sentiers officiels et balisés.
- Les chiens sont autorisés en laisse seulement.

Consultez le site Internet de la Ville pour visualiser les cartes des sentiers et en découvrir davantage sur leur histoire.

### Parc John-H.-Molson (1,5 km)

- Sentiers de randonnée pédestre
- Niveau débutant, sans dénivellation et en poussière de pierre

Le sentier de raquette La Retraccée est fermé en dehors de la période hivernale en raison de son passage dans des milieux humides.

### Réseau La Marquise (3,2 km)

- Sentiers de randonnée pédestre
- Niveau intermédiaire, avec dénivellation

Depuis juin 2024, six nouvelles passerelles sur pilotis permettent aux randonneurs de profiter pleinement d'une expérience immersive et sécuritaire en nature, tout en minimisant les impacts sur nos milieux naturels. Venez en profiter!

