

# GUIDE LOISIRS



Printemps - Été 2024



DE L'OUEST DE PORTNEUF

- SAINT-GILBERT : PAGE 1
- SAINT-THURIBE : PAGE 1
- SAINT-ALBAN : PAGES 2 à 6
- DESCHAMBAULT-GRONDINES : PAGES 6 à 9
- SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES : PAGES 9 à 12
- SAINT-CASIMIR : PAGES 12 à 14
- SAINT-UBALDE : PAGES 14 à 19



# Municipalité de Saint-Gilbert

110, rue Principale, Saint-Gilbert (Québec) G0A 3T0  
Téléphone : 418 268-8194 • Télécopieur : 418 268-6466  
Courriel : [info@saint-gilbert.ca](mailto:info@saint-gilbert.ca) Site internet : [www.saint-gilbert.ca](http://www.saint-gilbert.ca)  
Page Facebook : municipalité de Saint-Gilbert  
Horaire bureau administratif : mardi, mercredi et jeudi de 10h à 12h et 13h à 15h

## ÉVÉNEMENTS

- **Dimanche le 26 mai : Marché aux puces et foire artisanale sous le préau**

Réservez votre table gratuitement et venez vous amuser avec nous lors de cette journée! Pour informations et réservations, communiquez avec Julie au 418 284-3355

Musique, animation, service de bar, jeux gonflables, maquillages, hot-dog etc.

\*\*\*Réservation de table avant le 22 mai obligatoire pour faciliter l'installation des lieux en plein air sous notre préau. Les tables sont fournies.\*\*\*

- **12-13-14 juillet : Festival de la pétanque**

**Vendredi le 12 juillet :** Souper retrouvailles sous le préau. Pour informations et réservations de billets pour le souper, communiquez avec Claire au 418 284-9956

**Pour inscrire votre équipe :** suivez la page Facebook du festival ou confirmez votre équipe par courriel à [festivalpetanque.stgilbert@gmail.com](mailto:festivalpetanque.stgilbert@gmail.com) ou [bob-petit@hotmail.com](mailto:bob-petit@hotmail.com)

- **7 septembre : Randonnée à vélo de la Véloroute portneuvoise**

Suivez la page Facebook de la municipalité de Saint-Gilbert pour tous les détails de nos événements.

## LOISIRS ET TERRAINS SPORTIFS

- Aire d'accueil aménagée avec services pour les utilisateurs de la Véloroute portneuvoise, de mai à octobre : Toilettes extérieures, tables, biciborne, stationnement, recharge pour vélos électriques etc.
- Tennis sous le préau, terrains de pétanque, parc pour enfants et tables de pique-nique

## ORGANISMES

### **Cercle des fermières**

Présidente : Carmen Bilodeau  
Téléphone : 418 268-8948

### **FADOQ - Club de l'âge d'or**

Président : Raymond Groleau  
Téléphone : 418 268-8119

## LOCATION

Pour vos activités corporatives, familiales et amicales, la Municipalité offre la location de ses espaces à la journée.

- Préau
- Salle

Paiement par chèque ou argent seulement, informez-vous des tarifs en vigueur!

## REMBOURSEMENT DES FRAIS D'INSCRIPTION

La Municipalité de Saint-Gilbert accepte de rembourser jusqu'à un maximum de 100\$ les frais supplémentaires d'inscription pour les enfants de moins de 18 ans à une activité de loisirs non offerte sur le territoire de la Municipalité de Saint-Gilbert, et ce, à la réception du reçu de l'organisme concerné sur lequel les frais supplémentaires seront clairement identifiés.

Bienvenue à tous et toutes!



# Municipalité de Saint-Thuribe

238, rue Principale, Saint-Thuribe (Québec) G0A 4H0  
Téléphone : 418 339-2171 • Télécopieur : 418 339-3435  
Courriel : [dg@st-thuribe.net](mailto:dg@st-thuribe.net) Site internet : [www.st-thuribe.net](http://www.st-thuribe.net)  
Responsable des Loisirs : Valérie Jalbert  
Agente de développement communautaire : Émilie Proulx

## FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC

Date : 23 juin 2024

Feux d'artifices, feu de joie et plus encore...

Détails à venir

Responsable : Émilie Proulx, 418 339-2171, [agentedev@st-thuribe.net](mailto:agentedev@st-thuribe.net)

## PARC DES LOISIRS

Le parc des Loisirs de Saint-Thuribe est mis à votre disposition pour prendre une pause et pour vous amuser. Situé au 238, rue Principale, Saint-Thuribe (Québec) G0A 4H0

Sur place : modules de jeux pour enfants, terrain de volley-ball, paniers de basket-ball, petits buts de soccer, bac à jouets (ballons, jouets pour le sable...), exercices, tables à pique-nique et terrain de croquets.



## **PARC NATUREL RÉGIONAL DE PORTNEUF**

Le parc régional est accessible via Saint-Alban et Saint-Casimir. Un territoire de 73 km<sup>2</sup> en pleine nature regroupant la rivière Sainte-Anne et plusieurs lacs dont les lacs Long, Montauban et Carillon. Plusieurs activités et hébergements sont offerts :

- Randonnée pédestre
- Spéléologie et escalade
- Visite historique d'une ancienne centrale hydroélectrique
- Pêche
- Embarcations en location :  
Canot, kayak, planche à pagaie, rabaska et radeau pneumatique
- Camping et canot-camping
- Location de chalets et tentes prêt-à-camper
- Location d'équipements spécialisés  
(Joëlette enfant et adulte, Fauteuil TrakZ)

Bienvenue aux familles et aux groupes !

## **AVENTURE-NATURE**

Encore cette année, vos enfants pourront participer à Aventure-nature. Une activité d'initiation aux sciences naturelles et à la vie en forêt. Suivez-nous sur Facebook pour le lancement des inscriptions.

Informations : 418 268-6681, info@parcportneuf.com,  
ww.parcportneuf.com

## **BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE BIBLIO-CHUT !**

**Adresse :** Centre communautaire Fernand Marcotte  
179, rue Principale, Saint-Alban G0A 3B0

**Téléphone :** 418 268-3557

**Description :** Membre du Réseau biblio de la Capitale nationale et de la Chaudière-Appalaches (Réseau Biblio-CNCA). Prêts de livres (audio, romans, documentaires), magazines, bd, albums jeunesse, casse-têtes.

Accès aux collections spéciales du réseau BIBLIO CNCA :

- Muséo (Des musées à emporter) -Manga
- Wally : trousse de codage -Réalité Virtuelle

**Horaire régulier :** Lundi : 13h00 à 15h00  
Mardi : 18h30 à 20h00  
Mercredi : 15h00 à 18h00  
Jeudi : 18h30 à 20h00  
Vendredi : 13h30 à 17h30

**Horaire d'été :** Mardi : 17h30 à 19h30  
(Juillet et août)

**Clientèle :** Ouvert à tous.

**Tarification :** Gratuit.

### **Pour informations :**

**Nom du responsable :** Marcelle Lauzon

**Page web :** www.mabibliothèque.ca/saint-alban

**Facebook :** Bibliothèque Biblio-Chut de Saint-Alban

**Courrier :** alba@reseaubibliocnca.qc.ca

**WIFI :** Disponible

## **CAMP DE JOUR**

**Description :** Des moniteurs motivés vous attendent avec joie pour vous faire embarquer dans une thématique haute en couleur. Activités, amusements et divertissements sont au rendez-vous.

Des sorties seront à l'horaire du camp de jour (optionnelles et payées à l'inscription) en plus des différentes activités proposées au camp de jour sur une base hebdomadaire (initiation aux sports, ateliers de cuisine, expériences scientifiques, etc).

**Inscriptions :** Semaine du 7 au 13 avril 2024 inclusivement.  
Suivez notre Facebook et site web.

Les activités du terrain de jeu s'adressent aux jeunes de 4 ans ayant fréquenté la maternelle pendant l'année scolaire 2023-2024 jusqu'à 12 ans.

**Spécifications :** - T-shirt jaune du camp remis sans frais supplémentaire aux nouvelles inscriptions seulement.  
- T-shirt jaune en vente disponible, directement au camp de jour, au coût de 20\$  
- Le t-shirt jaune est obligatoire lors de sorties.

**Horaire :** Du lundi au vendredi de 7h00 à 17h30\*

**\*NOUVEL HORAIRE SANS SERVICE DE GARDE**

**Dates :** Du 25 juin au 16 août 2024 (8 semaines)

**Coût :** Temps plein 400 \$ / 1<sup>er</sup> enfant,  
375 \$ / 2<sup>ième</sup> enfant,  
360 \$ / 3<sup>ième</sup> enfant,  
350 \$ / 4<sup>ième</sup> enfant

Temps partiel (4 semaines au choix ou 2 jours/semaine)  
275 \$/enfant

### **Pour informations :**

**Nom du responsable :** À confirmer

**Courriel :** loisirs@st-alban.qc.ca

**Téléphone :** 418 268-8026

## **LIGUE DE SOCCER DE L'OUEST DE PORTNEUF**

**Description :** Encore cette année, des équipes de soccer mixtes pour les jeunes de Saint-Alban vous sont offertes. Nous jouerons contre des municipalités de l'Ouest de Portneuf (Saint-Casimir, Saint-Ubalde, Deschambault-Grondines). Cette activité est destinée pour les jeunes de 4 à 12 ans et a lieu 2 fois par semaine en soirée. (1 pratique et 1 match/ semaine)

**Bienvenues à tous et toutes**

**Coût :** 65 \$ + 25 \$ de dépôt (Dépôt en argent ou en chèque pour le chandail)

**Inscription :** du 14 au 20 avril 2024. Suivez nos pages Facebook!

**Début :** Fin mai à fin août

**Pour informations et inscriptions :**

**Courriel :** [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

## **PICKLEBALL LIBRE 12 ANS ET +**

**Description :** Les soirées pickleball sont offertes à la population. Vous devez apporter votre raquette. Balles disponibles sur place. Possibilité de céder deux parties par soir si trop de participants.

**Lieu :** Gymnase de l'école primaire du Goéland,  
177 rue principale.

**Quand :** Lundi & jeudi 19h00 à 21h00  
Aucune activité en août. Reprise en septembre.

**Coût :** Gratuit

**Informations :** Martine Audet [audetmartine@hotmail.com](mailto:audetmartine@hotmail.com)

## **MINI-PUTT**

**Description :** Venez jouer une partie de 18 trous à notre terrain de Mini-Putt situé derrière l'église. Fermé en cas de pluie jusqu'à ce que les tapis de jeux soient secs.

**Quand :** Tous les soirs de semaine : 18h30 à 21h30  
Fin de semaine\* : 18h30 à 21h30

\*Ouverture en p.m. la fin de semaine sous réservation de groupe.

**Début :** 21 juin 2024

**Fin :** Fin septembre (ouvert seulement les fins de semaine après la fête du Travail)

**Coût :** 4 \$ / 12 ans et +  
2 \$ / 5 à 11 ans  
Gratuit/ 4 ans et - & membre Fadoq T031 de Saint-Alban

**Informations :** Raymonde Naud 418 326-8742

## **RALLYE AUTOMOBILE "CONNAÎS-TU TON SAINT-ALBAN ?"**

**Quand :** Samedi 18 mai 2024

**Lieu :** Enregistrement des équipes dès 12h30 au bureau municipal

**Description :** Nouveau cette année! Nous invitons la population de Portneuf à s'inscrire pour participer à un Premier Rallye au travers de Saint-Alban. En équipe de 2 personnes, parcourez le village au travers d'énigmes et trouvez les réponses demandées. Le but est d'arriver le plus rapidement au point fixé en fin de journée. Points supplémentaires si votre équipe est composée d'une personne de 65 ans et plus et/ou d'un enfant\* et/ou déguisés! Trouvez votre partenaire et votre nom d'équipe et inscrivez-vous! Nous terminerons la journée avec la remise des prix lors d'un bon souper à l'Hôtel Saint-Alban.

\*Doit savoir lire et écrire pour être votre copilote.

**Coût :** 20 \$/Équipe

**Informations :** Stéphanie 418-998-5973 / [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

## **FÊTE DES VOISINS**

**Quand :** Samedi le 1<sup>er</sup> juin 2024

**Description :** Venez rencontrer les gens de votre village et installer vos tables de marché aux puces sur le terrain de soccer, ou sur votre terrain.

**Coût :** Gratuit

**Informations :** Stéphanie 418 998-5973 / [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

## **EXPOSITION DE VOITURES ANCIENNES & VOITURES MODIFIÉES**

**Description :** Rendez-vous avec l'histoire de l'automobile ! Première fois dans notre beau village, nous avons la chance de recevoir le club de voitures anciennes de la Mauricie ! Nous préparons une journée de festivités au goût d'antan et pour l'occasion, nous invitons la population à venir déguiser en vêtements d'époques. Bar, restauration, musique et karaoke aux musiques des années 50-60. Programmation pour les petits et les grands ! On vous y attend, c'est un rendez-vous !

**Quand :** Dimanche 2 juin 10h00 à 17h00

**Lieu :** Terrain de soccer, 4 rue sauveur-patry

**Coût :** Gratuit \*consommation payante en argent comptant.

**Informations :** [Loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:Loisirs@st-alban.qc.ca)

## **HUMOUR SU'L GAZON**

**Quand :** Samedi le 6 juillet 2024,

**Lieu :** Terrain de soccer. À l'église en cas de pluie.

**Description :** Nouveau cette année! Saint-Alban reçoit 3 humoristes de la relève qui ont accepté de venir tester leurs blagues et nous faire rire aux éclats pour 1 soirée seulement. Apportez vos chaises et vos doudous et venez profiter de la soirée avec nous! Ouverture du site vers 19h00, spectacle à la brunante. Bar et grignotines sur place. \*16 ans et plus, nous ne sommes pas à l'abri des petites blagues grivoises!

**Coût :** 10 \$/Personne

**Informations :** Stéphanie 418 998-5973 / [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

## **CINÉMA PLEIN-AIR**

**Quand :** Juillet et août

**Lieu :** Terrain de Soccer, 4 rue Sauveur-Patry

**Description :** Venez profiter d'une soirée cinéma avec les derniers films à l'affiche. Apportez vos chaises, vos couvertures, vos pyjamas et votre argent comptant. Les films seront diffusés à la noirceur. Visitez nos pages Facebook pour rester à l'affût des événements. Comptoir à nourritures et breuvages sur place.

**Coût :** 5 \$/famille

**Information :** Stéphanie 418-998-5973 / [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

## **FÊTE ALBANOISE**

**Quand :** Samedi le 7 & dimanche 8 septembre 2024

**Lieu :** Parc des loisirs, 4 rue Sauveur-Patry

**Description :** C'est une journée bien remplie avec une programmation haute en couleur afin de permettre à tous et chacun de trouver une activité qui l'intéresse et de voir le sourire des Albanois réunis au Centre des loisirs. Pour cette 8<sup>ième</sup> édition, nous recevrons la Vélo Route Portneuvoise. DJ, bar et grignotines sur place\*

**Coût :** Gratuit, \*Argent comptant pour le bar et les grignotines.

**Information :** [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

## **ENTRAÎNEMENTS**

### **YOGA SOUPLESSE & RENFORCEMENT, PILATES ROULEAU & BODY WORKOUT**

**Informations, inscription : Instructeur :** Josée Laperrière  
**Courriel :** [laperrierejosee@gmail.com](mailto:laperrierejosee@gmail.com) **Téléphone :** 418 399-9220

#### **Yoga souplesse & renforcement**

Cette séance de Yoga vous permettra de développer davantage votre souplesse et votre force car nous maintiendrons davantage les postures et ainsi avoir de beaux résultats.

**Lieu :** Centre communautaire Fernand Marcotte

**Quand & \$ :** Du 18 mars au 6 mai 2024  
(8 semaines de cours 160 \$)

**Horaire :** Lundi de 9h15 à 10h15  
Jeudi de 19h15 à 20h15

**Matériels :** Tapis de Yoga et Bloc de Yoga

#### **Pilates rouleau**

Cette séance de Pilates va tonifier votre corps et améliorer votre souplesse et votre posture.

**Lieu :** Centre communautaire Fernand Marcotte

**Quand & \$ :** Du 18 mars au 6 mai 2024  
(8 semaines de cours 160 \$)

**Horaire :** Lundi de 10h20 à 11h20

**Matériels :** Tapis de Yoga

## **Body workout**

Body workout un cours pour tonifier sa silhouette et perdre du poids car avec les exercices musculaires on vient augmenter votre métabolisme et ainsi perdre quelques livres tout en sculptant votre corps. Êtes-vous prête à sortir de votre zone de confort ?

Au plaisir de bouger avec toi !

**Lieu :** Centre communautaire Fernand Marcotte

**Quand & \$ :** Du 18 mars au 6 mai 2024  
(8 semaines de cours 160 \$)

**Horaire :** Jeudi de 18h00 à 19h00

**Matériels :** Tapis de Yoga  
Élastique fessiers (Facultatif)  
Poids chevilles (Facultatif)  
Bouteille d'eau

## **TABATA, MUSCULATION ET ENTRAÎNEMENTS VARIÉS**

**Informations, inscription : Instructeur :** Janie Bellemare

**Téléphone :** 819 448-4556

**Courriel :** [janie.Bellemare@hotmail.com](mailto:janie.Bellemare@hotmail.com)

\*Toutes les cartes pour les cours avec Janie Bellemare sont valides 1 an à partir de la date d'achat. Pas besoin de s'inscrire ! Vous pouvez participer aux cours que vous désirez et à l'heure que vous désirez. Premier essai gratuit !

**Carte de 10 cours : 160,00 \$/Carte de 20 cours : 280,00 \$/Carte de 30 cours : 360,00 \$**

### **Tabata**

Des intervalles musculaires et cardiovasculaires à haute intensité qui vous procureront de fortes sensations et vous feront sans aucun doute dépasser vos limites ! Le cours Tabata vous permettra d'améliorer votre capacité cardiovasculaire, de stimuler votre métabolisme, de raffermir votre corps et de vous faire dépenser une tonne de calories. Un tapis d'exercice est conseillé.

**Lieu :** Centre Fernand-Marcotte

**Quand :** Session printemps/été 2024

**Horaire :** Le mercredi de 18h15 à 19h00

### **Entraînements variés**

Votre endurance cardiovasculaire, votre endurance musculaire et votre coordination seront mises à l'épreuve. Tabata, abdos-fessiers, step, disques glissants, ballon suisse, circuit cardio-musculation ou stretching seront au programme. À chaque entraînement une surprise !

**Lieu :** Centre des loisirs, 4 rue Sauveur-Patry  
(jusqu'à la fin avril),  
Centre communautaire Fernand-Marcotte  
(fin avril à septembre)

**Quand :** Session printemps/été 2024

**Horaire :** Le lundi de 18h15 à 19h00 & 19h00 à 19h45

## Musculation

Cet entraînement complet vous permet de développer la musculature de tout votre corps. Nous travaillerons à l'aide de poids libres et d'exercices variés. Si vous avez vos propres poids libres vous pouvez les apporter, sinon des poids vous seront prêtés pour le cours. Vous devez également apporter votre propre tapis d'entraînement.

**Lieu :** Centre communautaire Fernand Marcotte

**Quand :** Session printemps/été 2024

**Horaire :** Le mercredi de 19h00 à 19h45

### **AUTRES SERVICES DISPONIBLES :**

- Aires de pique-niques
- Allées de pétanques

- Cercle des fermières
- Centre d'interprétation et sites patrimoniaux
- Club de l'Âge d'Or la Gaieté de Saint-Alban, Fadoq T031
- Épicerie
- Parc
- Pêche
- Pistes cyclables
- Restaurants
- Station-service
- Sentiers pédestres
- Sentiers de quads
- Terrain de basketball
- Terrain de golf de 18 trous
- Terrain de volleyball sur plage
- Skate Parc
- Jeux d'eaux



## Municipalité de Deschambault-Grondines

Deschambault-Grondines – Service des loisirs  
120, rue Saint-Joseph, Deschambault-Grondines (Québec) G0A 1S0  
Téléphone : 418 286-6827 • Télécopieur : 418 286-6511  
Courriel : [info-loisirs@deschambault-grondines.com](mailto:info-loisirs@deschambault-grondines.com)

### **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

#### **INSCRIPTION**

L'inscription doit se faire sur le site internet de la municipalité [www.deschambault-grondines.com](http://www.deschambault-grondines.com) à <https://mon.accescite.net/34058/fr-ca/> et les coûts doivent être défrayés lors de l'inscription par carte de crédit.

#### **FRAIS DE RETARD ET DÉFAUT DE PAIEMENT**

Après la date limite des inscriptions, si des places sont encore disponibles, l'activité pourra être republiée pour permettre à d'autres participants de s'ajouter. Par contre, le coût de chaque activité sera majoré.

Un utilisateur se verra dans l'impossibilité de s'inscrire à toute activité s'il possède un solde impayé à son dossier. Il devra s'acquitter de la totalité de la somme due pour pouvoir procéder à son inscription.

#### **DEMANDES DE REMBOURSEMENT**

Toutes les demandes de remboursement doivent être adressées par écrit.

Une période d'essai d'un cours la première semaine de l'activité est offerte aux participants inscrits. La demande de remboursement doit être faite avant le 2<sup>e</sup> cours. Le remboursement sera effectué en retenant la portion des frais d'administration qui ne sont pas remboursables.

Pour toute autre demande de remboursement, un billet médical est obligatoire et doit être déposé avec une demande écrite de remboursement. L'activité sera remboursée en retenant la portion des frais d'administration et ensuite, au prorata, à partir de la date inscrite sur le billet médical.

Dans le cas d'une activité annulée par le service des loisirs, la personne inscrite sera remboursée en totalité.

#### **ANNULATION OU REPORT D'UN COURS**

Le service des loisirs se réserve le droit d'annuler un cours et de le reporter à une date ultérieure. Par contre, un cours manqué par un participant ne peut être repris.

#### **LE TARIF**

Le principe d'autofinancement des activités étant appliqué, la tarification des activités de loisirs offertes par la municipalité est établie en tenant compte des différents coûts et frais inhérents à ces activités.

<http://deschambault-grondines.com/wp-content/uploads/2018/07/Politique-de-tarification-des-loisirs-SANS-ANNEXE.pdf>

Service des loisirs

418 286-6827

[info-loisirs@deschambault-grondines.com](mailto:info-loisirs@deschambault-grondines.com)

Inscription en ligne

<https://mon.accescite.net/34058/fr-ca>

**DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE 29 MARS 2024**



## **SOCCER**

### **7 ANS ET PLUS**

La pratique du soccer se divise en 2 catégories.

Ligue de soccer de l'ouest de Portneuf qui correspond aux groupes d'âge 5-7 ans et 8-10 ans. Une pratique et un match par semaine.



Le soccer récréatif s'adresse aux groupes d'âge 4 ans « initiation à la pratique du soccer » et 11 ans « parties locales »

Période : **de mai à la fin août**

Coût : **95 \$ (\*prêt du chandail 25 \$ inclus)**

\*Remboursable au retour du chandail en fin de saison

## **INITIATION À LA TABLETTE ÉLECTRONIQUE**



**ADULTES**  
**50 ANS ET +**

### **FORMATION** **TABLETTE ÉLECTRONIQUE**

#### **INFORMATIONS:**

- ✓ Durée de 2 heures (en 2 parties)
- ✓ Pour personnes débutantes ou moyennement avancées ayant une tablette électronique
- ✓ Fonctionnement de la tablette, recherches sur le web, courriel, applications Facebook, Messenger, Facetime, Zoom, jeux, musique etc

**La formation est présentement disponible. Les dates seront à déterminer selon les disponibilités de chacun.**

**POUR INSCRIPTION OU RENSEIGNEMENTS**

**Marie-Josée Routhier / Formatrice**

**418 268-3697**



## **MISE EN FORME MATINALE**

### **ADULTES**

Mise en forme dynamique et assistée, adaptée à chaque niveau de condition physique. Doux mais efficace !



Jour : **Mercredi**  
Heure : **9h30 à 10h30**  
Début : **10 avril**  
Endroit : **Édifice Paul-Benoît**  
Coût : **135 \$ / 10 semaines**  
Minimum : **6 participants**  
Responsable : **Sonia Pelletier**

## **STRETCHING MOBILITÉ**

### **ADULTES**

Mise en forme dynamique et assistée, adaptée à chaque niveau de condition physique. Doux mais efficace !



Jour : **Lundi**  
Heure : **9h30 à 10h30**  
Début : **8 avril**  
Endroit : **Mini-Gym de l'Édifice J.-A.-Côté**  
Coût : **135 \$ / 10 semaines**  
Minimum : **6 participants**  
Responsable : **Sonia Pelletier**

## **YOGA SUR CHAISE**

### **ADULTES**

Bonifiez votre forme physique et votre mental grâce au yoga sur chaise. C'est une excellente façon d'amener le corps en mouvement. La chaise permet d'assurer le support recherché en plus d'offrir une pratique sécuritaire. Karin vous propose des séances personnalisées, adaptées à tous les niveaux.



Jour : **Vendredi**  
Heure : **9h30**  
Début : **12 avril**  
Endroit : **Salle Paul-Benoît**  
Coût : **160 \$ / 8 semaines**  
Minimum : **6 personnes**  
Responsable : **Karin Brouillette**

## **TAI CHI**

### **ADULTES**

Le Tai Chi est une discipline corporelle énergétique caractérisée par l'enchaînement de mouvements circulaires exécutés avec lenteur dans un ordre préétabli. L'objectif est d'harmoniser la circulation du Qi (énergie vitale) dans le corps tout en mettant l'accent sur la maîtrise de la respiration. La forme enseignée est la forme de Pékin (ou petite forme de 24 mouvements) selon le style Yang.



Jour : **Samedi**  
Heure : **9h30 à 12h30**  
Dates : **6, 20 avril, 4, 18 mai et 1<sup>er</sup> juin**  
Endroit : **À confirmer**  
Coût : **145 \$ / 5 séances de 3 heures**  
Minimum : **6 participants**  
Responsable : **Daniel Rochette**

## **SALLE D'ENTRAINEMENT LIBRE**

### **ADULTES**

Horaire d'ouverture :  
**7 jours par semaine de 6h à 23h**  
Abonnements :  
1 mois, 3 mois, 6 mois ou 9 mois.  
Fermé de la mi-juin au début septembre



Endroit : **124, rue Janelle, Édifice J.-A.-Côté**

## **CAMP DE JOUR**

### **4-12 ANS**

Sous le signe du partage, de l'implication et de la joie, le camp de jour 2024 se tiendra du 25 juin au 9 août.



Nous vous invitons à surveiller nos publications à venir sur nos réseaux sociaux pour connaître les détails d'inscriptions.

Information : 418 286-3971

## **COOPÉRATIVE JEUNESSE DE SERVICE**

### **12-16 ANS**

Bonne nouvelle !!! La coopérative jeunesse de service sera de retour cet été... Restez à l'affût pour le recrutement des jeunes et les annonces de contrats.



## **YOGA-FORMULE HYBRIDE**

### **ADULTES**

Le Hatha Yoga est probablement la forme la plus connue de yoga pratiquée en Occident. C'est le yoga des postures, de l'effort, de la volonté. Les cours de Hatha Yoga sont basés sur des exercices corporels (asanas), des exercices de respiration (pranayama). Cette discipline indienne millénaire vise la connaissance et la maîtrise de soi, l'unification et l'harmonie de l'être humain dans tous ses aspects. Offert en formule hybride, présentiel et Zoom, il s'inscrit dans le cadre d'un projet pilote visant à diversifier l'offre de loisirs.  
[https://youtu.be/YpM\\_Bjyhof4](https://youtu.be/YpM_Bjyhof4)



Jour : **Mardi**  
Heure : **14h15 à 15h30**  
Début : **9 avril**  
Endroit : **Salle Paul-Benoît**  
Coût : **110 \$ / 6 semaines**  
Minimum : **6 participants**  
Responsable : **Dani Doyon**

## **YOGA/MÉDITATION**

### **ADULTES**

Ce cours équilibré intègre postures, respirations, méditation et relaxation pour harmoniser le corps, renforcer l'immunité et cultiver une stabilité mentale durable. Un accent particulier est accordé à l'équilibre hormonal, reconnaissant son impact crucial sur le bien-être-global.



Jour : **Jeudi**  
Heure : **De 19h à 20h45**  
Début : **18 avril**  
Endroit : **Salle Paul-Benoît**  
Coût : **140 \$ / 7 semaines**  
Minimum : **10 participants**  
Responsable : **Gessy Laflamme**

## **SAVEURS DU MOIS ET MINI-GYM**

### **0-5 ANS**



Le Min-Gym est un local adapté au 0-5 ans, libre d'accès et gratuit. Vous y trouverez des modules de jeux et un environnement où il est permis de courir, grimper, sauter, communiquer et socialiser avec d'autres enfants.



Les SAVEURS DU MOIS viennent bonifier votre calendrier d'activités avec vos tout-petits. Des activités clé en main... Suivez-nous sur Facebook « service des loisirs de Deschambault-Grondines » pour connaître notre programmation.

L'horaire d'ouverture du Mini-Gym :

**Lundi de 10h30 à 12h**

**Mercredi – vendredi-samedi et dimanche de 9h à 12h**

\*Carte à puce pour l'accès libre est requise au montant de dépôt de 25\$

Information : 418 286-6827

## **DANSE CRÉATIVE 4 ANS + / FUNKY 6 ANS +**

### **4 ANS ET PLUS**

Sur des rythmes musicaux dynamiques, vous apprendrez des chorégraphies et des danses originales.



Jour : **Samedi**  
Heure : **9h – Danse créative**  
**10h - Funky**  
Début : **13 avril**  
Endroit : **Centre des Roches**

Coût : **60 \$ / 8 semaines**

Nombre de participants : **8 minimum**

Responsable : **Marilie Faucher**

**Pas de cours pendant la semaine de relâche**

## **ACTIVITÉS CENTRES DES LOISIRS**

### **POUR TOUS**

Les centres des loisirs sont des endroits ouverts et accessibles à tous. Vous y trouverez une ambiance décontractée, une animatrice accueillante et disponible, des jeux de table. Une belle occasion de passer un moment entre amis, en famille, pour faire connaissance avec vos voisins !



**Libre d'accès et gratuit, venez nous voir les :**  
**Lundi et mardi 15h à 21h l'Édifice J.-A.-Côté**  
**Mercredi et jeudi de 15 à 21h au Centre des Roches**

Suivez-nous sur Facebook pour connaître notre programmation.

Information : 418 286-6827



De service, de nature

## **Municipalité de Saint-Marc-des-Carières**

Etienne Bouillon Bégin, Coordonnateur aux sports  
Mathieu Bergeron, Coordonnateur culturel et vie communautaire  
1650, boulevard Bona-Dussault (Québec) G0A 4B0  
Téléphone : 418 268-3862 poste 33 et 34  
Courriel : [loisirs@villemarc.com](mailto:loisirs@villemarc.com) Site internet : [www.villemarc.com](http://www.villemarc.com)

### **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

#### **INSCRIPTION DU 8 AU 14 AVRIL 2024**

##### **INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT**

L'inscription doit se faire sur le site internet de la ville : [www.villemarc.com](http://www.villemarc.com). Les coûts d'inscription doivent être défrayés lors de l'inscription en ligne par carte de crédit sinon votre inscription ne sera pas valide.

Nous n'acceptons aucune inscription après le 14 avril 2024.

##### **DEMANDES DE REMBOURSEMENT**

Toutes les demandes de remboursement doivent être adressées par écrit par courriel à [loisirs@villemarc.com](mailto:loisirs@villemarc.com). Pour toute demande de remboursement, un billet médical est obligatoire et doit être déposé avec la demande écrite de remboursement. L'activité sera remboursée au prorata du nombre de cours restant.

### **CAMP DE JOUR - 2024**

Bienvenue au camp de jour, l'endroit où les journées s'illuminent de rires, de découvertes et d'amitié. Préparez-vous à vivre une merveilleuse aventure remplie de jeux, d'explorations et de moments magiques. Cette année le thème du camp de jour sera un Méli-Mélo, chaque semaine réservant une nouvelle aventure thématique.



Horaires du camp : Lundi au vendredi de 8h45 à 16h15  
(heure du dîner incluse)

Service de garde : Lundi au vendredi de 7h30 à 8h45 et de 16h15 à 17h30

Date du camp : Du 25 juin au 9 août 2024

Coût : Consultez le site internet [www.villemarc.com](http://www.villemarc.com) pour connaître le coût du camp de jour, du service de garde et des sorties.

## FONCTIONNEMENT INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT :

- Créez un compte citoyen si ce n'est pas déjà fait;
- Dans votre compte citoyen, cliquez sur l'onglet bleu à droite « Camp de jour »;
- Cliquez sur « Remplir le formulaire d'inscription ».

Paiement par carte de crédit: Si vous ne possédez pas de carte de crédit, les dépanneurs et pharmacies vendent des cartes prépayées.

Veillez noter que si le nombre d'inscriptions dépasse la capacité prévue, la priorité sera accordée aux résidents de Saint-Marc-des-Carrières. Si c'est le cas, vous serez contacté au cours de la semaine suivant votre inscription et vous recevrez un remboursement.

## STRETCHING

### SONIA PELLETIER - SUNNY FITNESS - MASSOTHÉRAPEUTE

Jour : Lundi  
Heure : 11h30 à 12h30  
Durée : 8 semaines  
Session : Du 6 mai au 15 juillet  
(congé : 20 mai, 24 juin, 1 juillet)  
Coût : 120 \$  
Endroit : Centre communautaire



Ce cours comprend des exercices d'étirements favorisant la flexibilité afin d'améliorer la mobilité articulaire. Idéal pour les personnes qui désirent améliorer ou garder leur souplesse. Diverses alternatives d'intensité sont offertes selon le niveau des participants. Nous utilisons divers matériels pour apprendre (bandes élastiques, chaise, etc.).

Diminue grandement les douleurs, inconforts dus aux raideurs musculaires.

Adapté à tous !

## MISE EN FORME POUR TOUS- ARTHRITE/ ARTHROSE

### SONIA PELLETIER - SUNNY FITNESS - MASSOTHÉRAPEUTE

Jour : Mercredi  
Heure : 11h30 à 12h30  
Durée : 8 semaines  
Session : Du 8 mai au 26 juin  
Coût : 120 \$  
Endroit : Centre communautaire



Description : combinaison d'exercices favorisant la santé cardio-vasculaire, musculaire sur musique. Favorise la souplesse des articulations grâce aux nombreux étirements. Alternatives d'intensités offertes.

## CARDIO MUSCULAIRE

### SONIA PELLETIER - SUNNY FITNESS - MASSOTHÉRAPEUTE

Jour : Mercredi  
Heure : 18h30 à 19h30  
Durée : 8 semaines  
Session : Du 8 mai au 26 juin  
Coût : 120 \$  
Endroit : Centre communautaire



Améliorer votre cardio et tonifier vos muscles grâce au cours de cardiomusculation. Vos muscles seront mis à contribution à l'aide d'accessoires divers (haltères et step) et du poids de votre corps. Cet entraînement complet permet de développer la force et l'endurance dans une ambiance agréable rythmée. Plusieurs alternatives d'intensité sont offertes pour les niveaux de tous. Très dynamique et varié !

## CLUB DE MARCHÉ

Jour : Mardi et Jeudi  
Heure : 10h00 à 11h00  
Débutant : 23 avril 2024  
Coût : Gratuit  
Endroit : Stationnement Centre récréatif (arène)

Activité gratuite, aucune inscription requise.



## SOCCER

### CLUB DE SOCCER LES CELTICS DE L'OUEST DE PORTNEUF

Saison estivale 2024 :

- Équipes U5 à U16 garçons et filles
- Développement et entraînements
- Parties dans quatre ligues organisées (ligue locale Timbits, LDSP, LDP et LSQM)

Tous les détails et les inscriptions disponibles ici en mars 2024 :

[www.celticsdelouest.org/](http://www.celticsdelouest.org/) et

<https://www.facebook.com/Clubdesoccerlesceltics>



## BASEBALL

### CLUB DE BASEBALL LES AS DU GRAND PORTNEUF

Suivez la page Facebook du Club :

<https://www.facebook.com/baseballlesindiens>

Communiquez avec le club au

[info@asbaseball.ca](mailto:info@asbaseball.ca)



## ATELIERS DE PEINTURE

### AVEC L'ARTISTE PEINTRE SUZANNE CLAVEAU



Jour : 26 avril  
Heure : 13h00 à 16h30  
Coût : 52 \$ (inclus : cours, toile ou planche, peinture et pinceaux)  
Endroit : Centre communautaire et culturel St-Marc



Jour : 17 mai  
Heure : 13h00 à 16h30  
Coût : 52 \$ (inclus : cours, toile ou planche, peinture et pinceaux)  
Endroit : Centre communautaire et culturel St-Marc

## **ATELIERS DE MARIONNETTES**

**4 MAI 2024 - 13H30**

Initiation, spectacle de marionnettes et fabrication d'une marionnette.

5 ans et +

Activité gratuite, mais inscription en ligne obligatoire du 4 mars au 12 avril 2024.



## **CINÉ-CONFÉRENCE** **TAHITI ET LA POLYNÉSIE FRANÇAISE**

**VENDEDI 5 AVRIL 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher - Centre communautaire et culturel

Heure : 19h30

Coût : 25,00 \$

Billets en vente : [www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)

ou 418 268-3862 poste 33 ou 34

(Le prix comprend la conférence et les petites bouchées du pays servies pendant l'entracte)

## **PIÈCE DE THÉÂTRE - UN TOIT POUR TOI**

**SAMEDI 27 AVRIL 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher - Centre communautaire et culturel

Heure : 19h30

Coût : 20,00 \$

Billets en vente : [www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)

ou 418 268-3862 poste 33 ou 34

## **SPECTACLE HUMOUR - RÉAL BÉLAND**

**SAMEDI 11 MAI 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher

Centre communautaire et culturel

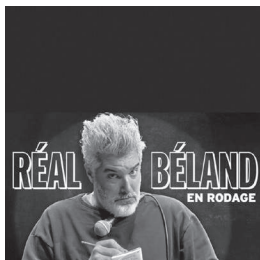
Heure : 20h00

Coût : 42,00 \$

Billets en vente :

[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)

ou 418 268-3862 poste 33 ou 34



## **SPECTACLE HUMOUR - JOSÉ GAUDET**

**VENDEDI 7 JUIN 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher

Centre communautaire et culturel

Heure : 20h00

Coût : 48,00 \$

Billets en vente :

[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)

ou 418 268-3862 poste 33 ou 34



## **LA FÊTE DU VOISINAGE**

**SAMEDI 1<sup>ER</sup> JUIN 2024**

Lieu : Terrain de soccer de l'école secondaire

(En cas de pluie : Centre récréatif Chantal-Petitclerc (arène))

Coût : Gratuit pour tous

Programmation complète à venir :

[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)



## **SPECTACLE EXTÉRIEUR GRATUIT** **HOMMAGE À RAMMSTEIN AVEC LE GROUPE** **RAMMSTIME**

**VENDEDI 29 JUIN 2024**

RAMMSTEIN Tribute band

Endroit : Terrain de balle de l'école secondaire

Coût : Gratuit pour tous/  
Apportez votre chaise

Heure :



Bar sur place ! Les profits du bar administré par les pompiers iront à la Dystrophie musculaire. (En cas de pluie : Centre communautaire et culturel de St-Marc)

## **EXPO AGRICOLE DE PORTNEUF**

**DU 9 AU 11 AOÛT 2024**



Programmation complète à venir :

Facebook Exposition agricole de Portneuf

## **RANDONNÉE EN VÉLO**

**7 SEPTEMBRE 2024**

ORGANISÉ PAR LA TABLE DES LOISIRS DE L'OUEST DE PORTNEUF

Le départ aura lieu dans chaque municipalité en direction de la Fête Albanoise de Saint-Alban. Activité gratuite mais inscription obligatoire avant le 30 août auprès des loisirs de votre municipalité.





**SPECTACLE HUMOUR  
MARTIN VACHON  
SAMEDI 14 SEPTEMBRE 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher  
Centre communautaire et culturel  
Heure : 20h00  
Coût : 37,00 \$  
Billets en vente :  
[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)  
ou 418 268-3862 poste 33 ou 34



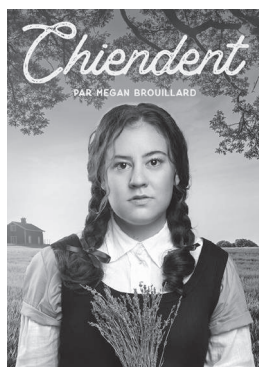
**SPECTACLE HUMOUR  
STÉPHANE FALLU  
SAMEDI 25 OCTOBRE 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher  
Centre communautaire  
et culturel  
Heure : 20h00  
Coût : 38,00 \$  
Billets en vente :  
[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)  
ou 418-268-3862 poste 33 ou 34



**SPECTACLE HUMOUR  
MEGAN BROUILLARD  
SAMEDI 21 SEPTEMBRE 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher  
Centre communautaire et culturel  
Heure : 20h00  
Coût : 28,00 \$  
Billets en vente :  
[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)  
ou 418 268-3862 poste 33 ou 34



**LOCAL DES JEUNES - LE CHALET**

Viens faire un tour, on t'attend !

Horaire (de septembre à juin)

Mercredi 11h30 à 13h00  
Jeudi 16h00 à 21h00  
Samedi 18h30 à 22h30

Horaire été (à partir du 25 juin)

Lundi 18h00 à 22h30  
Mardi 18h00 à 23h00  
Mercredi 18h00 à 23h00

**SPECTACLE HUMOUR  
BILLY TELLIER  
SAMEDI 11 OCTOBRE 2024**

Lieu : Salle Claudia Ébacher  
Centre communautaire  
et culturel  
Heure : 20h00  
Coût : 37,00 \$  
Billets en vente :  
[www.villestmarc.com](http://www.villestmarc.com)  
ou 418 268-3862 poste 33 ou 34



**PLEIN AIR**

- Deux terrains de Volley-Ball de plage
- Terrains de soccer
- Deux terrains de tennis
- Terrain de balle
- Skate-Parc
- Parc de jeux d'eau
- Terrains de pétanque
- Terrain de basket
- Pumptrack



**Municipalité de Saint-Casimir**

220, boulevard de la Montagne, Saint-Casimir (Québec) G0A 3L0  
Téléphone : 418 339-2543 • Télécopieur : 418 339-3105  
Courriel : [loisirs@saint-casimir.com](mailto:loisirs@saint-casimir.com)  
Site web et inscriptions : [www.saint-casimir.com](http://www.saint-casimir.com)  
Sandra Mongeau : coordonnatrice aux loisirs

**MODALITÉS D'INSCRIPTION**

Information : Lundi au vendredi entre 8h30 et 16h00  
(l'horaire peut varier)  
220, boulevard de la Montagne  
418 339-2543  
[loisirs@saint-casimir.com](mailto:loisirs@saint-casimir.com)

Lieu d'inscription : [www.saint-casimir.com](http://www.saint-casimir.com)  
Dates limites : Diverses, varient selon l'activité visée

Modalités de paiement acceptées :  
Argent comptant, carte de débit, carte de crédit ou un chèque au  
nom de : Municipalité de Saint- Casimir (ou autre si inscrit dans le  
descriptif)

Prenez note que le paiement devra être effectué au **plus tard** à la date limite d'inscription de l'activité visée.

**Pour les cours offerts, il y aura un coût supplémentaire de 15 % pour les non-résidents. Tous les coûts seront bien détaillés dans les descriptions des cours et sur le formulaire à remplir lors de l'inscription.**

La municipalité de Saint-Casimir accepte de rembourser jusqu'à un maximum de 95.00\$ les frais supplémentaires d'inscription pour les enfants de moins de 18 ans à une activité de loisirs non offerte sur le territoire de la municipalité de Saint-Casimir et ce, sur réception du reçu de l'organisme concerné sur lequel les frais supplémentaires seront clairement identifiés. Le remboursement s'applique uniquement pour les municipalités de la MRC de Portneuf.

## **LIGUE DE BADMINTON AMICALE**

La ligue amicale de Badminton est de retour. C'est une occasion parfaite pour garder la forme tout en s'amusant. Cette activité se limite à 16 participants.



Jour : Lundi et jeudi  
 Heure : 19h00 à 21h00  
 Endroit : Gymnase de l'école le Bateau blanc  
 Coût : 65 \$ par session | 2 soirs  
 (inscription en ligne [www.saint-casimir.com](http://www.saint-casimir.com))  
ou  
 Carte de 10 soirs au choix 45 \$  
 500, boulevard de la Montagne  
 Responsable : Pascal Carrier, 418 572-3116  
 4 sessions disponibles janvier-mars, avril-juin, juillet-septembre, octobre-décembre  
 Nombre de participants : **maximum** 16 participants

Pour information, 418 339-2543, [loisirs@saint-casimir.com](mailto:loisirs@saint-casimir.com) ou sur la page Facebook des loisirs en message privé. Vous pouvez aussi contacter le responsable Pascal Carrier au 418 572-3116

## **SALLE DE QUILLES DE SAINT-CASIMIR**

La salle de quilles de Saint-Casimir est maintenant ouverte au public, les vendredis soir, samedis et Dimanches.



Salle de  
**QUILLES**

Faites votre réservation à :  
[quillestcasimir@gmail.com](mailto:quillestcasimir@gmail.com) .

Prix spéciaux pour les groupes et les familles.  
 Contactez Sandra Mongeau à :  
[loisirs@saint-casimir.com](mailto:loisirs@saint-casimir.com) ou au 418 339-2543 pour informations.

Sur réservation seulement.

## **CAMP DE JOUR 2024**

Inscriptions jusqu'au 31 mai 2024  
 La fiche d'inscription sera disponible en ligne sur [www.saint-casimir.com](http://www.saint-casimir.com) à partir du 22 avril 2024

5 semaines de camp de jour avec sorties incluses plus 2 semaines allégées pendant les semaines de la construction pour un total de 7 semaines.

TEMPS PLEIN	1 <sup>ER</sup> ENFANT	2 <sup>E</sup> ENFANT	3 <sup>E</sup> ENFANT	4 <sup>E</sup> ENFANT
1 SEMAINE	125 \$	100 \$	75 \$	GRATUIT
2 SEMAINES	150 \$	125 \$	100 \$	GRATUIT
3 SEMAINES	175 \$	150 \$	125 \$	GRATUIT
4 SEMAINES	200 \$	175 \$	150 \$	GRATUIT
5 SEMAINES	225 \$	200 \$	175 \$	GRATUIT

TEMPS PARTIEL	1 <sup>ER</sup> ENFANT	2 <sup>E</sup> ENFANT	3 <sup>E</sup> ENFANT	4 <sup>E</sup> ENFANT
1 SEMAINE	75 \$	50 \$	50 \$	GRATUIT
2 SEMAINES	100 \$	75 \$	75 \$	GRATUIT
3 SEMAINES	125 \$	100 \$	100 \$	GRATUIT
4 SEMAINES	150 \$	125 \$	125 \$	GRATUIT
5 SEMAINES	175 \$	150 \$	150 \$	GRATUIT

2 semaines allégées (temps plein ou partiel) :

TEMPS PLEIN	1 <sup>ER</sup> ENFANT	2 <sup>E</sup> ENFANT	3 <sup>E</sup> ENFANT	4 <sup>E</sup> ENFANT
1 SEMAINE	20 \$	20 \$	20 \$	20 \$
2 SEMAINES	40 \$	40 \$	40 \$	40 \$

Semaine du 25 juin au 28 juin – camp de jour régulier  
 Semaine du 2 juillet au 5 juillet – camp de jour régulier  
 Semaine du 8 juillet au 12 juillet – camp de jour régulier  
 Semaine du 15 juillet au 19 juillet – camp de jour régulier  
 Semaine du 22 juillet au 26 juillet – camp allégé  
 Semaine du 29 juillet au 2 août – camp allégé  
 Semaine du 5 août au 10 août – camp de jour régulier

## **SOCCER :** **LA LIGUE DE SOCCER DE L' OUEST** **DE PORTNEUF**

ÉTÉ 2024

U5 - U7 2019-2017 4 CONTRE 4

U8 - U10 2016-2014 7 CONTRE 7

60 \$ par joueur pour 8 semaines

Inscriptions en ligne sur [www.saint-casimir.com](http://www.saint-casimir.com)  
 dans la section loisirs



## **BIBLIOTHÈQUE JEAN-CHARLES MAGNAN** **(RÉSEAU BIBLIO) ET** **LE SALON G-ROBERT TESSIER** **DE LA SOCIÉTÉ D'HISTOIRE ET** **DE GÉNÉALOGIE DE SAINT-CASIMIR**

Endroit : 510, boulevard de la Montagne,  
 Saint-Casimir

Horaire : Pour l'horaire, veuillez consulter le Facebook de la bibliothèque, téléphoner à la bibliothèque ou écrire à leur adresse courriel



Responsable : Ange-Aimée Asselin (bibliothèque)  
André Filteau (salon) 418 339-2343,  
[filteauandre3@gmail.com](mailto:filteauandre3@gmail.com)

Téléphone : 418 339-2909  
Télécopieur : 418 339-3105  
Courriel : [jcmagnan@hotmail.ca](mailto:jcmagnan@hotmail.ca)

*Pour plus d'information au sujet de l'horaire de la bibliothèque, suivez-les sur le Facebook de la bibliothèque*

## **PROGRAMMATION EN SALLE THÉÂTRE DES GRANDS BOIS**

5 avril 2024 : The Blaze Velluto Collection  
12 avril : Galaxie  
13 avril : 2Frères  
19 avril : Maxime Gervais  
27 avril : P'tit Belliveau  
17 mai : Mona de Grenoble  
25 mai : Daniel Bélanger

Sans oublier le **Ciné-cool-club-med-saint-caz** : un ciné-club mensuel pour faire rayonner le cinéma indépendant en milieu rural.

Détails : [www.lesgrandsbois.com/evenements](http://www.lesgrandsbois.com/evenements) et [www.lesgrandsbois.com/evenements/cine-cool-club-med-st-caz](http://www.lesgrandsbois.com/evenements/cine-cool-club-med-st-caz)

Adresse : 405, rue Tessier Est, Saint-Casimir

## **LA COMMISSION B FESTIVAL DE MUSIQUE ET DE BIÈRES**

Du vendredi 14 juin au dimanche 16 juin : Karkwa, Marjo, The Budos Band, Klô Pelgag, Les Hôtesses d'Hilaire, Gab Paquet, et bien d'autres.

Détails : [www.lacommission.ca](http://www.lacommission.ca)

Adresse : autour de la Microbrasserie Les Grands Bois (405, rue Tessier Est, Saint-Casimir) et à l'église de Saint-Casimir

## **LES VENDREDIS SAINS MARCHÉS VILLAGEOIS**

Tous les vendredis de 17h à 20h, du 5 juillet au 13 septembre 2024. Kiosques agroalimentaires et artisans, spectacles gratuits et restauration sur place.

Détails : [www.lesgrandsbois.com/evenements/vendredis-sains](http://www.lesgrandsbois.com/evenements/vendredis-sains)

Adresse : Parc des Grands Bois (405, rue Tessier Est, Saint-Casimir)

## **VISITE GUIDÉE DE LA GROTTÉ LE TROU DU DIABLE**

Découvrez en famille, entre amis ou en groupe, le 2<sup>e</sup> plus longue grotte accessible du Québec. Visite facile et sécuritaire offerte en version "touristique" (1h30) ou "aventure" (3h00).

Pour réserver : Parc naturel régional de Portneuf, 418 268-6681, [www.parcportneuf.com](http://www.parcportneuf.com)

## **POÉSIE :**

Mercredi 3 juillet débutera les Soirées de poésie et musique Entre Chien et loup

Lieu : Hôtel de ville de Saint-Casimir à 19h  
Lancement; 3 juillet : Léo Denis Carpentier  
- Denis Côté, accordéoniste  
Autres prestations 10-17 juillet  
Août : Mercredi 7 -14



## **Municipalité de Saint-Ubalde**

Service des loisirs, 400, rue de l'Aréna, Saint-Ubalde (Québec) G0A 4L0  
Téléphone : 418 277-2124, poste 206

Horaire du Centre récréatif ESU de Saint-Ubalde via la page Facebook des loisirs  
Directeur des loisirs : Steve Boutet

Adresse courriel : [loisirs@saintubalde.com](mailto:loisirs@saintubalde.com) • Site Internet : [www.saintubalde.com](http://www.saintubalde.com)  
Difficulté à vous inscrire? Contactez Madame Émilie Desmarais 418 277-2124, poste 103

## **SALLES DISPONIBLES POUR LA LOCATION**

### **Salle paroissiale**

429, rue Saint-Paul, Saint-Ubalde  
Grande salle (40'60') pour 200 personnes.

### **Centre récréatif ESU de Saint-Ubalde**

400, rue de l'Aréna, Saint-Ubalde  
418 277-2124, poste 206

Salle du Cochonnet, salle au rez-de-chaussée,  
accessible pour location, soit 40-50 personnes

Salle polyvalente Dolbec, accessible pour location  
pour 150-200 personnes.  
Patinoire de l'aréna (85'/185') pour 500 personnes et plus.

### **Centre culturel (ancien presbytère)**

425, rue Saint-Paul, Saint-Ubalde  
418 277-2124, poste 203

Petite salle de spectacle (17'/32') pour 50 personnes

**Pour faire la location d'une salle,  
veuillez communiquer avec le bureau municipal  
au 418 277-2124, poste 101.**



**INSCRIPTION EN LIGNE AU  
WWW.SAINTUBALDE.COM**

**ENTRE LE 25 MARS ET LE 5 AVRIL 2024**

Créer rapidement votre dossier famille (Ce service donne accès au relevé 24 pour frais de garde) :

Toutes les inscriptions aux activités devront être faites directement sur le site de la Municipalité de Saint-Ubalde au [www.saintubalde.com](http://www.saintubalde.com). Cliquez sur *Services aux citoyens et entreprises* et ensuite sur **ACTIVITÉ DE LOISIRS**, vous pourrez suivre les procédures pour vous inscrire.

Une aide technique pour votre inscription sur le site est disponible par téléphone au 418 277-2124, poste 103  
Émilie Desmarais

Votre inscription se fait en créant votre portrait de famille et en complétant les documents requis.

**Le paiement des activités se fait exclusivement par carte de crédit directement dans votre compte en ligne.**

Toutefois, il est possible de prendre une entente de paiement en plusieurs versements auprès de Madame Émilie Desmarais. Les paiements, incluant le paiement final, devront toutefois être acquittés en argent comptant ou par chèque directement au bureau municipal *au plus tard 24 heures avant le début de l'activité ou du camp de jour.*

**\* Tous les paiements sont faits à l'ordre de la Municipalité de Saint-Ubalde ou directement via Internet.**

Pour information sur l'inscription en ligne :  
Émilie Desmarais, secrétaire administrative  
418 277-2124, poste 103

Pour toute autre information :  
Steve Boutet, directeur des loisirs  
418 277-2124, poste 206

**Politique de réduction famille,  
applicable seulement sur le prix du camp de jour**

1<sup>er</sup> enfant : 100 % du coût d'inscription  
2<sup>e</sup> enfant : 75 % du coût d'inscription  
3<sup>e</sup> enfant : 50 % du coût d'inscription  
4<sup>e</sup> enfant : gratuit

(Ne s'applique pas sur le coût du service de garde, les voyages et les sorties du camp de jour et ado.)

❖ **Pour avoir droit au rabais famille, les enfants doivent tous être inscrits sur la même transaction.**

**CAMP DE JOUR ÉTÉ 2024**

Le Service des loisirs de Saint-Ubalde offre un camp de jour pour les jeunes de 4 ans à 12 ans de Saint-Ubalde et des environs.  
*\*Jeune de 4 ans ayant été à l'école lors de l'année 2023-2024.*

Le camp de jour se déroulera du lundi au vendredi dans les locaux du Centre récréatif ESU de Saint-Ubalde et sur ses terrains.

Horaire du camp : Le mardi 25 juin au vendredi 9 août 2024 de 9 h à 16 h 00

L'inscription se fait sur le site Internet de la Municipalité de Saint-Ubalde, section : Services aux citoyens et entreprises dans la section Activités de loisirs, cliquez sur inscrivez-vous et suivre les instructions.

**Vous aurez à choisir :**

**TEMPS PLEIN (5 jours) ou TEMPS PARTIEL (3 jours)**

**Vous choisirez également vos journées pour le temps partiel :**

Lundi    Mardi    Mercredi    Jeudi    Vendredi

**Votre enfant doit toujours être soit à temps plein soit à temps partiel.**

**CHOIX DES SEMAINES**

Semaine # 1 : 25 au 28 juin

Semaine # 2 : 2 au 5 juillet

Semaine # 3 : 8 au 12 juillet

Semaine # 4 : 15 au 19 juillet

Semaine # 5 : 22 au 26 juillet

Semaine # 6 : 29 juillet au 2 août

Semaine # 7 : 5 au 9 août

**PRIX DU CAMP DE JOUR**

Temps plein		Temps partiel	
4 semaines	220,00 \$	4 semaines	132,00 \$
5 semaines	275,00 \$	5 semaines	165,00 \$
6 semaines	330,00 \$	6 semaines	198,00 \$
7 semaines	385,00 \$	7 semaines	231,00 \$

*Le prix est 55 \$ par semaine, minimum de 4 semaines.*

*Cela revient à 11 \$ par jour par enfant.*

Prendre note que lorsque nous sommes en sortie, personne ne reste au camp. Si nous avons plusieurs demandes, nous ferons un sondage pour connaître combien il y a de personnes intéressées à demeurer au camp. Nous avons besoin d'un minimum de 10 enfants désirant rester au camp.

Pour les sorties, le coût est fixé selon l'endroit de destination et le coût d'admission (entre 15 \$ et 35 \$). Comme la programmation des sorties n'est pas encore connue, celle-ci vous sera faite par internet, lorsque possible.

<b>SERVICE DE GARDE</b>			
Temps plein		Temps partiel	
4 semaines	60,00 \$	4 semaines	36,00 \$
5 semaines	75,00 \$	5 semaines	45,00 \$
6 semaines	90,00 \$	6 semaines	54,00 \$
7 semaines	105,00 \$	7 semaines	63,00 \$
<p><i>Le prix est 15 \$ par semaine, minimum de 4 semaines.</i></p> <p><i>Cela revient à 3 \$ par jour</i></p>			

L'horaire du service de garde sera de 7h30 à 9h et de 16h à 17h30.

## **CLUB ADO (JUN À AOÛT 2024)**

La Municipalité de Saint-Ubalde offrira plusieurs activités sportives et culturelles aux jeunes âgés entre 11 et 16 ans. Au programme, un avant-midi par semaine sera animé autour du terrain de l'école de la Morelle, du Centre récréatif ESU, du parc ou de la salle paroissiale.

De plus, une sortie à l'extérieur du village sera faite au courant de l'été en autobus.

Horaire et détails à venir.

**Inscription obligatoire avec consentement des parents**

**Coût : Gratuit, seule la sortie sera payante.**

## **CLUB DE TENNIS DE SAINT-UBALDE**

Les loisirs de Saint-Ubalde disposent de deux terrains de tennis sur terre battue.

Coût d'inscription : gratuit. Premier arrivé, premier servi!

**Possibilité de faire la réservation d'une plage horaire spécifique pour la saison au coût de 50 \$ pour l'été.** L'horaire sera affiché sur un panneau à côté de la porte d'entrée du terrain.

**L'inscription se fait sur le site Internet de la Municipalité de Saint-Ubalde.**

Pour information : Steve Boutet au 418 277-2124, poste 206.

## **PICKLEBALL**

Le Service des loisirs offre des terrains sportifs dans le Centre récréatif ESU de Saint Ubalde. Trois terrains de Pickleball y sont aménagés et disponibles pour les citoyens de Saint-Ubalde et leurs invités afin d'être à l'abri des intempéries.

- Ouverture 7 jours sur 7 entre 8 h et 22 h.  
Ouverture et fermeture automatique des lumières.

**Inscription en ligne ou à la municipalité. Vous obtiendrez un code d'accès à la suite de votre inscription.**

## **Saison Printemps / été**

Date de début : début mai 2024

Date de fin : mi-septembre 2024

Coût : 70 \$

**Possibilité de payer à la fois au coût de 5 \$, payable directement dans la boîte prévue à cet effet dans le Centre récréatif ESU de Saint-Ubalde**

## **SKATEPARK EXTÉRIEUR**

Skatepark extérieur situé sur le terrain de l'école. Ouvert tous les jours de l'été. Accessible pour planche, trottinette et vélo.

## **BASKETBALL LIBRE**

**Début :** 7 avril au 16 juin 2024

**Durée :** 11 semaines

**Tarif :** 40 \$ pour la session (place garantie),  
5 \$ de la fois (places limitées)

**Quand :** Dimanche

**Lieu :** Gymnase de l'école la Morelle

**Heure :** 13 h 00 à 14 h 00 – 17 ans et moins plus les familles  
*\*Surveillance obligatoire par les parents*  
14 h 00 à 15 h 00 – 18 ans et plus

Inscrivez-vous rapidement, les places sont limitées!

**L'inscription se fait sur le site Internet de la Municipalité de Saint-Ubalde.**

Pour information : Steve Boutet 418 277-2124, poste 206.

## **INITIATION AU SOCCER – GROUPE DES 4 ANS**

Basé sur l'éveil psychomoteur et l'apprentissage des techniques de jeu de base par des activités d'initiation.



La séance commence par un entraînement d'environ 15 minutes suivi d'une « mini-partie » de 15 minutes. L'idée ici n'est pas de faire une partie formelle, mais bien de stimuler les joueurs et joueuses et leur faire prendre connaissance qu'il faut conduire le ballon vers le but. Plaisir, encouragements et animation sont les principales consignes lors de la partie.

Le soccer pour les enfants de 4 ans se veut un prétexte pour bouger et s'amuser! Le parent est également un rouage important du processus de développement et d'épanouissement lors des séances.

**Lieu :** Terrain de soccer à côté de l'école la Morelle

**Pour qui :** Jeune de 4 ans, date de naissance 2020

**Quand :** Du 27 mai au 19 août 2024  
(aucune séance lors des semaines de la construction)

**Coût :** 40 \$

**Horaire :** À venir

**Information sur le soccer :** Steve Boutet 418 277-2124, poste 206



**Coût : 12 \$ par cours, taxes incluses, paiement sur place**

**Aucune obligation d'être présent à toutes les semaines, s'adapte très bien à votre horaire. L'essayer, c'est l'adopter!**

Le paiement se fait par virement bancaire à [janie.bellemare@hotmail.com](mailto:janie.bellemare@hotmail.com) ou il y a possibilité de payer en argent comptant ou par chèque au nom de Janie Bellemare lors de votre cours.

Pour information : 819 448-4556 ou [janie.bellemare@hotmail.com](mailto:janie.bellemare@hotmail.com)

## **TABATA**

**Session printemps-été**

**Quand : Jeudi 18 h 00 à 18 h 45,  
du 2 mai au 29 août 2024**

**Lieu : Salle paroissiale**



Le cours de Tabata est un cours dans lequel vous alternerez entre des séquences d'efforts à haute intensité et de courtes périodes de repos. Ces intervalles à haute intensité vous procureront de fortes sensations et vous feront sans aucun doute dépasser vos limites! Le cours de Tabata vous permettra d'améliorer votre capacité cardiovasculaire, de stimuler votre métabolisme, de raffermir votre corps et de vous faire dépenser une tonne de calories. Accessible à tous, ce cours vous offre des alternatives selon votre niveau de condition physique. Ce cours ne nécessite aucun matériel, mais un tapis d'exercice est conseillé.

## **STRETCHING**

**Session printemps-été**

**Quand : Jeudi 18 h 45 à 19 h 30, du 2 mai  
au 29 août 2024**

**Lieu : Salle paroissiale**



Le cours de stretching est un excellent complément à votre entraînement habituel. Ce cours vous permettra d'améliorer votre flexibilité et votre mobilité. Nous prendrons le temps de bien étirer chacun des muscles de votre corps et pratiquerons des exercices qui vous aideront à gagner de l'amplitude au niveau de vos articulations. Ce cours vous procurera un sentiment de bien-être et de détente. Accessible à tous, ce cours ne nécessite aucun matériel, mais des blocs de yoga et un long élastique peuvent être bénéfiques pour les gens de niveau débutant.

## **CHANT GOSPEL**

Vous ne savez pas chanter, mais vous voulez apprendre? Vous voulez découvrir votre voix et la perfectionner? Ce cours est entièrement basé sur la transmission orale. Cette technique d'enseignement

est un outil pédagogique qui active un processus d'apprentissage efficace favorisant la mémorisation des postures phonatoires, des paroles, des mélodies et aussi les structures des chants. Le GOSPEL est un genre musical religieux d'inspiration chrétienne et d'origine afro-américaine. Il est connu pour transmettre son énergie positive et sa joie!

Jour : Mercredi

Début : 24 avril au 19 juin 2024 (9 semaines)

Heure : 18 h 30 à 20 h 00

Où : Église de Saint-Ubalde

Âge requis : 12 ans et plus

Professeur : Ludovick Dubé

Coût : 120 \$

Minimum de participant : 16 participants

Pour information : Steve Boutet au 418 277-2124, poste 206



## **LIGUE DE SOCCER MINEUR**

**Ligue de soccer de l'Ouest de Portneuf**

**À la recherche de parents volontaires pour animer les pratiques et encadrer les jeunes lors des parties. Veuillez communiquer vos coordonnées si vous êtes intéressé au 418 277-2124, poste 206.**

Deux équipes de soccer mixtes qui représentent Saint-Ubalde dans la ligue de soccer non compétitive de l'Ouest. Nous jouerons contre des municipalités de l'Ouest de Portneuf (Saint-Casimir, Saint-Alban, Deschambault-Grondines). Plaisir avant tout. Cette activité a lieu deux fois par semaine en soirée.

(1 pratique et 1 partie par semaine)

Lieu : Terrain de soccer à côté de l'École de la Morelle

Pour qui : Équipe U5 à U7 : 2019 à 2017 (4 contre 4)

Équipe U8 à U10 : 2016 à 2014 (7 contre 7)

Quand : Du 27 mai au 19 août 2024

(aucune partie ou pratique lors des semaines de la construction)

Coût : 65 \$

Horaire : À venir

**Information sur le soccer :** Steve Boutet 418 277-2124, poste 206



## **ATELIERS D'ESPAGNOL DE BASE**

Jour : Mardi

Début : 23 avril au 18 juin 2024  
(9 cours)

Heure : 18 h 45 à 19 h 45

Où : Salle du presbytère

Qui : 16 ans et plus (dérogation possible pour les 12 à 15 ans)

Professeur : Oriana Morales

Coût : 90 \$ pour la session, minimum de participant : 10

Pour information : Steve Boutet au 418 277-2124, poste 206



## **ATELIERS D'ANGLAIS**



## **(PRÉPARATION VOYAGE)**

Jour : Lundi  
Début : 15 avril au 3 juin 2024  
(8 cours)  
Heure : 18 h 30 à 19 h 30  
Où : Salle du presbytère  
Qui : 16 ans et plus (dérogation possible pour les 12 à 15 ans)  
Professeur : Carmen Adriana Szalontai  
Coût : 80 \$ pour la session, minimum de participant : 8  
Pour information : Steve Boutet au 418 277-2124, poste 206



télécharger les plans de la forêt au format pdf sur la page « visite interactive ». Ces plans vous permettront d'identifier les espèces végétales que vous croiserez, pour une visite instructive en toute autonomie. Ces mêmes plans sont mis à disposition en version plastifiée dans la boîte en bois accrochée au grand panneau. Merci de les y redéposer une fois votre visite terminée. Des bancs, des tables de pique-nique (dont une ombragée) et de grandes allées vous offrent la possibilité de vous promener, de jouer, de vous reposer ou de manger dans la forêt. Des panneaux informatifs vous permettront



de savoir dans quelle partie de la forêt (partie « vitrine » ou partie « production ») vous vous trouvez, de savoir ce que vous avez le droit d'y faire, en plus de vous apprendre de nouvelles choses sur ce milieu si riche.

Lors de la saison 2024 (d'avril à octobre), plusieurs activités seront proposées au sein de la forêt (une conférence sur la permaculture appliquée à un terrain résidentiel avec Wen Rolland, un atelier sur les soins des arbres fruitiers avec Jean-Christophe Denis, un atelier sur les plantes médicinales avec Hélène Voyer, herboriste, une soirée d'observation des étoiles, une journée de présentation de la forêt, des ateliers de transformation culinaire, etc.).



Pour être informés, aimez la page Facebook « Forêt nourricière de Saint-Ubalde », ou encore envoyez un courriel à [foretsaintubalde@gmail.com](mailto:foretsaintubalde@gmail.com) pour demander à être inscrit sur la liste de diffusion des événements à venir. Nous sommes aussi constamment à la recherche de bénévoles pour aider à l'entretien de la forêt et participer à ses récoltes! Bienvenue à toutes et tous, au plaisir de vous y croiser!

Maud, coordinatrice du projet Forêt Nourricière de Saint-Ubalde (FNSU).

## **PARC DES GÉNÉRATIONS À CÔTÉ DE L'ÉCOLE LA MORELLE ET DU CENTRE RÉCRÉATIF**



Aires de pique-nique, terrain de soccer, jeux d'eau, terrain de tennis, pétanque, volleyball, skate-park, jeux urbains et balançoires.

## **PARC-EN-CIEL EN FACE DE L'ÉGLISE**

Scène de musique, plusieurs jeux urbains et balançoires, aires de pique-nique.



Plusieurs activités ont lieu dans ce parc, notamment le grand Bazar des Ubaldois, la Marche Jean-Marc Denis et les mardis musicaux.

## **FORÊT NOURRICIÈRE**

Prenez un instant si vous habitez Saint-Ubalde, ou si vous y passez, pour aller visiter notre belle et grande forêt nourricière. Elle se situe sur la gauche de l'entrée du cimetière qui lui-même se trouve au fond du Parc-en-ciel situé face à l'église de Saint-Ubalde. Là, un grand panneau explicatif vous permettra d'avoir un aperçu du projet. Vous pourrez également visiter le [www.foretsaintubalde.com](http://www.foretsaintubalde.com) pour en apprendre bien davantage et y



Les jeudis midis de 11 h 15 à 12 h 30  
Salle polyvalente Dolbec  
Coût pour la session : 35 \$  
Nombre de participant : 12

PROFESSEURE  
Isabelle Lavoie

### COURS DE DESSIN ENFANTS

DU 18 AVRIL AU 23 MAI 2024

INSCRIPTION EN LIGNE AU [WWW.SAINTUBALDE.COM](http://WWW.SAINTUBALDE.COM)  
POUR INFORMATION : 418 277-2124, POSTE 103

Nous cuisinerons plusieurs recettes différentes en groupe en se partageant les tâches!  
Des plats prêts-à-manger pour la maison!  
35 \$ par atelier pour repartir avec deux portions de tout ce que nous aurons cuisiné

Cuisine aréna  
Maximum 6 pers.

Les dimanches :  
7 avril 2024  
5 mai 2024  
9 juin 2024  
9 h à 11 h 30

18 \$  
par portion supplémentaire ajoutée

INSCRIPTION EN LIGNE VIA [WWW.SAINTUBALDE.COM](http://WWW.SAINTUBALDE.COM)

## ATELIER DE POTERIE

Les inscriptions pour les membres débutent maintenant. Ils auront lieu le mardi avec le retour des cours du soir.

**Début :** 2 avril 2024

**Durée :** 8 semaines

**Tarif :** 225 \$, argile non incluse

**Horaire :** Le mardi

9 h 00 à 12 h 00 - Tournage

12 h 00 à 15 h 00 - Tournage

15 h 00 à 18 h 00 - Façonnage

18 h 00 à 21 h 00 - Tournage

Inscrivez-vous rapidement, les places sont limitées!

Pour envoyer votre paiement par virement : [poteriesaintubalde@gmail.com](mailto:poteriesaintubalde@gmail.com) ou [dion.micheline@telus.net](mailto:dion.micheline@telus.net) (Réponse : poterie) ou en argent : Micheline Dion au 418 289-3134



Le détail des activités vous sera communiqué via le Facebook de la Municipalité de Saint-Ubalde, celui de l'organisme Saint-Ubalde en Fête et des loisirs de Saint-Ubalde. De plus, elles seront publiées dans le journal Le St-U.

Si jamais vous avez de l'ouverture pour vous impliquer avec nous, n'hésitez pas à communiquer avec Monsieur Steve Boutet, directeur des loisirs au 418 277-2124, poste 206.

### Voici les activités prévues à ce jour :

**18 mai 2024 :** Grand Bazar Ubaldois(es)  
Remis au 19 mai 2024 en cas de pluie

**1<sup>er</sup> juin 2024 :** Marche Jean-Marc-Denis et 10 km en vélo à Saint-Ubalde

**14 juin 2024 :** Fête des finissants de l'école primaire (en partenariat avec l'École de la Morelle)

**Mardis de juillet :** Prestations réconfortantes, spectacles musicaux au Parc-en-ciel

**23-24 août 2024 :** Festival des pompiers de la Mutuelle des incendies de Portneuf (Programmation officielle à venir)

En plus de ces événements, le comité du Saint-Ubalde en fête est heureux de supporter et de s'associer, lorsque possible, aux autres organismes de Saint-Ubalde et à l'École de la Morelle pour la tenue d'événements leur étant chers à eux et toute la communauté ! N'hésitez pas à nous contacter!

**CAFÉ-RENCONTRE LA LICORNE**  
AVEC LE HALO - ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE

**Les lundis à 13 h :**  
8 avril 2024 - Fabrication chandelles parfumées  
6 mai 2024 - Fabrication de chapeaux décoratifs en feuilles de quenouille et hémérocalce  
3 juin 2024 - Peinture sur roches

**Matériel fourni**  
Animatrice du Halo dynamique  
Ouvert à tous!

À la salle polyvalente Dolbec  
Minimum 13 personnes  
Coût pour la session : 15 \$  
Possibilité de payer 5 \$ à la fois, si minimum participant atteint

Inscription en ligne via le [www.saintubalde.com](http://www.saintubalde.com).  
Pour information : 418 277-2124, poste 103

La maison des jeunes pour les moins jeunes

**FESTIVAL DES POMPIERS** 35<sup>e</sup> ÉDITION  
23-24 AOÛT 2024

Dolbec  
Saint-Ubalde en Fête  
ubald  
L'ÉRABLIÈRE  
Saint-Ubalde  
Donald Denis  
Saisons

**Café-rencontre**  
7 avril 2024, de 9 h à 11 h 30

Toute la population est invitée à venir prendre un bon café et discuter avec notre invitée, Madame Shirley Drouin conseillère municipale, du projet de transformation de l'église en salle multifonctionnelle

Centre récréatif ESU  
Salle Dolbec

Comité de développement de Saint-Ubalde

**St-Ubalde**  
DES MILLIERS DE POSSIBILITÉS

**Saint-Ubalde**  
en Fête

**FESTIVAL DES POMPIERS**

MaSSon

ENTRÉE GRATUITE | CENTRE ESU | 21H

**VENDREDI 23 AOÛT 2024**

PRÉSENTÉ PAR

Donald Denis  
L'ÉRABLIÈRE  
Saisons

**FESTIVAL DES POMPIERS**

**THE BOUNTY HUNTERS**  
NOS MILLIERS D'EXPÉRIENCE

SAMEDI 24 AOÛT 2024 | CENTRE ESU | 20H30

ENTRÉE GRATUITE

PRÉSENTÉ PAR

Dolbec  
ubald

## COMITÉ SAINT-UBALDE EN FÊTE ACTIVITÉS À VENIR

La Municipalité de Saint-Ubalde travaille en étroite collaboration avec le comité de Saint-Ubalde en Fête pour mettre à l'horaire plusieurs événements.



Tous ensemble pour mieux vous servir !

# RANDONNÉE À VÉLO

Le départ aura lieu  
dans chaque municipalité

Arrivée:

Fête Albanoise  
de St-Alban

Jeux Gonflables & restauration sur place (\$)

7 | SEPT | 2024



Activité gratuite.  
Inscription obligatoire,  
auprès des loisirs de votre  
municipalité,  
avant le 30 août 2024



**Vincent  
CARON**  
Député de Portneuf

ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC

vincent.caron.PORT@assnat.qc.ca  
418 337-4378

 **Desjardins**  
Caisse de l'Ouest de Portneuf

Siège social : Saint-Marc-des-Carières

Tél. : 418 268-3521

Centres de services :

1 800 550-3521

Saint-Casimir  
Lac-aux-Sables  
Saint-Ubalde

Centre de services automatisé :  
Deschambault