



# Sauverois



ÉDITION HIVER 2019 | LOISIRS

2-5

PROGRAMMATION  
DES COURS

6

ENTENTE  
INTERMUNICIPALE

7

INSCRIPTION

8-9

BIBLIOTHÈQUE

10-11

RELÂCHE SCOLAIRE  
ET OFFRES D'EMPLOI

12-14

ACTIVITÉS ET  
ÉVÉNEMENTS 2019-2020

PROGRAMMATION DES  
**COURS ET**  
**ACTIVITÉS**

Ville de  
Saint-Sauveur



VILLE.SAINT-SAUVEUR.QC.CA



UNE RÉALISATION DE

king

communications

# POUR JOINDRE LE SERVICE DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

## COORDONNÉES

Chalet Pauline-Vanier | 33, avenue de l'Église, Saint-Sauveur | 450 227-2669  
ville.saint-sauveur.qc.ca | communautaire@ville.saint-sauveur.qc.ca

## HEURES D'OUVERTURE

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

# PROGRAMMATION DES COURS



ENTENTE  
INTERMUNICIPALE



NOUVEAU

## PARENT-ENFANT

ACTIVITÉ / PROFESSEUR LIEU	DATE DÉBUT ET FIN	JOUR	HEURES DE - À	CATÉGORIE OU ÂGE	NBRE DE SÉANCES/ SESSION	COÛT RÉG./N-RÉG. JUSQU'AU 6 JANVIER	COÛT RÉG./N-RÉG. À PARTIR DU 7 JANVIER	REMARQUES
ABC DU SPORT / Salle de jeux	14-01 au 10-03	MAR	17 h 30 – 18 h 15	2-3 ans avec parent	8	133 \$ / 174 \$	143 \$ / 184 \$	<b>Relâche le 3 mars.</b> Les tout-petits développeront leur motricité et leur confiance en soi, tout en apprenant les bases de huit sports. Entraîneurs qualifiés. Équipement fourni.

## JEUNE

ACTIVITÉ / PROFESSEUR LIEU	DATE DÉBUT ET FIN	JOUR	HEURES DE - À	CATÉGORIE OU ÂGE	NBRE DE SÉANCES/ SESSION	COÛT RÉG./N-RÉG. JUSQU'AU 6 JANVIER	COÛT RÉG./N-RÉG. À PARTIR DU 7 JANVIER	REMARQUES
ABC DU SPORT / Salle de jeux	14-01 au 10-03	MAR	18 h 15 – 19 h 15	4-6 ans	8	133 \$ / 174 \$	143 \$ / 184 \$	<b>Relâche le 3 mars.</b> Les tout-petits développeront leur motricité et leur confiance en soi, tout en apprenant les bases de huit sports. Entraîneurs qualifiés. Équipement fourni.
APPRENTISSAGE DE L'ANGLAIS PAR LE JEU / Alex Bay Salle de diffusion	13-01 au 06-04	LUN	16 h 15 – 16 h 45	4-6 ans	12	92 \$ / 120 \$	102 \$ / 130 \$	<b>Relâche le 2 mars.</b> Initiation à la langue seconde par le biais du jeu et de la musique.
ENTRAÎNEMENT DE BOXE OLYMPIQUE / Rémi Boucher Salle d'exercice	15-01 au 08-04	MER	19 h – 20 h 30	10 ans et +	12	90 \$ / 117 \$ *	100 \$ / 127 \$ *	<b>Relâche le 4 mars.</b> Entraînement cardio-vasculaire et musculaire par intervalles (rondes de boxe). Matériel inclus.
<b>PARENTS :</b> Vous pouvez vous inscrire à l'activité avec votre enfant! Pour ce faire, référez-vous à la section de la programmation pour adulte.								
GYMNASTIQUE / Gareau Vertige Gymnase Pavillon de la Vallée	14-01 au 24-03	MAR	17 h 30 – 18 h 30 18 h 30 – 20 h	4-6 ans 7-9 ans	10	128 \$ / 153 \$ 172 \$ / 207 \$	138 \$ / 163 \$ 182 \$ / 217 \$	<b>Relâche le 3 et le 5 mars.</b> <b>3-4 ans :</b> Développer diverses habiletés motrices au moyen de circuits, parcours, jeux et comptines. <b>4-6 ans :</b> Développer les fondements de la gymnastique : roulade, équilibre, locomotion, mobilité à l'aide de circuits. <b>7-10 ans et + :</b> Développer et améliorer les habiletés en gymnastique aux différents engins : le sol, les barres, la poutre, le mini-trampoline, etc.
Vous devez garer votre véhicule dans le stationnement situé à l'entrée principale de l'école. Nous vous demandons d'accompagner et de récupérer votre enfant à l'intérieur du gymnase.								

## JEUNE (SUITE)

ACTIVITÉ / PROFESSEUR LIEU	DATE DÉBUT ET FIN	JOUR	HEURES DE – À	CATÉGORIE OU ÂGE	NBRE DE SÉANCES/ SESSION	COÛT RÉG./N-RÉG. JUSQU'AU 6 JANVIER	COÛT RÉG./N-RÉG. À PARTIR DU 7 JANVIER	REMARQUES
<b>HOCKEY EXTÉRIEUR /</b> Patinoire Parc John-H.-Molson	07-01 au 25-02	MAR	17 h – 17 h 45 18 h – 19 h 19 h 15 – 20 h 15 À déterminer	5-6 ans 7-10 ans 11-13 ans 14-16 ans	8	26 \$ / 34 \$ 40 \$ / 52 \$ 40 \$ / 52 \$ 40 \$ / 52 \$	36 \$ / 44 \$ 50 \$ / 62 \$ 50 \$ / 62 \$ 50 \$ / 62 \$	<b>5-6 ans :</b> Apprentissage de la base du hockey. <b>7-13 ans :</b> En plus des pratiques, participation à des matchs intermunicipaux (environ quatre à six) et à deux classiques hivernales (extérieur et aréna). À noter que les parties et les classiques peuvent avoir lieu en dehors de l'heure de pratique habituelle, incluant les fins de semaine. Le calendrier des parties sera remis lors de la première pratique. <b>14-16 ans :</b> Quatre joutes intermunicipales et une participation à la classique hivernale.
Les séances peuvent être annulées dû à l'état des glaces. Pour une uniformité dans la ligue, la date de calcul pour l'âge requis est le 30 septembre 2019. L'équipement complet est obligatoire. Prérequis : savoir patiner.								
<b>JUDO /</b> Patrice Le Formal Salle de jeux	16-01 au 26-03	JEU	17 h 30 – 18 h 30 18 h 30 – 19 h 30 19 h 30 – 20 h 30	6-12 ans débutant 6-12 ans avancé 13 ans + avancé	10	45 \$ / 58 \$ + frais d'affiliation	55 \$ / 68 \$ + frais d'affiliation	<b>Relâche le 5 mars.</b> Prévoir l'achat du judogi auprès du professeur (prix selon la grandeur). Des frais d'affiliation annuels, variables selon l'année de naissance, sont payables pour <b>toute nouvelle inscription</b> (entre 37 \$ et 94 \$).
<b>KARATÉ /</b> Lorenzo D'Anna Salle d'exercice	14-01 au 24-03	MAR	18 h – 19 h 19 h – 20 h	3-12 ans débutant 13 ans + avancé	10	74 \$ / 93 \$ 85 \$ / 107 \$	84 \$ / 103 \$ 95 \$ / 117 \$	<b>Relâche le 3 mars.</b> Des frais d'affiliation de 10 \$ par session sont inclus. Prévoir l'achat du kimono. Information au premier cours. <b>Prérequis cours avancé :</b> avoir obtenu sa ceinture verte ou plus.
PARENTS : Vous pouvez vous inscrire à l'activité avec votre enfant! Pour ce faire, référez-vous à la section de la programmation pour adulte.								
<b>LEÇON INDIVIDUELLE DE PIANO OU DE CHANT /</b> Alex Bay Salle de diffusion	13-01 au 06-04 14-01 au 07-04 15-01 au 08-04	LUN MAR MER	Entre 14 h et 17 h 15 Entre 17 h 15 et 20 h Entre 11 h et 19 h 45	6 ans et +	12	30 minutes 299 \$ / 359 \$ 45 minutes 446 \$ / 535 \$	30 minutes 309 \$ / 369 \$ 45 minutes 456 \$ / 545 \$	<b>Relâche les 2, 3 et 4 mars.</b> Cours de piano (clavier), apprentissage de la base (notes, rythme, pièces). Possibilité de préparation aux examens du Conservatoire royal de musique. Leçons de chant personnalisées (vocalises, rythme, chansons).
<b>TAÏ-CHI DES ANIMAUX/</b> Nathalie Candelon-Morel Salle d'exercice	18-01 au 14-03	SAM	11 h – 12 h	5-12 ans	8	69 \$ / 82 \$	79 \$ / 92 \$	<b>Relâche le 7 mars.</b> Les enfants apprennent un art basé sur l'imitation des animaux. Le Taï-chi améliore la coordination, l'attention et aide à canaliser l'énergie.

## ADULTE

ACTIVITÉ / PROFESSEUR LIEU	DATE DÉBUT ET FIN	JOUR	HEURES DE – À	CATÉGORIE OU ÂGE	NBRE DE SÉANCES/ SESSION	COÛT RÉG./N-RÉG. JUSQU'AU 6 JANVIER	COÛT RÉG./N-RÉG. À PARTIR DU 7 JANVIER	REMARQUES
<b>AQUAFORME /</b> Hélène Couillard et son équipe Mont-Gabriel	08-01 au 08-04 10-01 au 10-04	MER VEN	10 h 30 – 11 h 30 11 h 30 – 12 h 30		14 28	180 \$ / 216 \$ * 328 \$ / 394 \$ *	190 / 226 \$ * 338 \$ / 404 \$ *	Exercices en piscine. Matériel inclus.
<b>BADMINTON LIBRE / LOCATION DE TERRAIN</b> Gymnase Pavillon de la Vallée	10-01 au 03-04	VEN	18 h – 19 h 19 h – 20 h 20 h – 21 h 21 h – 22 h  18 h – 19 h 30 19 h 30 – 21 h	Familial	13	80 \$ / 104 \$ *  119 \$ / 143 \$ *	90 \$ / 114 \$ *  129 \$ / 153 \$ *	Bienvenue aux familles! Louez votre terrain pour la session (maximum un terrain par inscription). Deux terrains disponibles pour chaque bloc de 1 h. Un terrain disponible pour chaque bloc de 1 h 30.

\* Taxes incluses

## ADULTE (SUITE)

ACTIVITÉ / PROFESSEUR LIEU	DATE DÉBUT ET FIN	JOUR	HEURES DE - À	CATÉGORIE OU ÂGE	NBRE DE SÉANCES/ SESSION	COÛT RÉG./N-RÉG. JUSQU'AU 6 JANVIER	COÛT RÉG./N-RÉG. À PARTIR DU 7 JANVIER	REMARQUES
<b>EI</b> BRIDGE DIRIGÉ / Carole Castonguay Salle de jeux	14-01 au 24-03	MAR	9 h - 12 h	Intermédiaire ou avancé	10	117 \$ / 152 \$ *	127 \$ / 162 \$ *	<b>Relâche le 3 mars.</b> Progressez dans votre apprentissage de ce jeu en étant supervisé par un professeur qui vous donnera des conseils. Matériel inclus.
	<b>Prérequis : avoir une bonne connaissance du bridge.</b>							
<b>CHANTONS EN CŒUR</b> Alex Bay Salle de diffusion	13-01 au 06-04	LUN	13 h - 13 h 55		12	122 \$ / 146 \$ *	132 \$ / 156 \$ *	<b>Relâche les 2 et 4 mars.</b> Ce groupe de chant est une occasion de se rassembler dans le plaisir pour interpréter les airs les plus connus.
	15-01 au 08-04	MER	10 h - 10 h 55					
<b>CONDITIONNEMENT PHYSIQUE/</b> Hélène Couillard et son équipe Salle d'exercice	13-01 au 30-03	LUN	9 h 30 - 10 h 45 16 h 30 - 17 h 30 17 h 35 - 18 h 35	Aérobic Étirements Aérobic	13 26 39 Illimité Annuel	80 \$ / 104 \$ * 128 \$ / 153 \$ * 158 \$ / 190 \$ * 178 \$ / 214 \$ * 518 \$ / 621 \$ *	90 \$ / 114 \$ * 138 \$ / 163 \$ * 168 \$ / 200 \$ * 188 \$ / 224 \$ * 528 \$ / 631 \$ *	Step-body, slide, cardio salsa, cardio ballon, bootcamp, sculpt, rock'n roll. Matériel inclus.
	14-01 au 31-03	MAR	9 h 15 - 10 h 15 10 h 30 - 11 h 30	Aérobic Étirements				
	08-01 au 01-04	MER	9 h - 10 h 16 h 30 - 17 h 30 17 h 35 - 18 h 35	Zumba Étirements Aérobic				
	09-01 au 02-04	JEU	9 h 15 - 10 h 15	Étirements				
	10-01 au 03-04	VEN	9 h 30 - 10 h 45	Aérobic				
<b>DANSE EN LIGNE /</b> Monique Desparois Salle d'exercice	15-01 au 18-03	MER	13 h 15 - 14 h 45 15 h - 16 h	Intermédiaire Débutant 2	10	78 \$ / 101 \$ * 53 \$ / 68 \$ *	88 \$ / 111 \$ * 63 \$ / 78 \$ *	<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. Plus le niveau est élevé, plus la complexité des danses augmente. <b>Intermédiaire :</b> avoir suivi les cours des niveaux inférieurs OU connaître parfaitement les figures codifiées.
	6-02 et 5-03	JEU	17 h - 19 h	Pratiques		42 \$ / 55 \$ *	52 \$ / 65 \$ *	
	17-01 au 20-03	VEN	13 h 15 - 14 h 45 15 h - 16 h 16 h 15 - 17 h 15	Débutant 4 Débutant 3 Débutant 1		78 \$ / 101 \$ * 53 \$ / 68 \$ * 53 \$ / 68 \$ *	88 \$ / 111 \$ * 63 \$ / 78 \$ * 63 \$ / 78 \$ *	
<b>EI</b> <b>ENTRAÎNEMENT DE BOXE OLYMPIQUE /</b> Rémi Boucher Salle d'exercice	15-01 au 08-04	MER	19 h - 20 h 30	10 ans et +	12	90 \$ / 117 \$ *	100 \$ / 127 \$ *	<b>Relâche le 4 mars.</b> Entraînement cardio-vasculaire et musculaire par intervalles avec rondes de boxe. Matériel inclus.
<b>EI</b> <b>JUDO /</b> Patrice Le Formal Salle de jeux	16-01 au 26-03	JEU	19 h 30 - 20 h 30	Tous niveaux	10	45 \$ / 58 \$	55 \$ / 68 \$ + frais d'affiliation	<b>Relâche le 5 mars.</b> Prévoir l'achat du judogi auprès du professeur (prix selon la grandeur). Des frais d'affiliation annuels, variables selon l'année de naissance, sont payables pour toute nouvelle inscription (94 \$).
<b>KARATÉ /</b> Lorenzo D'Anna Salle d'exercice	14-01 au 24-03	MAR	18 h - 19 h 19 h - 20 h	Débutant Avancé	10	85 \$ / 107 \$	95 \$ / 117 \$	<b>Relâche le 3 mars.</b> Des frais d'affiliation de 10 \$ par session sont inclus. Prévoir l'achat du kimono. Information au premier cours.
<b>EI</b> <b>LEÇON INDIVIDUELLE DE PIANO OU DE CHANT /</b> Alex Bay Salle de diffusion	13-01 au 06-04	LUN	Entre 14 h et 17 h 15	6 ans et +	12	30 minutes 299 \$ / 359 \$	30 minutes 309 \$ / 369 \$	<b>Relâche les 2, 3 et 4 mars.</b> Cours de piano (clavier), apprentissage de la base (notes, rythme, pièces). Possibilité de préparation aux examens du Conservatoire royal de musique. Leçons de chant personnalisées (vocalises, rythme, chansons).
	14-01 au 07-04	MAR	Entre 17 h 15 et 20 h			45 minutes 446 \$ / 535 \$	45 minutes 456 \$ / 545 \$	
	15-01 au 08-04	MER	Entre 11 h et 19 h 45					
<b>MISE EN FORME ET MIEUX-ÊTRE /</b> Lyne Picard Salle d'exercice	14-01 au 17-03	MAR	13 h 30 - 14 h 45	60 ans et +	10	74 \$ / 97 \$ *	84 \$ / 107 \$ *	Séances de mise en forme visant le développement cardio-vasculaire, le renforcement musculaire, les étirements et la respiration.
	16-01 au 19-03	JEU	10 h 45 - 12 h					

## ADULTE (SUITE)

ACTIVITÉ / PROFESSEUR LIEU	DATE DÉBUT ET FIN	JOUR	HEURES DE – A	CATÉGORIE OU ÂGE	NBRE DE SÉANCES/ SESSION	COÛT RÉG./N-RÉG. JUSQU'AU 6 JANVIER	COÛT RÉG./N-RÉG. À PARTIR DU 7 JANVIER	REMARQUES
<b>PEINTURE</b> Johanne Martel Salle de jeux	13-01 au 06-04	LUN	13 h – 16 h		12	147 \$ / 176 \$ *	157 \$ / 186 \$ *	<b>Relâche les 2 et 3 mars.</b> Développement de techniques pour améliorer l'expression picturale. Approche individualisée. Prévoir l'achat de matériel (environ 60 \$).
	14-01 au 07-04	MAR	13 h – 16 h		12	147 \$ / 176 \$ *	157 \$ / 186 \$ *	
<b>PICKLEBALL /</b> Jacques Lescaubeau Gymnase Pavillon de la Vallée	25-01, 08-02, 14-03 et 04-04	SAM	13 h – 15 h	Cours de perfectionnement	4	30 \$ / 36 \$ *	40 \$ / 46 \$ *	<b>Relâche le 2 mars.</b> <b>Perfectionnement :</b> Exécution d'exercices répétitifs (drills) pour plus de maîtrise. Élaboration de stratégies et de situations de jeu. Cours destiné aux joueurs de calibre pouvant réussir tous les coups de base.
Jacques Lescaubeau Gymnase Pavillon Marie-Rose	11-01 au 14-03	SAM	10 h – 12 h	Cours d'initiation	10	47 \$ / 61 \$ *	57 \$ / 71 \$ *	
Gymnase Pavillon de la Vallée	11-01 au 04-04	SAM	9 h – 11 h 11 h – 13 h	Joutes libres	13	21 \$ / 27 \$ *	31 \$ / 37 \$ *	<b>Joutes libres :</b> Joueurs intermédiaires. Maximum de 30 participants par plage horaire.  <b>Location :</b> Louez votre terrain pour la session (maximum un terrain par inscription). Trois terrains disponibles pour chaque bloc de 2 h.
	12-01 au 05-04	DIM	9 h – 11 h 11 h – 13 h	Joutes libres	13	21 \$ / 27 \$ *	31 \$ / 37 \$ *	
	13-01 au 13-04	LUN	18 h – 20 h 20 h – 22 h	Location de terrains	13	158 \$ / 206 \$ *	168 \$ / 216 \$ *	
Des frais d'affiliation annuels de 25 \$ par personne sont payables pour toute nouvelle inscription.								
<b>SCRABBLE SOCIAL</b> Grande salle	13-01 au 06-04	LUN	13 h – 17 h		12	Gratuit!	Gratuit!	<b>Relâche le 2 mars.</b> Venez jouer au Scrabble tout en socialisant! Entrée libre. Aucune inscription requise. Trois joueurs par table et bénévole sur place pour vous expliquer les règles du jeu.
<b>VITRAIL ET INITIATION À LA FUSION ET MOSAÏQUE DE VERRE /</b> Catherine Allard Salle de jeux	17-01 au 21-02	VEN	9 h – 12 h		6	160 \$ / 192 \$ *	170 \$ / 202 \$ *	Entreposage de votre travail disponible pendant la session. Outillage fourni. Prévoir l'achat de matériel (environ 100 \$). Ce cours demande une certaine force dans les mains.
<b>VOLLEY-BALL LOCATION DE TERRAIN</b> Gymnase Pavillon de la Vallée	15-01 au 08-04	MER	19 h à 21 h 30		13	265 \$ / 318 \$ *	275 \$ / 328 \$ *	Louez votre terrain pour la session (maximum un terrain par inscription).
	12-01 au 05-04	DIM	18 h à 20 h 20 h à 22 h			331 \$ / 397 \$ *	341 \$ / 407 \$ *	
<b>YOGA AVEC CHAISE /</b> Lise Maltais Salle d'exercice	13-01 au 30-03	LUN	11 h – 12 h 30		12	174 \$ / 209 \$ *	184 \$ / 219 \$ *	Yoga avec chaise. Position debout, assis et couché, pour diminuer les raideurs dans les articulations, libérer les douleurs musculaires, favoriser une bonne respiration, une meilleure circulation et la digestion. Yoga du visage et des mains. Méditation et détente guidées.
<b>YOGA THÉRAPEUTIQUE /</b> Lise Maltais Salle d'exercice	09-01 au 26-03	JEU	12 h 30 – 14 h	40 ans et + Débutant	12	174 \$ / 209 \$ *	184 \$ / 219 \$ *	Variété de postures de yoga, pour favoriser tous les systèmes du corps : respiratoire, circulatoire, articulaire, musculaire, digestif et nerveux. Techniques respiratoires, méditation et détente guidées.
Les participants doivent apporter leur tapis de yoga.								

\* Taxes incluses

# ENTENTE INTERMUNICIPALE

Une entente intermunicipale conclue entre les municipalités de **Morin-Heights, Piedmont, Saint-Adolphe-d'Howard, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et Saint-Sauveur** permet aux citoyens de ces sept municipalités de s'inscrire **aux activités offertes dans cette entente**, et de bénéficier de la tarification résidente.

## ACTIVITÉS OFFERTES DANS L'ENTENTE

Les activités offertes à Saint-Sauveur dans le cadre de cette entente sont identifiées aux pages 2 à 5.

## MODALITÉS DE REMBOURSEMENT

Les modalités de remboursement sont celles en vigueur au sein de la municipalité qui offre l'activité.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Le citoyen doit suivre la procédure d'inscription 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 les procédures d'inscription, les dates, les horaires, les coûts et les places disponibles.

### ADULTE

Atelier de confection artisanale de chocolat spécial St-Valentin	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
Bridge	Morin-Heights
Centre de conditionnement physique	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
Conversation anglaise	Morin-Heights
Danse contemporaine	Morin-Heights
Danse country	Sainte-Anne-des-Lacs
Danse gitane	Piedmont
Danse orientale baladi	Piedmont
Espagnol (tous les niveaux)	Sainte-Adèle, Morin-Heights, Sainte-Anne-des-Lacs
Essentrics	Morin-Heights
Essentrics en douceur	Saint-Adolphe-d'Howard et Morin-Heights
Flow flamenco	Morin-Heights
Gym Douce	Piedmont
Introduction à la méditation	Saint-Adolphe-d'Howard
IPad	Sainte-Anne-des-Lacs
Méditation	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et Sainte-Anne-des-Lacs
Mise en forme et mieux-être	Piedmont
Peinture et créativité	Morin-Heights et Sainte-Adèle
Photographie	Morin-Heights
Qi Gong	Sainte-Adèle
Souplesse, force et mobilité	Saint-Adolphe-d'Howard
Stretching et tonus	Sainte-Anne-des-Lacs
Tai-chi	Morin-Heights, Piedmont et Sainte-Adèle
Yoga et méditation	Morin-Heights
Yoga Kundalini	Morin-Heights
Yoga pour tous	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
Yoga vini	Saint-Adolphe-d'Howard
Yoga 50+	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
Zumba	Sainte-Anne-des-Lacs

### JEUNE

Atelier de confection artisanale de chocolat spécial St-Valentin	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
Auto-défense	Sainte-Adèle
Danse contemporaine	Sainte-Adèle
Danse créative (3-5 ans)	Sainte-Adèle
Danse écossaise (6 ans et +)	Morin-Heights
Danse Hip-Hop (9-13 ans)	Sainte-Adèle
Gardiens avertis	Sainte-Anne-des-Lacs
Hockey cosom	Sainte-Adèle

### PARENT-ENFANT

Atelier de confection artisanale de chocolat spécial St-Valentin	Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
Formation « Je me garde seul » (8-12 ans)	Sainte-Adèle

## POUR INFORMATION

### Municipalité de Morin-Heights

450 226-3232, poste 132 | morinheights.com

### Municipalité de Piedmont

450 227-1888, poste 223 | piedmont.ca

### Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard

819 327-2626, poste 3 | stadolphedhoward.qc.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

# INSCRIPTION

## COORDONNÉES

Chalet Pauline-Vanier | 33, avenue de l'Église, Saint-Sauveur | 450 227-2669  
ville.saint-sauveur.qc.ca | communautaire@ville.saint-sauveur.qc.ca

## HEURES D'OUVERTURE

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

## TARIFICATION FAMILIALE

Pour les résidents de Saint-Sauveur

### Réductions :

2<sup>e</sup> enfant : **20%** de rabais

3<sup>e</sup> enfant : **40%** de rabais

4<sup>e</sup> enfant : **GRATUITÉ**

Applicables sous certaines conditions.



LA POLITIQUE DE SOUTIEN AUX ACTIVITÉS  
SPORTIVES EST DISPONIBLE SUR LE SITE  
INTERNET DE LA VILLE DE SAINT-SAUVEUR.

## PROGRAMME D'ACCÈS LOISIRS DES PAYS-D'EN-HAUT



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

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 actif, au même titre que tous les autres citoyens.

**Inscription** : 8 janvier, de 17 h à 20 h, à la Maison de la Famille (480, rue des Capucines à Sainte-Adèle). Pour bénéficier du programme, vous devrez présenter une preuve de revenu lors de votre inscription.

Détails et informations au Service de la vie communautaire. Le Programme Accès-Loisirs Québec est implanté en partenariat avec les villes de Morin-Heights, Piedmont, Saint-Sauveur, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et la Maison de la Famille des Pays-d'en-Haut.

## PÉRIODES D'INSCRIPTION

### RÉSIDENTS SEULEMENT ET ACTIVITÉS DE L'ENTENTE

**INTERMUNICIPALE** : 2 au 6 décembre (EN LIGNE jusqu'au 8 décembre).

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

**POUR TOUS** (résidents et non-résidents) : 9 décembre au 31 janvier.

À noter qu'à partir du 7 janvier, 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> janvier 2020.

## PROCÉDURE

**EN LIGNE** : Le paiement doit se faire par carte de crédit, sur le site Internet de la Ville de Saint-Sauveur, sous l'onglet *Inscription en ligne*.

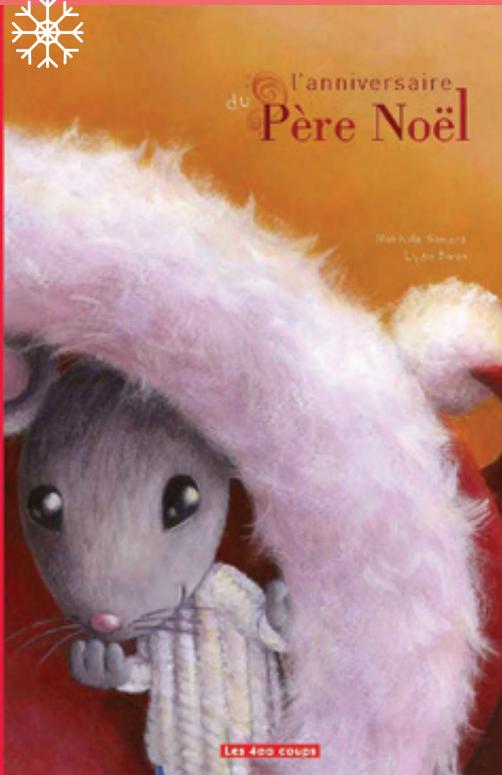
**AU COMPTOIR** : Le paiement peut se faire en argent, paiement direct, carte de crédit ou chèque. Présentez-vous au Service de la vie communautaire pendant les heures d'ouverture.

**POSTE OU DÉPÔT AU COMPTOIR** : Remplissez le formulaire d'inscription disponible au Service de la vie communautaire ou sur le site Internet de la Ville de Saint-Sauveur, sous l'onglet *Programmation des activités*. Vous devrez y joindre votre paiement par chèque et votre preuve de résidence. Les détails de la procédure sont indiqués sur le formulaire.

### LA VILLE DE SAINT-SAUVEUR SE RÉSERVE LE DROIT DE :

- faire des changements;
- annuler l'activité si le nombre de participants est insuffisant ou pour toute autre raison. Un remboursement sera effectué dans un délai de 30 jours.

La politique de remboursement en cas d'annulation par le participant est disponible sur le site Internet de la Ville de Saint-Sauveur, sous l'onglet *Programmation des activités*.



## HEURE DU CONTE SPÉCIAL NOËL

Lundi 9 décembre à 9 h 15 et 10 h 30

Lecture et animation de deux contes de Noël pour les enfants de 3 à 6 ans. Entrée libre.

- L'anniversaire du père Noël
- Père Noël réveille-toi!

## HEURE DU CONTE

Les lundis 25 novembre, 9 décembre, 27 janvier, 24 février et 30 mars, à 9 h 15 et 10 h 30.

Lecture et animation d'un conte pour les enfants de 3 à 6 ans. Entrée libre.



## SAINT-VALENTIN - L'AMOUR EN CHANSONS AVEC ALEX BAY

Vendredi 14 février - 13 h 30 à 15 h

Chalet Pauline-Vanier - Grande Salle

**Gratuit** : Procurez-vous votre billet dès le 7 janvier, à la bibliothèque.

■ 12 ans et +

Sous le thème de l'amour, Alex Bay interprétera pour la Saint-Valentin les plus belles chansons de son répertoire.



## CENTRE D'ACCÈS COMMUNAUTAIRE INFORMATIQUE SAINT-SAUVEUR (CACI)

[caci.saint-sauveur.qc.ca](http://caci.saint-sauveur.qc.ca)

Devenez membre du CACI et vous pourrez profiter des services offerts : ateliers et réductions tarifaires pour l'utilisation des ordinateurs à la bibliothèque.

**ABONNEMENT** : Résident : 5 \$ | Non-résident : 25 \$

**ACCÈS AUX ORDINATEURS** : Membre : 1 \$/heure  
Non-membre : 3 \$/heure

**SPÉCIAL ÉTUDIANT** : Recherche à l'aide de l'ordinateur, tous les samedis entre 10 h et 15 h. Il n'est pas nécessaire d'être membre du CACI pour bénéficier de cette activité. Coût : 1 \$/heure



## ATELIERS - les mardis à 10 h au Chalet Pauline-Vanier

Membre : entrée libre | Non-membre : 5 \$

- 3 décembre : **Cyber Noël** (vœux, animation et échange de cadeaux)
- 7 février : **Où et comment conserver vos mots de passe**
- 3 mars : **Sécuriser et mieux connaître les fonctionnalités de votre compte Facebook** (prérequis : avoir un compte actif)

# BIBLIOTHÈQUE

## HEURES D'OUVERTURE (FERMÉ LE LUNDI)

Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10 h 30 à 17 h 30	15 h à 19 h 30	10 h 30 à 17 h 30	15 h à 19 h 30	10 h à 15 h	10 h à 15 h

À NOTER QUE LA BIBLIOTHÈQUE SERA FERMÉE DU 23 AU 26 DÉCEMBRE 2019 ET DU 30 DÉCEMBRE 2019 AU 2 JANVIER 2020.

## 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.



## DONS DE LIVRES À LA BIBLIOTHÈQUE

La bibliothèque reçoit avec plaisir des dons de livres. Cependant, la date de parution ne doit pas excéder 5 ans. Avant de vous déplacer, nous vous invitons à téléphoner à la bibliothèque afin de vérifier si vos livres pourront être acceptés.

## NOUVEAUTÉ SECTION POUR LES « BEAUX LIVRES »

Saviez-vous que votre bibliothèque a aménagé une section dédiée uniquement aux beaux livres? Ces livres peuvent être empruntés aux mêmes modalités que les autres livres. Venez vous évader en feuilletant l'Amazonie, ou en naviguant dans les courants de l'histoire de l'art! Informez-vous auprès du personnel.



**Ma BIBLIO à moi,**  
c'est développer les  
compétences qui me tentent,  
quand ça me tente.

Et c'est GRATUIT!

## MABIBLIOTHEQUE.CA

Parcourez notre plateforme numérique **mabibliotheque.ca** et découvrez toutes les ressources qui vous sont offertes gratuitement. En visitant l'onglet *Cours*, vous pourriez apprendre une nouvelle langue, approfondir vos connaissances sur la musique et les arts, ou perfectionner vos habiletés en bureautique, et ce, sans quitter le confort de votre foyer!



# RELÂCHE SCOLAIRE & OFFRES D'EMPLOI

## COORDONNÉES

Service de la vie communautaire  
450 227-2669 | ville.saint-sauveur.qc.ca  
communautaire@ville.saint-sauveur.qc.ca

## CAMP RELÂCHE TON FOU!



### INSCRIPTION

Pour s'inscrire, voir la procédure décrite à la page 7.

Prendre note des modalités suivantes :

- Aucune inscription ne sera acceptée après 17 h, le 25 février 2020;
- Les inscriptions sont non remboursables et non échangeables;
- Lors de l'inscription, vous devrez obligatoirement fournir :
  - le numéro d'assurance maladie et la date d'expiration de la carte de l'enfant. Dans le cas contraire, fournir une preuve d'assurance;
  - les informations nécessaires pour 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 3 AU 5 MARS (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).

**Âge requis :** 5 à 11 ans (date de calcul au 30 septembre 2019)

**Lieu :** Chalet Pauline-Vanier

**Activités :**

- **MARDI :** Parc éphémère & glissade
- **MERCREDI :** Sortie au Parc régional de la Rivière-du-Nord (centre de plein air)
- **JEUDI :** Matinée jeunesse et jeux extérieurs

**Coût :**

- Jusqu'au 7 février : 65 \$ (résident)/130 \$ (non-résident)
- À partir du 8 février : 75 \$ (résident)/140 \$ (non-résident)

\*Inscription requise (minimum 12, maximum 28)



PROGRAMME  
**DAFA**

### DIPLÔME D'APTITUDE AUX FONCTIONS D'ANIMATEUR\*

3-4-5 &  
17-18-19  
AVRIL

Chalet Pauline-Vanier  
33, avenue de l'Église  
Saint-Sauveur

\* Certification obligatoire (33 h) pour travailler en animation dans les camps de jour municipaux de la MRC des Pays-d'en-Haut.

#### INSCRIPTION

3 FÉVRIER AU 3 AVRIL 2020

[WWW.PROGRAMMEDAFA.COM](http://WWW.PROGRAMMEDAFA.COM)

COÛT 90 \$

#### INFORMATION

450 227-2669



## RELÂCHE SCOLAIRE **ACTIVITÉS LIBRES & GRATUITES**

**Entrée libre.** Les enfants devront être accompagnés d'un adulte.

### ATELIER JEUX DE SOCIÉTÉ



#### LUNDI 2 MARS - 13 H À 16 H

La Boutique Griffon propose une panoplie de jeux adaptés aux 3 à 99 ans!

**Lieu :** Chalet Pauline-Vanier

### MATINÉE JEUNESSE «MINI CIRQUE»



#### JEUDI 5 MARS - 10 H

Spectacle familial de 60 minutes s'adressant à un public de 5 à 12 ans.

**Lieu :** Chalet Pauline-Vanier

### PARC ÉPHÉMÈRE



#### MARDI 3 MARS - 10 H À 16 H

**Jeux libres :** Jeu gonflable, trampoline, zone 0-5 ans, coloriage, et plus encore.

**Lieu :** Gymnase du Pavillon de la Vallée

### PRÉSENCE DES POMPIERS ET VISITE D'UN CAMION



#### VENDREDI 6 MARS - 10 H À 12 H

**Lieu :** Parc John-H.-Molson

À noter que l'activité pourrait être annulée s'il y a une intervention d'urgence.

## EMPLOIS D'ÉTÉ ÉTUDIANTS

Le Service de la vie communautaire de la Ville de Saint-Sauveur est à la recherche de candidats dynamiques et motivés, âgés de 16 ans et plus, pour la période estivale.

- **Coordination du Programme des camps** (coordonnateurs (2), coordonnateurs adjoints (2) et intervenant(1)). Date limite pour soumettre votre candidature : 31 janvier 2020.
- **Autres postes en lien avec le Programme des camps, le Club junior de tennis et le skatepark.** Date limite pour soumettre votre candidature : 4 mars 2020. À noter que le Diplôme d'aptitude aux fonctions d'animateur (DAFA) est un prérequis obligatoire pour les postes en animation au Programme des camps.

*Veillez faire parvenir votre curriculum vitae par courriel, au Service de la vie communautaire à [communautaire@ville.saint-sauveur.qc.ca](mailto:communautaire@ville.saint-sauveur.qc.ca). Merci de votre intérêt et nous communiquerons uniquement avec les candidats retenus pour une entrevue.*

## MAGIE DE NOËL

### EXPO-VENTE DE MÉTIERS D'ART ET D'ART VISUEL

**SAMEDI 7 DÉCEMBRE - 10 H À 17 H / DIMANCHE 8 DÉCEMBRE - 10 H À 16 H** Chalet Pauline-Vanier

Entrée libre.

Dans une ambiance festive, venez rencontrer des artisans aux talents multiples et faire vos emplettes de Noël!



## GRAND DÉFILÉ DE NOËL

**SAMEDI 7 DÉCEMBRE**

Départ à 18 h 30, au coin des rues Monette et Principale, pour se terminer devant l'église.

Venez voir les amuseurs publics au parc Georges-Filion en attendant le père Noël.

Information : Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur  
450 227-2564 / [valleesaintsauveur.com](http://valleesaintsauveur.com)

## FÊTE DE NOËL

**DIMANCHE 15 DÉCEMBRE** Chalet Pauline-Vanier

Accueil dès 9 h 30 (places limitées à 200 personnes) / Début de l'activité à 10 h

Au programme : **PRÉSENTATION D'UN AUTEUR DES LAURENTIDES / SPECTACLE DE JOÏEUX ET NOWEL EN FÊTE / DÉPOUILLEMENT D'ARBRE DE NOËL**

Cet événement est dédié aux enfants de 12 ans et moins. Nous accepterons un maximum de 2 adultes par famille. Aucune réservation requise. **L'activité est gratuite** et est rendue possible grâce à la collaboration du Club Optimiste de la Vallée de Saint-Sauveur, ainsi que de l'Association des Auteurs des Laurentides.





## BORDÉE DE NEIGE

**SAMEDI 25 JANVIER - 13 H À 21 H**

**Parc John-H.-Molson. Entrée libre.**

- Ateliers d'initiation à différents sports hivernaux
- Tyrolienne
- Patinage dans les sentiers illuminés
- DJ et ses marionnettes lumineuses
- Amuseurs publics
- Service de breuvages chauds

D'autres surprises à venir!

La programmation détaillée sera disponible en janvier.



## L'HIVER AU PARC JOHN-H.-MOLSON

**Entrée libre.**

- **Aire de glissade** pour les enfants. Apportez votre traîneau ou votre soucoupe, et venez vous amuser en famille.
- **Sentier de raquette** d'un peu plus d'un kilomètre.
- **Sentiers glacés** de près de deux kilomètres, dont certains sont éclairés.
- **Trois surfaces glacées** pour la pratique du hockey.

**HEURES D'OUVERTURE** (si la température le permet) :

- Patinoires et chalets de service : tous les jours de 10 h à 22 h
- 24 et 31 décembre : de 10 h à 18 h

Composez le 450 227-2669, poste 400 pour vérifier l'état des patinoires.

## AMOUR & PATIN

**VENDREDI 14 FÉVRIER  
17 H À 21 H**

- Patinage dans les sentiers illuminés
- Sucrieries
- Chansons d'amour

D'autres surprises à venir! La programmation détaillée sera disponible en janvier.



## SOIRÉE DISCO

**SAMEDI 22 FÉVRIER - 19 H 30**

**Parc Georges-Filion. Entrée libre.**

Attrapez la fièvre du samedi soir et réchauffez-vous en dansant sur les meilleurs succès des années 70.

**Arrivez costumés!**

Bar, *photobooth*, et animation sur place.





## INSCRIPTION AU SOCCER – ÉTÉ 2020

### JEUNES ET ADULTES

**Du 20 janvier au 10 mai 2020.** Rabais de 25 \$ applicable pour les inscriptions faites entre le 20 janvier et le 9 février 2020.

#### Inscription :

- En personne au bureau du club de soccer FC Boréal (296, rue des Genévriers à Prévost).
- En ligne sur le site du club.

**Informations :** info@fcboreal.ca / 450 592-2282 / [fcboreal.ca](http://fcboreal.ca)



## SKI ALPIN – RABAIS CITOYENS

### MONT-HABITANT

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

### LES SOMMETS

Code promotionnel valide 48 h, soit les 30 novembre et 1<sup>er</sup> décembre 2019, au prix avantageux de 35,99 \$ + taxes (pour les 13 ans et +). Les billets sont valides en tout temps, et ce, jusqu'à la fin de la saison. Rendez-vous au [sommets.com](http://sommets.com), cliquez sur *Billetterie*, cliquez sur *Billets*, choisissez le billet 13 ans et + et la quantité désirée, ajoutez au panier et entrez le code promotionnel dans la case prévue à cet effet. Quantité limitée à 10 billets par transaction. **Code promotionnel : CITOYEN**

## LES SOMMETS JOURNÉES DU CITOYEN

Les citoyens pourront profiter de journées exclusives au Sommet Saint-Sauveur pour la modique somme de 11,50 \$. Preuve de résidence exigée à l'accueil des Sommets.

Ces journées sont rendues possibles grâce à un partenariat avec les Sommets!

### SKI AU SOMMET SAINT-SAUVEUR

**Dimanche 19 janvier, mercredi 5 février  
et dimanche 5 avril**

L'équipement de glisse sera offert gratuitement au service de location (signature d'un parent requise pour les moins de 16 ans).

### GLISSADES SUR TUBES AU VERSANT AVILA

**Dimanche 26 janvier**



## PARTY DU JOUR DE L'AN

**Mardi 31 décembre – 21 h à 23 h**

Sommet Saint-Sauveur (face au pavillon principal)

**Entrée libre.**

DJ extérieur, animation, feu, bar à chocolat chaud, descente aux flambeaux, feux d'artifice et autres surprises!

## LES BEAUX 4 HEURES

**Samedi 1<sup>er</sup> février**

Les Sommets – Versant Avila. **Entrée libre.**

Sommet Saint-Sauveur s'associe à la Fondation Martin-Matte pour une cinquième année. Ce marathon de ski se déroulera en soirée et se conclura avec des feux d'artifice et un spectacle extérieur. En famille ou entre amis, venez relever le défi et joignez-vous à la vague de solidarité envers les enfants et les adultes vivant avec un traumatisme crânien ou un handicap physique.