

GUIDE DES LOISIRS ET CULTURE 2024

PROGRAMMATION

*Printemps
-Été*



INSCRIPTION

**avant le
17 avril**



INSCRIPTION VIA

SPORT-PLUS



PROGRAMMATION
DISPONIBLE SUR
saint-bernard.quebec



SUIVEZ-NOUS! Recherchez
Municipalité Saint-Bernard

COORDONNÉES

SERVICE DES LOISIRS, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

1499, rue Saint-Georges
Saint-Bernard (QC) G0S 2G0

Téléphone : 418 475-6060



Pour joindre ;

Noémie : loisirs@saint-bernard.quebec ou poste 105

Johanne : comm@saint-bernard.quebec ou poste 102

PAVILLON DES LOISIRS

1512, rue Saint-Georges
Saint-Bernard (QC) G0S 2G0

Téléphone : 418 475-5429

BUREAU MUNICIPAL

1499, rue Saint-Georges
Saint-Bernard (QC) G0S 2G0

Téléphone : 418 475-6060

Télécopieur : 418 475-6069



Pour joindre ;

Caroline : admin@saint-bernard.quebec

VOIRIE



Pour joindre ;

Maxime : voirie@saint-bernard.quebec

Téléphone: 418 475-6060 poste 201

INSCRIPTION

MODALITÉ D'INSCRIPTION

Date limite d'inscription - 17 avril 2024

Le Service des loisirs et de la culture se réserve le droit d'annuler les activités dont le minimum de participants nécessaires n'est pas atteint.

Dans ce cas, vous serez remboursés en totalité.

Le paiement du cours est exigé en totalité lors de l'inscription.



Inscription en ligne dès le 3 avril - Simple et facile

Rendez-vous au saint-bernard.quebec

- Cliquez sur l'onglet **LOISIRS ET CULTURES** **PROGRAMMATION DES LOISIRS**
- Créez votre compte avec **Sport Plus**, si ce n'est pas déjà fait.
- Rendez-vous sur le site de **Sport Plus** et complétez votre inscription via le lien suivant : <https://www.sport-plus-online.com/prmsmvc/Home/Index>

MODALITÉS DE PAIEMENT



Paiement en ligne - Virement par Accès D

(doit être fait à partir d'un ordinateur)

Choisir Virements entre personnes Desjardins

Identification du bénéficiaire : Loisirs Saint-Bernard

Raison : Inscrire le nom du cours et les initiales du participant

Transit de la caisse : 20106

Institution : 815

Folio/compte : 4311759

Aucun virement par adresse courriel ne sera accepté.



Paiement en personne (argent ou chèque)

Vous pouvez passer porter votre paiement pendant les heures d'ouverture directement à l'Hôtel de ville ou dans la chute aux lettres à droite de la porte d'entrée;

1499, rue Saint-Georges

Saint-Bernard (QC) G0S 2G0.

Chèque adressé à l'ordre de l'OEUVRE DES LOISIRS DE SAINT-BERNARD



Paiement par carte de crédit

Vous pouvez payer avec votre carte de crédit directement sur le site de Sport Plus, lors de votre inscription.

Notes importantes

- Des frais de retard s'appliqueront après la date limite d'inscription.
- Des frais de 12,5 % s'appliqueront, après votre inscription, pour tous changements de cours ou en cas de désistement sans raison valable.
- Communiquez avec la personne responsable avant d'effectuer un paiement inférieur à une facture émise par le logiciel sport plus. Cette condition s'applique si vous avez des ententes de paiements antérieurs ou un certificat cadeau par exemple.
- Des frais de 10,00 \$ peuvent s'appliquer en cas de retard du parent après une activité parascolaire. Il est préférable d'aviser la personne responsable par téléphone ou par courriel en cas d'imprévu.
- Un repas froid est exigé pour toutes les activités parascolaires qui auront lieu durant la période du midi. Si votre enfant a un repas à faire chauffer ou un repas avec le traiteur (au plateau), il ne pourra pas participer à son activité ce midi-là.
- La facture doit être payée en totalité avant le début des cours pour toutes les inscriptions dans la programmation.

Alerte EMPLOI

MINI-AIDE TDJ

Tu es en 6e année, en route pour le secondaire,
tu aimes relever de nouveaux défis et
tu aimerais commencer à travailler cet été?
Et bien c'est maintenant ta chance!



Voici un nouveau projet-pilote **Mini-Aide TDJ** qui a pour but de faire découvrir un emploi saisonnier incroyable. Nous désirons donner la chance à des jeunes responsables et remplis d'énergie de travailler avec nous.

Les mini-aide auront un horaire de 10 demi-journées étalées sur les 7 semaines de camp.

Voici quelques tâches de ce nouveau projet :

- Aider les moniteurs du TDJ;
- Aider à préparer le matériel et les activités;
- S'assurer que les jeunes s'amuse!

Ce magnifique projet vous interpelle?

Vous croyez que votre enfant aimerait être Mini-aide TDJ?



Écrivez-moi d'ici le 10 avril via loisirs@saint-bernard.quebec ou appelez-moi au 418 475-6060.

Noémie, coordonnatrice



Viens à la **MDJ**

MDJ OUVERTE POUR LES 5E ET 6E ANNÉE

La Maison des Jeunes de Saint-Bernard est un lieu de rencontre, de divertissement, de support et d'écoute pour les jeunes de 11 à 13 ans. C'est un milieu de vie où les jeunes et les adultes travaillent ensemble, pour créer un lieu favorable à l'échange, à la communication et au développement personnel.

Nous aimerions que la Maison des Jeunes soit plus présente dans la vie de vos enfants et c'est pour cela que nous avons besoin de votre aide!

Partagez l'information à votre enfant, à vos amis ou à vos voisins, afin d'inciter les jeunes à venir!



Responsable: Allycia Giroux

555, rue Vaillancourt
Saint-Bernard (Québec)
G0S 2G0
Tél.: 418.475.6861

Heures d'ouverture :

Vendredi 18 h à 21 h

Fermeture le 21 juin



Nous organisons différentes activités, le meilleur moyen de les connaître est de s'abonner à notre page Facebook Maison des Jeunes de Saint-Bernard.



Le coin des tout **PETITS**

5 ANS ET +



TINY-CHEER

Horaire : Lundi 17 h 45 à 18 h 30

Clientèle : 3 à 5 ans

Début : 22 avril

Durée : 6 semaines

Coût : **75 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du conseil

Responsable : École de danse Move

Le cheerleading commence très jeune, déjà à un très jeune âge, les enfants peuvent en découvrir une passion. Durant ce cours, la danse, les sauts, la gymnastique et le contact avec les autres sont développés. Tout ça avec une sécurité maximale.

BOUGEOTTE ET GIGOTE

Horaire : Mardi 9 h 15 à 10 h 15

Clientèle : 3 à 5 ans

Début : 3 juin

Durée : 4 semaines

Coût : **Gratuit**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du conseil

Responsable : Maison de la famille de la Nouvelle-Beauce



Ateliers interactifs entre parents et enfants ayant pour objectif de bouger, créer des liens et de saines habitudes de vie entre les parents et les enfants en s'amusant et en bougeant.

MAXIMUM DE 10 ENFANTS PAR COURS

Jeunes SPORTIFS

En parascolaire, tous les déplacements entre l'école et les lieux de l'activité sont assurés par une personne responsable. Les enfants seront également raccompagnés à l'école après chaque activité.

DBL BALL

Horaire : Lundi 15 h 07 à 16 h 07

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 8 semaines

Coût : **95 \$**

Lieu : Gymnase de l'école L'Aquarelle

Responsable : Vincent Lebel

Au DBL Ball, les joueurs peuvent dribbler, botter ou lancer le ballon pour marquer dans un but sans filet de fond. C'est un sport accessible où les joueurs sont toujours en action.

Possibilité de faire un tournoi à la fin de la saison.



PÉTANQUE

Horaire : Mercredi de 11 h 50 à 13 h

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 24 avril

Durée : 8 semaines

Coût : **25 \$**

Lieu : Boulodrome

Responsable : École de pétanque Daniel Lafrance

Tournois
inclus

Essayez la pétanque et apprenez-en davantage sur cette activité sportive.

Exercices et parties à chaque semaine avec un entraîneur certifié.

Plusieurs tournois durant la session inclus gratuitement.

LUNCH FROID OBLIGATOIRE

Jeunes SPORTIFS

En parascolaire, tous les déplacements entre l'école et les lieux de l'activité sont assurés par une personne responsable. Les enfants seront également raccompagnés à l'école après chaque activité.

NOUVEAUTÉ!

ZUMBA ENFANT

Horaire : Mercredi 18 h 15 à 19 h 15

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 5 semaines

Coût : **70 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du conseil

Responsable : Lorie-Anne Breton

La Zumba est un programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité.



NOUVEAUTÉ!

RINGUETTE DEK

Horaire : Jeudi 18 h 15 à 19 h 15

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 16 mai

Durée : 10 semaines

Coût : **70 \$**

Lieu : Surface de Dek

Responsable : Noémie Lehoux

La ringuette dek est une belle alternative pour continuer de jouer à la ringuette durant l'été.

Viens jouer, te pratiquer à faire des passes, tirer au but, tout en jouant avec tes amis à ce merveilleux sport.

Jeunes SPORTIFS

NOUVEAUTÉ!

CAMP PRÉ-SAISON SOCCER

Horaire : Jeudi de 15 h 07 à 16 h 25

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 6 semaines

Coût : **60 \$**

Lieu : Terrain synthétique

Responsable : Olivier Taillefer - Académie DECA

En parascolaire, tous les déplacements entre l'école et les lieux de l'activité sont assurés par une personne responsable. Les enfants seront également raccompagnés à l'école après chaque activité.



L'Académie de soccer DECA vous offre un camp de pré-saison de 75 minutes durant lequel vous reviserez les mouvements fondamentaux du soccer en plus de s'assurer de réveiller tous les muscles pour qu'ils soient prêts pour la saison régulière.

Le nombre de places est limité à 12 inscriptions, contactez Noémie Lehoux via loisirs@saint-bernard.quebec, si jamais l'activité est complète.



LASER TAG

Horaire : Lundi 11 h 50 à 13 h 00

Clientèle : 1re à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 8 semaines

Coût : **140 \$**

Lieu : Extérieur

Responsable : Éric Dugal

Le Laser TAG est une activité similaire au "Paintball" et au "Airsoft", mais avec des "taggers laser" sécuritaires, adaptés, performants et surtout, sans projectiles ! Divers modèles de "taggers" avec une possibilité de programmation variée, sont utilisés pour créer des scénarios de jeu et des classes de joueurs (spectre, titan, cyborg, cyclone, pulsar, sentinelle et éclipse).

Jeunes DANSEURS

En parascolaire, tous les déplacements entre l'école et les lieux de l'activité sont assurés par une personne responsable. Les enfants seront également accompagnés à l'école après chaque activité.

HIP-HOP

Horaire : Jeudi 15 h 07 à 16 h 07

Clientèle : 6 ans et plus

Début : 22 avril

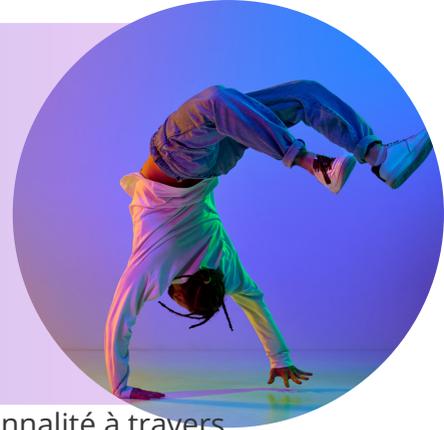
Durée : 6 semaines

Coût : **80 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du conseil

Responsable : École de danse Move

Le cours de hip hop permet aux jeunes de développer leur personnalité à travers différents styles de hip hop. Durant la session, ils apprendront une chorégraphie et ils travailleront le « freestyle ».



CHEERLEADING

Horaire : Lundi 18 h 30 à 19 h 30

Clientèle : 1re à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 6 semaines

Coût : **80 \$**

Lieu : Gymnase de l'école L'Aquarelle

Responsable : École de danse Move

Tout est enseigné durant ce cours : les sauts, la gymnastique, les stunts, les pyramides et l'expression faciale. Les jeunes expérimenteront également les montées dans les airs.

GYMNASTIQUE

Horaire : Lundi 11 h 50 à 13 h

Clientèle : Maternelle à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 6 semaines

Coût : **80 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du conseil

Responsable : École de danse Move

Les enfants apprendront les roulades avant et arrière, la grande roue gauche, la roue droite, la descente en pont avant, la descente en pont arrière, le renversement avant (souplesse) et le renversement arrière (souplesse).

LUNCH FROID OBLIGATOIRE



Jeunes

ARTISTES

En parascolaire, tous les déplacements entre l'école et les lieux de l'activité sont assurés par une personne responsable. Les enfants seront également raccompagnés à l'école après chaque activité.

NOUVEAUTÉ!

ATELIER DE TISSAGE ET TRICOT

Horaire : Mercredi 15 h 07 à 16 h 10

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 6 semaines

Coût : **Gratuit**

Lieu : Local des fermières

Responsable : Cercle de Fermières



L'atelier de tissage et tricot permet d'en apprendre plus sur le métier artisanal et qui sait, peut-être y découvrir une nouvelle passion!

Nombre de places limité à 8 enfants.



NOUVEAUTÉ!

ATELIER D'ART

Horaire : Mardi 15 h 07 à 16 h 10

Clientèle : 3e à 6e année

Début : 22 avril

Durée : 6 semaines

Coût : **180 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du Joker

Responsable : Artistes et artisans de Beauce

Cet atelier donné par les artistes et artisans de Beauce, permettra de réaliser 6 projets d'art différents.

Ces artistes vont partager leurs connaissances à travers différentes techniques d'art.

Titans SOCCER



ÉTÉ 2024

Date limite : 29 mars 2024

Ligue récréative affiliée à la
Ligue de Soccer Inter-Beauce (LSIB).

 U-4 Mixte 55 \$ (2020 et -)	Lundi pratique 18 h 15 à 19 h	 U-12 110 \$ (2012-2013)	Lundi et mercredi 19 h 30 à 20 h 30
 U-5 Mixte 55 \$ (2019)	Mercredi pratique 18 h 15 à 19 h	 U-12F 110 \$ (2012-2013)	Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 30
 U-6 Mixte 80 \$ (2018)	Mardi 4 mini-tournois 18 h 15 à 19 h	 U-14 110 \$ (2010-2011)	Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 30
 U-8 110 \$ (2016-2017)	Lundi et mercredi 18 h 15 à 19 h 15	 U-14F 110 \$ (2010-2011)	Lundi et mercredi 19 h 30 à 20 h 30
 U-8F 110 \$ (2016-2017)	Mardi et jeudi 18 h 15 à 19 h 15	 U-16 Mixte 115 \$ (2008-2009)	Lundi et mercredi 19 h 30 à 20 h 30
 U-10 110 \$ (2014-2015)	Mardi et jeudi 18 h 15 à 19 h 15		
 U-10F 110 \$ (2014-2015)	Lundi et mercredi 18 h 15 à 19 h 15		

Tournois

L'inscription des U8 et + inclus la possibilité de participer à 2 tournois durant l'été.

- Festival sportif de Sainte-Marie (Date à venir)
- Griffons de Bellechasse (Date à venir)

Aucune partie ou pratique n'est prévue cette année durant les vacances de la construction.

Inscription

L'inscription se fait en ligne via SPORT PLUS.

Contactez Noémie si vous avez des questions : loisirs@saint-bernard.quebec

| 418 475-6060 poste 105



Titans SOCCER



ÉTÉ 2024

Date limite : 29 mars 2024

Début de la saison 2024

Les pratiques débuteront le 2 mai, si la météo le permet.



Équipement requis

- Chaque enfant doit avoir son propre ballon pour les entraînements.

U-4 à U-8 inclusivement: ballon #3

U-10 à U-12 féminin ou masculin inclusivement: ballon #4

U-14 à U-16 féminin ou masculin inclusivement: ballon #5

- Les joueurs de U6 et + doivent se munir de protèges-tibia et de souliers à crampons.

Une rencontre de parents est obligatoire en début de saison pour la remise des gilets, la présentation de l'équipe et pour connaître le fonctionnement de l'été. Un dépôt de 50 \$ s'applique afin de recevoir le nouveau gilet de matchs, ce dépôt vous sera remis à la fin de la saison.

Ligue récréative affiliée à la
Ligue de Soccer Inter-Beauce (LSIB).

Joignez-vous à l'équipe comme parent bénévole !

2 options sont maintenant disponible pour vous!

Option A:

Soyez entraîneurs, assistants ou responsables des communications pour l'équipe et l'inscription de votre enfant pour la saison sera gratuite.

PAS DE COACH ... PAS D'ÉQUIPE.

Des formations pour les parents sont offertes gratuitement par la LSIB.

Option B:

Faite partie du nouveau comité de parents pour la saison de soccer 2024, afin d'assurer un bon fonctionnement tout au long de la saison.

Donnez votre nom via loisirs@saint-bernard.quebec

Titans DEK HOCKEY



ÉTÉ 2024

Date limite : 17 avril 2024



5 à 8 ans 95 \$

Mardi 18 h à 19 h | pratiques et match



9 à 12 ans 95 \$

Lundi 18 h à 19 h | pratiques et match



Début de la saison 2024

Les pratiques débuteront le 6 mai, si la météo le permet.



Équipements requis

- Chaque enfant doit avoir son propre bâton et une balle orange.
- Casque obligatoire.
- Soulier adéquat et protèges-tibia au besoin.

Une rencontre de parents est obligatoire en début de saison pour la remise des gilets, la présentation de l'équipe et pour connaître le fonctionnement de l'été.

Joignez-vous à l'équipe comme parent bénévole !

Soyez entraîneurs, assistants ou responsables des communications pour l'équipe et l'inscription de votre enfant pour la saison sera gratuite.

PAS DE COACH ... PAS D'ÉQUIPE.

FORMATION

Gardiens avertis

L'objectif de cette formation est de permettre aux jeunes de connaître les rôles et les responsabilités qui leurs permettront de faire face avec confiance à leur travail de gardien. La formation sert principalement à rendre autonome et responsable le jeune à qui nous confions maintenant nos enfants pour une période prédéterminée. La formation sera donnée par un moniteur de la Croix-Rouge expérimenté et inclura des démonstrations en plus de traiter les points suivants : Faire des choix sécuritaires, apprendre les différentes techniques avec un bébé, comment faire les changements de couche, chauffer le biberon, connaître les différents stades de développements de l'enfant, quels sont les choix de jeux sécuritaires, effectuer les premiers soins de base, l'introduction au massage cardiaque, quelle est la position latérale de sécurité.

Horaire : 26 avril 8 h à 16 h

Clientèle : 11 ans et + en date du cours

Durée : 8 h à 16 h

Coût : 67 \$

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du Joker

Responsable : Gaston Camiré



Prêts à rester seul !

Ce cours permet aux jeunes de 9 à 13 ans d'apprendre des techniques de base en secourisme et d'acquérir les compétences pour assurer leur propre sécurité en l'absence d'un parent. Ils apprendront également à se préparer aux situations imprévues, à les reconnaître et à bien réagir lorsqu'elles surviennent (exemples : les intempéries, les rencontres d'étrangers ou les visites inattendues). Comment répondre sécuritairement au téléphone en évitant de mentionner qu'on est seul à la maison, ou utiliser les réseaux sociaux de manière responsable. Les techniques de secourisme de base tels, étouffement, asthme, anaphylaxie, coupures, saignement de nez et les brûlures seront au menu.

Horaire : 27 avril 9 h à 15 h

Clientèle : 9 à 13 ans

Durée : 9 h à 15 h

Coût : 62 \$

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du Joker

Responsable : Gaston Camiré



Ados & Adultes

MISE EN FORME

CROSS FIT

Horaire : Lundi 19 h 00 à 20 h

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 15 avril

Durée : 6 semaines

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école de Saint-Elzéar

Responsable : Crossfit le Repère

Le CrossFit combine différentes activités physiques sous forme d'entraînements intenses et d'exercices variés. Un mélange de musculation, de cardio et de gymnastique qui plaît aux sportifs de tous les horizons. À l'instar de sa cousine l'haltérophilie, le CrossFit se pratique en groupe, et partout.



POUND

Horaire : Mardi 18 h 00 à 19 h 00

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 9 avril

Durée : 8 semaines

Lieu : Gymnase de l'ancienne école primaire de Scott

Inscription auprès de Nicole Bélanger par courriel : nicolebelanger6@gmail.com

Ce cours mise principalement sur des mouvements cardio, inspirés par les joueurs de batterie. Pour tous les niveaux et ce, dans une atmosphère de lâcher lousse. Utilisant les RIPSTIX, soit des baguettes lestées qui sont conçues avec un léger poids, cet entraînement chorégraphié sous le rythme des chansons de l'heure vous stimulera dès le premier cours!

Ados & Adultes

ACTIF

NOUVEAUTÉ!

RINGUETTE DEK +

Horaire : Lundi 19 h 30 à 20 h 30

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 15 mai

Durée : 10 semaines

Coût : **40 \$**

Lieu : Surface de Dek

Responsable : Noémie Lehoux



La ringuette DEK + est une belle opportunité pour vous de jouer à la ringuette durant la saison estivale. Viens essayer ce sport merveilleux!



DEK HOCKEY HOMME

Horaire : Mardi 19 h 30 à 21 h 30

Clientèle : 18 ans et plus

Début : 16 mai

Durée : 15 semaines

Coût: **Varie selon le nombre d'inscription*

Lieu : Surface de Dek

Responsable: Ghyslain Fillion

Le Dek hockey est un sport d'équipe et une variante hors glace du sport du hockey sur glace. Joins toi à la ligue récréative!

DANSE COUNTRY POP

Horaire : Mercredi 18 h 45 - novices; 19 h 30 - débutants et intermédiaires

Vendredi 19 h 30 initiation et débutants, 20 h 30 inter et soirée de pratique

Clientèle : 12 ans et plus les vendredis

Début : 24 avril

Coût : **12 \$ / soir**

Lieu : Centre municipal

Info et inscription: Pierre Mercier et Johanne Lessard au 418 387-3311



Vous souhaitez apprendre des danses country populaires ou continuer les cours ? Pierre et Johanne vous invitent à vous joindre à eux ! Plaisir garantie

Ados & Adultes

ZEN

YOGA ET MÉDITATION MATINAL

Horaire : Mercredi 9 h 30 à 10 h 30

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 24 avril

Durée : 9 semaines

Coût : **130 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du joker

Responsable: Julie Dubois



YOGA ET MÉDITATION

Horaire : Mardi 18 h 45 à 19 h 45

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 23 avril

Durée : 9 semaines

Coût : **130 \$**

Lieu : Pavillon des loisirs - Salle du joker

Responsable: Julie Dubois

" Prendre soin de soi est possible même dans la vie trépidante d'aujourd'hui! Un cours de yoga hebdomadaire est une porte ouverte vers l'adoption de saines habitudes de vie et l'amélioration de la santé mentale, émotive et physique. C'est aussi un moment consacré à soi pour se ressourcer. Sur musique et parfois en silence, vous serez guidé dans une pratique de postures adaptée aux possibilités physiques de votre corps. Les techniques de respiration et de concentration vous entraîneront pas à pas vers un moment méditatif à la fin de chaque séance. Tous et toutes sont bienvenus, à partir de 13 ans. Au plaisir de vous rencontrer. "

Pour toutes questions : Julie Dubois juliedubois@email.com 418 700-0962

Atelier

BIBLIOTHÈQUE

Atelier d'improvisation musicale

Horaire : Samedi 27 avril 2024 de 13 h à 16 h
Clientèle : Adulte
Coût : Gratuit, offert par votre Bibliothèque
Lieu : Bibliothèque Liratout, Salon des générations
Responsable : Mme Estelle Nadeau



Inscription : loisirs@saint-bernard.quebec ou 418 475-6060 avant le 17 avril.

Super atelier d'improvisation et de découverte du piano et de divers instruments. Rejoignez Estelle pour une aventure musicale exceptionnelle qui vous permettra de percer les secrets de l'improvisation, explorer les sonorités et libérer votre créativité musicale. Que vous soyez débutant ou musicien confirmé, cet atelier est ouvert à tous les niveaux. Les gens qui possèdent un instrument de musique sont invités à l'apporter.

Bibliothèque



À votre service depuis 40 ans, la Bibliothèque Liratout est située au 540 rue Vaillancourt. Il est possible d'emprunter **10 biens culturels pour adultes** et **5 pour enfants** pour une durée de **3 semaines**.
- livres - revues - DVD -

Vous connaissez le passeport **MUSÉO** ?

Il est disponible à la biblio. C'est GRATUIT et ça vous donne la chance de partir à la découverte de 7 musées et leur exposition.

Animation à la biblio

- Surveillez la page Facebook pour connaître les dates

Heures d'ouverture :

Mardi : oct à juin 13 h à 15 h + 18 h 30 à 20 h 30

Mercredi : 18 h 30 à 20 h 30



Information :

418 475-4669 ou biblio@saint-bernard.quebec

Inter municipal

JOGGING INTERMÉDIAIRE

Horaire : Mercredi 18 h 30 à 19 h 30 et/ou
samedi 9 h à 10 h

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 17 avril

Durée : 10 semaines

Coût : 85 \$

Lieu : intermunicipal (premier cours à Scott à l'église)

Responsable: Oxygène santé forme - Luc Hotte



Osez la course !

Venez-vous entraîner dans différents endroits et trajets chaque semaine.

Au programme, des exercices cardio et musculaires qui vous permettront de relever certains défis de la course. Pour participer au cours, vous devez être capable de courir 30 minutes sans arrêt.



WORKOUT POUSSETTE

Horaire : Jeudi 10 h 30 à 11 h 30

Clientèle : 16 ans et plus

Début : 18 avril

Durée : 10 semaines

Coût : 90 \$

Lieu : intermunicipal (premier cours à Scott à l'église)

Responsable : Kathy Treamblay

Ce cours est une marche dynamique entrecoupée d'exercices adaptés aux conditions des participants.



Municipalité
de Sainte-Hénédiine



MUNICIPALITÉ DE
SAINT-LAMBERT-
DE-LAUZON

LOCATION DE SALLE

Centre municipal

555 rue Vaillancourt
400 personnes maximum

Pour toutes informations ou pour la location :

Gérante du Centre municipal

Jessica Champagne 418 997-4212

location@saint-bernard.quebec



Salle du conseil

1512 rue Saint-Georges
100 personnes maximum

Pour toutes informations ou pour la location :

Noémie Lehoux 418 475-6060 poste 105

loisirs@saint-bernard.quebec



Pavillon des loisirs

1512 rue Saint-Georges
1 salle disponible;
Salle Desjardins : 30 personnes maximum

- Réunion de famille
- Réunion d'affaire
- Conférence
- Autres

Pour toutes informations ou pour la location :

Noémie Lehoux 418 475-6060 poste 105

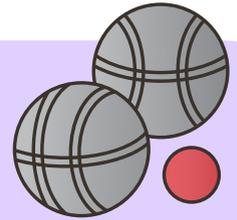
loisirs@saint-bernard.quebec



Pour toutes informations supplémentaires, visitez notre site Internet: www.saint-bernard.quebec

RÉCRÉATIF

Boulodrome



Ligues de pétanque récréatives et professionnelles :
Du lundi au dimanche.

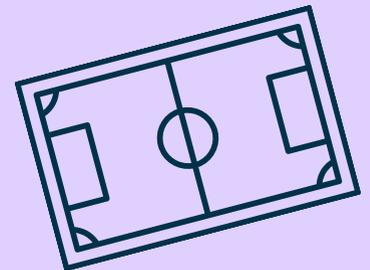
Tournois :
Les samedis et dimanches.

Consultez la programmation sur la page  du Boulodrome
Saint-Bernard.

Info et réservation :
René Guertin
418 209-2999

*BIENVENUE
à tous*

Gymnase



Louez le gymnase de l'École l'Aquarelle pour bouger !
Seul, en duo ou en groupe.

Coûts :

Badminton : 15 \$ / heure par terrain

Pickle Ball: 15 \$ / heure par terrain

3 terrains sont à votre disposition pour la location.

Autres activités : 20 \$ / heure

*Vous devez apporter votre matériel.

Voir le calendrier des disponibilités,

sur saint-bernard.quebec, section  

Info et réservation des plages horaires:

Noémie Lehoux

418 475-6060 ou loisirs@saint-bernard.quebec

Prenez-vous à l'avance, les places partent vite!

ORGANISMES

Cercles des fermières

Responsable : Madame Suzanne Vachon, présidente
Téléphone : 418 475-6516
Courriel : lesfermieresdestbernard@hotmail.com



Chevaliers de Colomb

Responsable : Monsieur Guimond Breton, Grand Chevalier



Club de l'âge d'or

Responsable : Madame Nicole Parent, secrétaire
Chantale Labrecque, registre pour les carte de membre
Téléphone : 418 475-4320 Mme Parent
418 475-6975 Mme Labrecque

Être membre de la FADOQ permet d'avoir des rabais à plusieurs endroits. Informez-vous auprès d'un membre!



Lien - Partage

Responsable : Madame Suzanne Vallières
Téléphone : 418 475-6753



Lien Partage

BIENVENUE AUX NOUVEAUX MEMBRES

À SURVEILLER!

AVRIL / MAI

Bingo de Pâques

6 avril
Dès 13 h



 **Soirée des grands coeurs**

18 avril
Dès 17 h

Sur invitation seulement

1re campagne de financement - TDJ

27 avril
10 h à 14 h

Ouvert à tous et à toutes



Atelier à la bibliothèque



27 avril

Mini Star de Saint-Bernard

4 mai



Initiation au skate



25 mai

Tournoi de pétanque régional

26 mai



À SURVEILLER!

JUIN / JUILLET / AOÛT

2e campagne de financement - TDJ

1 juin

Ouvert à tous et à toutes



Festival du Joker

16 au 18 juin

Début TDJ



25 juin

3e campagne de financement - TDJ

12 juillet

Plus d'information au courant de l'été



Campagne de financement - Camp ADO

19 juillet

Plus d'information au courant de l'été



Spectacle TDJ

8 août

Dès 17 h 30

Plus d'information au courant de l'été



Pour plus de détails

POUR INFORMATIONS

418 475-6060

LOISIRS@SAINT-BERNARD.QUEBEC

RESPONSABILITÉ

L'Œuvre des loisirs de Saint-Bernard et la Municipalité ne sont pas responsables des accidents et des vols pouvant survenir durant la pratique d'activités.

CONFIRMATION D'INSCRIPTION

Dès que votre inscription est faite, Sport-plus vous fera parvenir un courriel de confirmation. Le Service des loisirs vous fera parvenir un courriel personnalisé dans la semaine précédant l'activité afin de vous aviser du début du cours.

ABSENCE À UN COURS

Aucune reprise de cours en cas d'absence. Il est important de communiquer avec nous pour les absences aux activités parascolaires.

REMBOURSEMENT

Aucun remboursement n'est accordé après le début de la session, à moins d'une raison valable, à la discrétion de la direction et du responsable du cours.

En autres cas, un crédit loisir peut être autorisé avec l'approbation du responsable du cours et de la direction.

MAUVAIS COMPORTEMENT

En cas d'un mauvais comportement et d'un avertissement verbal à l'enfant lors d'un cours parascolaire ou de la programmation, le Service des loisirs se permet de retirer l'enfant sans remboursement pour une période indéterminée.

DOCUMENTS À REMPLIR

Pour les cours parascolaires, il est important de remplir et retourner la feuille d'information fournie par courriel lors du premier cours de la session, afin qu'un responsable puisse communiquer avec vous en cas de problème.

