

le Sauverois



PROGRAMMATION DES COURS ET DES ACTIVITÉS

Édition hiver 2023-2024

Ville de
Saint-Sauveur



2 Renseignements généraux et procédure d'inscription

3-8 Programmation des cours

9 Bibliothèque

10 Relâche scolaire

11 Activités hivernales

12 Activités et événements

vss.ca

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

Parc Georges-Filion

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

Parc John-H.-Molson : patinoires, sentiers glacés, sentier de raquette, chalet des patineurs
Rue Viviane

Gymnase du Pavillon de la Vallée

167, rue Principale

Gymnase du Pavillon Marie-Rose

35, avenue Filion

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 disponibles dans la page *Subventions et programmes*, de la section *Services aux citoyens* du site Internet de la Ville.

Réductions familiales

2^e enfant : 20 % de rabais

3^e enfant : 40 % de rabais

4^e 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.

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 disponible sur le site Internet de la Ville.

Période d'inscription

Dès le 4 décembre 2023

**RÉSIDENTS SEULEMENT ET ACTIVITÉS DE L'ENTENTE
INTERMUNICIPALE : 4 décembre, dès 8 h 30, au
10 décembre 2023.**

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

**POUR TOUS (RÉSIDENTS ET NON-RÉSIDENTS) :
11 décembre 2023 au 4 février 2024.**

À noter qu'à compter du 5 janvier 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^{er} janvier 2024.

Activité, professeur(s) et lieu	Date de début et nombre de séances	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût jusqu'au 4 janv.	Coût à partir du 5 janv.	Remarques
Jeunes					Rés. / Non-rés.	Rés. / Non-rés.	
ARTS CRÉATIFS POUR ENFANTS Nathalie Candelon-Morel Grande salle	16 janvier Nombre de séances : 10	MAR	16 h 30 à 17 h 30	6 à 12 ans	114 \$ / 137 \$	124 \$ / 147 \$	Dessin, peinture, collage, volume et autres expériences artistiques. Prévoir l'achat de matériel (10 \$).
CHEERLEADING INITIATION Starz Cheerleading Gymnase du Pavillon de la Vallée	21 janvier Nombre de séances : 8	DIM	14 h 45 à 15 h 45 16 h à 17 h	6 à 9 ans 10 à 15 ans	225 \$ / 270 \$ 242 \$ / 290 \$	235 \$ / 280 \$ 252 \$ / 300 \$	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.
GYMNASTIQUE Gareau Vertige Gymnase du Pavillon de la Vallée	16 janvier 18 janvier Nombre de séances : 10	MAR JEU	17 h 30 à 18 h 20 17 h 30 à 18 h 30 18 h 30 à 20 h 17 h 30 à 18 h 20 17 h 30 à 18 h 30 18 h 30 à 20 h	3 et 4 ans 4 à 6 ans 7 à 9 ans 3 et 4 ans 4 à 6 ans 10 ans et +	167 \$ / 200 \$ 167 \$ / 200 \$ 220 \$ / 264 \$ 167 \$ / 200 \$ 167 \$ / 200 \$ 220 \$ / 264 \$	177 \$ / 210 \$ 177 \$ / 210 \$ 230 \$ / 274 \$ 177 \$ / 210 \$ 177 \$ / 210 \$ 230 \$ / 274 \$	3 et 4 ans : circuits, parcours, jeux et comptines. 4 à 6 ans : roulade, équilibre, locomotion, mobilité à l'aide de circuits. 7 ans et + : sol, poutre, mini-trampoline et autres.
JUDO Dojo Zenshin Salle de jeux	18 janvier Nombre de séances : 10	JEU	17 h 30 à 18 h 30 18 h 30 à 19 h 30	5 à 12 ans Initiation 7 à 12 ans Avancé	63 \$ / 82 \$ 63 \$ / 82 \$	73 \$ / 92 \$ 73 \$ / 92 \$	Des frais d'affiliation annuels, variables selon l'âge, seront ajoutés au coût d'inscription (détails au vss.ca). Prévoir l'achat du judogi. Information au premier cours. Initiation : ceinture blanche et blanche-jaune. Avancé : ceinture jaune et plus.
KARATÉ Lorenzo D'Anna Salle d'exercice	16 janvier Nombre de séances : 10	MAR	17 h à 18 h 18 h à 19 h 19 h 10 à 20 h 10	3 à 12 ans Débutant 3 à 12 ans Intermédiaire 13 ans et + Avancé	74 \$ / 96 \$ 74 \$ / 96 \$ 85 \$ / 110 \$	84 \$ / 106 \$ 84 \$ / 106 \$ 95 \$ / 120 \$	Frais d'affiliation de 10 \$ inclus. Prévoir l'achat du kimono. Information au premier cours. 3 et 4 ans : un adulte doit être présent avec l'enfant. Intermédiaire : ceinture jaune ou orange et plus. Avancé : ceinture verte 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 4 janv.	Coût à partir du 5 janv.	Remarques
Adultes					Rés. / Non-rés.	Rés. / Non-rés.	
4 À 6 PHILO Nathalie Candelon-Morel et Charly Morel Salle de jeux	7 janvier 4 février 10 mars	DIM	16 h à 18 h		33 \$ / 43 \$*	43 \$ / 53 \$*	Discussions sous forme de questions tirées au sort et recherche d'un raisonnement philosophique.
BADMINTON Location de terrain Gymnase du Pavillon de la Vallée	19 janvier Nombre de séances : 10	VEN	Plages horaires entre 18 h et 21 h		66 \$ / 86 \$*	76 \$ / 96 \$*	Louez votre terrain pour la session (maximum un terrain par inscription). Trois terrains disponibles pour chaque bloc de 1 h.
CARDIO TONUS ET SOUPLESSE AVEC CHAISE Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	18 janvier Nombre de séances : 9	JEU	10 h à 11 h	50 ans et +	86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Programme d'exercices dynamique et complet qui combine cardio en douceur, renforcement musculaire et flexibilité. Pour tous les niveaux.
DANSE EN LIGNE Cours Monique Desparois Salle d'exercice	17 janvier 19 janvier Nombre de séances : 10	MER VEN	13 h 15 à 14 h 45 15 h à 16 h 13 h 15 à 14 h 45 15 h à 16 h 16 h 15 à 17 h 15	Intermédiaire Débutant 2 Débutant 4 Débutant 3 Débutant 1	95 \$ / 123 \$* 65 \$ / 84 \$* 95 \$ / 123 \$* 65 \$ / 84 \$* 65 \$ / 84 \$*	105 \$ / 133 \$* 75 \$ / 94 \$* 105 \$ / 133 \$* 75 \$ / 94 \$* 75 \$ / 94 \$*	Débutant 1 : apprentissage de la base et de la terminologie. Débutant 2-3-4 : avoir suivi les cours des niveaux inférieurs ou posséder une connaissance des figures codifiées. Plus le niveau est élevé, plus la complexité des danses augmente. Intermédiaire : avoir suivi les cours des niveaux inférieurs ou connaître parfaitement les figures codifiées.
DANSE EN LIGNE Pratiques Monique Desparois Salle d'exercice	1 ^{er} et 15 février 7 et 21 mars Nombre de séances : 4	JEU	16 h 30 à 18 h 30		53 \$ / 68 \$*	63 \$ / 78 \$*	Pratiques de danse en ligne pour tous les niveaux.
DESSIN Nathalie Candelon-Morel Grande salle	16 janvier Nombre de séances : 10	MAR	14 h à 16 h		131 \$ / 157 \$*	141 \$ / 167 \$*	Techniques de base du dessin : crayons, feutres, encre de Chine, collage. Développez votre expression personnelle et votre motricité fine. Prévoir l'achat de matériel (la liste sera fournie aux participants).
ÉTIREMENTS Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	15 janvier 18 janvier Nombre de séances : 9	LUN JEU	14 h 15 à 15 h 15 11 h 15 à 12 h 15		86 \$ / 112 \$* 86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$* 96 \$ / 122 \$*	Série d'exercices conçus pour améliorer la flexibilité à tout âge.
ESPAGNOL Rodrigo Ortega Grande salle	16 janvier Nombre de séances : 10	MAR	10 h à 12 h	Intermédiaire	105 \$ / 126 \$*	115 \$ / 136 \$*	Prévoir l'achat du manuel. Le cours est composé d'une partie orale et d'une partie écrite. Prérequis : avoir complété le cours débutant ou avoir une connaissance de base.

*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 4 janv.	à partir du 5 janv.	
Adultes					Rés. / Non-rés.	Rés. / Non-rés.	
GYM DOUCE Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	18 janvier Nombre de séances : 9	JEU	12 h 30 à 13 h 30		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Programme d'exercices avec mouvements lents permettant d'assouplir et de tonifier le corps, en respectant les capacités de chacun.
JAMBES, FESSIERS ET ABDOS Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	15 janvier Nombre de séances : 9	LUN	16 h 45 à 17 h 45		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Augmentez la stabilité et la performance dans vos sports et activités courantes. Activités ciblées afin de sculpter et tonifier les jambes, les abdominaux et les fessiers.
KARATÉ Lorenzo D'Anna Salle d'exercice	16 janvier Nombre de séances : 10	MAR	17 h à 18 h 18 h à 19 h 19 h 10 à 20 h 10	Débutant Intermédiaire Avancé	85 \$ / 110 \$ 85 \$ / 110 \$ 85 \$ / 110 \$	95 \$ / 120 \$ 95 \$ / 120 \$ 95 \$ / 120 \$	Des frais d'affiliation de 10 \$ sont inclus. Prévoir l'achat du kimono. Information au premier cours. Intermédiaire : ceinture jaune ou orange et plus. Avancé : ceinture verte et plus.
MISE EN FORME Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	17 janvier Nombre de séances : 9	MER	9 h à 10 h		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Entraînement complet pour tous les niveaux. Augmentez de façon progressive votre endurance, votre souplesse et votre équilibre.
MUSCULATION, HAUT DU CORPS ET ABDOS Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	15 janvier Nombre de séances : 9	LUN	15 h 30 à 16 h 30		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Renforcement des muscles du haut du corps et des abdominaux.
PEINTURE Johanne Martel Salle de jeux	15 janvier 16 janvier Nombre de séances : 12	LUN MAR	13 h à 16 h 13 h à 16 h		170 \$ / 204 \$* 170 \$ / 204 \$*	180 \$ / 214 \$* 180 \$ / 214 \$*	Développement de techniques pour améliorer l'expression picturale. Approche individualisée. Prévoir l'achat de matériel (+ / - 60 \$).
PICKLEBALL Cours d'initiation Yves Cloutier Gymnase du Pavillon Marie-Rose	18 janvier 20 janvier Nombre de séances : 8	JEU SAM	19 h à 21 h 13 h 30 à 15 h 30		119 \$ / 143 \$* 119 \$ / 143 \$*	129 \$ / 153 \$* 129 \$ / 153 \$*	Initiation aux techniques et règlements du pickleball. Des frais d'affiliation annuels, de 25 \$, seront ajoutés au coût d'inscription.
PICKLEBALL Cours de perfectionnement Jacques Lescarbeau Gymnase du Pavillon de la Vallée	20 janvier 20 janvier 17 février 17 février Nombre de séances : 4	SAM SAM SAM SAM	13 h à 15 h 15 h à 17 h 13 h à 15 h 15 h à 17 h		69 \$ / 90 \$* 69 \$ / 90 \$* 69 \$ / 90 \$* 69 \$ / 90 \$*	79 \$ / 100 \$* 79 \$ / 100 \$* 79 \$ / 100 \$* 79 \$ / 100 \$*	Exécution d'exercices répétitifs (drills) pour acquérir de la maîtrise. Élaboration de stratégies et de situations de jeu. Prérequis : 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.

*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 4 janv.	Coût à partir du 5 janv.	Remarques
Adultes					Rés. / Non-rés.	Rés. / Non-rés.	
PICKLEBALL organisé Club de Pickleball des Laurentides Gymnase du Pavillon de la Vallée	15 janvier	LUN	18 h à 20 h 20 h à 22 h	Intermédiaire Débutant	25 \$ / 32 \$* 25 \$ / 32 \$*	35 \$ / 42 \$* 35 \$ / 42 \$*	Débutant : avoir suivi le cours d'initiation ou connaître les notions de base. Intermédiaire : 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.
	20 janvier	SAM	9 h à 11 h 11 h à 13 h	Intermédiaire Débutant	25 \$ / 32 \$* 25 \$ / 32 \$*	35 \$ / 42 \$* 35 \$ / 42 \$*	
	21 janvier	DIM	9 h à 11 h 11 h à 13 h	Intermédiaire Débutant	25 \$ / 32 \$* 25 \$ / 32 \$*	35 \$ / 42 \$* 35 \$ / 42 \$*	
	Nombre de séances : 10						
PILATES Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	17 janvier Nombre de séances : 9	MER	11 h 30 à 12 h 30		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Exercices de renforcement portant une attention particulière au rythme de la respiration.
PRÉPARATION AU SKI Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	15 janvier	LUN	13 h à 14 h		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Renforcement musculaire et augmentation de l'équilibre en prévision de la saison de ski.
	18 janvier Nombre de séances : 9	JEU	8 h 45 à 9 h 45		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	
RAQUETTE ACTIVE Isabelle Tessier et son équipe Terrain de basketball	15 janvier	LUN	9 h à 10 h		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	Séances de raquette dynamique afin d'augmenter votre endurance et votre musculation, sans impact et en toute sécurité. Matériel requis : raquettes. Aucun crampon ne sera accepté.
	19 janvier Nombre de séances : 9	VEN	9 h à 10 h		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	
TAÏ-CHI-CHUAN Nathalie Candelon-Morel Salle d'exercice	15 janvier	LUN	9 h à 10 h	Débutant / Intermédiaire	110 \$ / 132 \$*	120 \$ / 142 \$*	Méditation en mouvement. Il s'agit d'exécuter une série de mouvements circulaires avec lenteur et précision. Avancé : avoir suivi le cours débutant / intermédiaire.
	Nombre de séances : 10		10 h 10 à 11 h 40	Avancé	162 \$ / 195 \$*	172 \$ / 205 \$*	
VITRIL Catherine Allard Salle de jeux	19 janvier Nombre de séances : 10	MER	9 h à 12 h		248 \$ / 298 \$*	258 \$ / 308 \$*	Prévoir l'achat de matériel (+ / - 170 \$). Outillage fourni. Ce cours demande une certaine force dans les mains.
VOLLEY-BALL Location de terrain Gymnase du Pavillon de la Vallée	17 janvier Nombre de séances : 10	MER	19 h à 21 h 30		387 \$ / 464 \$*	397 \$ / 474 \$	Louez votre terrain pour la session.
YOGA THÉRAPEUTIQUE AVEC CHAISE Lise Maltais Salle d'exercice	15 janvier Nombre de séances : 9	LUN	10 h 45 à 12 h 15		128 \$ / 154 \$*	138 \$ / 164 \$*	Avec une chaise comme accessoire, mouvements facilitant la souplesse, l'équilibre et les articulations. Méditation guidée.
ZUMBA  Isabelle Tessier et son équipe Salle d'exercice	17 janvier Nombre de séances : 9	MER	10 h 15 à 11 h 15		86 \$ / 112 \$*	96 \$ / 122 \$*	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. Le citoyen doit suivre la procédure d'inscription de la municipalité qui offre l'activité. Une preuve de résidence sera exigée 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

Club de soccer FC Boréal

La période d'inscription pour la saison estivale 2024 débutera le 5 février. Un rabais de 25 \$ sera applicable pour toutes les inscriptions effectuées jusqu'au 25 février. Inscription exclusivement en ligne.

Information :

info@fcboreal.ca | www.fcboreal.ca



Ligue intermunicipale de hockey (LIH)

Période d'inscription : les inscriptions s'effectuent en ligne jusqu'au 8 décembre.



Dates	Jour(s)	Heures	Catégorie ou âge	Coût Rés./Non rés.	Remarques
ÂGE REQUIS : LA TARIFICATION EST ÉTABLIE EN FONCTION DE L'ÂGE DU PARTICIPANT AU 30 SEPTEMBRE 2023.					
4 janvier au 22 février	MAR	18 h 30 à 19 h 45	7 à 10 ans	50 \$ / 62 \$	Prérequis : savoir patiner. L'équipement complet est obligatoire. 5 et 6 ans : apprentissage des bases du hockey. 7 à 16 ans : pratiques et participation à des matchs intermunicipaux (un match par semaine) et à une classique hivernale en aréna. Le calendrier sera remis lors de la première pratique. Les séances pourraient être annulées en raison de l'état des glaces.
	ET JEU	19 h 45 à 20 h 45	11 à 13 ans	50 \$ / 62 \$	
	LUN	17 h 30 à 18 h 30	5 à 6 ans	36 \$ / 44 \$	
	ET MER	19 h 30 à 21 h	14 à 16 ans	50 \$ / 62 \$	

BÉNÉVOLES
RECHERCHÉS

La ligue repose sur la participation bénévole et recherche des entraîneurs, entraîneurs adjoints et arbitres. Vous aimeriez vous impliquer? Écrivez-nous à communautaire@vss.ca.



MRC des Pays-d'en-Haut

252, boulevard de Sainte-Adèle, à Sainte-Adèle
centresportifpaysdenhaut.com | 579 202-1722
info@cspdh.com

Session d'hiver 2024

Semaine de relâche du 26 février au 1^{er} mars 2024 : les cours seront suspendus.

PROGRAMMATION

- **Nager pour la vie :**
du 8 janvier au 8 mars (8 semaines)
- **Mise en forme aquatique :**
du 8 janvier au 22 mars (10 semaines)
- **Mise en forme en salle :**
du 8 janvier au 22 mars (12 semaines)



Avant de s'inscrire, les nageurs doivent se présenter au centre sportif pour effectuer une évaluation gratuite et déterminer le niveau approprié.

Horaire d'évaluation :

- Jeudi 7 décembre, de 17 h 30 à 20 h ;
- Samedi 9 décembre, de 14 h à 17 h.

PÉRIODE D'INSCRIPTION

**Pour les résidents de la MRC des Pays-d'en-Haut
(à l'exception de la Municipalité de Wentworth-Nord) :**
10 au 16 décembre

Pour tous :
17 au 23 décembre

En ligne :
Tous les jours, de 9 h à 20 h

En personne au centre sportif :

- Lundi au vendredi, de 9 h à 20 h ;
- Samedi et dimanche, de 9 h à 17 h.

Glace IGA

Pour toute information en lien avec les réservations de glace, les horaires de patinage libre, le hockey libre et le bâton-rondelle, veuillez communiquer avec Sylvain Descoteaux, au 579 202-1722, poste 8403, ou à sdescoteaux@cspdh.com.

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

Des activités gratuites pour les personnes à faible revenu!

Inscription : mercredi 10 janvier 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 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.

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

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

Pour connaître l'horaire de la période des Fêtes, consultez la page 6 du volet municipal de ce bulletin ou visitez le site Internet de la Ville, au vss.ca.

Une naissance, un livre

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

Heure du conte

Les lundis 29 janvier et 26 février

9 h 15 et 10 h 30

Bibliothèque

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

Réservation téléphonique requise.

Heure du conte, spécial Noël avec Roxane Turcotte : *Joëllie et son Casse-Noisette*

Lundi 11 décembre

9 h 15 et 10 h 30

Bibliothèque

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

Réservation téléphonique requise.



Saint-Valentin

Mercredi 14 février

Pour les citoyens de Saint-Sauveur et Piedmont

Peinture sur céramique

18 h, au Chalet Pauline-Vanier

Peignez votre pièce de céramique (bibelot, tasse, bol, etc.) sous le thème de la Saint-Valentin. Il vous sera possible d'apporter votre boisson alcoolisée.

Inscription pour les résidents de Saint-Sauveur et Piedmont : dès le 8 janvier.

Inscription pour tous : dès le 15 janvier.

Sur les heures d'ouverture de la bibliothèque, soit de 11 h à 18 h, il y aura des surprises chocolatées, des petites pensées et des livres mystères.

Activité
pour adultes
seulement

Camp relâche ton fou!

Période d'inscription dès le 8 janvier 2024

RÉSIDENTS SEULEMENT

8 janvier, dès 8 h 30, au 14 janvier 2024

Preuve de résidence obligatoire lors de l'inscription.

POUR TOUS (RÉSIDENTS ET NON-RÉSIDENTS)

15 janvier au 19 février 2024

ÂGE REQUIS :

5 à 11 ans, en fonction de l'âge du participant au 30 septembre 2023.

COÛT :

Jusqu'au 28 janvier : 70 \$ (résident) / 140 \$ (non-résident)
À partir du 29 janvier : 80 \$ (résident) / 150 \$ (non-résident)

Modalités d'inscription :

Pour s'inscrire, voir la procédure décrite à la page 2.

Lors de l'inscription, vous devez obligatoirement fournir :

- le numéro d'assurance maladie et la date d'expiration de la carte de l'enfant ou une preuve d'assurance;
- les informations nécessaires permettant de valider les renseignements médicaux et généraux de l'enfant;
- le numéro d'assurance sociale du parent ou du tuteur qui paie les frais de garde en vue de l'émission du relevé 24.

Programmation

27 au 29 février (mardi au jeudi)

Horaire : 9 h à 16 h

(halte incluse de 8 h à 9 h et de 16 h à 17 h 30)

Lieu : Chalet Pauline-Vanier

Activités

MARDI Parc éphémère et atelier créatif

MERCREDI Matinée jeunesse et jeux extérieurs

JEUDI Journée plein air au Camp Bruchési



Activités gratuites

Dans l'univers de Griffon

Lundi 26 février, 10 h à 16 h

Parc John-H.-Molson

Jeux de société grandeur nature.

En cas d'intempéries, l'activité sera déplacée au gymnase du Pavillon de la Vallée.

Parc éphémère

Mardi 27 février, 10 h à 16 h

Gymnase du Pavillon de la Vallée

Jeux libres : structures gonflables, ambiance musicale, coloriage, zone 0-5 ans, animation et plus encore!

Matinée jeunesse – Kiki la femme canon aux grandes émotions

Mercredi 28 février, 10 h

Chalet Pauline-Vanier

Spectacle clownesque éducatif sur les émotions, pour les enfants de 5 à 10 ans, mais apprécié par toute la famille!



Pour toutes les activités, sauf le Party de la relâche, les enfants devront être accompagnés d'un adulte.

Party de la relâche

Vendredi 1^{er} mars, 18 h à 21 h

Gymnase du Pavillon de la Vallée

Les jeunes de 8 à 12 ans sont invités au Party de la relâche. Venez vous créer de beaux souvenirs entre amis et sans parents!

Atelier de sciences

Vendredi 1^{er} mars

13 h à 14 h | 14 h 05 à 15 h 05 | 15 h 10 à 16 h 10

Chalet Pauline-Vanier

Atelier sous le thème de l'électricité statique pour les enfants de 6 à 12 ans.

Inscription pour les résidents : dès le 8 janvier.
Inscription pour tous : du 15 janvier au 11 février.



Parc John-H.-Molson

Heures d'ouverture

Tous les jours de 9 h 30 à 21 h 30 | 24 et 31 décembre : 9 h 30 à 18 h

Si la météo
le permet.

Patinoires

Réservées au hockey libre ou organisé. Deux patinoires avec bandes, dont une pour les tout-petits, attendent les amateurs de hockey. Différents cours sont également offerts par le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire.

Sentiers glacés

Les sentiers glacés, dont certains sont éclairés, sont situés au cœur de la forêt du parc John-H.-Molson. Sillonnez, en famille ou entre amis, le parcours d'une longueur de près de deux kilomètres.

Sentier de raquette

Ce sentier, balisé et boisé, d'une longueur d'un peu moins d'un kilomètre, saura plaire à toute la famille! Un vrai petit joyau à découvrir.

Ligne Info-patinoire : 450 227-0000, poste 4099

Avant de vous déplacer, nous vous invitons à joindre la ligne Info-patinoire afin d'obtenir les informations sur l'accessibilité aux installations hivernales.

Réseau de sentiers La Marquise

D'une longueur de 3,2 km, le Réseau La Marquise offre un point de vue fort intéressant sur la vallée de Saint-Sauveur. Des sentiers en pleine forêt, de niveau intermédiaire, permettent de pratiquer la randonnée pédestre et la raquette.

Pour la dernière phase du projet, des travaux d'aménagement de passerelles sont prévus sur les sentiers de La Coulée, de La Cuvette et de La Pic. Il est à noter que le sentier de La Pic demeurera fermé jusqu'à la fin des travaux.

Rabais citoyens

MONT HABITANT

Coupons de réduction de 25 %, disponibles au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, applicables à l'achat de billets au Mont Habitant. Preuve de résidence requise et maximum de six coupons par résidence, par jour.

LES SOMMETS

Dès le 8 janvier 2024, les citoyennes et les citoyens de Saint-Sauveur pourront bénéficier, du lundi au vendredi, d'un rabais de 25 % lors d'un achat sur place, et ce, pour toute catégorie d'âge. L'offre sera également valide le samedi 27 janvier 2024 et le dimanche 11 février 2024. Preuve de résidence requise.

SKI

Selon l'ouverture des montagnes, pour l'achat d'un billet ou de plusieurs billets pour une journée complète. Offre applicable au Sommet Olympia, au Sommet Morin Heights et au Sommet Gabriel.

GLISSADE SUR TUBES AU VERSANT AVILA

Selon l'ouverture des glissades, pour l'achat d'un billet ou de plusieurs billets pour une journée complète.

Calendrier des événements

Tous les événements sont gratuits et l'entrée est libre.

Décembre

Défilé de Noël

Samedi 2 décembre, 18 h 30

Défilé sur la rue Principale. Le départ s'effectuera à l'angle de l'avenue Monette, pour se terminer devant l'église.



Janvier

Bordée de neige

Samedi 20 janvier, 11 h à 16 h

Parc John-H.-Molson

Activités hivernales pour toute la famille.



Février

Soirée disco

Samedi 17 février, 19 h à 22 h

Parc Georges-Filion

Attrapez ou retrouvez la fièvre du samedi soir en dansant sur les meilleurs succès des années 70! Arrivez costumé et profitez des activités et du bar sur place.

Mars

Fest'Érable

Samedi 9 mars, 12 h à 17 h

Parc Georges-Filion

Une foule d'activités et d'animations pour tous, sous le thème de l'érable.



Certains événements sont organisés en collaboration avec la Chambre de commerce et de tourisme de la vallée de Saint-Sauveur/Piedmont.

Pour la programmation complète :
vss.ca | valleesaintsauveur.com
450 227-2564 | 1 877 528-2553

