# Le Courant

PRINTEMPS 2021

VOLUME 27

NUMÉRO 2



## FESTIVALS 2021

En 2021, les festivals se réinventent!

Suivez-nous sur Facebook et dans la prochaine revue municipale pour plus de détails.

# **NOUVEAUTÉ**

Nous vous dévoilerons dans les prochaines semaines notre programmation jeunesse.

Bouge dans les parcs!

Des activités pour les jeunes de 8 à 14 ans adaptés et novateurs : jeux, ateliers, tournois, et bien plus encore, auront lieu tous les samedis matin dans les parcs de la municipalité.

Suivez-nous sur Facebook pour ne rien manquer.







## **VOICI UN BREF APERÇU DES ACTIVITÉS PRÉVUES AU PRINTEMPS**

Pour plus de détails, suivez-nous sur Facebook.



#### **AVRIL**

## Chasse de Pâques

Qu'est-ce que Jeannot Lapin a bien pu cacher? Des œufs!

> Mais où les a-t-il cachés? Les indices seront disponibles à la fin du mois de mars.



## Défi Santé 2 au 12 avril

Programmation à venir



Corvée de nettoyage dans les parcs.

#### MAI

# Journée de l'activité

Date et programmation à venir

# Rallye vélo

Des indices, des énigmes, un parcours à suivre. Saurez-vous les trouver? Tous les détails au début du mois de mai.

#### Semaine de la famille 10 au 16 mai

#### Inscriptions pour l'arbre des naissances

Tous les parents de Saint-Zotique dont l'enfant est né entre les 1er janvier et 31 décembre 2020 sont invités, du 10 au 16 mai, à communiquer avec le Service des loisirs par courriel à loisirs@st-zotique.com afin d'y faire inscrire le nom de leur enfant sur la plaque commémorative. Les informations suivantes doivent être incluses dans le courriel :

- Nom complet de l'enfant;
- Date de naissance;
- Nom du parent;
- Adresse.

La plaque commémorative sera installée devant l'arbre des naissances 2020. L'arbre sera planté en leur honneur au courant de l'été. Les familles recevront une invitation par courriel afin d'assister à sa plantation.

L'arbre des naissances 2019 sera également planté lors de cette journée.

#### JUIN

# es Voisins



La fête des Voisins est une initiative du Carrefour Action Municipale et Famille et vise à rapprocher les gens qui habitent un même voisinage afin de leur permettre de développer la cordialité et la solidarité dans leur milieu de vie. Elle est organisée par les citoyens eux-mêmes.

#### Les citoyens sont les véritables acteurs du succès de la fête.

En vous inscrivant sur le site de Carrefour municipal, vous aurez la chance d'avoir accès gratuitement à une panoplie d'outils promotionnels téléchargeables, tels que le carton d'invitation, l'affiche et plusieurs visuels pour vos réseaux sociaux.

Pour plus de détails, consultez le site Web : http://carrefourmunicipal.gc.ca



La Grande Tournée « SKATE POUR TOUS » s'arrête à Saint-Zotique le 12 juin prochain. L'équipe de Comeback Skateboard proposera une journée familiale où les grands apprennent des petits et vice-versa, le tout dans un contexte sanitaire sécurisé.

Mathieu Cyr, humoriste et animateur de la populaire émission « skate le monde » et Ashley-Jade Lussier, entrepreneure et skateure investie, seront présents avec deux professeurs de skateboard afin d'initier le plus de gens possible au skateboard, par le biais de cours dans un esprit festif de communauté. Cette journée aura pour but d'unir les gens autour de ce sport le temps d'une journée. Cours, animation, musique, prix de présence et gros fun seront au rendez-vous!

Plus de détails seront disponibles sur notre page Facebook Go St-Zo dans les prochaines semaines.



#### À LA PLAGE DE SAINT-ZOTIQUE 6 À 12 ANS



Le camp de jour, c'est une programmation variée à caractère éducatif et récréatif qui favorise la vie de groupe et qui permet aux jeunes de Saint-Zotique de se divertir durant la saison estivale sur un site enchanteur dans un encadrement souple et sécuritaire. Les jeunes participent à différents jeux, ateliers, excursions ainsi qu'à différentes activités spéciales.

#### Pour s'inscrire au camp de jour :

- Âge minimum : avoir fait sa maternelle et débuter sa première année au mois de septembre 2021;
- Âge maximum : avoir été inscrit en 6<sup>e</sup> année en septembre 2020.

#### Horaire du camp de jour : Lundi au vendredi, 9 h à 15 h

(Un enfant qui sera sur le site de la plage avant 8 h 50 ou après 15 h 10 sera pris en charge par le service de garde et des frais supplémentaires seront exigés.)

Endroit	Plage de Saint-Zotique		
Durée	8 semaines, 28 juin au 20 août		
Coûts	L'inscription au camp de jour est à la semaine, voici les tarifs :		
	1er enfant : 68,25 \$		
	2° enfant : 61,50 \$		
	3° enfant : 54,60 \$		

Rabais de 10 % si l'enfant est inscrit à 8 semaines de camp de jour régulier.

Le rabais ne s'applique pas sur le service de garde, la semaine supplémentaire et les camps de jour spécialisés.

Les frais d'inscription peuvent être payés en trois versements, s'ils sont supérieurs à 125 \$. Les dates de paiement sont : à l'inscription, 21 mai et 18 juin. Pour l'inscription en ligne : les trois paiements seront pris sur votre carte de crédit selon les dates de paiement.

Pour l'inscription en personne, le premier paiement doit être fait à l'inscription et des chèques postdatés devront obligatoirement être déposés pour les deux autres paiements.

#### Pour les non-résidents

Des frais supplémentaires de 30 \$ par semaine par enfant sont exigés. De plus, les inscriptions seront possibles à compter du 15 mai.



#### **INSCRIPTIONS CAMP DE JOUR**

#### 5 au 30 avril

Pour inscrire votre enfant au camp de jour, plusieurs options s'offrent à vous :

- 1 Utiliser le service en ligne;
- 2 En personne à nos bureaux;
- 3 En retournant le formulaire par la poste avant le 30 avril.

Prenez note qu'à compter du 1<sup>er</sup> mai, l'inscription de votre enfant sera conditionnelle aux nombres de places disponibles dans son groupe d'âge.

Des frais additionnels s'ajouteront pour les inscriptions reçues après les :

- 30 avril, frais de 10 \$/enfant/semaine;
- 30 mai, frais de 20 \$/enfant/semaine.

#### **SERVICE DE GARDE**

Le service de garde est offert à la plage avant et après les activités du camp de jour, soit de 6 h 30 à 9 h et de 15 h à 18 h.

Le service de garde est payable à l'inscription. Des prix à la semaine et à la période sont offerts afin de répondre à vos besoins. Il y aura également un service d'urgence qui sera payable la journée même.

Voici les tarifs offerts		
Bloc matin (6 h 30 à 9 h)	15 \$	
Bloc après-midi (15 h à 18 h)	15 \$	
Les deux blocs	25 \$	
Urgence : 5 \$/bloc – payable immédiatement		

#### SEMAINE DE CAMP DE JOUR SUPPLÉMENTAIRE

Nous offrons, moyennant des frais, quatre jours de camp supplémentaires pour les enfants. Cette semaine aura lieu du 23 au 26 août (4 jours). Les animateurs seront sur place pour animer les jeunes selon les heures habituelles, soit de 6 h 30 à 18 h. La semaine supplémentaire inclut les activités et le service de garde.

Coûts	80 \$ pour un enfant	
	120 \$ pour deux enfants de la même famille	
	150 \$ pour trois enfants et plus d'une même famille	

Payable à l'inscription.

Pour offrir ce service, il faut un minimum de 25 inscriptions et notez que les places sont limitées.

#### **VÉLO-BUS - MAINTENANT DEUX DÉPARTS**

Le vélo-bus c'est un moyen de transport pour les jeunes de la  $3^{\rm e}$  à la  $6^{\rm e}$  année du camp de jour. Les animateurs attendent les enfants afin de faire le trajet à vélo jusqu'à la plage. L'activité a lieu beau temps, mauvais temps.

#### Il y a maintenant deux endroits de départs :

- Parc du Boisé départ à 8 h
- Stationnement de l'hôtel de ville départ à 8 h 15

Le vélo-bus quitte la plage à 15 h 15 pour revenir à l'hôtel de ville et ensuite au parc du Boisé. Si vous le désirez, l'enfant peut également demeurer au service de garde à la fin de la journée.



#### ANNULATION, REMBOURSEMENT ET TRANSFERT

#### S'il y a annulation de la part du participant :

- Avant le 5 juin, des frais de 20 % seront retenus;
- Aucun remboursement après le 6 juin sauf pour des raisons médicales, dans de tels cas, des frais de 20 % plus le prorata du service rendu seront retenus.

#### Transfert de semaine

Des frais de 10 \$ par semaine par enfant s'appliqueront.

#### INFORMATION IMPORTANTE

- Un chèque sans provision entraînera un paiement en espèce et une pénalité de 42,50 \$;
- Pour ne pas nuire à l'ensemble du groupe, la Municipalité se réserve le droit d'expulser tout enfant qui présente un problème de comportement.

#### **CAMPS SPÉCIALISÉS**

#### CAMP PASSION NATURE | 5 - 10 ans

Le camp Passion Nature a pour but de faire découvrir la nature aux jeunes. La découverte des différents écosystèmes t'intéresse? Tu aimerais découvrir des insectes, animaux et poissons? En apprendre davantage sur les arbres, les plantes et la forêt? Si tu es passionné de nature et que tu veux passer une semaine complète en plein air, alors le camp Passion Nature est là pour toi!

**Dates:** 12 au 16 juillet **Horaire:** 9 h à 15 h

Endroit : Plage de Saint-Zotique
Coûts : Résident : 125 \$
Non-résident : 150 \$

**Information:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4



#### **JEUNE SAUVETEUR | 8 – 12 ANS**

Programme d'initiation au sauvetage. Devenir jeune sauveteur te permettra d'améliorer tes techniques de nage et d'acquérir les compétences de base nécessaires en sauvetage.

**Dates :** 9 au 13 août **Horaire :** 9 h à 12 h

Endroit : Plage de Saint-Zotique Coûts : Résident : 80 \$

Non-résident : 85 \$

**Information:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

#### **CAMP MULTISPORTS**

En offrant un camp sport Parascoplus, nous souhaitons le développement de l'esprit sportif, d'un sain esprit sportif de compétition et de la confiance en soi chez les jeunes.

Par la pratique de sports individuels, de sports d'équipe et de jeux coopératifs, notre équipe d'animation leur donnera le goût de bouger tout en favorisant le développement de nouvelles amitiés. C'est du plaisir assuré dans un encadrement structuré avec des animateurs d'expérience.

#### Dates (3 semaines offertes):

- 28 juin au 2 juillet
- 5 au 9 juillet
- 12 au 16 juillet

**Horaire:** 9 h à 15 h

**Endroit :** École des Orioles, 20, avenue des Maîtres à Saint-Zotique

Un service de garde est offert par Parascoplus, de 7 h à 9 h et de 15 h à 17 h 30. Les coûts sont de

12 \$/jour ou 60 \$/semaine, payable àl'inscription. Prenez note que les coûts reliés au service de garde doivent être payés au Service des loisirs avant l'utilisation du service.

Coûts: Résident : 140 \$/semaine



#### CAMP AQUATIQUE | 8 - 12 ans

Initiation à la natation, à la sécurité aquatique, au sauvetage sportif et nautique, à la planche à pagaie et bien plus encore.

#### Dates (2 semaines offertes):

- 5 au 9 juillet
- 19 au 23 juillet

**Horaire :** 9 h à 15 h

**Endroit :** Plage de Saint-Zotique **Coûts :** Résident : 125 \$

Non-résident : 150 \$

**Information:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4



# Activités ala plage

#### MARDIS ADOS | 10 - 15 ANS

Tu as entre 10 et 15 ans, tu débordes d'énergie et tu ne veux pas passer l'été dans ton salon? Les Mardis Ados sont pour toi! Tu auras la chance de vivre et t'initier à une panoplie d'activités plus intenses les unes que les autres. Parcours Eau Défi, Sup Polo, Beach Volley, planche à pagaie, sauvetage sportif et, bien plus encore. Alors, joins-toi à une super gang!

**Dates:** Mardis, du 29 juin au 10 août (7 semaines)

**Heures:** 13 h à 16 h **Coût:** 120 \$

**Inscriptions**: Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

#### **NATATION**

#### Cours de natation privés

Savoir nager n'est pas un privilège, c'est essentiel! La Plage de Saint-Zotique vous offre différentes options pour apprendre à nager ou pour améliorer votre technique. Les cours sont offerts par des moniteurs certifiés.

	Prix par enfant		
Séance	1 enfant	2 enfants	3 enfants
30 minutes	20 \$	15 \$	15 \$
60 minutes	30 \$	25 \$	20 \$
	Prix adulte		
60 minutes	30 \$		

#### Natation en eau libre | Adultes

Tu souhaites t'entraîner pour un triathlon ou tout simplement par passion de la natation? Nos entraînements en eau libre sont encadrés par des entraîneurs certifiés et expérimentés qui vous initieront à toutes les techniques de la nage en eau libre (respiration, crawl tête haute, économie d'énergie, etc.). Embarquez dans la vague avec nous!

**Dates:** Samedis matins, à compter du 27 juin

Horaire: 8 h à 9 h 30
Coût: 5 \$/fois
Inscriptions: Non requises

#### ATELIER DU CLUB DES 4-H LES PETITS EXPLORATEURS | 5 – 8 ANS

Le monde extérieur a tout le nécessaire pour permettre aux enfants de se dépasser en leur offrant la possibilité d'en apprendre sur les différents écosystèmes qui nous entourent. Si votre enfant aimerait découvrir des insectes, des animaux et des poissons, jouer en plein air ou utiliser les éléments de la nature pour créer de belles choses, les ateliers des petits explorateurs sont pour lui.

**Dates:** Mercredis, du 30 juin au 11 août (7 semaines)

**Heures:** 13 h à 16 h **Coût:** 120 \$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

# FORMATION EN SAUVETAGE

# 0

#### Jeune sauveteur | 8 ans et plus

Programme d'initiation au sauvetage. Devenir jeune sauveteur te permettra d'améliorer tes techniques de nage et d'acquérir les compétences de base nécessaires en sauvetage.

 Dates:
 9 au 13 août

 Heures:
 9 h à 12 h

 Coûts:
 Résident: 80 \$

 Non-résident: 85 \$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

# Disponible sur demande • Étoile de Bronze • Médaille de Bronze • Croix de Bronze • Sauveteur national plage



**SESSION DU 5 JUILLET AU 21 AOÛT (7 SEMAINES)** 

En raison de la COVID-19, plusieurs des activités présentées peuvent être annulées ou modifiées sans préavis.



#### **SUP FITNESS**

Mise en forme générale offerte sur une planche à pagaie. Renforcement des stabilisateurs et de la musculature.

**Clientèle :** Pour tous (12 à 15 ans accompagné d'un adulte)

**Coût:** 80 \$/1 fois semaine

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

Horaire	Professeur	
Mardi, 18 h 30 à 19 h 30	Karyn Trudeau	
Jeudi, 10 h à 11 h	Kim Wiwcharyk	
Samedi, 9 h à 10 h	À venir	

#### **CARDIO-PLAGE 50 ANS ET PLUS**

Découvrez le parcours de la plage, un plateau d'exercices où vous pourrez maintenir la forme tout en vous amusant! Les exercices sont adaptés pour la clientèle. Cardio et renforcement musculaire.

Clientèle: Pour tous

Professeure: Kim Wiwcharyk

Horaire: Mercredis, 9 h à 10 h

**Coût:** 70 \$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

#### **CARDIO-PLAGE**

Découvrez le parcours de la plage. Un plateau d'exercices où vous pourrez dépasser vos limites tout en vous amusant! Cardio et renforcement musculaire.

**Clientèle :** Pour tous (12 à 15 ans accompagné d'un adulte)

**Professeure:** Kim Wiwcharyk

**Horaire:** Mercredis, 18 h 30 à 19 h 30

**Coût:** 70 \$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

Suite au

verso

#### **SUP PILATES**

Enchaînement d'exercices axé sur le renforcement musculaire de la ceinture abdominale et des dorsaux sur une planche à pagaie.

Clientèle: Pour tous (12 à 15 ans accompagné d'un adulte)

Professeure: Mélanie Boisvert-Bédard Horaire: Mardis. 10 h à 11 h

Coût: 80\$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

#### **PILATES**

Enchaînement d'exercices axé sur le renforcement musculaire de la ceinture abdominale et des dorsaux.

Clientèle: Pour tous (12 à 15 ans accompagné d'un adulte)

Professeure: Mélanie Boisvert-Bédard Jeudis, 19 h à 20 h Horaire:

70\$ Coût:

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4



#### **ZUMBA À LA PLAGE**

Venez bouger sur des rythmes endiablés, les pieds dans le sable chaud de la plage.

Clientèle : Pour tous (12 à 15 ans accompagné

d'un adulte)

**Professeure:** Josée Arseneault

Horaire : Mardis, 18 h 30 à 19 h 30

Coût: 70 \$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4



#### YOGA PLAGE

Venez pratiquer le voga dans un espace naturel et enchanteur. Bien-être et plaisir garantis!

Clientèle : Pour tous (12 à 15 ans accompagné

d'un adulte)

Professeure: Mélissa Laroche

Horaire: Vendredis, 8 h 45 à 9 h 45

Coût: 70 \$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4



#### **SUP YOGA**

Cours intégrant les postures de yoga sur une planche à pagaie. Équilibre, concentration, renforcement musculaire et bien-être.

Clientèle : Pour tous (12 à 15 ans accompagné

d'un adulte)

Professeure: Mélissa Laroche

Vendredis, 10 h 15 à 11 h 15 Horaire:

Coût: 80\$

**Inscriptions:** Service des loisirs, 450 267-9335, poste 4

### **LE LOISIR POUR TOUS** LA RUBRIQUE POUR LES AINÉS

Saviez-vous que le Service de loisirs vous prépare une panoplie d'activités pour la saison estivale?

#### Ping-pong

Des tables de ping-pong seront installées au parc Quatre-Saisons, au parc Rollin, ainsi qu'à la plage. Nous vous invitons à surveiller le Facebook de la Municipalité pour connaître tous les détails de cette nouvelle activité.

#### Cours de mise en forme

Des cours de mise en forme seront offerts pour les personnes de 55 ans et plus. Ces cours seront adaptés pour répondre aux besoins de la clientèle et l'accent sera mis sur le plaisir et la mise en forme plutôt que sur la performance.

#### **Pickleball**

La Municipalité de Saint-Zotique a la chance de posséder une ligue de pickleball sur son territoire. Mais qu'est-ce que le pickleball?

Il s'agit d'un mélange de plusieurs sports dont :

- Le tennis, par ses mouvements;
- Le badminton, pour les dimensions du terrain;
- Le tennis de table, pour la raquette à surface rigide;
- Le racquetball, pour la dimension de la raquette.

Il se joue en double et en simple sur une surface dure. Le but du jeu est d'envoyer la balle dans l'aire de jeu de l'adversaire sans que ce dernier puisse la retourner, de manière à compter le plus de points possible. Le filet est fixé à une hauteur de 34 pouces au centre et de 36 pouces aux lignes extérieures, soit deux pouces plus bas qu'au tennis. Les règlements font en sorte de favoriser les échanges et ressemblent beaucoup à ceux du tennis. La balle est faite de plastique troué, ressemblant à celle utilisée pour le hockey cosom.

Le pickleball comporte de nombreux avantages. Il est beaucoup plus facile d'y jouer et est surtout moins exigeant pour les muscles et les articulations.

Si vous souhaitez vous initier, veuillez communiquer avec le Service des loisirs pour obtenir plus de renseignements : 450 267-9335, poste 4.









