

PROGRAMMATION

automne 2022



INSCRIPTIONS DU 6 AU 14 SEPTEMBRE | DÉBUT DES COURS: 19 SEPTEMBRE.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

- **Non-résidents** : Les résidents des autres municipalités auront accès aux inscriptions dès le lundi 12 septembre.
- **Demande de remboursement** : Les seules causes de remboursement d'une inscription sont la maladie, le déménagement à l'extérieur de la municipalité (une preuve justificative sera alors exigée), l'annulation de l'activité par le service des loisirs ou un manque d'inscriptions. Lors d'une demande en cours d'activité, le remboursement sera calculé au prorata.
- **Cours reportés** : Si un ou des cours doivent être reportés, vous en serez avisés par le responsable du cours.
- **Inscription obligatoire** : Pour participer à un cours, vous devez obligatoirement vous inscrire au préalable.
- **Chèques sans provision** : Une pénalité de 20 \$ s'appliquera sur tout retour de chèque. Le paiement devra alors être fait en argent.
- **Confirmation** : Nous communiquerons avec vous seulement s'il y a annulation de cours ou changements apportés. Sinon, présentez-vous à l'endroit, à la date et à l'heure prévus.
- **Retour de l'enfant** : Vous avez l'obligation de venir chercher votre enfant à l'heure précise de la fin de son activité, car le responsable n'est plus tenu d'en assumer la responsabilité.
- **Priorité des inscriptions** : Puisqu'il y a un maximum de participants dans la majorité des activités, nous prioriserons les premières inscriptions reçues.
- **Important** : Un comportement convenable est primordial et nécessaire au bon fonctionnement des activités. Si une personne dérange et empêche le déroulement naturel d'une activité, un avis lui sera donné. Si elle récidive, elle sera exclue sans aucun remboursement. Nous vous demandons donc votre entière collaboration.

COORDONNÉES DES ORGANISMES

Aréna Côte-de-Beaupré.....	418 827-4501
Bibliothèque Aux Sources.....	418 826-3540
Club de l'Âge d'or.....	418 826-2253
Cercle de Fermières.....	418 928-2430
École Caps-des-Neiges I.....	418 821-8055
École de Karaté Luc Paquette.....	418 953-5152
Entraid'Don, Troc'Don.....	418 826-2253
Hôtel de ville.....	418 826-2253
Maison des jeunes La Zone	418 826-3107
Responsable des patinoires.....	418 520-1810
Saint-Fé Café.....	418 826-2253

INFO-INSCRIPTIONS



Début des activités

Semaine du 19 septembre,
sauf pour les activités ponctuelles

Période d'inscription

du 6 au 14 septembre, sur QIDIGO

Résidents de Saint-Ferréol-les-Neiges

Dès mardi le 6 septembre, 8 h

Non-résidents

Dès lundi le 12 septembre, 8 h

UTILISATION DES LOCAUX

Selon les disponibilités, les locaux de la municipalité sont accessibles à l'ensemble des citoyens. (salle municipale, presbytère, gymnase, etc.) Au cours de la session, plusieurs activités organisées par la Municipalité s'y dérouleront. Quelques périodes d'utilisation demeurent toutefois disponibles pour une réservation sporadique ou saisonnière. Des frais de location peuvent s'appliquer.

Les tarifs de location sont établis en fonction du type d'activité et de la durée de celle-ci.

PROGRAMMATION

automne 2022



Théâtre pour enfant



Découvrir le monde théâtral, développer l'aise en public et se faire bien entendre tout en prenant conscience de l'espace qu'on occupe et des autres collaborateurs. Développer l'esprit d'équipe et de collaboration. Retenir l'importance de la mémoire comme de l'écoute des autres, le tout, par l'entremise de jeux et d'exercices ludiques et amusants.

Mardi : 17h30-19h	du 20 septembre au 22 novembre	60\$ 10 cours	Presbytère	Avec François Devost
----------------------	-----------------------------------	---------------------	------------	----------------------

Troupe de théâtre adulte



Amateurs de théâtre? Joignez-vous à la nouvelle troupe pour présenter une pièce au printemps 2023. Aucune expérience ni talent particulier requis;

Rencontre d'information avec Carine Paquin le jeudi 8 septembre à 19h au 33, rue de l'église. Bienvenue à tous!

Karaté (4 ans et +)



Initiez vos enfants aux arts martiaux tout en s'amusant! Respect, discipline et confiance en soi!

Mardi : 18h30-19h30	du 20 septembre au 22 novembre	60\$ 10 cours	Gymnase de l'École Cap-des-Neiges 1	Avec Luc Paquette
------------------------	-----------------------------------	------------------	--	----------------------

Yoga sur chaise



Le yoga se pratiquant avec le support d'une chaise permet à tous de connaître les bienfaits de la pratique. Peu importe l'âge, nos hanches et nos genoux sont parfois coincés et nous empêchent de pratiquer le yoga sans douleur et en douceur. Essayez le yoga sur chaise pour vous faire un bien fou!

Mardi : 16h30-17h30	du 20 septembre au 8 novembre	80\$ 8 cours	Presbytère	Avec Laurence Girard
------------------------	----------------------------------	--------------------	------------	----------------------

Yoga avec Laurence



Les cours du mercredi soir avec Laurence sont de retour. Un hatha yoga traditionnel mais facile à suivre et sans prétention! Tout niveau et tout âge!

Mercredi : 18h-19h	du 21 septembre au 9 novembre	80\$ 8 cours	33 rue de l'Église	Avec Laurence Girard
-----------------------	----------------------------------	-----------------	--------------------	-------------------------

Yoga matinal avec Marie-Hélène



Venez pratiquer le yoga en harmonisant les mouvements du corps, du souffle et de l'esprit, dans une ambiance qui vous permettra simplement d'être ici et maintenant.

Vendredi : 8h30-9h30	du 16 septembre au 4 novembre	80\$ 8 cours	Presbytère	Avec Marie- Hélène Boutet
-------------------------	----------------------------------	-----------------	------------	------------------------------

Gardiens avertis



Inscription avant le 21 octobre

Le cours vise à permettre aux jeunes de connaître les rôles, responsabilités et devoirs face à leur travail de Gardien Averti

28 octobre	8h30-16h30	60\$	33 rue de l'Église	Avec Formations prévention secours
------------	------------	------	--------------------	------------------------------------

Prêts à rester seuls



Inscription avant le 31 octobre

Vise à doter les jeunes de compétences utiles et adaptées à leur âge, tout en renforçant leur capacité à assurer leur propre sécurité. Les participants apprendront à bien réagir à toutes sortes de scénarios, que ce soit dans leur communauté ou à la maison, ils seront Prêts à rester seuls.

18 novembre	9h00-15h00	55\$	33 rue de l'Église	Avec Formations prévention secours
-------------	------------	------	--------------------	------------------------------------

L'orgue du gentil géant



Inscription avant le 28 septembre

Pièce de théâtre pour enfant d'une durée de 45 minutes. Petit e Cacahuète, désirent présenter au public leur nouvelle acquisition : un authentique orgue de barbarie fabriqué en Europe. Seulement, M. Pantouflard n'aime pas être dérangé par la musique qui le déconcentre dans son travail. Ce vilain personnage mettra au point plusieurs machinations pour se débarrasser de l'orgue. Heureusement, les enfants veillent au grain et aideront nos deux héros à déjouer les plans de M. Pantouflard.

2 octobre	10h00 à 11h00	Gratuit	33 rue de l'Église	Avec les productions Noeud papillon
-----------	---------------	---------	--------------------	-------------------------------------

Viactive (50 ans et +)



VIACTIVE encourage les aînés à bouger plus régulièrement. Ce programme offre des séances d'exercices de groupe (adaptable pour tous), exécutées au son d'une musique entraînante.

Mercredi: 13h30-14h30	21 septembre au 23 novembre	Gratuit	33 rue de l'Église	Avec Dorothee & Gaétane
--------------------------	--------------------------------	---------	-----------------------	----------------------------

Les dahls végétarien



Inscription avant le 31 octobre

Venez en découvrir plus sur la cuisine végétarienne en cuisinant et dégustant des dahls.

Mercredi le 9 novembre	18h30 à 20h30	30\$	La cuisine du presbytère	Avec Lila Des Neiges
---------------------------	---------------	------	-----------------------------	-------------------------

Cueillette de champignons sauvages



Partez à la recherche de champignons et de plantes forestières comestibles avec un spécialiste de l'entreprise Les Jardineux Cueilleurs.

Samedi 24 septembre	9h00 à 11h00 OU 14h30 à 16h30	20\$	Camping du Mont-Sainte- Anne	Avec Les Jardineux Cueilleurs
------------------------	-------------------------------------	------	------------------------------------	----------------------------------

Heure du conte



Un voyage imaginaire pour les tout-petits dans un conte animé.

Dimanche : 9h30-10h30	25 septembre et 9 octobre	Gratuit	Presbytère	Avec Marguerite Théberge
--------------------------	---------------------------------	---------	------------	-----------------------------

Carte boussole



Nous vous offrons une formation qui vous permettra de maîtriser l'art de l'orientation en forêt à l'aide de la carte topographique et de la boussole. L'orientation en forêt est considérée comme le premier pas vers l'acquisition des compétences pour la survie en forêt.

Mercredi : 18h00-20h00	21 septembre au 23 novembre	95\$ 10 cours	Presbytère	Avec Christian Lanouette
---------------------------	--------------------------------	------------------	------------	-----------------------------

Organismes partenaires

Cercle de Fermières



Le local du Cercle de Fermières est situé au 33, rue de l'église. Les membres du cercle sont très dynamiques et organisent beaucoup d'activités et de projets (tissages, cours de couture, ateliers libres les lundis soirs, etc.)

Pour plus d'informations, contactez Claire Michaud, présidente au 418-928-2430 ou par courriel à cfqstferreollesneiges@gmail.com

Le Saint-Fé Café



Programmation d'activités du Saint Fé Café

Le Saint-Fé Café a comme objectif de favoriser les liens sociaux, de briser l'isolement des personnes seules et d'égayer le quotidien en favorisant des rencontres intergénérationnelles enrichissantes avec des gens de notre communauté! Surveillez leur programmation sur Facebook "Le Saint-Fé Café" ou via l'infolettre de la Municipalité.

Organismes partenaires

Maison des jeunes La Zone



La maison des jeunes est un organisme communautaire qui permet aux jeunes de 11 à 17 ans de se responsabiliser, de développer un sentiment d'appartenance à leur communauté et bien sûr, d'avoir du plaisir via des projets, activités, sorties, implications communautaires, etc. Les intervenant(e)s sont présents pour aider les jeunes et de les guider dans les épreuves qu'ils rencontrent. Pour connaître leur programmation et leurs services: 418-826-3107 ou mdjlazone@hotmail.com

École de Musique



Inscription sur le site : www.ecolemusiquebeaupre.com

La municipalité met à la disposition de l'école de musique un local pour y offrir des cours de piano. Elle offre aussi des cours de chant et de guitare pour tous les âges et tous les niveaux. Inscription sur le site de l'école de musique (ecolemusiquebeaupre.com)

Ressources familiales Côte-de-Beaupré



Programmation et inscriptions: www.rfcb.ca ou sur leur page Facebook: Ressources Familiales Côte-de-Beaupré

Ressources familiales Côte-de-Beaupré est un organisme communautaire qui s'adresse aux familles et qui vise à soutenir les habiletés parentales tout en favorisant le développement global des enfants 0-12 ans. Plusieurs activités sont au programme à l'automne (Parcours Karibou, samedi motricité, déjeuners-rencontres, etc.)

Club de patinage Côte-de-Beaupré



Inscriptions: cpacotedebeaupre@hotmail.com ou via leur page Facebook: CPA Côte-de-Beaupré

Le Club de patinage artistique de la Côte-de-Beaupré offre une grande variété de cours de groupe, privés ou semi-privés dès le mois de septembre. Rendez-vous sur leur site Internet pour plus d'informations: www.cpacotedebeaupre.com

Organismes partenaires

Club de marche Côte-de-Beaupré



Site web:

www.clubdemarchecotedebeaupre.blogspot.com

Le Club de marche de la Côte-de-Beaupré offre à ses membres, chaque semaine, des activités randonnées pédestres et en raquettes, en forêt, en montagne et sur différents sentiers de la Côte-de-Beaupré. Pour informations et inscription, contactez Luc Legendre par courriel à l'adresse suivante:

luc.legendre@icloud.com

Les Semeurs d'Espoir



Site Internet: www.semeursdespoir.org

Les Semeurs d'Espoir est un organisme de bienfaisance qui a comme mission de faire des projets et d'offrir des activités pour promouvoir les saines habitudes de vie, l'autonomie alimentaire, l'inclusion sociale et la mixité. Plusieurs activités sont proposées comme une formation carte boussole, initiation à la poterie, une ruche d'art, jardin collectif, etc.

Québec Natation



Info et inscriptions: 418-687-4045 ou www.quebecnatation.com

Il est possible de vous inscrire à des activités aquatiques auprès de Québec Natation. Les cours se dérouleront à différents emplacements, dont la piscine du Cégep Limoilou. L'entente entre la Municipalité et Québec Natation vous permet d'économiser 15 \$ sur les frais d'inscription.

Autres organismes ?



Vous êtes un organisme qui offre des activités de loisirs dans la Municipalité et vous ne figurez pas dans notre programmation d'automne ou vous aimeriez faire partie de notre programmation d'hiver ?

Contactez-nous!

loisirs@saintferreollesneiges.qc.ca
418 826-225 poste 113