



Info-loisirs

Volume 13 • Numéro 1 • Hiver 2016

Activités socioculturelles et sportives	3
Cours pour enfants et adolescents	3
Cours pour futurs et nouveaux parents	4
Cours pour adultes	7
Cours d'éducation canine	12
Fêtes d'enfants	14
Activités aquatiques	15
Programme d'animation de la Bibliothèque de Montmagny	20
Activités et cours offerts par les organismes	23

Bouger, jouer, créer...

Voilà de bonnes résolutions à adopter!



ville.montmagny.qc.ca

DATES À RETENIR POUR L'INSCRIPTION

Détails en page 2

- **6 janvier 2016**
Détenueurs de la carte-loisirs : inscription au comptoir et par téléphone dès 8 h
Tous les usagers : inscription en ligne dès 12 h
- **7 et 8 janvier 2016**
Tous les usagers : inscription en ligne ou au comptoir et par téléphone dès 8 h

N'oubliez pas! Pour vous inscrire en ligne, vous devez avoir un nom d'utilisateur et un mot de passe. Faites-en la demande d'ici le 5 janvier 2016.

Pour s'inscrire • Hiver 2016

Carte-loisirs (12 mois)

Pour se procurer la carte-loisirs, les participants doivent résider ou payer des taxes à Montmagny ou être membres d'un conseil d'administration accrédité par le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire. De l'information supplémentaire est disponible au ville.montmagny.qc.ca, dans le dépliant de la carte-loisirs ou au 418 248-6022.

Selon les ententes établies récemment, les résidents des municipalités de L'Isle-aux-Grues, de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud et de Saint-Pierre-de-la-Rivière-du-Sud peuvent obtenir la carte-loisirs de Montmagny. Ils doivent toutefois contacter préalablement leur bureau municipal.

Familiale : 138 \$ taxes incluses • Individuelle : 80 \$ taxes incluses
Ainé (55 ans et plus) : 64 \$ taxes incluses

Modes de paiement

Paiement direct, Visa, MasterCard, American Express, argent comptant ou chèque(s) sont acceptés.

Modes d'inscription

La plupart des activités sont contingentées (premier arrivé, premier servi). Voici les différents modes d'inscription offerts :

1. Détenteur de la carte-loisirs

Les détenteurs de la carte-loisirs peuvent s'inscrire à compter du **mercredi 6 janvier 2016** en se rendant à l'hôtel de ville (143, rue St-Jean-Baptiste Est) ou par téléphone (418 248-6022, en payant par carte de crédit), de 8 h à 16 h 30.

2. Inscription au comptoir

Toute personne désirant s'inscrire à l'une ou l'autre des activités peut se présenter à l'hôtel de ville (143, rue St-Jean-Baptiste Est) ou téléphoner (418 248-6022, en payant par carte de crédit) les jours suivants :

Jeudi 7 janvier 2016 • de 8 h à 20 h
Vendredi 8 janvier 2016 • de 8 h à 18 h

3. Inscription en ligne

Toutes les personnes qui possèdent déjà leur nom d'utilisateur et leur mot de passe peuvent s'inscrire aux différentes activités en cliquant sur l'onglet « Inscription aux activités de loisirs » à la page d'accueil du ville.montmagny.qc.ca dans le menu « Services en ligne » **dès le mercredi 6 janvier 2016, à 12 h.**

Pour obtenir un nom d'utilisateur et un mot de passe, deux options s'offrent à vous :

- Si un membre de la famille s'est déjà inscrit à une ou plusieurs activités, vous devez obligatoirement communiquer avec le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire par téléphone au 418 248-6022 ou par courriel à inscriptions@ville.montmagny.qc.ca pour obtenir un nom d'utilisateur et un mot de passe qui seront valides pour toute la famille et lors des inscriptions ultérieures.

Par la suite, il sera possible d'accéder au dossier de famille, de mettre à jour des informations, de visualiser les activités offertes et de s'inscrire en ligne.

- Si aucun membre de la famille n'a participé aux activités de loisirs, le participant doit cliquer sur l'onglet de droite « Créer un nouveau compte » pour créer le dossier de la famille et de ses membres, le nom d'utilisateur et le mot de passe. Après l'approbation des dossiers de chaque membre par le Service, il pourra procéder à l'inscription.

Pour les utilisateurs d'Internet, il ne sera plus possible d'obtenir de soutien technique durant les périodes d'inscription, et ce, en raison du personnel restreint et de la demande grandissante. Nous demandons donc aux usagers de prévoir l'ajout de membres de la famille et de créer leur nom d'utilisateur et leur mot de passe d'ici le 5 janvier 2016. Pour un nom d'utilisateur ou un mot de passe oublié, rendez-vous au ville.montmagny.qc.ca dans l'onglet « Inscription aux activités de loisirs », une procédure paraîtra sur la page d'accueil.

4. Inscription par la poste

Les inscriptions peuvent être postées au 143, rue St-Jean-Baptiste Est, Montmagny (Québec) G5V 1K4. Ces dernières seront enregistrées le 7 janvier 2016 uniquement. Elles doivent inclure le nom, l'adresse complète, le numéro de téléphone de même que l'activité désirée par le participant. Aucun argent ni paiement direct n'est accepté dans ce cas; le chèque doit être émis à l'ordre de : Ville de Montmagny.

Prenez note

- Les coûts incluent les taxes. Si l'étude de crédit est favorable, le paiement peut se diviser en deux versements postdatés d'un mois d'intervalle.
- Lors de l'inscription, vous devez acquitter la facture en payant par carte, en argent comptant ou par chèque (postdaté si désiré). Toutefois, la date maximale des paiements postdatés doit être antérieure à la date de début des cours.
- Aucun remboursement ou crédit d'inscription pour des raisons personnelles n'est effectué. Toutefois, sur présentation d'un billet du médecin, un remboursement de 85 % pourra être accordé. Tout montant de moins de 10 \$ sera conservé en crédit.
- Après inscription, une demande de changement de groupe coûte 2 \$ au participant.
- À partir du 25 janvier 2016, toute inscription est majorée des frais supplémentaires de 4 \$.
- Les personnes **non résidentes qui payent des taxes foncières** pour une propriété à Montmagny sont considérées comme des résidents. Elles doivent présenter leur compte de taxes foncières à chaque inscription.

Partenariat – Organismes accrédités • Hiver 2016

Pour soutenir les organismes accrédités, le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire prend les inscriptions pour les organismes suivants :



Le terme intermunicipal s'adresse aux gens de Berthier-sur-Mer, de Cap-Saint-Ignace, de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud et de Saint-Pierre-de-la-Rivière-du-Sud

En cas de mauvais temps, téléphonez au 418 248-3361, poste 2112 avant de vous déplacer pour vérifier si les activités sont annulées.

Cours pour enfants et adolescents

Atelier bougeotte – Jeunes de 18 mois à 4 ans

Ces ateliers thématiques parents/enfants s'adressent aux petits de 18 mois à 4 ans. Lors des rencontres, l'enfant expérimentera un parcours psychomoteur (ateliers et défis), des activités individuelles, des jeux de groupe et apprendra des chansons. Le parent recevra un cahier de suivi où il notera les progrès et l'évolution de son enfant.

Animatrice : Chantal Couture
Lieu : Local 201 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord
Thématique : Le tour du monde
Remarques : • Prévoir une paire de chaussures.
 • Congé le 5 mars – Semaine de relâche
Durée : 8 semaines



COÛT		GROUPE	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
63 \$ non-résident	44 \$ Montmagny	Groupe 1	Samedi	9 h à 9 h 50	16 janvier	12 mars
63 \$ intermunicipal	33 \$ carte-loisirs	Groupe 2	Samedi	10 h 15 à 11 h 05	16 janvier	12 mars

Estime de soi par les arts – Jeunes de 8 ans et plus

Dans une atmosphère détendue, les enfants s'ouvrent à la création et prennent conscience de leur potentiel qui n'attend qu'à être développé. Ils expérimenteront divers matériaux et techniques tels aquarelle, acrylique et plâtre. Les projets varieront selon les participants inscrits. Une exposition des œuvres réalisées conclura la session.

Animatrice : Lorraine Lévesque
Lieu : Local 101 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord
Remarques : • Prévoir une paire de chaussures;
 • Tout le matériel est fourni.
 • Congé le 5 mars – Semaine de relâche
Durée : 8 semaines

COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
115 \$ non-résident	81 \$ Montmagny	Samedi	13 h à 15 h	16 janvier	12 mars
115 \$ intermunicipal	61 \$ carte-loisirs				

Peinture – Jeunes de 8 à 13 ans

Ce cours est destiné aux personnes voulant s'initier à la peinture ou approfondir des techniques reliées à cet art. Le degré de difficulté est adapté à chacun.

Animatrice : Aurore Gagnon
Lieu : Local 101 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord
Remarques : • Ces coûts n'incluent pas le matériel (liste du matériel disponible à l'hôtel de ville);
 • Prévoir une paire de chaussures.
 • Congé le 4 mars – Semaine de relâche
Durée : 9 semaines



COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
78 \$ non-résident	55 \$ Montmagny	Vendredi	16 h à 18 h	15 janvier	18 mars
78 \$ intermunicipal	41 \$ carte-loisirs				

Activités socioculturelles et sportives • Hiver 2016

Cours pour futurs et nouveaux parents



Ces activités sont reconnues par la Politique de la famille et des aînés de la Ville de Montmagny

COUCHES LAVABLES

Un programme de subvention pour l'achat de couches lavables est offert aux résidents de Montmagny.
Information : 418 248-6022 ou ville.montmagny.qc.ca



ENTENTE DE PARTENARIAT ET COURS OFFERTS AUX ADULTES

Compte tenu de ce partenariat entre le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, et le Centre d'éducation des adultes de Montmagny – L'Islet-Nord, il est possible que des copies du certificat de naissance grand format de l'état civil de même qu'une preuve de résidence soient demandées aux participants. Merci de votre collaboration et de votre compréhension.

Aquapoussette

Ce cours est conçu pour les nouvelles mamans qui souhaitent se remettre en forme en compagnie de leur enfant. Bien installé dans sa « poussette aquatique », votre enfant vivra une heure de plaisir et vous, un bon entraînement.

- Lieu :** Piscine municipale Guylaine-Cloutier – 151, boulevard Taché Est
- Préalable :** L'âge de l'enfant peut varier entre 2 mois et 3 ans, mais il doit se tenir en position assise et soutenir sa tête correctement.
- Remarques :**
- Les couches conçues pour aller à l'eau sont obligatoires;
 - Le stationnement des poussettes sera autorisé sur le bord de la piscine;
 - Le casque de bain est obligatoire pour la maman uniquement.
 - **Congé les 29 février et 2 mars – Semaine de relâche**
- Durée :** 9 semaines



COÛT		JOUR(S)	HEURE	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine 107 \$ non-résident 75 \$ intermunicipal 75 \$ Montmagny 56 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 60 % sur la 2 ^e inscription	Lundi	10 h à 11 h	11 janvier	14 mars
		Mercredi	10 h à 11 h	13 janvier	16 mars

Bébé futé – Bébés de 6 à 12 mois

En contact avec d'autres enfants, votre bébé s'amuse avec vous à travers des activités stimulant chacun de ses sens et développant ses fonctions cognitives, langagières, socioaffectives ainsi que sa motricité et sa coordination œil-main. Deux bricolages sont prévus. À chacune des rencontres, un moment d'échange entre parents permet au bébé de se reposer pendant que maman et papa partagent leur vécu.

- Animatrice :** Geneviève Talbot
- Lieu :** Local 201 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord
- Remarque :** Prévoir une paire de chaussures.
- Durée :** 7 semaines



COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
126 \$ non-résident 126 \$ intermunicipal	88 \$ Montmagny 66 \$ carte-loisirs	Lundi	13 h à 15 h	11 janvier	22 février

Accueil des nouveau-nés magnymontois

Le dimanche 7 février, à 13 h 30, le Comité de la famille et des aînés de la Ville de Montmagny accueillera les enfants magnymontois nés entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre 2015 lors d'une activité spécialement organisée en leur honneur à la salle Jean-Pierre Després de l'école secondaire Louis-Jacques-Casault. Inscrivez-vous dès maintenant auprès de Jennyfer Tremblay au 418 248-6022 ou à jennyfer.tremblay@ville.montmagny.qc.ca.



Cardio-poussette

Cette activité permet aux mamans de se mettre en forme sans avoir à faire garder l'enfant, car il est intégré au programme. Ce cours donne l'opportunité de faire un entraînement complet tout en socialisant.

Animatrice : Caroline Morin

Lieu : Porte arrière de l'aréna de Montmagny – 21, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques : • Rejoignez le groupe Facebook *Les Mamans-Machines du Cardio-poussette de Montmagny*.

• Congé le 1^{er} mars – Semaine de relâche

Durée : 9 semaines



COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
69 \$ non-résident	48 \$ Montmagny	Mardi	9 h à 10 h 15	12 janvier	15 mars
69 \$ intermunicipal	36 \$ carte-loisirs				

Cours prénataux aquatiques

Ces exercices aquatiques spécifiques à la grossesse offrent aux futures mamans quelques moments de détente et de relaxation bien mérités.

Lieu : Piscine municipale Guylaine-Cloutier – 151, boulevard Taché Est

Remarque : Congé le 1^{er} mars – Semaine de relâche



COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
5 semaines	9 semaines	Mardi (5 semaines)	10 h à 11 h	12 janvier	9 février
64 \$ non-résident	114 \$ non-résident				
45 \$ intermunicipal	80 \$ intermunicipal	Mardi (9 semaines)	10 h à 11 h	12 janvier	15 mars
45 \$ Montmagny	80 \$ Montmagny				
34 \$ carte-loisirs	60 \$ carte-loisirs				

Massage pour bébé – Bébés de 6 mois et moins

L'atelier de massage pour bébé est tout indiqué pour les parents qui ont le goût de partager un moment privilégié avec leur enfant, idéalement âgé de 6 mois et moins. Venez apprendre et expérimenter des techniques de massage simples et pratiques qui vous feront découvrir les bienfaits du toucher sur le sommeil de votre enfant, sur ses pleurs et sur ses différents malaises (coliques, maux de dents, congestion, etc.). De plus, quoi de mieux que de se retrouver entre parents pour échanger sur votre vécu postnatal?

Animatrice : Geneviève Talbot

Lieu : Local 201 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques : • Bouteille d'huile et documentation incluses.

• Congé les 28 mars et 4 avril

Durée : 5 semaines



COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
81 \$ non-résident	57 \$ Montmagny	Lundi	9 h à 11 h	7 mars	18 avril
81 \$ intermunicipal	43 \$ carte-loisirs				

Activités socioculturelles et sportives • Hiver 2016

PiYo[®] Maman

Le PiYo[®] est un programme d'entraînement sans impact (aucun saut, aucun poids) dont les mouvements et les positions sont inspirés du Pilates et du yoga. Puissants et efficaces, les exercices vous permettront de sculpter vos muscles et de renforcer votre tronc (dos et abdominaux). Les mouvements fluides et constants amélioreront aussi votre flexibilité, votre équilibre et votre mobilité tout en vous permettant de dépasser vos limites, d'avoir du plaisir et d'améliorer votre forme physique globale.

PiYo[®] Maman : Séquences et transitions à vitesse modérée. Exercices pouvant s'adapter aux divers niveaux de forme et sollicitant des aptitudes cardiovasculaires moins poussées. Ce cours est idéal pour les nouvelles mamans désirant se remettre en forme.

Instructrice : Andréanne Guimont, certifiée entraîneur personnel et instructrice PiYo[®]

Lieu : Local 202 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques :

- Pour participer, il est essentiel d'avoir accouché depuis au moins 3 mois et il ne faut pas avoir de blessure ou une condition physique limitant les mouvements ou causant de la douleur.
- **Congé le 11 mars**

Durée : 10 semaines

COÛT	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
122 \$ non-résident 122 \$ intermunicipal	Vendredi	10 h à 10 h 50	15 janvier	25 mars

Yoga prénatal

Basée sur la méthode de la Dre Bernadette De Gasquet, cette excellente préparation à l'accouchement comprend deux parties. La première, théorique, vous renseigne sur la physiologie de la grossesse et de l'accouchement. La deuxième est consacrée au yoga en vue de la naissance du bébé (postures adaptées aux stades de grossesse, exercices de respiration, de relaxation et de visualisation) afin de profiter de chaque moment de la période prénatale. Selon l'intérêt du groupe, une demi-journée consacrée à l'accouchement pourrait être offerte en présence des papas.

Animatrice : Geneviève Talbot

Lieu : Local 201 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarque : **Congé le 4 mars – Semaine de relâche**

Durée : 10 semaines



COÛT	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
122 \$ non-résident 122 \$ intermunicipal	Mercredi	18 h 15 à 19 h 45	13 janvier	23 mars

Yoga postnatal avec bébé de moins de 1 an

Prendre le temps de respirer et de se recentrer permet de diminuer les tensions et le stress, et d'augmenter son énergie. En pratiquant les exercices respiratoires et posturaux, la relaxation et la visualisation tout en échangeant sur votre vécu, vous serez en mesure d'offrir à votre nouveau-né le meilleur de vous-même. Vous apprendrez les bonnes postures à intégrer à votre quotidien d'après la méthode de la Dre Bernadette De Gasquet (augmentation de la conscience du corps, renforcement du périnée et des abdominaux profonds, et protection du corps contre une trop grande pression).

Animatrice : Geneviève Talbot

Lieu : Local 201 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Durée : 7 semaines



COÛT	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
126 \$ non-résident 126 \$ intermunicipal	Lundi	9 h à 11 h	11 janvier	22 février

Cours pour adultes (activités culturelles)

Les adultes qui s'inscrivent à l'une des activités de la catégorie « Cours pour adultes (activités culturelles) » ne peuvent y assister en compagnie de leur enfant.

ENTENTE DE PARTENARIAT ET COURS OFFERTS AUX ADULTES

Compte tenu de ce partenariat entre le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, et le Centre d'éducation des adultes de Montmagny – L'Islet-Nord, il est possible que des copies du certificat de naissance grand format de l'état civil de même qu'une preuve de résidence soient demandées aux participants. Merci de votre collaboration et de votre compréhension.

Conversation anglaise – 16 ans et plus

Ces cours basés sur la conversation visent à apprendre tout en s'amusant. Les participants apprendront la grammaire par le biais de mises en situation et de jeux dans une ambiance décontractée, qui sort du cadre scolaire, où chacun trouve sa place. Ces cours permettront aux participants de se débrouiller dans les milieux anglophones par la suite.

Animatrice : Isabelle Marois

Lieu : Local 202 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques : • Prévoir une paire de chaussures.

• Congé le 1^{er} mars – Semaine de relâche

Durée : 9 semaines

COÛT		GROUPE	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
153 \$ non-résident	107 \$ Montmagny	Intermédiaire	Mardi	18 h à 19 h 30	12 janvier	15 mars
153 \$ intermunicipal	80 \$ carte-loisirs	Avancé	Mardi	19 h 30 à 21 h	12 janvier	15 mars

Cours de photographie – 18 ans et plus

Ce cours d'initiation à la photographie est destiné aux gens qui en sont à leurs premières armes :

Cours 1 : Bref historique, l'appareil et son fonctionnement, la lumière et la photo / la capture de l'image ainsi que la composition;

Cours 2 : L'indice de sensibilité, l'ouverture du diaphragme, la vitesse d'obturation et la profondeur de champ;

Cours 3 : L'utilisation du flash, le numérique (survol), la balance des blancs et les divers types de fichiers (RAW - JPG).

Animateur : Jean Beaulieu

Lieu : Local 201 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques : • Le participant doit apporter son appareil photo (idéalement avec fonctions d'ouverture et de vitesse contrôlables). Évitez les appareils tout automatisés;

• Le livret d'instructions de l'appareil est nécessaire.

Durée : 3 semaines

COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
75 \$ non-résident	53 \$ Montmagny	Lundi	19 h à 21 h	11 janvier	25 janvier
75 \$ intermunicipal	40 \$ carte-loisirs				



Vitrail – 18 ans et plus

Ceux et celles qui désirent se familiariser avec cet art apprendront à couper du verre, à sabler, à mettre en place des pièces, à effectuer le montage au ruban ou à la baguette, à souder et à faire la finition, le tout selon leur imagination ou à l'aide de modèles prédessinés.

Animateur : Clément Montminy

Lieu : Local 101 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques : • Ces coûts n'incluent pas le matériel (un minimum de 50 \$ est à prévoir par projet);

• Les outils suivants seront fournis : sableur, fer à souder et support, pince grozier et coupe-verre;

• Prévoir une paire de chaussures;

• Possibilité d'un prolongement de trois semaines, confirmation sur place.

Durée : 6 semaines

COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
216 \$ non-résident	151 \$ Montmagny	Lundi	9 h à 16 h	11 janvier	15 février
216 \$ intermunicipal	113 \$ carte-loisirs				



Peinture – 14 ans et plus

Ce cours est destiné aux personnes voulant s'initier ou approfondir des techniques de peinture. Le cours répond aux attentes de tous puisque l'approche favorise le développement individuel.

Animatrice : Chantal-Jane Garant

Lieu : Local 101 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques :

- Ces coûts n'incluent pas le matériel (liste du matériel disponible à l'hôtel de ville);
- Prévoir une paire de chaussures.
- **Congé le 1^{er} mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines



COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
Coût 2 h / semaine 109 \$ non-résident 109 \$ intermunicipal 76 \$ Montmagny 57 \$ carte-loisirs	Coût 3 h / semaine 141 \$ non-résident 141 \$ intermunicipal 99 \$ Montmagny 74 \$ carte-loisirs	Mardi (3 h / semaine)	13 h à 16 h	12 janvier	15 mars
		Mardi (3 h / semaine)	18 h 30 à 21 h 30	12 janvier	15 mars
		Mardi (2 h / semaine)	19 h à 21 h	12 janvier	15 mars

Cours pour adultes (activités physiques)

ENTENTE DE PARTENARIAT ET COURS OFFERTS AUX ADULTES

Compte tenu de ce partenariat entre le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, et le Centre d'éducation des adultes de Montmagny – L'Islet-Nord, il est possible que des copies du certificat de naissance grand format de l'état civil de même qu'une preuve de résidence soient demandées aux participants. Merci de votre collaboration et de votre compréhension.

8

Détente active *Cette activité complète le cours Méthode Poulin (exercices ostéopathiques)*

Apprenez comment ne pas confondre la tension du fascia et la contraction du muscle! Ne sous-estimez pas la méthode parce que son nom comporte le mot détente! Apprenez à rester détendu peu importe l'exercice ou la situation. Les exercices sont très simples et peuvent facilement être adaptés aux besoins de chaque participant. La technique vous permettra de sculpter votre corps et de soigner des douleurs, même celles qui sont chroniques. Vous en ressentirez les bienfaits dès les premiers cours et serez en mesure de l'intégrer rapidement à vos activités quotidiennes.

Animatrice : Jacinthe Poulin

Lieu : Local 202 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques :

- Prévoir une paire de chaussures.
- **Congé le 5 mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines

COÛT		GROUPE	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
121 \$ non-résident 121 \$ intermunicipal	85 \$ Montmagny 64 \$ carte-loisirs	Groupe 1	Samedi	8 h à 9 h	16 janvier	19 mars
		Groupe 2	Samedi	9 h 10 à 10 h 10	16 janvier	19 mars
		Groupe 3	Samedi	10 h 15 à 11 h 15	16 janvier	19 mars

Entraînement métabolique – avec « step »

Comme son nom l'indique, ce cours est semblable à celui de l'entraînement métabolique traditionnel auquel le « step » a été ajouté. Cet entraînement stimule le métabolisme tantôt avec des poids, tantôt dans un Tabata, et par une combinaison avec le « step ». L'utilisation de cet outil fera augmenter le rythme cardiaque et le travail du bas du corps tout en lui donnant l'allure du cours « Fesses de fer » offert antérieurement.

Instructrice : Myriam Fortin, instructrice certifiée en danse aérobique et Piloxing®

Lieu : Local 202 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarque : **Congé les 29 février et 3 mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines

COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine 100 \$ non-résident 100 \$ intermunicipal 70 \$ Montmagny 56 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 15 % sur la 2^e inscription	Lundi	12 h 15 à 12 h 45	11 janvier	14 mars
		Jeudi	12 h 15 à 12 h 45	14 janvier	17 mars

Piloxing®

Le Piloxing® est une discipline qui allie la vitesse et l'agilité de la boxe ainsi que la définition et la flexibilité de la méthode Pilates, le tout combiné à des mouvements de danse. Vous vivrez un entraînement complet et différent grâce aux intervalles hyper dynamiques qui vous permettront de brûler des calories, de tonifier vos muscles et d'affiner votre silhouette. Le Piloxing® peut se pratiquer avec des gants d'une demi-livre chacun pour augmenter l'intensité et le tonus. Entraînement sans impact (aucun saut).



Instructrice : Myriam Fortin, instructrice certifiée en danse aérobique et Piloxing®

Lieu : École Saint-Pie X – 388, boulevard Taché Est

Équipement requis : • Un tapis de sol;

• Il sera possible d'acheter sur place des gants avec poids et des bas antidérapants (facultatifs);

Remarques : • Selon le temps restant, différents exercices au sol pourront être proposés.

• **Congé le 1^{er} mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines

PILOXING®

COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
110 \$ non-résident	77 \$ Montmagny	Mardi	17 h 30 à 18 h 20	12 janvier	15 mars
110 \$ intermunicipal	58 \$ carte-loisirs				

PiYo®

Le PiYo® est un programme d'entraînement sans impact (aucun saut, aucun poids) dont les mouvements et les positions sont inspirés du Pilates et du yoga. Puissants et efficaces, les exercices vous permettront de sculpter vos muscles et de renforcer votre tronc (dos et abdominaux). Les mouvements fluides et constants amélioreront aussi votre flexibilité, votre équilibre et votre mobilité tout en vous permettant de dépasser vos limites, d'avoir du plaisir et d'améliorer votre forme physique globale. Vous pratiquez la course à pied? Cette forme d'entraînement-croisé peut vous aider à améliorer vos performances!

Instructrice : Andréanne Guimont, certifiée entraîneur personnel et instructrice PiYo®

Lieu : Local 202 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques : • Pour participer, il ne faut pas avoir de blessure ou une condition physique limitant les mouvements ou causant de la douleur.

• **Congé les 15, 17 et 18 mars**

Durée : 10 semaines

PiYo® modéré : Séquences et transitions à vitesse modérée (séance de 50 minutes). Exercices pouvant s'adapter aux divers niveaux de forme et sollicitant des aptitudes cardiovasculaires moins poussées. Ce cours est idéal pour les personnes désirant se remettre en forme.

PiYo® Express-midi : Dans ce cours, deux types d'entraînement seront utilisés en alternance : Focus – jambes et abdos, et Focus – yoga flow. Dans le premier, le travail sera concentré sur la musculation du bas du corps. Dans le deuxième, le travail s'effectuera en fluidité avec des séquences et des positions inspirées davantage du yoga (Salutation au Soleil, Guerrier, Triangle, Pyramide, Chien tête en bas, etc.).

PiYo® - sportif : Séquences et transitions rapides (séance de 60 minutes). Il faut être en mesure de changer de position rapidement et ne pas souffrir d'étourdissements dans les positions où la tête est inversée. Les exercices peuvent s'adapter aux divers niveaux de forme. Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà fait du PiYo® pour s'inscrire à ce niveau.

COÛT		GROUPE	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
PiYo® modéré et sportif 1 fois / semaine 122 \$ non-résident 122 \$ intermunicipal 85 \$ Montmagny 64 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 15 % sur la 2 ^e inscription	PiYo® modéré	Mardi	11 h à 11 h 50	12 janvier	22 mars
		PiYo® modéré	Jeudi	17 h 45 à 18 h 35	14 janvier	24 mars
		PiYo® Express-midi	Mardi	12 h 15 à 12 h 45	12 janvier	22 mars
PiYo® Express-midi 1 fois / semaine 110 \$ non-résident 110 \$ intermunicipal 77 \$ Montmagny 58 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 15 % sur la 2 ^e inscription	PiYo® Express-midi	Vendredi	12 h 15 à 12 h 45	15 janvier	25 mars
		PiYo® - sportif	Jeudi	18 h 45 à 19 h 45	14 janvier	24 mars

Yoga – 15 ans et plus

Par la pratique de postures soutenues par votre souffle, vous aidez votre esprit à s'apaiser ainsi que votre corps à s'assouplir et à se tonifier. Les postures sont adaptées à toutes les conditions physiques et peuvent varier en intensité selon la capacité de chacun. Vous pratiquerez aussi la relaxation, la visualisation et différents exercices de respiration. Que ce soit pour vous détendre, améliorer votre sommeil ou pour diminuer vos malaises corporels et émotionnels, venez découvrir les bienfaits du yoga sur votre santé.

Animatrices : Geneviève Talbot et Natacha Lambert

Lieu : Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Préalables : **Groupe Débutant 1 :** Aucun préalable

Groupe Débutant 2 : Avoir suivi *Débutant 1*

Groupes Progression : Avoir suivi *Débutant 1* et *Débutant 2* ou des équivalents

Remarque : Congé les 29 février, 2 et 3 mars – Semaine de relâche

Durée : 8 semaines ou 10 semaines, selon le groupe choisi



COÛT	COURS	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
8 semaines 98 \$ non-résident 98 \$ intermunicipal 69 \$ Montmagny 52 \$ carte-loisirs 10 semaines 122 \$ non-résident 122 \$ intermunicipal 85 \$ Montmagny 64 \$ carte-loisirs	Progression (Natacha Lambert) 8 semaines	Lundi <i>Local 202</i>	8 h 30 à 10 h	11 janvier	7 mars
	Débutant 2 (Natacha Lambert) 8 semaines	Lundi <i>Local 201</i>	17 h 15 à 18 h 30	11 janvier	7 mars
	Progression (Natacha Lambert) 8 semaines	Lundi <i>Local 201</i>	18 h 45 à 20 h 15	11 janvier	7 mars
	Progression (Geneviève Talbot) 10 semaines	Mercredi <i>Local 201</i>	16 h 30 à 18 h	13 janvier	23 mars
	Débutant 1 (Natacha Lambert) 8 semaines	Jeudi <i>Local 202</i>	8 h 45 à 10 h	14 janvier	10 mars

Yoga sclérose en plaques – 15 ans et plus

Activité d'intériorisation, de prise de conscience du corps et du souffle au moyen de postures de yoga adaptées, de techniques de respiration et de relaxation. Ce cours permet aux personnes atteintes de la sclérose en plaques d'améliorer leur qualité de vie, de maintenir leur autonomie, d'améliorer leur concentration et de mieux gérer l'anxiété et le stress. Les séances se tiennent dans un environnement sécuritaire qui respecte le rythme des participants.

Animatrice : Natacha Lambert

Lieu : Montmagny

Préalables : • Être capable de se tenir debout au moins 2 minutes en s'appuyant sur une chaise ou un mur;

• Être capable de se transférer d'une chaise au sol avec ou sans l'appui de la chaise;

• Être capable de s'étendre au sol.

Remarques : • Pour participer à cet atelier, vous devez être membre de la Société canadienne de la sclérose en plaques, section Chaudière-Appalaches;

• Prévoir un tapis de sol.

• Congé le 29 février – Semaine de relâche

Durée : 8 semaines



COÛT	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
Gratuit pour les membres de la Société canadienne de la sclérose en plaques, section Chaudière-Appalaches	Lundi	10 h 30 à 12 h	11 janvier	7 mars

Tai Chi Quan et Qi Gong

Le Tai Chi est une pratique de mouvements continus harmonisant le corps et l'esprit. Offrez-vous ce moyen efficace de développer un esprit de paix et de calme, de faire naître l'énergie en vous et de bénéficier de multiples bienfaits :

- Ouverture de la conscience de soi
- Accroissement de la concentration, de la mémoire et de la qualité du sommeil
- Amélioration de l'équilibre, de la coordination et de la circulation sanguine
- Assouplissement des articulations et soulagement des phénomènes arthritiques

Professeure : Agathe Labonté

Lieu : Local 202 - Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Préalables : **Débutant :** Quête de bien-être physique et mental

Niveaux 2 et 3 : Maîtrise des formes 10, 16 et 24 et expérience en Qi Gong

Niveau 4 : Maîtrise des formes officielles de Pékin 10, 16, 24 et 42 et maîtrise avancée en Qi Gong

Remarques : • Position debout ou assise durant tout le cours;

- Souliers souples à talons plats requis.
- **Congé les 29 février, 1^{er} et 2 mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines

COÛT		GROUPE	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
114 \$ non-résident 114 \$ intermunicipal 80 \$ Montmagny 60 \$ carte-loisirs		Débutant	Lundi	16 h à 17 h 30	18 janvier	21 mars
		Niveaux 2 et 3	Mardi	9 h à 10 h 30	19 janvier	22 mars
		Niveau 4	Mercredi	9 h 30 à 11 h	20 janvier	23 mars



Qi Gong

Le Qi Gong est une pratique simple et accessible à toutes les catégories d'âge qui inclut : détente, mouvements, respirations, automassages, gestion du stress, méditation, assouplissement des articulations et développement des forces musculaires, de l'équilibre et de la concentration. La pratique du Qi Gong procure un grand bien-être physique et mental tout en améliorant la santé et la qualité de vie au quotidien.

Professeure : Agathe Labonté

Lieu : Local 202 - Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Préalables : **Débutant ou Niveaux 1 et 2 :** Quête de bien-être physique et mental

Niveau 3 : Expérience en Qi Gong (8 sessions complétées) et pratique personnelle en voie de maîtrise permettant une continuité pondérée et efficace

Remarques : • Position debout ou assise durant tout le cours.

- **Congé les 1^{er} et 2 mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines

COÛT		GROUPE	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
114 \$ non-résident 114 \$ intermunicipal 80 \$ Montmagny 60 \$ carte-loisirs		Débutant	Mercredi	13 h 30 à 15 h	20 janvier	23 mars
		Niveaux 1 et 2	Mardi	15 h 30 à 17 h	19 janvier	22 mars
		Niveau 3	Mardi	13 h 30 à 15 h	19 janvier	22 mars



Restez branchés!

Le site Internet de la Ville de Montmagny est en constante évolution. En le visitant régulièrement, vous y trouverez une multitude d'informations. Que ce soit pour connaître l'horaire des différents plateaux sportifs, pour vous inscrire en ligne aux diverses activités offertes dans le présent Info-loisirs ou pour vous abonner à l'infolettre, vous n'avez qu'une seule adresse à retenir : ville.montmagny.qc.ca.



Cours d'éducation canine

Ces cours, dispensés par Amélie Bérubé, visent à développer une relation privilégiée entre le maître et son chien. Ils s'adressent à ceux qui souhaitent :

- Mieux communiquer et comprendre leur compagnon canin;
- Éduquer leur chien;
- Développer une relation saine avec leur animal;
- Socialiser leur fidèle compagnon;
- Sympathiser avec d'autres propriétaires;
- Participer à des activités canines.

Pour plus de détails, consulter pattedouce.com.



Remarques :

- Tous les types de chien sont les bienvenus;
- Les chiens doivent avoir reçu leurs vaccins et avoir été vus par un vétérinaire au cours de la dernière année;
- Une preuve de vaccination sera exigée lors du premier cours;
- Les chiens agressifs ou réactifs ne sont pas admis aux activités. Une thérapie de désensibilisation leur sera proposée;
- Aucune violence ne sera tolérée.

MATERNELLE

La maternelle permet au chiot de vivre intensivement sa période de socialisation, importante pour son développement, et d'acquérir de bonnes habitudes comportementales. Le cours utilise une méthode par étape qui assure un apprentissage facile et naturel. Les exercices proposés sont positifs, favorisent un apprentissage en douceur et vous aident à développer une relation harmonieuse, basée sur la confiance, avec votre chiot afin qu'il parte sur la bonne patte!

Condition d'admission : Chiot vacciné ayant visité son vétérinaire au cours de la dernière année.

Lieu : Local 102 – Centre récréatif Clément-Laliberté
– 18, avenue Ste-Brigitte Nord

- Remarques :**
- **Le premier cours, d'une durée de deux heures, est théorique (sans le chien). Vous devez y apporter le carnet de santé;**
 - Le coût du « clicker » (8 \$) n'est pas inclus dans le prix;
 - Prévoir une paire de chaussures.
 - **Congé les 26 janvier et 1^{er} mars**

Durée : 7 semaines

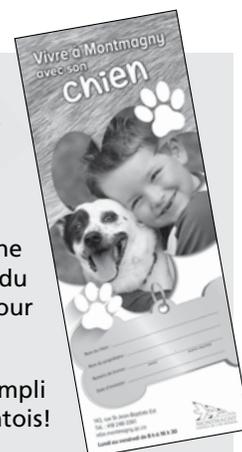


COÛT	PREMIER COURS (théorique, sans le chien)	DATES ET HEURES DES COURS
165 \$ non-résident 165 \$ intermunicipal 116 \$ Montmagny 87 \$ carte-loisirs	Mardi 19 janvier de 18 h à 20 h	Du 2 février au 15 mars de 18 h à 19 h

Résidents de Montmagny, avez-vous votre licence de chien 2016?

La Ville de Montmagny rappelle aux propriétaires de chiens qu'ils ont l'obligation de se procurer une licence annuelle pour leur fidèle compagnon. En plus de faciliter la gestion de la population canine du territoire et de financer les programmes de contrôle des chiens errants, les licences sont très utiles pour retrouver les chiens égarés.

Rendez-vous au comptoir de l'hôtel de ville de Montmagny pour vous procurer la vôtre. Un carnet rempli de rabais pour votre toutou vous sera alors remis grâce à la collaboration des commerçants magnymontois!



OBÉISSANCE – NIVEAU 1

Vous désirez établir une relation saine avec votre compagnon canin dans un contexte où le plaisir et la motivation du chien sont importants? Avec ces cours d'obéissance, vous joindrez l'utile à l'agréable. Vous verrez la philosophie de l'entraînement et des bons comportements à adopter, la psychologie canine, le langage du chien, l'établissement d'une relation basée sur la confiance, le leadership, l'utilisation des outils d'entraînement et le conditionnement opérant.

Quant aux animaux, ils apprendront l'attention et les commandements : assis, couché, viens, reste, prends, rapporte, donne et marche au pied ainsi que leurs signaux.

Condition d'admission : Chien vacciné, âgé de 6 mois et plus lors du premier cours, ayant visité son vétérinaire au cours de la dernière année.

Lieu : Local 102 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques :

- Le premier cours, d'une durée de deux heures, est théorique (sans le chien). Vous devez y apporter le carnet de santé;
- Le coût du « clicker » (8 \$) n'est pas inclus dans le prix;
- Prévoir une paire de chaussures.
- Congé les 28 février et 1^{er} mars – Semaine de relâche

Durée : 7 semaines



COÛT	GROUPE	PREMIER COURS (théorique, sans le chien)	DATES ET HEURES DES COURS
165 \$ non-résident 165 \$ intermunicipal 116 \$ Montmagny 87 \$ carte-loisirs	Groupe 1	Dimanche 24 janvier de 12 h 30 à 14 h 30	Du 31 janvier au 13 mars de 15 h à 16 h
	Groupe 2	Mardi 26 janvier de 18 h à 20 h	Du 2 février au 15 mars de 19 h 15 à 20 h 15

OBÉISSANCE – NIVEAU 2

Le cours d'éducation canine niveau 2 s'adresse à ceux et celles qui souhaitent se perfectionner et élever le degré de difficulté des exercices du niveau 1. C'est aussi l'occasion de commencer le travail sans laisse et à distance. Le chien apprendra à faire équipe avec vous, peu importe les distractions. De nouveaux exercices lui seront enseignés : le debout, le retour au pied et la figure 8, toujours dans la même ambiance positive. Vous aurez l'opportunité de vous initier à plusieurs outils d'entraînement (cible, plateforme d'entraînement, pot, etc.). Au dernier cours, les participants seront invités à réaliser une routine d'obéissance pour le plaisir.

Préalable : Avoir suivi le cours d'obéissance canine niveau 1

Condition d'admission : Chien vacciné, âgé de 6 mois et plus lors du premier cours, ayant visité son vétérinaire au cours de la dernière année;

Lieu : Local 102 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord

Remarques :

- Prévoir une paire de chaussures.
- Congé le 28 février – Semaine de relâche

Durée : 6 semaines



COÛT	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
165 \$ non-résident 165 \$ intermunicipal 116 \$ Montmagny 87 \$ carte-loisirs	Dimanche	13 h 45 à 14 h 45	31 janvier	13 mars

*Les cours « Atelier Pif » et « Petits chiens »
seront de retour au printemps 2016.
Surveillez l'Info-loisirs du 23 mars pour tous les détails.*

Activités socioculturelles et sportives • Hiver 2016

OBÉISSANCE – NIVEAU 3 NOUVEAUTÉ!

Le cours d'éducation canine niveau 3 s'adresse à ceux et celles qui souhaitent se perfectionner et élever le degré de difficulté des exercices du niveau 2. Ce cours permet d'approfondir le travail sans laisse et à distance. Les exercices suivants seront au programme : initiation aux sauts en hauteur et en longueur, rapport d'objets, en avant et attention. Comme tous les autres cours, l'accent est mis sur la relation de confiance entre votre chien et vous.

- Préalable :** Avoir suivi le cours d'obéissance canine niveau 2
- Condition d'admission :** Chien vacciné, âgé de 6 mois et plus lors du premier cours, ayant visité son vétérinaire au cours de la dernière année.
- Lieu :** Local 102 – Centre récréatif Clément-Laliberté – 18, avenue Ste-Brigitte Nord
- Remarques :**
- Prévoir une paire de chaussures.
 - Congé le 28 février – Semaine de relâche
- Durée :** 6 semaines

COÛT	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
165 \$ non-résident 165 \$ intermunicipal 116 \$ Montmagny 87 \$ carte-loisirs	Dimanche	12 h 30 à 13 h 30	31 janvier	13 mars

Trouvez le forfait de fête parfait pour votre enfant!

L'anniversaire de votre enfant arrive à grands pas et vous désirez lui offrir une fête qui sort de l'ordinaire? Voici plusieurs options qui s'offrent à vous :

Club Magny-Gym

Le Club Magny-Gym vous offre la possibilité de célébrer l'anniversaire de votre enfant à la palestre de gymnastique! Des activités originales et amusantes sont au programme.

- Lieu :** École secondaire Louis-Jacques-Casault – 141, boulevard Taché Est
- Durée :** Entre 1 h et 1 h 30
- Nombre d'enfants :** 6 enfants et plus
- Information :** Brigitte Vézina à info@magnygym.com

Centre culturel et récréatif

Vous souhaitez louer le gymnase ou la Tanière de l'école secondaire Louis-Jacques-Casault pour célébrer l'anniversaire de votre enfant? C'est possible!

- Coût :** 33 \$ / heure pour le gymnase • 22 \$ / heure pour la Tanière (petite salle)
- Information :** 418 248-2370, poste 4738

Piscine municipale Guylaine-Cloutier

Louez la piscine et venez fêter dans un espace spécialement aménagé pour votre famille!

- Lieu :** Piscine municipale Guylaine-Cloutier – 151, boulevard Taché Est
- Coût :** 60 \$ / heure (2 sauveteurs inclus)
Pour louer la structure gonflable en entier, ajoutez 75 \$
Pour louer une partie de la structure gonflable, ajoutez 50 \$
- Date :** Selon les disponibilités de la piscine
- Nombre d'enfants :** De 5 à 50 personnes
- Information :** Martin Boulet au 418 248-3361, poste 2113
- Remarque :** Prévoyez un minimum de 2 semaines avant la fête pour effectuer votre réservation.

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

Offrez à votre enfant un chèque-cadeau pour l'une ou l'autre des activités offertes par le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire. Téléphonnez au 418 248-6022 pour le faire préparer!

Le terme intermunicipal s'adresse aux gens de Berthier-sur-Mer, de Cap-Saint-Ignace, de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud et de Saint-Pierre-de-la-Rivière-du-Sud

En cas de mauvais temps, téléphonez au 418 248-3361, poste 2113 avant de vous déplacer pour vérifier si les activités sont annulées.

Piscine municipale Guylaine-Cloutier

Située au 151, boulevard Taché Est, Montmagny (école secondaire Louis-Jacques-Casault)
Téléphone : 418 248-6022 • ville.montmagny.qc.ca



Bébés – 4 à 36 mois

- Remarques :
- Un adulte doit accompagner l'enfant;
 - Si l'enfant a déjà suivi un cours, veuillez apporter son carnet de natation au premier cours.
 - **Congé les 5 et 6 mars – Semaine de relâche**

Durée : 8 semaines

COÛT	COURS	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
60 \$ non-résident 42 \$ intermunicipal 42 \$ Montmagny 32 \$ carte-loisirs	Étoile de mer (4 à 12 mois)	Samedi	11 h à 11 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	15 h 30 à 16 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h à 10 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	16 h à 16 h 30	17 janvier	13 mars
	Canard (12 à 24 mois)	Samedi	10 h à 10 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	15 h à 15 h 30	16 janvier	12 mars
		Dimanche	9 h à 9 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	11 h à 11 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	15 h 30 à 16 h	17 janvier	13 mars
	Tortue (24 à 36 mois)	Samedi	11 h 30 à 12 h	16 janvier	12 mars
		Samedi	16 h à 16 h 30	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h 30 à 11 h	17 janvier	13 mars
Dimanche		15 h à 15 h 30	17 janvier	13 mars	

Enfants – 3 à 5 ans

Le cours *Loutre de mer* permet à l'enfant de faire une transition entre les cours *Tortue* et *Salamandre* puisqu'il sera accompagné d'un parent en début de session pour se retrouver seul avec le moniteur à la fin des cours.

- Remarques :
- Si l'enfant a déjà suivi un cours, veuillez apporter son carnet de natation au premier cours.
 - **Congé les 1^{er}, 3, 5 et 6 mars – Semaine de relâche**

Mise à niveau : Si vous avez inscrit votre enfant à l'un des cours de cette catégorie, mais que vous n'êtes pas sûr d'avoir fait le bon choix, permettez-lui de passer un test d'évaluation. Présentez-vous à la piscine **le samedi 9 janvier, entre 10 h 30 et 11 h 30**, avec votre enfant, son maillot et son casque de bain!

Durée : 8 semaines

COURS DE 30 MINUTES

COÛT	COURS	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
60 \$ non-résident 42 \$ intermunicipal 42 \$ Montmagny 32 \$ carte-loisirs	Loutre de mer (avec parent)	Samedi	10 h 30 à 11 h	16 janvier	12 mars
		Samedi	12 h à 12 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	15 h 30 à 16 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	9 h 30 à 10 h	17 janvier	13 mars
		Dimanche	15 h 30 à 16 h	17 janvier	13 mars
	Salamandre	Samedi	10 h à 10 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	11 h à 11 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	15 h à 15 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	16 h à 16 h 30	16 janvier	12 mars
		Dimanche	9 h à 9 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	10 h à 10 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	11 h 15 à 11 h 45	17 janvier	13 mars
		Dimanche	15 h à 15 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	16 h à 16 h 30	17 janvier	13 mars

Activités aquatiques • Hiver 2016

Enfants – 3 à 5 ans (suite)

COURS DE 45 MINUTES

COÛT	COURS	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
79 \$ non-résident 55 \$ intermunicipal 55 \$ Montmagny 41 \$ carte-loisirs	Poisson-lune <i>Ce cours est maintenant de 45 minutes!</i>	Mardi	18 h à 18 h 45	19 janvier	15 mars
		Jeudi	18 h à 18 h 45	21 janvier	17 mars
		Samedi	11 h 30 à 12 h 15	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h 30 à 11 h 15	17 janvier	13 mars
	Crocodile	Samedi	15 h à 15 h 45	16 janvier	12 mars
		Dimanche	11 h 45 à 12 h 30	17 janvier	13 mars
	Baleine	Samedi	15 h à 15 h 45	16 janvier	12 mars
		Dimanche	11 h 45 à 12 h 30	17 janvier	13 mars

Junior – 5 ans et plus

Remarques : • Si l'enfant a déjà suivi un cours, veuillez apporter son carnet de natation au premier cours.
• Congé les 1^{er}, 3, 5 et 6 mars – Semaine de relâche

Mise à niveau : Si vous avez inscrit votre enfant au cours *Junior 1* cette session, mais que vous n'êtes pas sûr d'avoir fait le bon choix de cours, permettez-lui de passer un test d'évaluation. Présentez-vous à la piscine le samedi 9 janvier, entre 10 h 30 et 11 h 30, avec votre enfant, son maillot et son casque de bain!

Durée : 8 semaines



COÛT	COURS	JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
96 \$ non-résident 67 \$ intermunicipal 67 \$ Montmagny 50 \$ carte-loisirs	Junior 1	Mardi	18 h à 19 h	19 janvier	15 mars
		Samedi	10 h à 11 h	16 janvier	12 mars
		Samedi	14 h à 15 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	9 h 30 à 10 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	11 h à 12 h	17 janvier	13 mars
		Dimanche	15 h à 16 h	17 janvier	13 mars
	Junior 2	Jeudi	18 h à 19 h	21 janvier	17 mars
		Samedi	10 h 30 à 11 h 30	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h 30 à 11 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	14 h à 15 h	17 janvier	13 mars
	Junior 3	Mardi	18 h à 19 h	19 janvier	15 mars
		Samedi	14 h à 15 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h à 11 h	17 janvier	13 mars
		Dimanche	11 h 30 à 12 h 30	17 janvier	13 mars
	Junior 4	Mardi	18 h à 19 h	19 janvier	15 mars
		Samedi	11 h 30 à 12 h 30	16 janvier	12 mars
		Samedi	14 h à 15 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	9 h à 10 h	17 janvier	13 mars
	Junior 5	Samedi	11 h à 12 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	9 h à 10 h	17 janvier	13 mars
		Dimanche	11 h à 12 h	17 janvier	13 mars
	Junior 6	Mardi	19 h à 20 h	19 janvier	15 mars
		Dimanche	11 h 30 à 12 h 30	17 janvier	13 mars
		Dimanche	14 h à 15 h	17 janvier	13 mars
	Junior 7	Jeudi	19 h à 20 h	21 janvier	17 mars
		Samedi	10 h à 11 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h à 11 h	17 janvier	13 mars
	Junior 8	Jeudi	19 h à 20 h	21 janvier	17 mars
		Samedi	10 h à 11 h	16 janvier	12 mars
		Dimanche	10 h à 11 h	17 janvier	13 mars
Junior 9	Jeudi	18 h à 19 h	21 janvier	17 mars	
	Dimanche	14 h à 15 h	17 janvier	13 mars	
Junior 10	Jeudi	18 h à 19 h	21 janvier	17 mars	
	Dimanche	14 h à 15 h	17 janvier	13 mars	

ENTENTE DE PARTENARIAT ET COURS OFFERTS AUX ADULTES

Compte tenu de ce partenariat entre le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, et le Centre d'éducation des adultes de Montmagny – L'Islet-Nord, il est possible que des copies du certificat de naissance grand format de l'état civil de même qu'une preuve de résidence soient demandées aux participants. Merci de votre collaboration et de votre compréhension.

Cours de natation – 15 ans et plus

Les cours de natation pour adultes sont adaptés à chaque participant.

Remarque : Congé les 4 et 6 mars – Semaine de relâche

Durée : 8 semaines

COÛT		JOUR(S)	HEURE(S)	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine 101 \$ non-résident 71 \$ intermunicipal 71 \$ Montmagny 53 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 60 % sur la 2 ^e inscription	Vendredi	19 h 30 à 20 h 30	22 janvier	18 mars
		Dimanche	8 h à 9 h	17 janvier	13 mars

Aquapoussette et cours prénataux aquatiques

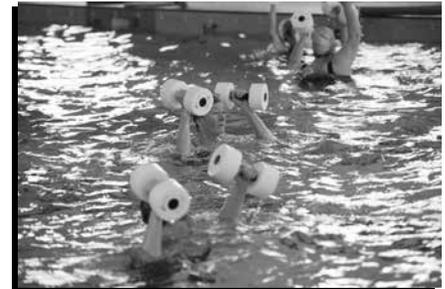
Voir les détails dans la section Cours pour futurs et nouveaux parents en pages 4 et 5.

Aquaforme du matin – 16 ans et plus

Ce cours consiste à développer ou à maintenir une bonne condition physique tout en étant dans l'eau (partie peu profonde).

Remarques : • Pour faire de l'aquaforme du matin plus d'une fois par semaine, combinez vos périodes préférées.
 • Congé du 29 février au 4 mars – Semaine de relâche

Durée : 9 semaines



COÛT		JOUR(S)	HEURE(S)	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine 107 \$ non-résident 75 \$ intermunicipal 75 \$ Montmagny 56 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 60 % sur la 2 ^e inscription	Lundi	8 h à 9 h	11 janvier	14 mars
		Lundi	9 h à 10 h	11 janvier	14 mars
		Mardi	9 h à 10 h	12 janvier	15 mars
		Mercredi	8 h à 9 h	13 janvier	16 mars
		Mercredi	9 h à 10 h	13 janvier	16 mars
		Jeudi	9 h à 10 h	14 janvier	17 mars
		Vendredi	8 h à 9 h	15 janvier	18 mars
		Vendredi	9 h à 10 h	15 janvier	18 mars
		3 fois / semaine Rabais de 65 % sur la 3 ^e inscription			

Aquaforme du soir – 16 ans et plus

Ce cours consiste à développer ou à maintenir une bonne condition physique tout en étant dans l'eau.

Remarques : • Pour faire de l'aquaforme du soir plus d'une fois par semaine, combinez vos périodes préférées.
 • Congé les 1^{er} et 3 mars – Semaine de relâche

Durée : 9 semaines

COÛT		JOUR(S)	HEURE(S)	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine 107 \$ non-résident 75 \$ intermunicipal 75 \$ Montmagny 56 \$ carte-loisirs	2 fois / semaine Rabais de 60 % sur la 2 ^e inscription	Mardi	19 h à 20 h	12 janvier	15 mars
		Jeudi	19 h à 20 h	14 janvier	17 mars

Activités aquatiques • Hiver 2016

Entraînement – 16 ans et plus

Cette activité est idéale pour maintenir ou retrouver une bonne condition physique. Le participant établit sa routine d'entraînement, poursuit ses objectifs à son rythme et, s'il le désire, peut être conseillé par le sauveteur présent.

Préalable : Savoir nager une longueur de piscine (25 m).

Remarques :

- Pour vous entraîner plus d'une fois par semaine, combinez vos périodes préférées.
- **Congé du 1^{er} au 4 mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines



COÛT		JOUR(S)	HEURE(S)	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine	2 fois / semaine	Mardi	8 h à 9 h	12 janvier	15 mars
94 \$ non-résident	Rabais de 60 %	Mercredi	6 h à 7 h	13 janvier	16 mars
66 \$ intermunicipal	sur la 2^e inscription	Mercredi	7 h à 8 h	13 janvier	16 mars
66 \$ Montmagny		Jeudi	8 h à 9 h	14 janvier	17 mars
49 \$ carte-loisirs	3 fois / semaine	Vendredi	6 h à 7 h	15 janvier	18 mars
	Rabais de 65 %	Vendredi	7 h à 8 h	15 janvier	18 mars
	sur la 3^e inscription				

Maître-nageur – 18 ans et plus

Cet entraînement dirigé est idéal pour maintenir ou retrouver une bonne condition physique. Il peut être pratiqué d'une à deux fois par semaine. À chaque bain, le groupe exécute le programme d'entraînement préparé par l'entraîneur et au besoin, ce dernier corrige le style de participants.

Préalable : Savoir nager deux longueurs de piscine (50 m).

Remarque : **Congé les 1^{er} et 3 mars – Semaine de relâche**

Durée : 9 semaines

COÛT		JOUR(S)	HEURE	DÉBUT	FIN
1 fois / semaine	2 fois / semaine	Mardi	20 h à 21 h	12 janvier	15 mars
107 \$ non-résident	Rabais de 60 %	Jeudi	20 h à 21 h	14 janvier	17 mars
75 \$ intermunicipal	sur la 2^e inscription				
75 \$ Montmagny					
56 \$ carte-loisirs					

Nage pour la forme – 55 ans et plus

Dans le cadre de la Politique de la famille et des aînés de la Ville de Montmagny, une plage horaire est réservée à la piscine municipale Guylaine-Cloutier spécialement pour les aînés. Avec ce programme, le participant pourra se présenter à pas moins de 30 périodes d'activité aquatique!

Remarque : **Congé les 29 février, 2 et 3 mars – Semaine de relâche**

Durée : 11 semaines



L'activité « Nage pour la forme » est reconnue par la Politique de la famille et des aînés de la Ville de Montmagny

COÛT	ACTIVITÉS	JOURS	HEURE	DÉBUT	FIN
72 \$ non-résident 50 \$ intermunicipal 50 \$ Montmagny 38 \$ carte-loisirs	Nage libre	Lundi	13 h 30 à 14 h 30	11 janvier	21 mars
	Nage libre	Mercredi	13 h 30 à 14 h 30	13 janvier	23 mars
	Nage libre ou aquaforme	Jeudi	13 h 30 à 14 h 30	14 janvier	24 mars

Offrez le plaisir en cadeau!

Vous ne savez pas quoi offrir en cadeau aux êtres qui vous sont chers? Optez pour un chèque-cadeau du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de Montmagny! L'heureux élu pourra ainsi l'utiliser pour s'inscrire à l'une des nombreuses activités proposées dans l'Info-loisirs... Informez-vous au 418 248-6022!



Aquagym **NOUVEAUTÉ!**

Ce cours consiste à développer ou à maintenir une bonne condition physique tout en étant dans l'eau.

Remarque : Congé le 6 mars – Semaine de relâche

Durée : 8 semaines

COÛT		JOUR	HEURE	DÉBUT	FIN
101 \$ non-résident 71 \$ intermunicipal	71 \$ Montmagny 53 \$ carte-loisirs	Dimanche	8 h à 9 h	17 janvier	13 mars

Cours cadres

MONITEUR DE LA CROIX-ROUGE CANADIENNE

- Préalables :**
- Être âgé de 15 ans avant le dernier cours;
 - Avoir réussi le cours Assistant-moniteur de la Croix-Rouge canadienne.
- Remarques :**
- Le coût du manuel et de la certification (62 \$) ne sont pas inclus dans le prix;
 - Les candidats auront 8 périodes de stage à compléter (entre le 13 et le 21 février) et sont tenus d'assister à 100 % des cours.

Durée : 6 jours



COÛT	DATES	HEURES
206 \$ non-résident	22 janvier	18 h à 22 h
144 \$ intermunicipal	26 février	19 h à 22 h
144 \$ Montmagny	29 février, 1 ^{er} et 2 mars	8 h 30 à 16 h 30
108 \$ carte-loisirs		

COURS DE PREMIERS SOINS GÉNÉRAUX

Préalable au cours Sauveteur national

Cette formation de type général / DEA est reconnue par la Société de sauvetage du Québec et est obligatoire pour accéder à la formation de Sauveteur national offert cette session. Les nombreux sujets abordés vous apprendront les façons d'intervenir lors d'urgences liées à l'environnement ainsi que les traitements à prodiguer en cas de plaies, de blessures diverses, de brûlures, de réactions allergiques et d'état de choc de la victime. Vous pratiquerez les diverses techniques de réanimation cardiorespiratoire (RCR) et celles des cas d'urgence respiratoire ou cardiaque. De plus, vous apprendrez à stabiliser une blessure, à utiliser un défibrillateur externe automatisé (DEA) et à administrer de l'adrénaline par auto-injecteur.

Préalable : Être âgé de 14 ans avant le dernier cours.

Lieu : Hôtel de ville de Montmagny – 143, rue St-Jean-Baptiste Est

Remarque : Le coût du manuel est inclus dans le prix.

Durée : 2 jours

COÛT	DATES	HEURES
125 \$	23 et 24 janvier	9 h à 17 h

SAUVETEUR NATIONAL

- Préalables :**
- Être âgé de 16 ans avant le dernier cours;
 - Avoir réussi le cours Croix de bronze;
 - Avoir réussi le Cours de premiers soins généraux.
- Remarques :**
- Le coût du manuel et de la certification (100 \$) ne sont pas inclus dans le prix;
 - Les candidats doivent apporter leur masque de poche et leurs gants chirurgicaux;
 - Les candidats sont tenus d'assister à 100 % des cours.

Durée : 6 jours



COÛT	DATES	HEURES
216 \$ non-résident	4 et 18 mars	17 h à 22 h
151 \$ intermunicipal	5 et 19 mars	13 h à 20 h
151 \$ Montmagny	6 et 20 mars	8 h à 16 h
113 \$ carte-loisirs		

Bibliothèque municipale

138, rue St-Jean-Baptiste Est, Montmagny (Québec) G5V 1K6
Tél. : 418 248-4856 • Courriel : biblio@ville.montmagny.qc.ca
bibliothequedemontmagny.com

Programme d'animation • Hiver 2016



L'Heure du conte Desjardins

Dimanches • 10 h 30
10 janvier, 7 février
et 6 mars

Activité d'animation ludique qui favorise l'éveil à la lecture. L'enfant y découvre ses capacités de compréhension, de création et de sociabilité. À chaque rencontre, l'histoire est racontée par une personne différente.

Cette activité est destinée aux enfants d'âge préscolaire et elle est suivie d'un bricolage supervisé par l'équipe de Magie Magie.

Lancement de livre • Samedi 9 janvier • 13 h 30

Le voile se soulève révélant le vrai visage du rêveur

Par Denise Rondeau



La Plume d'Oie Édition vous convie au lancement du livre de Denise Rondeau, une auteure native de Granby qui demeure à Montmagny depuis 56 ans. Cette artiste-peintre, qui est passionnée de lecture et d'astrologie, de rêves sur demande ainsi que d'interprétation des symboles, vous entraînera dans son sillage en vous faisant découvrir des passages inondés de lumière. « Je ne suis pas maître de moi-même lorsque je fais les rêves sur demande pour les gens. On me dirige et je deviens la personne à qui appartient le rêve. [...] » Voilà une belle occasion d'en apprendre davantage sur ce phénomène inusité. Un cadeau inédit sera également offert sur place.

Conférence • Mardi 26 janvier • 19 h

À la découverte des téléphones intelligents

Par le Groupe Alpha Montmagny



Le téléphone intelligent gagne en popularité et tend à devenir un incontournable dans le quotidien des gens. Mais lequel choisir : Apple ou Android? Quelles sont les différences marquantes entre les deux plateformes? Le téléphone intelligent facilite-t-il vraiment la communication? Comment faire pour l'utiliser pleinement? L'animatrice répondra à toutes ces questions et plus encore!

Lancement de livre • Jeudi 28 janvier • 19 h

Le Nord à bras-le-cœur

Par Étienne Talbot

Né à Montmagny en 1976, Étienne Talbot a étudié à l'Université Laval en littérature et en sociologie, puis en sciences infirmières. La profession d'infirmier s'étant imposée à lui comme un moyen de changer les choses, il a pratiqué dans plusieurs dispensaires à la Baie-James, au Nunavik, mais également sur la Basse-Côte-Nord où il travaille encore aujourd'hui.



Dans son livre *Le Nord à bras-le-cœur*, Talbot offre un panorama unique de ce qu'est l'acte de soigner. À travers des récits d'infirmiers et d'infirmières du Grand Nord québécois, on découvre la réalité peu connue des nurses nordiques : ces soignants travaillant en régions éloignées. Par le truchement de leurs histoires, on en vient à mieux connaître leur vie et leur métier trépidants... de même que ce Grand Nord si proche, mais si mystérieux et méconnu à la fois.

Conférence • Mardi 2 février • 19 h

Choisir la vie par Jocelyne Cazin

Dans le cadre de la Semaine nationale de la prévention du suicide

« 1999 est l'année de la mort de mon collègue et ami Gaétan Girouard. Depuis quelques années, j'accepte donc de parler d'une douleur cruelle : celle qui est venue par l'autre, celle aussi qui rôdait parfois autour de moi. J'ai ouvert les yeux et j'ai choisi la vie. Ouvrir les yeux et choisir la vie, c'est être à l'écoute de ses émotions et par conséquent, près de celles des gens que l'on aime. Ouvrir les yeux et choisir la vie, c'est oser comprendre et parler de ce qui ne va pas. C'est oser déranger parfois lorsque la vie semble nous échapper. C'est accepter de vous dire que la vie n'est pas toujours un jardin de roses. Mais en ouvrant les yeux, le regard sur les autres, la vie prend ainsi tout son sens. Je vous propose cette conférence dans le seul but d'apporter ma petite contribution à la vie. » - Jocelyne Cazin



***Activité offerte par le Trait d'Union au coût de 10 \$. Si le nombre de participants est trop élevé, l'activité pourrait se tenir à l'hôtel de ville de Montmagny.**

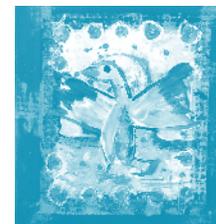
Pour information : Jessy Coulombe • 418 248-4948 • coordination@traitdunionmontmagny.com
traitdunionmontmagny.com

Exposition • Du 16 février au 6 mars

Clin d'œil à Riopelle

Par les élèves de Chantal-Jane Garant

« Le temps d'atelier est un moment d'échange, de réflexion, d'introspection, mais surtout un moment de libération dans l'expression de soi dans le but de se surprendre, de se faire plaisir et de se dépasser. Chaque individu étant unique, j'ai profité de la présentation de l'exposition de Jean-Paul Riopelle pour donner le défi à mes élèves d'explorer sa façon de faire tout en respectant leur vision et leur personnalité. Car je ne suis qu'un outil à leur disposition pour les aider à livrer sur la toile ce qu'ils ont en tête. Se donner le droit de créer et jouer avec les matières et les couleurs est une expérience extraordinaire. » - Chantal-Jane Garant



Conférence • Jeudi 25 février • 19 h

Travailler le passé pour l'avenir

Par Judith Douville, chargée de projet au Musée de la mémoire vivante

Nous sommes tous porteurs de savoirs, de savoir-faire et de traditions transmis par l'oralité, notre famille ou par des habitants de notre région. Le Musée de la mémoire vivante de Saint-Jean-Port-Joli collecte et partage ce fragile patrimoine.

Dans cette conférence, les participants prendront conscience de tout ce qu'ils connaissent et qu'ils peuvent transmettre aux jeunes générations actuelles et futures. Ils seront invités à témoigner ultérieurement (à la Bibliothèque ou au Musée) sur un sujet qui leur est cher.



Samedi 19 mars • 14 h

Atelier sur la guitare électrique

Par Gabriel Messervier

La guitare électrique est bien implantée dans l'univers musical moderne, mais d'où vient-elle? Cet atelier présenté par Gabriel Messervier, enseignant à l'École Internationale de Musique de Montmagny, retracera l'historique de cet instrument populaire. Des démonstrations musicales vous feront également découvrir les multiples sonorités et les différentes composantes de cet instrument.



Programme d'animation de la bibliothèque municipale • Hiver 2016

Mercredi 2 mars • 10 h à 16 h

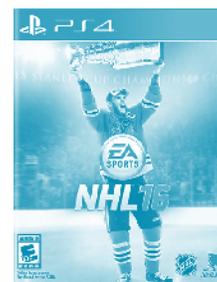
Journée de jeux vidéo

En collaboration avec la Maison des jeunes L'Incontournable et le Club Richelieu de Montmagny

Avis aux amateurs de compétitions sportives sur console, un tournoi *NHL16* se tiendra à la bibliothèque municipale! Peu importe votre niveau de jeu, participez et courez la chance de gagner de magnifiques prix. Réservez rapidement votre place en téléphonant au 418 248-4856, poste 2810.

Le tournoi est organisé par « pool » puis par élimination directe dans deux catégories :

- 7 à 12 ans, de 10 h à 12 h
- 13 ans et plus, de 14 h à 16 h



Jeudi 24 mars • 19 h

Présentation publique des résultats du chantier archéologique du berceau de Montmagny

Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire invite la population à la présentation des plus récentes découvertes faites par l'équipe d'archéologues menée par Caroline Mercier lors de la campagne de fouilles archéologiques réalisée en juillet dernier, sur le site de la maison Bélanger, dans le secteur de Pointe-à-Lacaille. Cette 6^e intervention dans le « berceau de Montmagny » s'est tenue pour une 3^e fois sur les terres du fief St-Luc, à environ un kilomètre à l'ouest du site de la première église. Les archéologues présenteront donc leurs différentes hypothèses sur les occupations de ce site grâce aux nombreux artefacts découverts.



Activités du Centre d'Entraide Familiale de la MRC de Montmagny

Cet organisme voué aux familles et aux individus de la MRC de Montmagny propose de nombreux services, programmes et activités qui visent à informer et à soutenir le développement des personnes à chacune des étapes de leur vie.

Les samedis • 10 h

23 janvier, 27 février et 19 mars

Espace-famille Montmagny

Activités parent-enfant

Avec votre enfant âgé entre 0 et 5 ans, Estelle Lemelin vous invite à participer à cette activité durant laquelle le bricolage, les jeux, les sciences, le théâtre, les marionnettes, l'éveil à la créativité, la psychomotricité et les découvertes seront à l'honneur. Chaque atelier de deux heures est unique et inclut une collation.

Pour information : estellelemelin@hotmail.com



Activités du Re-lait Montmagny-L'Islet

Les mercredis • 10 h

17 février et 16 mars

Les rencontres du Re-lait visent à échanger sur différents thèmes et situations entourant la périnatalité et l'allaitement en attendant bébé ou après son arrivée.

Ces rencontres, gratuites et ouvertes à tous (que bébé soit allaité ou non), proposent des ateliers et des conférences avec des professionnels du domaine de la périnatalité. Pour les mamans, ces rencontres sont un lieu idéal pour échanger sur leur quotidien avec bébé afin de trouver des réponses et de briser l'isolement. Pour les futures mamans, il s'agit d'une occasion en or de s'informer sur ce qui les attend. Inscription obligatoire à allaitement@lerelait.com.

Information : lerelait.com • 418 291-TÉTÉE (8383)
Facebook Le Re-lait Montmagny-L'Islet



Mercredis 13 janvier, 3 février et 2 mars • 13 h 30

Visites guidées de la bibliothèque

Pour mieux connaître le fonctionnement de la bibliothèque municipale, vous êtes invités à profiter de l'une des visites guidées organisées pour faire le tour du propriétaire. Visite des lieux, présentation des types de documents, des collections, des systèmes de classement et initiation aux outils de recherche sont au programme. C'est un rendez-vous!

La Bibliothèque lance le concours virtuel **TROUVE LE LUTIN!**

**BIBLIOTHÈQUE
DE MONTMAGNY**



Attiré par l'odeur des livres et des belles histoires, un lutin se serait introduit dans la bibliothèque de Montmagny et se cacherait quelque part... La population est donc invitée à participer au concours virtuel **Trouve le lutin!** pour aider l'équipe de la Bibliothèque à trouver ce petit coquin avant qu'il ne fasse trop de bêtises.

Le fonctionnement du concours est simple : il suffit d'aller au bibliothequedemontmagny.com, de choisir l'onglet « Visite virtuelle », d'explorer tous les secteurs de la bibliothèque et de cliquer sur le lutin une fois repéré. Par la suite, pour courir la chance de gagner le chèque-cadeau de 100 \$ échangeable à la Librairie Livres en tête de Montmagny, il faut remplir le coupon de participation directement en ligne ou se présenter en personne à la bibliothèque.

Il est à noter qu'un seul coupon de participation par personne sera accepté et que les participants ont jusqu'au 17 janvier 2016 pour mettre la main sur ce petit visiteur.

En initiant ce concours, la Bibliothèque visait non seulement à se plonger dans l'ambiance des Fêtes, mais surtout à promouvoir la visite virtuelle qui a été mise en ligne en début d'année. Car ultimement, elle espère que ces visiteurs virtuels deviendront des visiteurs réels de l'établissement.

Rappelons que durant la période des Fêtes, les heures d'ouverture de la Bibliothèque de Montmagny demeureront les mêmes, mais que l'établissement sera fermé le 31 décembre ainsi que les 1^{er} et 2 janvier 2016.



À compter du 17 janvier, selon le cours choisi, les filles (3 à 13 ans) et les garçons (3 à 10 ans) pourront s'adonner à la gymnastique récréative pendant 8 semaines.

Ils pourront ainsi :

- apprendre les mouvements de base aux engins de façon sécuritaire et amusante;
- développer leurs habiletés psychomotrices et sociales;
- suivre leur progression à l'aide d'un bulletin personnel;
- évoluer vers la structure compétitive (clientèle pour gymnastique artistique féminine);
- être encadrés par des entraîneurs certifiés du Programme national de certification des entraîneurs.

COURS OFFERTS À MONTMAGNY

	1 h / semaine Dimanche	2 h / semaine Dimanche ou jeudi après l'école	4 h / semaine Dimanche et jeudi après l'école
Réinscription*			
Résident	37,75 \$	60,25 \$	90,00 \$
Carte-loisirs	30,25 \$	48,25 \$	72,00 \$
Non-résident	41,50 \$	66,25 \$	99,00 \$
Nouvelle inscription**			
Résident	60,25 \$	82,75 \$	112,50 \$
Carte-loisirs	52,75 \$	70,75 \$	94,50 \$
Non-résident	64,00 \$	88,75 \$	121,50 \$

Inscription et lieu des cours :

À la palestine de gymnastique de l'école secondaire Louis-Jacques-Casault de Montmagny

- **Jeu-di 7 janvier, de 18 h 30 à 19 h 30**
- **Vendredi 8 janvier, de 19 h 30 à 20 h 30**

Les gymnastes inscrits à la session d'automne 2015 peuvent se réinscrire par courriel à info@magny-gym.com.



COURS OFFERTS À SAINT-JEAN-PORT-JOLI

	1 heure (4-7 ans)	2 heures (6-13 ans)	3 heures (clientèle sélectionnée)
Session : 9 semaines			
Réinscription*	46,75 \$	74,50 \$	104,00 \$
Nouvelle inscription**	69,25 \$	97,00 \$	126,50 \$

Lieu : École Saint-Jean de Saint-Jean-Port-Joli

Inscription du 5 au 10 janvier

Par courriel à info@magny-gym.com ou par téléphone au 418 248-2370, poste 4741.

* Gymnaste inscrit à l'automne 2015

** Gymnaste non inscrit à l'automne 2015. Les coûts comprennent 22,50 \$ d'affiliation à la Fédération québécoise de gymnastique. Ce montant est obligatoire et facturé une seule fois par année gymnique.

**Pour information : 418 248-2370 poste 4741
info@magny-gym.com • magny-gym.com**

Les Ateliers Magny-Danse



JAZZ 2 ans et plus

Éveil à la danse	Samedi 9 h
Danse créative	Samedi 11 h 30
Débutant 1	Samedi 9 h 45
Débutant 2	Vendredi 16 h 30
Débutant 3	Vendredi 18 h 15
Élémentaire 1	Samedi 9 h
Élémentaire 2	Samedi 11 h 15
Intermédiaire 1	Samedi 13 h 30
Intermédiaire 2	Mardi 17 h 30
Intermédiaire/avancé	Mercredi 16 h
Avancé	Mardi 17 h 15
Contemporain	Mercredi 16 h
Atelier 1*	Samedi 12 h 30
Atelier 2*	Mardi 18 h 45
Atelier 3*	Mardi 18 h 45

ZUMBA

Horaire à confirmer

* Tous les ateliers doivent être jumelés à un cours de jazz en plus d'un cours de ballet, de funky ou de contemporain.

** Ce cours doit être jumelé au cours de ballet avancé.

Remarques :

- Généralement, le nouveau participant débutera par un cours de Jazz pour ensuite se diriger vers d'autres styles de danse;
- Les cours débutent à partir du lundi 11 janvier (selon votre horaire);
- Le spectacle est prévu le 7 mai 2016;
- Les cours se donnent au 2^e étage de l'école secondaire Louis-Jacques-Casault (141, boul. Taché Est, Montmagny);
- Costume obligatoire vendu 10 \$ lors du 1^{er} cours.

TARIFICATION

Le tarif est établi en fonction du nombre de minutes de cours et peut varier selon le nombre de semaines offertes durant la session. Référez-vous au johannegaumond.com/magnydanse pour connaître les coûts.

Cours	Non-résident, intermunicipal et Montmagny	Carte-loisirs
45 minutes	85 \$	68 \$
60 minutes	100 \$	80 \$
75 minutes	110 \$	88 \$
90 minutes	120 \$	96 \$
Ateliers* (voir notes)	85 \$	68 \$
Ballet de pointes** (voir notes)	60 \$	48 \$

• Pour 2 inscriptions et plus durant cette session, une réduction de 15 \$ est applicable à un même participant non-résident, intermunicipal ou Montmagny. S'il a une carte-loisirs, la réduction est de 12 \$;

• Notez que cette réduction ne s'applique pas aux cours « Ateliers » et « Ballet de pointes » puisque leurs tarifs sont déjà réduits. En effet, l'élève ne peut s'inscrire à ces derniers que s'ils sont jumelés à des cours particuliers.

INSCRIPTION

Les 6, 7 et 8 janvier auprès du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de Montmagny (voir page 2 pour les détails)



FUNKY 5 ans et plus

Débutant	Vendredi 17 h 30
Élémentaire 1	Samedi 10 h 15
Élémentaire 2	Mercredi 17 h 30
Intermédiaire 1	Mardi 16 h 15
Intermédiaire 2	Mercredi 18 h 30
Avancé	Mercredi 19 h 30

BALADI

Débutant (13 ans et plus)	Lundi 18 h
Intermédiaire (15 ans et plus)	Lundi 19 h 15
Avancé (selon expérience)	Lundi 20 h 30
Danse folklorique égyptienne	
- Élémentaire (6-10 ans)	Lundi 16 h
- Intermédiaire (8-12 ans)	Lundi 17 h

BALLET 4 ans et plus

Initiation	Samedi 10 h 45
Élémentaire	Mardi 16 h 15
Intermédiaire	Mercredi 17 h 15
Avancé	Mercredi 18 h 30
Ballet de pointes**	Mercredi 19 h 50

École de natation



« Je nage » est un programme qui développe les compétences de base de façon amusante et centrée sur chaque individu tout en favorisant le développement de la passion pour la natation.

PHASE 1 À 3

Les trois premières phases du programme se concentrent sur l'enseignement de 54 principes de la natation et de 7 habiletés majeures : papillon, brasse, dos, libre, sécurité dans l'eau, entrées et virages. Les nageurs contrôlent ainsi des séries d'habiletés complètes, une étape à la fois.

PHASE 1 : Orientation dans l'eau

(équivalent à Junior 1-2 de la Croix-Rouge)

PHASE 2 : Développement des habiletés

(équivalent à Junior 3-5 de la Croix-Rouge)

PHASE 3 : Amélioration des habiletés

(équivalent à Junior 6-9 de la Croix-Rouge)

Durée : 21 semaines (du 11 janvier au 11 juin)

Préalable : Être capable de nager sans aide flottante au moins 10 m ou avoir complété le Junior 2 de la Croix-Rouge.

Remarques : • 25 \$ de frais d'affiliation à la Fédération de natation du Québec doit être ajouté au coût indiqué.

• Congé du 29 février au 5 mars – Semaine de relâche

5 À 8 ANS (45 MINUTES)

FRÉQUENCE	JOUR(S)	HEURE(S)
1 OU 2 fois / semaine	Lundi OU mercredi	18 h à 18 h 45
<i>Combinez vos périodes préférées</i>		OU 18 h 45 à 19 h 30
	Vendredi	18 h à 18 h 45
	Samedi	9 h à 9 h 45
COÛT		
1 fois / semaine : 150 \$ non-résident, intermunicipal, Montmagny 120 \$ carte-loisirs		
2 fois / semaine : 255 \$ non-résident, intermunicipal, Montmagny 204 \$ carte-loisirs		

8 À 11 ANS (60 MINUTES)

FRÉQUENCE	JOUR(S)	HEURE(S)
1 OU 2 fois / semaine	Lundi, mercredi	18 h 15 à 19 h 15
<i>Combinez vos périodes préférées</i>	OU vendredi	
	Samedi	9 h à 10 h
COÛT		
1 fois / semaine : 157 \$ non-résident, intermunicipal, Montmagny 126 \$ carte-loisirs		
2 fois / semaine : 270 \$ non-résident, intermunicipal, Montmagny 216 \$ carte-loisirs		

INFORMATION : Martin Boulet, entraîneur
418 248-3361, poste 2113 • natationmy@hotmail.com
natationmy.com

INSCRIPTION

Les 6, 7 et 8 janvier auprès du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de Montmagny (voir page 2 pour les détails)



Patinage artistique

Tu veux apprendre à patiner et tu aimes bouger?
 Joins-toi au Club de patinage artistique de Montmagny!



Demi-saison en 2016 : du 11 janvier au 9 avril

Patinage plus	Jour(s)	Fréquence	Non-résident	Intermunicipal et Montmagny	Carte-loisirs
3 ans et plus	Lundi et/ou jeudi 18 h 10 à 19 h	1 fois / semaine	187,50 \$	135 \$	108 \$
		2 fois / semaine	238,50 \$	173,50 \$	138,80 \$

REMARQUES

- Le spectacle annuel aura lieu le samedi 9 avril 2016
- **Le port du casque de hockey homologué est obligatoire**
- Le port du jean est interdit
- Le coût d'inscription comprend un montant de 35 \$ couvrant les frais d'assurance auprès de Patinage Canada (ce montant est non remboursable)

INFORMATION : cpamontmagny.com • info@cpamontmagny.com

INSCRIPTION

Les 6, 7 et 8 janvier auprès
 du Service des loisirs, de la culture et
 de la vie communautaire de Montmagny
 (voir page 2 pour les détails)



CENTRE CULTUREL ET RÉCRÉATIF DE MONTMAGNY

Envie de bouger en famille ou entre amis?

C'est possible en réservant le Centre culturel et récréatif de Montmagny (CCRM) situé à l'école secondaire Louis-Jacques-Casault!



HEURES D'OUVERTURE

De 18 h à 22 h en semaine / Horaire variable la fin de semaine

SPORTS PRATIQUÉS

Badminton • Volleyball • Hockey cosom • Tennis • Ping-pong

COÛT DE LOCATION

Le coût de location varie selon le sport pratiqué et l'espace réservé. Informez-vous auprès du responsable.



FÊTE D'ENFANTS

Pour célébrer l'anniversaire de votre enfant, profitez des installations du CCRM à prix abordable :
 Gymnase : 33 \$ / heure • Tanière (petite salle) : 22 \$ / heure

Réservation au 418 248-2370, poste 4738

CLUB DE KARATÉ YOSEIKAN

Petits et grands, venez faire de l'activité physique en pratiquant les arts martiaux!



Animateurs :

- Sylvie Gendron, instructrice en chef (3^e dan karaté et 2^e dan jiu-jitsu)
- Simon Gaudet, instructeur adjoint (1^{er} dan karaté)

Lieu : Salle Pierre-Côté, école Beaubien de Montmagny

Durée : 15 semaines, du 12 janvier au 28 avril

Remarque : Congé les 1^{er} et 3 mars – Semaine de relâche

KARATÉ (s'il le désire, le parent peut s'inscrire avec son enfant)

Groupe	Horaire	Non-résident, intermunicipal et Montmagny	Carte-loisirs
6 à 12 ans	Mardi et/ou jeudi 18 h 30 à 19 h 30	1 fois / semaine : 90 \$ 2 fois / semaine : 180 \$	72 \$ 144 \$
13 ans et plus	Mardi 19 h 30 à 21 h	120 \$	96 \$

JIU-JITSU (auto-défense)

Groupe	Horaire	Non-résident, intermunicipal et Montmagny	Carte-loisirs
16 ans et plus	Jeudi 19 h 30 à 21 h	120 \$	96 \$

INSCRIPTION

Les 6, 7 et 8 janvier auprès du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de Montmagny (voir page 2 pour les détails)



Pour information : Sylvie Gendron au 418 884-3708



Corps de cadets 2591 Optimiste de Montmagny

Activité gratuite

pour les filles et les garçons de 12 à 18 ans

Les cadets de l'armée organisent des activités principalement axées sur la survie en forêt, la citoyenneté et sur la bonne forme physique, mais proposent aussi des activités complémentaires durant les soirées d'instruction. Le mouvement des cadets est civil.

Activités proposées

- Exercice aventureux en forêt
- Topographie
- Musique
- Sports
- Tir de précision
- Possibilité de participer gratuitement à des camps d'été

Pour participer

Présentez-vous les vendredis à 18 h 30

Où : Manège Militaire de Montmagny
194, avenue de la Gare

Quand : Jusqu'à la mi-mai

Information

Capitaine Julie Béland

418 246-3821 • 2591 armee@cadets.gc.ca



ADO-BOUFFE

Le Centre communautaire Normandie propose aux jeunes de 8 à 14 ans de s'initier à la cuisine en préparant collectivement des plats qu'ils pourront rapporter à la maison.

Lieu : 599, chemin St-Léon à Montmagny

Durée : 11 semaines • du 23 janvier au 2 avril
Samedi de 9 h à 11 h 30

Coût : 70 \$ non-résident, intermunicipal et Montmagny
56 \$ carte-loisirs

REMARQUES

- Un filet pour les cheveux, un tablier et un contenant hermétique sont requis dès le premier cours
- Congé le 5 mars – Semaine de relâche
- La direction se réserve le droit d'apporter des changements à l'horaire sans préavis

INSCRIPTION

Les 6, 7 et 8 janvier auprès du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de Montmagny (voir page 2 pour les détails)



Pour information : Nathalie Samson au 418 248-3158

École Internationale de Musique

Envie de jouer d'un instrument, de faire de la musique de groupe ou de chanter dans un ensemble vocal? Inscrivez-vous et profitez de l'expertise d'une équipe d'enseignants dynamiques et qualifiés!

Disciplines proposées

- Accordéon chromatique (français)
- Accordéon diatonique (québécois et celtique)
- Batterie et djembé (tambour africain)
- Chant populaire et jazz
- Clarinette
- Ensemble vocal (féminin et masculin)
- Éveil musical (3 à 6 ans)
- Flûte traversière et à bec
- Guitare classique, électrique et d'accompagnement
- Guitare basse
- Musique d'ensemble
- Orgue classique
- Percussions latines (cours de groupe)
- Piano classique, populaire et jazz
- Saxophone
- Solfège et théorie musicale
- Violon classique et traditionnel (québécois et celtique)
- Violoncelle

Inscription

Du 11 au 16 janvier auprès de Claudine Landry au 418 248-1391 ou au 10, rue St-Jean-Baptiste Est, Montmagny.

La session de 17 semaines débute le 18 janvier.

Information : accordeonmontmagny.com/eim

Offrez la musique en cadeau...
des chèques-cadeaux sont disponibles



56^e édition
Tournoi provincial Opti Pee-Wee de Montmagny



Du 19 au 31 janvier 2016, venez encourager la relève du hockey à l'aréna de Montmagny lors du tournoi provincial Opti Pee-Wee!

Voyez en action nos équipes locales...

- classes A et C, du 19 au 24 janvier 2016
- classe B, du 28 au 31 janvier 2016

Prix :

- 13 ans et plus : 5 \$
- 12 ans et moins : 3 \$
- Laissez-passer pour une fin de semaine : 13 \$
- Détenteurs de la carte-loisirs : gratuit

N'oubliez pas le déjeuner-bénéfice le 17 janvier 2016, de 8 h 30 à 12 h, à la cafétéria de l'école secondaire Louis-Jacques-Casault.

Détails au peewemontmagny.com ou sur Facebook

Association magnymontoise des pêcheurs à la mouche



Promouvoir la pêche à la mouche dans la région, voilà ce que fait l'Association magnymontoise des pêcheurs à la mouche depuis plus de 20 ans en organisant des soirées de montage en groupe et des sorties extérieures.

Envie de vous joindre au regroupement?

Présentez-vous les jeudis à 19 h 30
Quand : du 14 janvier au 7 avril 2016
Où : Ancienne gare de Montmagny
 4, rue de la Station
Coût : 30 \$ / année

Bienvenue aux débutants comme aux pêcheurs aguerris!



Information :
 François Boucher au 418 248-2498
 Henri Morneau au 418 248-8069

 **SHEM**
 Société d'Horticulture et d'Écologie de Montmagny inc.

Conférences horticoles

Voici les conférences horticoles que vous propose la Société d'Horticulture et d'Écologie de Montmagny (SHEM) ce printemps. Pour y assister, rendez-vous à la salle Jean-Pierre Després de l'école secondaire Louis-Jacques-Casault de Montmagny à 19 h.

9 février	« Les arbres savent aussi fleurir » avec Suzanne Hardy
8 mars	« Les toits verts » avec Anne-Marie Boivin
12 avril	« Culture en contenants » avec Isabelle Caron
10 mai	« Heuchères, heucherelles et tiarelles » avec Rock Giguère

Coût

- 5 \$ / non-membre • Gratuit / membre*
- Prix de présence offerts

* Être membre de la SHEM permet d'assister gratuitement aux 8 conférences présentées annuellement et d'obtenir un rabais de 10 % dans certains centres-jardins de la région.

Information : Madeleine Gagnon (418 247-5368) ou Pauline Mercier (418 248-2281)

Parc Récréatif

En cas de mauvais temps, téléphonez avant de vous déplacer pour vérifier si l'établissement est ouvert. Le chalet sera fermé le 31 décembre, de 18 h à 22 h, et le 1^{er} janvier toute la journée.

Jusqu'au 4 janvier

PATINAGE LIBRE	HOCKEY LIBRE
TOUS LES JOURS	
9 h à 10 h	10 h à 13 h
13 h à 14 h 30	14 h 30 à 18 h
18 h à 19 h 30	19 h 30 à 22 h

Du 5 au 8 janvier

PATINAGE LIBRE	HOCKEY LIBRE
DU MARDI AU VENDREDI	
13 h à 14 h 30	14 h 30 à 18 h
	19 h 30 à 22 h

Dès le 9 janvier

PATINAGE LIBRE	HOCKEY LIBRE
SAMEDI ET DIMANCHE	
9 h à 10 h	10 h à 13 h
13 h à 14 h 30	14 h 30 à 18 h
18 h à 19 h 30	19 h 30 à 22 h
DU LUNDI AU VENDREDI	
18 h à 19 h 30	16 h à 18 h
	19 h 30 à 22 h

Cet horaire est sujet à changements sans préavis.

11, avenue de la Fabrique
ville.montmagny.qc.ca/horaires • 418 248-8194

Accès-Loisirs Montmagny-Nord

- Vous désirez participer à des activités de loisir?
- Vous avez un faible revenu?
- Ce programme s'adresse aux personnes de 0 à 99 ans;
- Il permet de participer gratuitement à des activités culturelles et sportives



Notez que la disponibilité des activités offertes dépend des places vacantes ou réservées par les organismes de loisirs partenaires.

Prochaine inscription : Jeudi 7 janvier, de 16 h à 20 h
Vendredi 8 janvier, de 10 h à 14 h

Point de service : 65, avenue de la Gare
Montmagny

Aréna de Montmagny

En cas de mauvais temps, téléphonez au 418 248-5995 avant de vous déplacer pour vérifier si l'établissement est ouvert.

L'aréna sera fermé les 31 décembre et 1^{er} janvier.

PATINAGE LIBRE

Samedi et dimanche 18 h 30 à 19 h 50
Mardi et jeudi 13 h à 14 h 20

Coût : 2 \$ par personne ou gratuit avec la carte-loisirs

HOCKEY LIBRE

Lundi et vendredi 13 h à 14 h 20

Coût : 5 \$ par joueur

Cet horaire est sujet à changements sans préavis.
Horaire complet dans le *Journal municipal* mensuel
ou sur le site Internet de la Ville

21, avenue Ste-Brigitte Nord
ville.montmagny.qc.ca/horaires
418 248-5995 ou 418 248-6022

Bibliothèque municipale

En cas de mauvais temps, téléphonez avant de vous déplacer pour vérifier si l'établissement est ouvert ou consultez la page Facebook Bibliothèque de Montmagny.

La bibliothèque sera fermée les 31 décembre, 1^{er} et 2 janvier.

Lundi	Fermé	Vendredi	13 h à 17 h
Mardi	13 h à 20 h	Samedi	10 h à 16 h
Mercredi	10 h à 17 h	Dimanche	10 h à 16 h
Jeudi	13 h à 20 h		

138, rue St-Jean-Baptiste Est
bibliothequedemontmagny.com • 418 248-4856

Horaire du parc Récréatif en page 27

Piscine municipale Guylaine-Cloutier

En cas de mauvais temps téléphonez au 418 248-3361, poste 2113 avant de vous déplacer pour vérifier si l'établissement est ouvert.

Horaire des Fêtes / Jusqu'au 3 janvier
La piscine sera fermée les 31 décembre et 1^{er} janvier.

BAINS LIBRES POUR TOUS

Du lundi au vendredi 13 h 30 à 15 h
Samedi et dimanche 13 h 30 à 15 h avec structure gonflable
18 h à 19 h 2 couloirs pour les nageurs

BAINS POUR NAGEURS SEULEMENT

Lundi, mercredi et vendredi 18 h 30 à 20 h
Mardi et jeudi 7 h à 8 h*
Samedi et dimanche 19 h à 20 h

Dès le 4 janvier

BAINS LIBRES POUR TOUS

Lundi et mercredi 12 h à 13 h* 2 couloirs pour les nageurs
19 h 30 à 20 h 15
Samedi et dimanche 12 h 30 à 14 h
16 h 30 à 18 h 2 couloirs pour les nageurs

BAINS POUR NAGEURS SEULEMENT

Lundi et mercredi 20 h 15 à 21 h
Mardi et jeudi 12 h à 13 h*

Coût : 2,00 \$ enfant de 1 à 17 ans ou étudiant (carte obligatoire)
2,00 \$ membre de l'âge d'or (carte obligatoire)
3,50 \$ adulte
Gratuit avec la carte-loisirs

* Coût des bains du midi et du matin
1,50 \$ étudiant (carte obligatoire)
2,50 \$ adulte
Gratuit avec la carte-loisirs

Remarques : • Les participants doivent avoir quitté les vestiaires 15 minutes après le bain;
• Le casque de bain et la douche savonneuse sont obligatoires;
• Les bottes, souliers et sandales d'extérieur ne sont pas tolérés dans les vestiaires;
• Horaire sujet à changements sans préavis.

151, boulevard Taché Est
ville.montmagny.qc.ca/horaires • 418 248-6022

Renseignements : Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire de Montmagny
143, rue St-Jean-Baptiste Est, Montmagny (Québec) G5V 1K4
Tél. : 418 248-6022 Téléc. : 418 248-8468
Courriel : loisirs@ville.montmagny.qc.ca

Coordination : Émilie Laurendeau
Téléphone : 418 248-2346 Télécopieur : 418 248-2236
Courriel : emilie.laurendeau@ville.montmagny.qc.ca

Crédits photos : Ville de Montmagny, Richard Corbin,
Beaulieu Lavoie Photographes

Graphisme : Julie Payeur

Impression : Marquis Imprimeur

Tirage : 16 306 copies

Date de sortie : 30 décembre 2015

Dépôt légal : Bibliothèque nationale
du Canada, 2004
ISSN 1710-7636

