



Le LORETTAIN

JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

À SURVEILLER DANS LE PROCHAIN LORETTAIN
PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ
 TOUTE L'INFORMATION CONCERNANT L'INSCRIPTION SERA DISPONIBLE

Réunion du conseil

31 mars 2009 à 20 h



Chronique
Les saines habitudes de vie

Mars : mois de la nutrition
Bien manger et bouger,
c'est gagnant!

En 2009, le Mois de la nutrition revient en force avec le thème *Bien manger et bouger, c'est gagnant!* Cette année, la campagne veut sensibiliser la population adulte à faire des choix alimentaires éclairés. Ces choix leur permettront d'adopter une alimentation optimale s'alliant à un style de vie actif, soit en pratiquant 30 à 60 minutes d'activité physique par jour.

Le message vous paraît familier? C'est normal! Durant toute l'année, le programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION vous recommande de mettre en application trois habitudes de vie, et ce, à tous les jours, soit : 0 tabagisme, manger 5 portions de légumes et de fruits et faire 30 minutes d'activité physique.

En mars, le Mois de la nutrition 2009 se joint au programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION pour réduire les risques de maladies chroniques (les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et certains types de cancer). Ne pas fumer, bien manger et bouger, ça va de pair! C'est comme le bouton et la boutonnière, la clef et la serrure, la droite et la gauche. En effet, en respectant ces trois habitudes de vie, vous préviendrez ces problèmes.

À en juger par votre grande participation aux activités organisées par votre Ville, les Loretains, vous êtes sur la bonne voie. Nous avons pu le constater lors des « Plaisirs d'hiver », en janvier, et du Festival Loretain, l'été dernier.

Aux participants du Défi Santé 5/30, félicitations pour votre engagement! Vous serez les premiers à en bénéficier.

Pour plus d'information sur le mois de la nutrition
Sur Internet

www.nutrition2009.ca (en mars seulement)
www.dietetistes.ca/mangermieux (en tout temps)

Dans ce site, vous trouverez une multitude d'informations telles que :

- L'épicerie virtuelle où vous apprendrez à interpréter les étiquettes des aliments;
- L'analyseur de recettes pour connaître le profil nutritionnel d'une recette et obtenir des conseils pour remplacer certains ingrédients par d'autres à plus faible teneur en calories, en matières grasses, en sucre ou en sel;
- Une journée avec vous pour des conseils et des suggestions qui vous aideront à améliorer vos choix alimentaires et votre santé partout où vous irez, et ce, malgré un horaire chargé;
- Des recettes, des jeux-questionnaires, des mots croisés, etc.

Une ligne téléphonique gratuite (1 866 233-3310)

Le mercredi 18 mars 2009 seulement, une diététiste répondra gratuitement à vos questions.

Lise Chapdelaine, diététiste, et Marie-Ève Dufour, kinésiologue, agentes de promotion de la santé, programme 0-5-30 Combinaison prévention, CSSS de la Vieille-Capitale

L'Association féminine d'éducation et d'action sociale de L'Ancienne-Lorette

Journée de la femme, édition 2009

Venez célébrer la **Journée de la femme, édition 2009**. Conférencière invitée, Céline Galipeau, journaliste et chef d'antenne au Téléjournal 22 heures à Radio-Canada.

Vendredi le 6 mars 2009 à 20 heures.

Salle des Chevaliers de Colomb, 1300, rue de la Hutte, L'Ancienne-Lorette (édifice voisin à l'Est de la polyvalente).

Conférence et goûter léger : 10 \$/personne.
 Cartons d'invitation en vente auprès des membres de l'AFÉAS et aux numéros suivants : **Anita : 877-0001 – Hugnette : 872-5850 – Gaétane : 872-6048 – Nicole : 653-5392**




2^E ÉDITION

Loretain
EN
VOIX

LE PLUS CULTUREL DES CONCOURS DE CHANT DE LA RÉGION DE QUÉBEC

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 30 JUIN 2009

INFO : 418 872-9811 • WWW.LANCIENNE-LORETTE.ORG

SERVICE D'ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE RAYON DE SOLEIL

IMPÔT 2008

Rayon de Soleil offre à la population de L'Ancienne-Lorette, qui rencontre les critères d'admissibilité, de compléter gratuitement les rapports d'impôts.

Rapports complétés par des bénévoles.

DU 16 MARS AU 24 AVRIL 2009

Critères d'admissibilité :

Personne seule	20 000 \$
Couple	26 000 \$
Chaque enfant à charge	2 000 \$
Mono-parentale	26 000 \$
Personne à charge supplémentaire	2 000 \$

Revenus d'intérêts inférieurs à 1 000 \$.

Si vous avez un conjoint, nous devons obligatoirement compléter son rapport d'impôt également ou vous devez nous le fournir.

Les rapports d'impôt sont complétés gratuitement par des bénévoles et, à titre de bénévoles, ne sont pas responsables des erreurs ou omissions involontaires qu'ils pourraient faire.

Rapports d'impôt simples :

- Jamais pour une personne décédée ;
- Jamais pour une personne en faillite ;
- Jamais si la personne a un gain ou une perte en capital ou a un revenu d'un travail indépendant, de location ou des dépenses d'emploi.

Conservation des documents : 6 ans.

Contactez Rayon de Soleil au 418 871-7055.

BIBLIOTHÈQUE *Marie-Victorin*

Activités du 5 au 31 mars 2009

POUR INFORMATIONS COMPLÈTES SUR LES ACTIVITÉS, COMPOSEZ LE 418 641-6142, POSTE 4

ACTIVITÉS GRATUITES
Il suffit de se procurer un laissez-passer!

HORAIRE DE LA BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

LUNDI :	FERMÉ
MARDI :	13 H 30 à 18 H 30
MERCREDI :	13 H 30 à 20 H 30
JEUDI :	13 H 30 à 20 H 30
VENREDI :	13 H 30 à 20 H 30
SAMEDI :	9 H 30 à 16 H 00
DIMANCHE :	9 H 30 à 16 H 00

ÉVEIL À LA LECTURE

Personnage créé pour les enfants, Mamoiselle Plume raconte avec intérêt et passion quelques-uns de ses albums préférés.



Bibliobébé

Troisième de quatre rencontres :
Dimanche le 29 mars à 9 h 30.
Inscription obligatoire au comptoir de prêt.
Places limitées.

Clientèle : 18 mois à 3 ans
Durée : 45 minutes

Heure du conte

Troisième de quatre rencontres :
Dimanche le 29 mars à 10 h 30.
Inscription obligatoire au comptoir de prêt.
Places limitées.

Clientèle : 3 à 5 ans
Durée : 60 minutes

Biblioconte

Troisième de quatre rencontres :
Mardi le 31 mars à 9 h.
Inscription obligatoire au comptoir de prêt.
Places limitées.

Clientèle : 18 mois à 5 ans
Durée : 60 minutes

EXPOSITION

Je mangerais bien... un album

Une exposition peu banale est proposée aux jeunes de corps et d'esprit, mettant en vedette les classiques de l'École des loisirs. Activités et concours accompagnent cette exposition de livres aux textes forts et aux riches illustrations.



Exposition du 3 au 29 mars.
Ne manquez pas l'animation de la dynamique et inégalable Brigitte Brideau le 8 mars à 13 h 30.

CONFÉRENCE

17 mars, 19 h

L'odyssée de la flore laurentienne

Lucie Jasmin, recherchiste, relate la vie du frère Marie-Victorin ainsi que le périple qui a mené à la publication de son livre *Flore laurentienne*. Une conférence incontournable pour les résidents du lieu où le frère Marie-Victorin a coulé des jours heureux.

Laissez-passer disponibles dès le 7 mars.

Clientèle : Adolescents et adultes
Durée : 75 minutes



ACTIVITÉ LITTÉRAIRE

Les amis du livre

Des rencontres pour partager le goût des livres.
Troisième rencontre de la saison le 10 mars à 13 h 30.

Clientèle : Adultes
Lieu : Salle Plamondon
Durée : 180 minutes



Le saviez-vous?

Tout le mois de mars, les disques compacts de musique de film sont offerts sans frais à la bibliothèque. De plus, lors de l'emprunt de ces disques, vous participez au tirage de plusieurs disques compacts qui aura lieu en décembre.



SERVICE *des travaux publics*

OPÉRATION DÉNEIGEMENT

Stationnement de nuit

418 872-9817



Un appel coûte moins cher qu'un remorquage !

ATTENTION À VOS POUBELLES ET À VOS BACS!

À l'approche de l'hiver, nous vous rappelons que vous ne devez en aucun temps placer vos poubelles ou bacs à ordures sur la voie publique. Vous devez tout simplement placer ces derniers dans votre entrée d'auto afin de ne pas nuire aux opérations de déneigement. De cette façon, vous faciliterez le déneigement de votre rue et protégerez, du même coup, vos poubelles et vos bacs contre tout dommage éventuel.

Évitez des dégâts!

ENNEIGEMENT DES BORNES D'INCENDIE

Afin de pouvoir vous offrir un service contre les incendies des plus efficaces, le Service des travaux publics vous demande de ne pas enneiger les bornes d'incendie lors du déneigement de votre entrée de façon à ce que l'accès y soit rapide en cas d'urgence.



ÉCLAIRAGE DE RUES

Pour un éclairage adéquat des rues en tout temps...

Le Service des travaux publics demande votre collaboration afin de signaler toute défécosité quelconque reliée au système d'éclairage de rues de manière à ce que le personnel puisse procéder rapidement aux interventions qui s'imposent.

SERVICE *d'urbanisme*

HYGIÈNE...RESPECT...CIVISME...

Votre compagnon à quatre pattes laisse des traces...

FAITES-LES DISPARAÎTRE, RAMASSEZ-LES!

Omettre de ramasser, déposer dans un récipient et de mettre au rebut les excréments de son chien ou du chien sous sa garde, lorsque lesdits excréments se retrouvent sur le domaine public ou sur la propriété privée d'un tiers, constitue une nuisance et une entrave au règlement relatif au contrôle des chiens.

Alors!...

Lorsque vous promenez votre animal,

PRÉVENEZ LE COUP, PRÉMUNISSEZ-VOUS D'UN SAC.

Le respect des autres et de l'environnement, PENSEZ-Y!



PENSEZ -Y!



SERVICE *des loisirs*

OFFRES D'EMPLOI - PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ

Les personnes intéressées à soumettre leur candidature pour les postes suivants doivent faire parvenir leur curriculum vitae à l'adresse ci-dessous indiquée en mentionnant le **nom du concours**, et ce, avant la date limite spécifiée à chacun des postes.

Madame Diane Bilodeau
 Direction des ressources humaines
 Ville de L'Ancienne-Lorette
 1575, rue Turmel
 L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5
 Télécopieur : 418 641-6019
 Courriel : diane.bilodeau@ville.lancienne-lorette.qc.ca

MONITEUR OU MONITRICE PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ 2009

SOMMAIRE DES RESPONSABILITÉS :

- participer à la préparation et à la réalisation du programme d'activités;
- assurer l'animation d'un groupe d'enfants.

EXIGENCES :

- être étudiant (e) et poursuivre un programme d'études en vue de l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation;
- avoir au minimum 16 ans au 1^{er} juin 2009;
- avoir de l'expérience en animation de groupe;
- avoir des connaissances de base dans les disciplines suivantes serait un atout : arts plastiques, art dramatique, loisirs scientifiques et disciplines sportives;
- participer à des activités de formation.

QUALITÉS PERSONNELLES RECHERCHÉES :

- sens des responsabilités et de l'organisation;
- leadership, maturité et dynamisme;
- créativité et initiative;
- facilité à communiquer et à travailler en équipe;
- désir et motivation à travailler auprès des enfants.

CONDITIONS D'EMPLOI :

- temps plein, 40 heures par semaine, de la mi-juin à la mi-août;
- salaire selon échelle salariale en vigueur.

Les personnes intéressées à soumettre leur candidature ont jusqu'au vendredi 13 mars 2009.

DERNIER RAPPEL

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT * Programme Vacances-Été 2009

Nous désirons informer les parents dont les enfants ont besoin d'accompagnement en vue du programme Vacances-Été qu'ils ont jusqu'au 16 mars 2009 (date d'échéance prolongée) pour présenter la candidature de leur enfant.

Pour ce faire, vous devez vous procurer les documents nécessaires à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette et nous les rapporter dûment remplis.

Il est à noter que les candidatures seront soumises à un comité d'évaluation. Cette mesure est mise en place afin de nous assurer de pouvoir répondre adéquatement aux besoins de votre enfant.

MONITEUR OU MONITRICE POUR GROUPE PRÉADO (10 À 12 ANS) PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ

SOMMAIRE DES RESPONSABILITÉS

- participer à la préparation et à la réalisation du programme d'activités;
- assurer l'animation d'un groupe d'enfants.

EXIGENCES

- être étudiant (e) et poursuivre un programme d'études en vue de l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation;
- avoir au minimum 16 ans au 1^{er} juin 2009;
- avoir de l'expérience en animation de groupe;
- avoir des connaissances de base dans les disciplines suivantes serait un atout : arts plastiques, art dramatique, loisirs scientifiques et disciplines sportives;
- participer à des activités de formation.

QUALITÉS PERSONNELLES RECHERCHÉES

- sens des responsabilités et de l'organisation;
- leadership, maturité et dynamisme;
- créativité et initiative;
- facilité à communiquer et à travailler en équipe;
- désir et motivation à travailler auprès des enfants d'âge pré-adolescence (10-12 ans).

CONDITIONS D'EMPLOI

- temps plein, 40 heures par semaine, de la mi-juin à la mi-août;
- salaire selon échelle salariale en vigueur.

Les personnes intéressées à soumettre leur candidature ont jusqu'au vendredi 13 mars 2009.

AMPHIGLACE MARIO-MAROIS PATINAGE LIBRE (GRATUIT)

Horaire - MARS 2009	
LUNDI :	13 h 30 à 15 h 00 (parents et petits) 15 h 00 à 16 h 30 (adultes seulement)
JEUDI :	13 h 00 à 14 h 00 (parents et petits) 18 h 30 à 19 h 30 (familial)
DIMANCHE :	13 h 00 à 14 h 00 (familial)

HOCKEY LIBRE (18 ans et plus)

Horaire - MARS 2009	
MARDI :	11 h 30 à 13 h 00
MERCREDI :	13 h 30 à 15 h 00 15 h 00 à 16 h 30
JEUDI :	14 h 00 à 15 h 30 15 h 30 à 16 h 30

Coûts :
2,50 \$ / joueur (résident) 5,00 \$ / joueur (non-résident)

PATINOIRES EXTÉRIEURES

ACCÈS GRATUIT

Le parc de la Rivière offre un rond de patinage et deux patinoires avec rampes pour le hockey libre.

HEURES D'OUVERTURE

LUNDI AU VENDREDI : 12 h à 22 h
SAMEDI ET DIMANCHE : 10 h à 22 h

DIRECTIVES :

- Les activités de hockey ne seront pas tolérées sur le rond de patinage.
- Le port d'un minimum d'équipement est recommandé : casque et gants pour le hockey et casque pour le patinage.

Il est encore temps de s'inscrire!

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE EN PLEIN AIR - adultes

Améliorez votre condition physique et votre bien-être tout en prenant une bouffée d'air frais! Des séances de conditionnement physique complètes données en plein air, en groupe et selon votre rythme. Chaque séance inclut des périodes cardiovasculaires (marche ou course), des exercices de musculation et une période d'étirements.

Responsable : Rest'Actif, 418 834-7312

Durée : 12 semaines débutant le 10 mars 2009

Horaire : mardi de 10 h 30 à 11 h 30

Coût : résident : 55 \$ / non-résident : 68,75 \$

Endroit : POINT DE RENCONTRE À L'AMPHIGLACE MARIO-MAROIS

Matériel requis par le participant : tapis de sol

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE EN PLEIN AIR - mamans et bébés

Repreniez la forme après un accouchement en participant à des séances de conditionnement physique avec poussette. Ces séances se composent d'une période d'échauffement cardiovasculaire et de marche variée. De plus, des exercices de musculation et d'étirements seront faits tout en prenant une bouffée d'air. Prévoir l'habillement en fonction de la température. (Âge minimum et maximum : 1 mois et 12 mois)

Responsable : Rest'Actif, 418 834-7312

Durée : 12 semaines débutant le 10 mars 2009

Horaire : mardi de 9 h 15 à 10 h 15

Coût : résident : 55 \$ / non-résident : 68,75 \$

Endroit : POINT DE RENCONTRE À L'AMPHIGLACE MARIO-MAROIS, PARC DE LA RIVIÈRE

Matériel requis par la participante : tapis de sol

SERVICE *du greffe*

AVIS PUBLIC DEMANDE DE DÉROGATION MINEURE

AVIS PUBLIC est, par la présente, donné :

Que le conseil municipal de la Ville de L'Ancienne-Lorette statuera lors de sa séance ordinaire qui se tiendra le 31 mars 2009, à 20 h, à la salle du conseil située à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette, sur la demande de dérogation mineure suivante :

- Propriété sise au 1678, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette, lot 1 778 261 du cadastre du Québec : rendre réputée conforme la marge de recul latérale droite de l'habitation multifamiliale à 4,28 mètres en lieu et place de 4,5 mètres, tel qu'exigé par le règlement de zonage n° V-750-83, en vigueur lors de l'émission du permis en 1985.

Tout intéressé pourra se faire entendre par le conseil municipal de la Ville de L'Ancienne-Lorette relativement à cette demande au cours de la séance du 31 mars 2009.

Donné à L'Ancienne-Lorette ce 4 mars 2009
M^e Linda Mimeault, avocate
 Greffière de la Ville

SERVICE *des loisirs*

PROGRAMMATION des loisirs - Printemps 2009

Informations générales

INSCRIPTION, COÛT ET MODALITÉ DE PAIEMENT

Les formulaires d'inscription sont disponibles à l'hôtel de ville, à la bibliothèque Marie-Victorin ainsi que sur notre site Internet au www.lancienne-lorette.org.

Utiliser et compléter le formulaire requis pour le type d'activité et le transmettre, accompagné du paiement total par chèque daté du jour de l'envoi, à l'adresse précisée sur le formulaire. **Le chèque doit être libellé, soit au nom de la Ville de L'Ancienne-Lorette ou de l'organisme concerné. Les inscriptions se font par la poste ou à l'hôtel de ville. Aucune inscription par téléphone.**

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

La date limite pour recevoir les inscriptions pour la session printemps est le 20 avril 2009.

CONFIRMATION D'INSCRIPTION

Une confirmation d'inscription pour les activités sportives, culturelles et artistiques sera transmise aux participants avant le 24 avril 2009. Chaque organisme contactera ses participants. Si applicables, les taxes, TPS et TVQ, sont incluses dans le coût d'inscription.

Par souci pour l'environnement, ceux qui désirent recevoir leur confirmation d'inscription par courriel, veuillez indiquer l'adresse sur votre formulaire.

TARIFICATION NON-RÉSIDENTS

Selon la politique de tarification de la Ville de L'Ancienne-Lorette, les non-résidents de 18 ans et plus doivent déboursier un montant additionnel de 25 % sur le coût d'inscription. En raison d'une entente particulière, les résidents de Saint-Augustin-de-Desmaures ne sont pas assujettis à la tarification additionnelle. Cette politique s'applique également à tous les organismes.

TARIFICATION AÎNÉS (RÉSIDENTS SEULEMENT)

Les résidents de 65 ans et plus ont droit à une réduction de 50 % sur le coût de l'inscription.

REMBOURSEMENT

Pour les activités offertes par le Service des loisirs, toute demande de remboursement sera considérée pour une raison majeure. La demande doit inclure la raison et doit être accompagnée de pièce(s) justificative(s). Pour les organismes, se référer à leur politique de remboursement.

DURÉE DE LA SESSION

La durée de la session printemps est de 4 semaines débutant le 27 avril 2009.

NOMBRE DE PARTICIPANTS REQUIS

Un nombre minimum de participants est fixé pour toutes les activités. Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions n'est pas atteint.

LIEUX DES ACTIVITÉS

SOUS-SOL, BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN
1635, rue Notre-Dame

CENTRE COMMUNAUTAIRE
(parc de la Rivière)
1315, rue des Loisirs

ÉCOLE LE RUISSELET
1745, rue Saint-Oliver

**PAVILLON NOTRE-DAME
ÉCOLE DES HAUTS CLOCHERS**
1591, rue Notre-Dame

POLYVALENTE DE L'ANCIENNE-LORETTE
1801, rue Notre-Dame

**AMPHIGLACE
MARIO-MAROIS**
1300, rue de l'Amphiglance

Pour toute autre information, n'hésitez pas à contacter le Service des loisirs au 418 872-9811.

ACTIVITÉS CULTURELLES ET ARTISTIQUES

ATELIER LA GRENOUILLÈRE — 3 ans et plus

Votre enfant veut s'amuser, se faire de nouveaux amis! L'atelier La Grenouillère répondra à ses désirs. Les ateliers ont comme objectifs de développer les habiletés de l'enfant, d'éveiller sa curiosité et d'apprendre tout en s'amusant. Nous accueillons les enfants de 3 à 5 ans pour une ou deux demi-journées par semaine. Pour des raisons de commodités, l'enfant doit être propre.

Responsable : Sonia Boucher, 418 571-0991

Durée : 4 semaines débutant les 28 et 30 avril 2009

Horaire : GROUPE 1 – mardi de 8 h 30 à 11 h
GROUPE 2 – jeudi de 8 h 30 à 11 h

Coût : 22 \$ (1 fois/sem.) / 44 \$ (2 fois/sem.)

Endroit : CENTRE COMMUNAUTAIRE

***Les parents doivent prévoir une collation (fruits ou légumes) pour l'enfant.**

CHANT

Le but de ce cours est surtout de s'amuser, d'apprendre à bien chanter, de connaître, de répertoire, de perfectionner et d'apprendre à chanter sa chanson préférée. D'apprendre un minimum de théorie musicale pour pouvoir chanter. D'apprendre à vaincre sa peur de chanter devant un groupe, de développer sa voix et son oreille musicale.



Responsable : Catalina Mirica, 418 871-3964

Durée : 4 semaines débutant les 28 et 30 avril 2009

Horaire : GROUPE 1 (ADULTE) – mardi de 19 h 30 à 21 h
GROUPE 2 (ADULTE) – jeudi de 19 h 30 à 21 h

Coût : résident : 20 \$ / non-résident : 25 \$

Endroit : SOUS-SOL DE LA BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

GUITARE — 6 à 18 ans

Apprenez la guitare tout en vous amusant! La Ville de L'Ancienne-Lorette vous offre un cours de groupe pour débutant adapté aux besoins des jeunes. Le programme vise à développer les facultés musicales de l'enfant. À travers un répertoire populaire, les élèves apprendront la lecture de partitions (mélodies) et les accords d'accompagnements. L'élève doit fournir sa guitare acoustique sinon une guitare est disponible en location au coût de 25 \$ pour la session.

Responsable : Jonathan Guérette, 418 871-2333

Durée : 4 semaines débutant le 4 mai 2009

Horaire : lundi de 19 h 30 à 21 h

Coût : 54 \$

Endroit : SOUS-SOL DE LA BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN



PEINTURE SUR BOIS — adultes

Plusieurs techniques sont proposées et expérimentées. Les participants ont le choix de réaliser des projets personnels et communs et l'enseignement est adapté à leurs besoins. Le matériel de base, au montant approximatif de 50 \$, est aux frais du participant. La liste de matériel sera fournie en même temps que la confirmation de l'activité.

Responsable : Manon L'Héault, 418 877-6987

Durée : 4 semaines débutant le 4 mai 2009

Horaire : GROUPE 1 - lundi de 12 h 45 à 15 h 45
GROUPE 2 - lundi de 18 h 30 à 21 h

Coût : GROUPE 1 : résident : 50 \$ / non-résident : 62,50 \$
GROUPE 2 : résident : 42 \$ / non-résident : 52,50 \$

Endroit : SOUS-SOL DE LA BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN



SERVICE *des loisirs*

PROGRAMMATION des loisirs - Printemps 2009

ACTIVITÉS SPORTIVES

GONG FU SHAOLIN — tous

Venez étudier les arts martiaux chinois du Temple Shaolin avec Shifu (maître) Pierre-Olivier Gagnon qui a vécu et qui s'est entraîné en Chine pendant 3 ans et qui a plus de 8 ans d'expérience en arts martiaux chinois. Vous serez initiés au Gong Fu Shaolin par la pratique des formes à mains nues, de l'autodéfense, des armes, de la maîtrise du souffle et des exercices de santé. Cela vous permettra de pousser vos limites, d'avoir une discipline, de découvrir une passion, d'apprendre une culture et bien d'autres. Des gens de tous les âges peuvent le pratiquer. Bienvenue à toutes et à tous!

Responsable : Pierre-Olivier Gagnon, 418 871-0758

Durée : 4 semaines débutant le 8 mai 2009

Horaire : vendredi de 19 h à 21 h

Coût : résident : 38 \$ / non-résident : 47,50 \$

Endroit : CENTRE COMMUNAUTAIRE



STEP ET WORKOUT & COMBO-MUSCULAIRE — adultes

Ce programme sur musique vise à maintenir ou à améliorer la condition physique générale. La séance débute par des exercices d'échauffement. Ensuite, des enchaînements de mouvements et de déplacements avec ou sans le step. Des exercices de renforcement musculaire, avec ou sans équipement, permettent ainsi de raffermir et de tonifier les différents groupes musculaires. Des étirements et une période de détente terminent la séance. **COMBO-MUSCULAIRE** : entraînement dynamique varié et soutenu incluant l'échauffement et exercices musculaires avec step, poids et élastiques.

Responsable : Rest'Actif, 418 834-7312

Durée : 4 semaines débutant les 28 et 30 avril 2009

Horaire : GROUPE 1 - mardi de 19 h à 20 h, STEP
GROUPE 2 - jeudi de 19 h à 20 h, cardio
GROUPE 3 - jeudi de 20 h à 21 h, combo-musculaire

Coût : résident : 19 \$ (1 fois/sem.) / non-résident : 23,75 (1 fois/sem.)
résident : 38 \$ (2 fois/sem.) / non-résident : 47,50 \$ (2 fois/sem.)

Endroit : ÉCOLE LE RUISSELET

TAI-CHI et QI-GONG — adultes

Le **tai-chi** est une discipline de relaxation et de détente. **La petite forme** (Wu) est un préalable comprenant 33 mouvements. Combinés à la technique respiratoire, ces mouvements sont exécutés lentement, doucement et de façon continue afin de conserver ou de développer bien-être et santé. **La longue forme** comprend 87 mouvements. Elle s'adresse aux participants ayant déjà pratiqué **la petite forme** du même style.

Le **QI-GONG** est une gymnastique thérapeutique chinoise. Branche de la médecine chinoise qui consiste en des exercices exécutés en douceur et lenteur. Son action est préventive et curative. Ces exercices visent à préserver la santé, à restaurer l'équilibre, à accroître les capacités physiques, à apaiser ou à dynamiser.

Responsable : Lawrence Allison, 418 523-3715

Durée : 4 semaines débutant le 4 mai 2009

Horaire : GR. 1 - longue forme - intermédiaire - lundi de 9 h à 10 h 30
GR. 4 - Qi-gong, débutant - lundi de 10 h 30 à 12 h

Coût : résident : 38 \$ / non-résident : 47,50 \$

Endroit : SOUS-SOL DE LA BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN

YOGA – APPROCHE VINIYOGA — adultes

Le yoga est une discipline millénaire qui n'a pas d'égal pour la santé du corps et de l'esprit de par ses techniques précises et adaptées à chacun selon l'allégerance Viniyoga. L'esprit de Viniyoga, c'est de partir de là où on se trouve, en pratiquant selon ses capacités et limites. Fondements et techniques de base de la pratique du yoga. Apprentissage de la relaxation et postures d'assouplissement adaptées à chacun.



Responsable : **Débutant 1 et 2 :** Jocelyne St-Onge, 418 872-9319
Intermédiaire : Pierrette Pineau 418 849-3156

Durée : 4 semaines débutant les 28, 29 avril et 4 mai 2009

Horaire : GROUPE 1 - débutant I - mardi de 18 h 30 à 19 h 30
GROUPE 2 - débutant I - mercredi de 19 h 30 à 20 h 30
GROUPE 3 - intermédiaire I - mercredi de 18 h 30 à 19 h 30
GROUPE 4 - débutant II - mardi de 19 h 30 à 20 h 30
GROUPE 5 - débutant II - lundi de 18 h 30 à 19 h 30

Coût : résident : 20 \$ / non-résident : 25 \$

Endroit : SOUS-SOL DE LA BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN



ASSOCIATION DE SOCCER DU MISTRAL LAURENTIEN (A.S.M.L.)

Cette association est responsable de l'organisation des activités de soccer sur son territoire pour tous les groupes d'âge.

INSCRIPTION

En personne, en vous présentant à l'un des endroits indiqués ci-dessous, à la date et à l'endroit qui vous conviennent avec tous les documents nécessaires.

Bureaux administratifs de l'Association de soccer

1565, rue Turmel L'Ancienne-Lorette, sur les heures de bureau dès le 9 février
Heures de bureau disponibles sur notre site :

www.mistrall Laurentien.com

Journée d'inscription des clubs :

Centre Trois-Saisons (derrière l'école primaire Trois-Saisons - bâtisse située près de la piscine municipale)
1455, rue Buffon, samedi le 28 février de 9 h 00 à 12 h 00

Pour les gens de Courcellette : Centre des sports, édifice 516, Valcartier, dimanche le 8 mars de 9 h 00 à 13 h 00

Notes

Les catégories sont contingentées. L'ordre de priorité sera considéré pour les inscriptions. Lorsque l'Association aura atteint son maximum de participants par catégorie, les inscriptions seront placées sur une liste de réserve.

Les inscriptions sont conditionnelles à l'implication d'entraîneurs bénévoles pour chacune des équipes.

Important : inscriptions traitées après le 8 mai 2009

Concernant la confirmation de l'inscription, l'Association régionale de soccer de Québec (ARSQ) **exige un délai de 5 jours ouvrables** pour la fabrication du passeport de joueurs, entraîneurs ou arbitres.

Ces délais doivent être respectés. Si vous souhaitez participer à une activité de ligue (match) pour les U8 et plus **à l'intérieur de ce délai**, vous devrez défrayer des coûts supplémentaires de 20 \$.



(Suite page suivante)

MODALITÉS DE PAIEMENT

Les paiements par cartes de débit ou de crédit ou par chèque sont acceptés. **Toutefois, l'organisme n'accepte pas les chèques postdatés.** Les chèques devront être faits à l'ordre de l'Association de soccer du Mistral Laurentien.

Pièces obligatoires à apporter pour l'inscription :

- Photo (5 cm x 4 cm) pour les jeunes de U-8 à sénior seulement;
- Preuve d'âge (apporter une pièce d'identité pour vérification seulement (ex. : certificat de naissance ou carte d'assurance maladie);
- Chèque pour le paiement de l'inscription.

Si des documents sont manquants lors de l'inscription, le traitement du dossier demeurera en attente jusqu'à l'obtention des informations obligatoires.

REMBOURSEMENT

Toute demande devra se faire auprès de Steve Gauvin, soit par courriel à sgauvin@mistrall Laurentien.com ou par la poste à Association de soccer du Mistral Laurentien, 1565, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5.

Les détails sur la politique sont publiés sur le site Internet de l'Association dans « Informations sur l'association ».

CATÉGORIE AA

Les joueurs intéressés à faire partie d'une équipe compétitive AA (U9 à sénior) doivent procéder à l'inscription avant le 13 mars en payant le montant de base (voir tableau des tarifs). Ensuite, ils pourront se présenter aux camps de sélection (voir horaire sur le site Internet). Si un joueur est sélectionné, un montant supplémentaire représentant la différence des coûts d'opération récréatif-compétitif sera facturé directement à l'équipe.

Coût supplémentaire : U9 à U14 : 40\$; U15 à U18 : 45\$

CONDITIONS SPÉCIFIQUES

Les joueurs inscrits auprès de l'A.S.M.L. participent à plusieurs activités. Elles sont offertes dans deux secteurs, soit « ALQL » pour les gens de L'Ancienne-Lorette et du Quartier Laurentien (Champigny / Chauveau) et « VBC » pour les gens du secteur de Val-Bélair et de Courcelette. Vous pouvez participer aux activités dans le secteur de votre choix.

PROGRAMMES OFFERTS PAR L'ASML

Voici les détails sur les programmes offerts par l'ASML :

Ligue de soccer et programme de développement organisé par l'ASML (U4 à U7)

U4 et U5 : Ligue de soccer locale à 5 contre 5. Pendant la saison, les activités débutent à 18 h 30 avec une courte séance d'entraînement de 15 à 20 minutes suivie d'une partie de 30 minutes.

Les activités auront lieu tous les lundis et un mercredi sur deux. Il est possible que des parties entre secteurs (L'Ancienne-Lorette/Courcelette, Quartier Laurentien et Val-Bélair) soient organisées pendant la saison.

U6 et U7 : soccer se jouant à 5 contre 5. Pendant la saison, les activités débutent à 18 h 30 avec une courte séance d'entraînement de 15 à 20 minutes suivie d'une partie de deux mi-temps de 20 minutes.

Les activités auront lieu tous les mardis et un jeudi sur deux. Prendre note qu'il y aura le CTLE tous les vendredis soirs à 18 h 30 au terrain du parc La Chanterelle pour les gens du secteur VBC et aux terrains de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette pour les gens du secteur ALQL (voir Centre technique local d'entraînement plus bas).

Il est possible que des parties entre secteurs (L'Ancienne-Lorette/Courcelette, Quartier Laurentien et Val-Bélair) soient organisées pendant la saison.

Centre technique local d'entraînement (CTLE) (U6-U7)

Tous les vendredis soirs, à 18 h 30, dans chacun des secteurs se tiendront des séances de formation destinées aux jeunes U6 et U7. Ce programme de développement sera supervisé et encadré par des techniciens formés par l'Association. Invitation aux entraîneurs intéressés à s'impliquer.

Ligue de soccer régionale de Québec LSRQ et programme de développement (U8 à U18)

Regroupement d'associations sur la rive nord de Québec

50 % des rencontres (8 matchs) ont lieu sur le territoire de l'A.S.M.L., les autres ont lieu à l'extérieur (ex. : Duberger/ Les Saules, Neufchâtel, Loretteville, Cap-Rouge, Saint-Raymond, Pont-Rouge et autres). Les horaires des parties sont variables et déterminés par la ligue et non par les associations locales. Toutefois, la LSRQ entend utiliser des calendriers standardisés par catégorie (journées fixes). Nous afficherons cette information lorsqu'elle sera connue par la ligue (vers la fin avril seulement).

Ligue de soccer Québec-Métro LSQM (U18 à sénior) de niveaux A et AA

Les personnes intéressées à former une équipe de joueurs ou joueuses dans la LSQM sont priées de contacter le club avant le 13 mars. Elles doivent présenter une liste de 18 participants, le paiement des frais d'inscription de chaque participant ainsi que 200 \$ représentant un bon de garantie de l'équipe. L'Association s'engage à défrayer les coûts de formation nécessaires pour la personne-ressource affectée à l'équipe. Le matériel (chandails, ballons, cônes, etc.) sera prêté par le club pour la saison et devra être remis en bon état.

Une personne de 19 ans et plus en 2009 désirant adhérer à une équipe sénior pourra donner son nom à l'organisation. Nous n'acceptons aucun paiement individuel de la part des joueurs séniors. Seulement les inscriptions faites par équipe.

Ligues de soccer pour les 30 ans et + (matchs seulement)

Nous invitons les femmes et les hommes à s'inscrire à l'une des ligues suivantes :

L'Ancienne-Lorette (féminine) : Dimanche à 9 h 30, parc Robitaille (terrain de soccer à 7 vs 7)

L'Ancienne-Lorette (mixte) : Dimanche à 9 h 30, parc de la Rivière (terrain de soccer à 11 vs 11)

Champigny/Chauveau (mixte) : (2 fois semaine) Dimanche à 10 h, terrain 2 du parc Les Primevères (terrain de soccer à 11 vs 11) Mercredi à 18 h 30, camp St-Albert ou autres (terrain de soccer à 11 vs 11)

Val-Bélair (mixte) : Vendredi à 18 h 30, Base de plein air La Découverte (terrain de soccer à 9 vs 9)

L'Association fournira un arbitre pour chaque match prévu au calendrier. Minimum 18 participants en soccer à 7 et de 28 participants. Sinon, les membres seront remboursés.

Demands spéciales concernant le regroupement de joueurs :

Avec plus de 2 000 jeunes, aucune demande spéciale ne pourra être traitée, sauf pour des joueurs d'une même famille.

ÉQUIPEMENT**Camp de sélection AA et camp pré-saison A**

Espadrilles, protège-tibias, bas recouvrant les protège-tibias, short et t-shirt.

Saison (U4 à U7)

Souliers de soccer (non obligatoires, mais fortement recommandés) et protège-tibias. Les bas et le short doivent être de couleur noire. Le chandail est fourni par l'association et devra être remis en bon état lors de la dernière activité de la saison.

Saison (U8 à U18 A)

Souliers de soccer (non obligatoires, mais fortement recommandés), protège-tibias. Les bas et le short aux couleurs du club sont obligatoires. Le coût du short et des bas n'est pas inclus dans le tarif. Ils demeureront la propriété du participant. Le coût de ces équipements devra être assumé par le joueur. Le chandail est fourni par l'association et devra être remis en bon état lors de la dernière activité de la saison.

Niveaux AA (U9 à Sénior A et AA)

Souliers de soccer (non obligatoires, mais fortement recommandés), protège-tibias. Les bas et le short aux couleurs du club sont obligatoires. Le coût du short et des bas n'est pas inclus dans le tarif. Ils demeureront la propriété du joueur. Le coût pour ces équipements devra être assumé par le participant lors de l'inscription au AA (tarification supplémentaire). Le chandail est fourni par l'association et devra être remis en bon état lors de la dernière activité de la saison.

Adultes (30 ans et +)

Souliers de soccer (non obligatoires, mais fortement recommandés), protège-tibias, bas et short. Aussi, nous demandons aux participants d'apporter deux t-shirts, l'un de couleur foncée (noir) et l'autre de couleur pâle (blanc).

Notes importantes à propos des équipements

Il sera possible de vous procurer des shorts et des bas aux couleurs du club (U8 et plus) durant les heures de bureau. Pour les connaître, consultez notre site Internet.

Coûts du short et des bas

Équipes U8 à U18 A :

bas (selon la grandeur – entre 6 \$ et 7 \$)
short (enfant 16 \$ et adulte 17 \$)

Équipes U9 à sénior AA :

bas (selon la grandeur – entre 6 \$ et 7 \$)
short (enfant 18 \$ et adulte 20 \$)

AUTRES

Camp de sélection : invitation au camp de sélection de l'Association de soccer du Mistral Laurentien, équipes compétitives AA. Objectif : recruter les meilleurs joueurs. Les entraînements sont supervisés par des entraîneurs sélectionnés par le club. Pour le premier entraînement, arrivez 15 minutes avant l'heure prévue. Pour connaître l'horaire du camp, consultez notre site Internet.

Lorsque la sélection des joueurs sera terminée, l'association verra à facturer chaque équipe pour la différence du coût qu'occasionne la participation au AA.

Les coûts liés à l'utilisation des gymnases pour le camp de sélection doivent être payés par les équipes (s'il y a lieu).

Camp pré-saison : lors de l'inscription et sur confirmation de l'inscription, vous recevrez l'horaire du camp pré-saison A (équipes récréatives). Consultez régulièrement le site Internet de l'A.S.M.L. pour connaître les modifications apportées aux horaires du camp ou autres.

Personnel recherché : toute personne intéressée à occuper un poste d'entraîneur ou d'assistant-entraîneur est priée de donner son nom à Jérôme Maisant au 418 977-7228 ou par courriel : jmaisant@mistrall Laurentien.com

Formation : l'association s'engage à fournir une formation à l'intérieur de son club. De plus, les entraîneurs seront assistés par un directeur technique et des adjoints.

RENSEIGNEMENTS

www.mistrall Laurentien.com ou info@mistrall Laurentien.com ou 418 977-7228

En cas d'erreur dans les informations citées dans ce document, les informations se trouvant sur le site Internet du Mistral Laurentien prévalent.

TARIFS

Catégorie	Préalable	Association de soccer du Mistral Laurentien (A.S.M.L.) (L'Ancienne-Lorette, Champigny, Chauveau, Courcelette et Val-Bélair)	Coût de base
U4F	2005		80 \$
U4M	2005		80 \$
U5F	2004		80 \$
U5M	2004		80 \$
U6F	2003		95 \$
U6M	2003		95 \$
U7F	2002		95 \$
U7M	2002		95 \$
U8F	2001		125 \$
U8M	2001		125 \$
U9F	2000		125 \$
U9M	2000		125 \$
U10F	1999		125 \$
U10M	1999		125 \$
U11F	1998		125 \$
U11M	1998		125 \$
U12F	1997		140 \$
U12M	1997		140 \$
U13F	1996		140 \$
U13M	1996		140 \$
U14F	1995		140 \$
U14M	1995		140 \$
U15F	1994		140 \$
U15M	1994		140 \$
U16F	1993		140 \$
U16M	1993		140 \$
U17F	1992		145 \$
U17M	1992		145 \$
U18F	1991		145 \$
U18M	1991		145 \$
Senior A	1990 et avant		200 \$
Senior AA	1990 et avant		210 \$
Adulte	1979 et avant		50 \$
Adulte AL féminin soccer à 7	1979 et avant		50 \$
Adulte AL mixte	1979 et avant		50 \$
Adulte QL Mercredi	1979 et avant		50 \$
Adulte QL Dimanche	1979 et avant		50 \$
Adulte VBC	1979 et avant		50 \$
Tarif familial		3 ^e enfant et + : 50 % de réduction sur le tarif habituel. La réduction s'applique aux montants les moins élevés.	

ASSOCIATION DES SPORTS DE BALLE DE VAL-BÉLAIR ET L'ANCIENNE-LORETTE (VBAL)

Le baseball un sport qui frappe...
Le baseball un sport qui « fly »...
Le baseball un sport qui te permettra de te dépasser..



Viens voir, l'essayer c'est l'adopter !

SAISON RÉGULIÈRE

Camp de mise en forme et sélection : Dès le début du mois d'avril, des camps de mise en forme commenceront. Lors de ces camps les joueurs seront classés dans un des trois types de ligues suivants :

- Niveau « B »
- Niveau « A »
- Niveau « AA » 1^{re} ou 2^e année

SPÉCIFICATIONS :

Niveaux A et B : Veuillez noter que toutes les parties et pratiques s'effectueront sur les terrains des deux secteurs selon les disponibilités des terrains.

Niveaux « AA » 1^{re} et 2^e année : Veuillez noter qu'un joueur sélectionné pour une équipe de calibre compétition « AA » devra déboursier un montant supplémentaire pour couvrir les frais d'inscription exigibles par l'organisation responsable nommée la « zone ».

Équipement : Tout l'équipement sera fourni pour les pratiques et les matchs. Seules les catégories Pee-wee et plus doivent avoir leur propre casque de frappeur.

Inscription : le 7 mars de 10 h à 15 h et le 8 mars de 12 h à 15 h dans le chalet des sports du parc des Loisirs de L'Ancienne-Lorette

TABLEAU DE TARIFICATION

Catégorie	Préalables né en	Coût 1 ^{er} enfant
Pré-novice	2004-2005	105 \$
Novice	2002-2003	105 \$
Atome	2000-2001	130 \$
Moustique	1998-1999	155 \$
Pee-wee	1996-1997	155 \$
Bantam	1994-1995	155 \$
Midjet	1991-1993	155 \$

Tarification familiale 2^e enfant : réduction de 30 \$
3^e enfant : réduction de 40 \$

Un montant de 20 \$ a été ajouté pour l'uniforme de baseball. Ce montant vous sera remboursé lors du retour de cet uniforme à la fin de la saison.

Modalités de remboursement : Toute demande de remboursement des frais d'inscription doit être présentée AVANT la première partie de la saison, par écrit, auprès de la registraire madame Denise Beaupré à l'adresse de l'ASBAL et un minimum de 25% des frais d'inscription sera retenu. Toute demande de remboursement sera soumise au comité et ne pourra être acceptée pour un mécontentement lié au classement du joueur.

CAMP D'ÉTÉ MULTI-SPORT

Concentration baseball

Nous vous invitons à lire notre programme conçu pour les jeunes nés entre le 1^{er} janvier 1996 et le 31 décembre 2001. Ce camp est accessible autant pour les jeunes de niveau compétition que ceux de niveau participation. Chaque jeune développera et améliorera ses habiletés techniques avec son groupe d'âge respectif. Plaisir et progrès sont garantis grâce à un programme riche et adapté. Notre mission est d'épanouir les jeunes avec les valeurs saines et éducatrices du sport. Nous utilisons tout simplement le baseball comme pédagogie à la réussite. En plus d'avoir pour but d'initier ou de perfectionner les habiletés techniques des jeunes qui sont friands de baseball, nous essayons de leur inculquer le goût de l'effort, de développer la confiance en soi et le plaisir de jouer. Le tout dans un cadre et une ambiance amicale.

PROGRAMME TYPE D'UNE JOURNÉE

- 9 h 00 à 9 h 45 Prise des présences et réchauffement
- 9 h 45 à 10 h 45 Ateliers de baseball
- 10 h 45 à 11 h 00 Pause - collation
- 11 h 00 à 12 h 00 Ateliers multi-sport
- 12 h 00 à 13 h 00 Dîner
- 13 h 00 à 14 h 00 Ateliers de baseball
- 14 h 00 à 14 h 15 Pause - collation
- 14 h 15 à 15 h 00 Ateliers multi-sport
- 15 h 00 à 16 h 00 Soccer, tennis ou autres activités

Les activités se dérouleront sur les terrains de baseball situés au parc des Loisirs de L'Ancienne-Lorette, à proximité de l'aréna.

En cas de pluie, des activités portant sur le baseball auront lieu à l'intérieur du « chalet » situé au parc des Loisirs.

Date limite d'inscription : le 31 mars 2009

Politique de remboursement : En cas d'annulation avant le début du camp, des frais d'administration de 25 \$ par enfant seront retenus sur le montant versé. Une fois le camp commencé, en cas de maladie ou d'accident, la valeur de chaque jour d'absence sera remboursée sur la présentation d'un certificat médical. Il n'y aura aucun remboursement si l'enfant ne se présente pas au camp ou s'il quitte pour toute autre raison.

NOUS SOMMES À LA RECHERCHE :

- **D'arbitres**
Les arbitres doivent avoir 15 ans et plus, aimer le baseball et vouloir s'y impliquer. Une formation obligatoire et gratuite sera donnée aux personnes intéressées à être arbitres.
- **De marqueurs :**
Les marqueurs doivent avoir 13 ans et plus. Vous aimez suivre les parties de baseball, joignez-vous à nous en vous impliquant. Une formation obligatoire et gratuite vous sera donnée.
- **Coachs et assistants coachs :**
Ces postes sont à combler à titre « bénévole », des formations seront exigibles pour tous les niveaux.

Compléter la Fiche d'inscription. Faire un chèque à l'ordre de : ASBAL et faire parvenir le tout au 1711, rue Dameron, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 4B4

Pour toute information complémentaire: contactez Nathalie D'Amours, présidente : 418 872-4414; courriel : nathalie.damours@videotron.ca
Site Internet : www.vbal.qc.ca

Service de garde complémentaire offert :

Un service de garde en complément du Camp d'été multi-sport, concentration baseball est offert sur demande.

Horaire : 7 h à 9 h et 16 h à 18 h

Le tarif sera de 2 \$ de l'heure payable à la fin de chaque semaine de garde. Le temps sera arrondi à chaque tranche de 15 minutes.

FICHE D'INSCRIPTION OBLIGATOIRE - SAISON RÉGULIÈRE 2009 et/ou CAMP BASEBALL - 2009

ENFANT		Semaine :	Coût	Rabais	Total
Nom :	Prénom :	Du 22 juin	_____	-	= _____
Adresse :	Municipalité :	Du 29 juin	_____	-	= _____
Tél. résidence	Code postal :	Du 6 juillet	_____	-	= _____
Sexe : <input type="checkbox"/> Masculin <input type="checkbox"/> Féminin	Date de naissance :	Du 13 juillet	_____	-	= _____
PARENTS		Du 20 juillet	_____	-	= _____
Nom et prénom de la mère :		Du 27 juillet	_____	-	= _____
Adresse :	Municipalité :	Du 3 août	_____	-	= _____
Tél. résidence :	Tél. bureau :	Du 10 août	_____	-	= _____
Cellulaire :	Courriel :	Tarif : 105 \$ / semaine			
Nom et prénom du père :		• Rabais 10 \$ par semaine pour chaque enfant inscrit de 2 à 3 semaines			
Adresse :	Municipalité :	• Rabais 15 \$ par semaine pour chaque enfant inscrit à 4 semaines et plus.			
Tél. résidence :	Tél. bureau :	• 50 % payable lors de l'inscription			
Cellulaire :	Courriel :	• 50 % payable au plus tard le 25 juin			
Le reçu pour fins d'impôt doit être émis au nom du <input type="checkbox"/> père ou de la <input type="checkbox"/> mère		J'utiliserai le service de garde			
N° d'assurance sociale* :		<input type="checkbox"/> Matin <input type="checkbox"/> Fin de journée :			
* Directive du ministère du Revenu NAS obligatoire. Aucun reçu d'impôt ne sera émis sans NAS.					



COMMUNIQUÉ

La troupe de théâtre Les Grands Enfants présente Le point de non-retour

Agatha Christie signe ici un autre classique. Dans un riche manoir perché sur la côte anglaise, une personne meurt de causes violentes. On l'a assassinée. Une brochette de suspects est sur place. Ils ont tous un mobile plus ou moins apparent, quelque chose à cacher. Un commissaire, plus prétentieux que brillant, mène l'enquête. Mais parfois, un crime en cache un autre...

Le point de non-retour est un texte superbement figolé. Comme toujours, en présence de la reine du suspense, le spectateur tente d'élucider l'affaire, d'être plus perspicace que la police et... reste bouche bée devant le finale.

Le point de non-retour
Drame policier d'Agatha Christie
Mise en scène de Réjean Vigneault

Lieu : Collège de Champigny
1400, route de l'Aéroport, Québec

Heure : 20 H
Dates : 6 - 7 - 13 - 14 mars 2009

Tarifs : Adulte : 17\$ - Moins de 16 ans : 10\$
Réservation : 15\$
Billetterie : 418 871-8402

Pour information:
Hélène Pelletier
Responsable des communications
Troupe de théâtre Les Grands Enfants
pelletier.helene@gmail.com



CONSEIL MUNICIPAL

Table listing Council Members (Maire, Conseillers) and their contact information (phone numbers).

SERVICES MUNICIPAUX

Table listing various municipal services (Direction des ressources humaines, Direction générale, etc.) and their contact information.

CERCLE DE FERMIERES DE L'ANCIENNE-LORETTE

La réunion mensuelle du Cercle de Fermières de L'Ancienne-Lorette aura lieu le 11 mars à 19 h 30 au sous-sol de la sacristie. Les cartes pour le brunch des organismes le 15 mars et le souper chez Da Giovanni le 30 mars seront en vente.

Madame Stéphanie Morin de la Quincaillerie Gauvin viendra faire une conférence sur la décoration intérieure.

Pour information : Madame Sylvie Marcoux au 418 871-2295
Madame Lise Michaud au 418 872-4674.



MOUVEMENT COUPLE ET FAMILLE

Le Mouvement Couple et Famille poursuit ses activités mensuelles. Prochain rendez-vous : la cabane à sucre, le 22 mars 2009. Couples, parents, enfants de tout âge et grands-parents, joignez-vous à nous pour vous sucrer le bec et, par la même occasion, pour vivre des moments de partage. Plaisir garanti!

Pour en connaître davantage sur l'activité ou pour vous inscrire, contactez Francine ou Yves au 418 628-8382.

Vous désirez en connaître plus sur le Mouvement? Visitez le site web du Mouvement à l'adresse www.mcf-lasource.org

CHEVALIERS DE COLOMB CONSEIL 4246 ANCIENNE-LORETTE

BRUNCH DES ORGANISMES : (Groupe Musical l'Odysée, Les Scouts, La Maison des Jeunes, Les Fermières et Rayon de Soleil)

Date : Dimanche le 15 mars 2009 de 9 h 30 à 12 h.
Coût : 10,00 \$/personne (Ouvert à toute la population)
Billets en vente auprès des organismes mentionnés ou à la salle des Chevaliers de Colomb au 418 872-1383

Assemblée régulière du Conseil (Membres et conjointes)
Le mercredi 18 mars à 19 h 30.
Conférencière invitée : Mme Lyse Gagnon, agente de relations avec le public
Sujet : Les programmes et/ou pensions du gouvernement fédéral disponibles présentement.

Petit déjeuner du Comité Féminin :
Le dimanche 22 mars de 9 h à 12 h
Coût : 5,00 \$/personne (Pour les Chevaliers et leurs amis)

Pour de l'information : contacter Richard Desrosiers, Grand Chevalier, 418 872-6784 ou 418 455-0376.
1300, rue de la Hutte, C.P. 12, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3M2 Tél. 418 872- 1383



CLUB DES AÎNÉS DE L'ANCIENNE-LORETTE FADOQ

1741, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette : 418 871-3648

ACTIVITÉS À VENIR

24 MARS 2009 (MARDI) JOURNÉE À LA CABANE À SUCRE L'ENTAILLEUR de Saint- Pierre Île d'Orléans.

Le coût du billet d'autobus est de 4 \$. On partira de la salle des Aînés à 9 h 45. Pour information : Gaby Mailloux 418 872- 7305 et Élisabeth Goupil 418- 872- 8203.

LES VENDREDIS

SOIRÉE DE DANSE À TOUS LES VENDREDIS

Les portes ouvrent à 18 h 30 et la danse commence à 19 h 45 pour se terminer à 24 h. Un buffet est servi à 23 h. Prix d'entrée : 8 \$ membre / 10 \$ non-membre.

Bienvenue aux membres et non-membres!

1ER DIMANCHE DE CHAQUE MOIS

GALA DES AÎNÉS Gala musical à 11 h. Danse de 13 h à 20 h 30, sous la direction de Michel Lambert.

RS. : BÉNÉVOLES : Les personnes qui veulent faire partie des bénévoles qui oeuvrent auprès des Aînés(es) de L'Ancienne- Lorette FADOQ afin de leur fournir tous les services qu'ils méritent sont bienvenues et peuvent communiquer avec Mesdames Gaby Mailloux 418 872- 7305 ou Élisabeth Goupil 418 872-8203.

LISTE des organismes

Les organismes jouent un rôle prépondérant dans la vie sociale, culturelle et communautaire. Ils apportent une importante contribution à l'organisation et à l'animation des activités de loisir pour tous les groupes d'âge. Ils sont le reflet du dynamisme du milieu.

ARTS ET CULTURE

Table listing arts and culture organizations (Association des arts et de la culture, Club Photo, etc.) and their contact information.

CLUBS SOCIAUX

Table listing social clubs (Club Lions, Club Optimiste, Club Richelieu, Club Rotary) and their contact information.

SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE

Table listing social and community organizations (A F E A S, Apprenti de la couture, Association des gens d'affaires, etc.) and their contact information.

SPORT ET PLEIN AIR

Table listing sports and outdoor organizations (Association de Ringuette, Association des sports de balle, Association de soccer du Mistral Laurentien, etc.) and their contact information.

VOYAGES 2009

POUR LES AÎNÉS ET LEURS AMIES ET AMIS

Samedi 14 mars - Montréal - Spectacle du bel âge (99,99 \$ incl. souper, taxes et pourboires);
Mardi 17 mars - Montréal - Le Match des Étoiles (59 \$ - souper, taxes et pourboire);
Ven.-Sam.-Dim. 5, 6 et 7 juin - L'Auberge La Calèche (399,50 \$/pers., 369,50 \$/occ. double, 179,50 \$/occ. triple);
Sam.-Dim. 15 et 16 août - Lac-Saint-Jean et L'Hermitage Saint-Antoine (229,50 \$ / pers., 199,50 \$/occ. double, 179,50 \$/occ. triple);
Sam.-Dim. 5 et 6 sept. - Hôtel Lac Lemay (Hull et Ottawa) (275,50 \$/pers., 245,50 \$/occ. double, 235,50 \$/occ. triple)
Sam.-Dim. Lundi 10, 11 et 12 oct. - Noël d'Automne - Hôtel Manoir des Laurentides (399,50 \$/pers. 369,50 \$/occ. double, 349,50 \$ occ. triple.
Pour informations et/ou réservations : Jean-Claude Paquet - tél. : 418 872-3957, cell : 418 803-3957

Le LORETTAIN JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE. Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec. Conception : Le Journal de L'Ancienne-Lorette. Tirage : Plus de 9000 exemplaires.

Ville de L'Ancienne-Lorette. Le Loretain est un périodique publié 11 fois par année par la Ville de L'Ancienne-Lorette et distribué gratuitement dans tous les foyers de L'Ancienne-Lorette. Toute information pour Le Loretain doit être acheminée à : L'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5. Tél. : 418 872-9811. L'utilisation de termes génériques masculins est faite dans le but d'alléger le texte et ne comporte aucune discrimination.