VILLE DE BEAUPRÉ

PRINTEMPS-ÉTÉ 2020

LOISIR, SPORT ET VIE COMMUNAUTAIRE

DATES D'INSCRIPTION :

Printemps : 11 au 24 mars

Fermeture des inscriptions à 16 h 30

Inscription Camp d'été : à partir du 13 avril

INFORMATIONS: 418-827-4541

TABLE DES MATIÈRES

Renseignements généraux

Mot du maire……3
Index téléphonique……..4
Renseignements……5
Inscriptions (modalités)..…7
Réservation de locaux et de plateaux……...….8
Offres d'emploi……..…9
Programmation culturelle ……10
Calendrier des événements……..10
Bibliothèque la Plume d'Oie…… 13
Le coin communautaire ….15
Activités sportives……..17
Camp de jour ……..37
Organismes…… 31

Activités aquatiques

Cours de natation……18
Aquaforme……..23

Activités jeunesse
(1 à 16 ans)

Cours de Golf……..34
Ballet ……..25
Cours Mini-Ninja……26
Yoseikan Karaté do……26
Tennis……24
Soccer……..35

Activités sportives adultes & aînés
(16 ans et +)

Axe et Force (Stretching)..28
Cours mamans & enfants…….…….. 27
Cardio-Kick……30
Cardio-Danse……..30
Club de marche……33
Cours de Golf……..34
Pickleball……32
Remise en forme 50 ans et plus……..28
Spinning……..29
Tennis……..24
Yoga……29

MOT DU MAIRE

Les rayons chauds du soleil du printemps commencent à nous réchauffer et déjà nous pensons aux activités que nous allons entreprendre sous peu. L'hiver particulièrement doux est déjà passé. Les activités hivernales offertes par la Ville ont été largement utilisées et nous en sommes très heureux.

Le service des loisirs n'a pas chômé durant l'hiver et vous verrez une foule d'activités qui vous seront offertes. Participez en grand nombre! La vitalité d'une ville se remarque par la participation citoyenne. Beaupré est fière de votre participation et de votre implication.

Je vous invite à nous suivre via l'infolettre de la ville ou sur notre site internet.

Je vous souhaite à tous une belle saison printanière.

Pierre Renaud

INDEX TÉLÉPHONIQUE

SERVICE DES LOISIRS

Directeur : Gilles Carrier…….418 827-4541 (229)

Coordonnatrice : Marie Bourquard ……418 827-4541 (230)

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE À RETENIR

Hôtel de ville…….418 827-4541

Bibliothèque *La Plume d'Oie*…….418 827-8483

Centre Multifonctionnel ……..418-827-8902

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

Association Bénévole Côte-de-Beaupré

418 827-8780

Association des grands-parents du Québec

418 702-3544

Club FADOQ Les Pionniers de Beaupré

418 827-2658

Libre espace Orléans (santé mentale)

418 827-1551

Alternative Jeunesse Mont-Saint-Anne - MDJ l'Énigme de Beaupré

418 827-8668

Ressources familiales Côte-de-Beaupré

418 827-4625

La Friperie De la Côte

418 702-0732

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

DÉFINITION DE RÉSIDENT

Personne physique ayant sa résidence principale à Beaupré ou propriétaire non domicilié qui reçoit un compte de taxes municipales de Beaupré. Sont aussi considérés comme résidents les enfants qui sont en garde partagée et reconnue selon un jugement de la cour.

DÉFINITION DE NON-RÉSIDENT

Personne physique n'ayant pas sa résidence principale à Beaupré ou qui ne reçoit pas de compte de taxes municipales de Beaupré.

RESPONSABILITÉ

La Ville de Beaupré se dégage de toutes responsabilités quant aux dommages corporels, matériels, pertes ou vols, pouvant survenir dans le cadre des activités du Service des loisirs. Par conséquent, aucun recours ne pourra être intenté contre elle.

TAXES

Le coût d'inscription à certains ateliers contenus dans ce guide inclut la TPS et la TVQ lorsqu'elles s'appliquent.

INSCRIPTION EN RETARD

Les inscriptions reçues après la date limite d'inscription seront acceptées si des places sont encore disponibles.

Cependant, si le cours est déjà commencé, aucun crédit ne sera accordé pour la portion écoulée. Le paiement doit se faire en argent ou par carte de débit, aucun chèque n'est accepté pour les inscriptions en retard.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

TARIFICATION

RÉSIDENTS (17ANS ET MOINS):
Pour tous les cours organisés par la Ville de Beaupré, une réduction de 50 % sur le coût d'inscription est appliquée.

NON-RÉSIDENTS :
Il n'y a pas de tarification spéciale pour les non-résidents, sauf exception.

REMBOURSEMENT ET MODIFICATION

Des frais d'administration de 15 % seront chargés à toute personne inscrite à une activité qui annule avant le premier cours. Après le premier cours, aucun remboursement ne sera effectué sauf sur présentation d'un billet médical. Ce remboursement s'effectuera au prorata du nombre de cours reçus. Selon le nombre d'inscriptions, la Ville se réserve le droit d'annuler ou de modifier les activités.

AVERTISSEMENT

Tous les renseignements et les tarifs que vous retrouvez dans ce guide sont sujets à changement sans préavis.

CARTE D'ABONNEMENT AU CENTRE MULTIFONCTIONNEL
(ADULTE, MOINS DE 18 ANS ET FAMILIALE)

Cette carte donne accès à toutes les activités libres (sans réservation) du Centre multifonctionnel sans payer de frais pour les éléments suivants: utilisation du gymnase (sauf tennis), billard, ping-pong, tables de soccer, vélos de spinning au deuxième étage, le co-working et la location d'équipements.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour l'ensemble des activités, les résidents de Beaupré peuvent s'inscrire à compter du **11 mars à 8 h 45.** Les non-résidents quant à eux peuvent s'inscrire à compter du **12 mars à 8 h 45.**

Pour la session, il y a **deux façons de s'inscrire** :

1. **En ligne au www.villedebeaupre.com** (dans la section «Loisirs et culture» cliquez sur «Inscriptions et formulaires», puis sur le lien d'inscription en ligne).

2. En personne, durant les heures d'ouverture de l'hôtel de ville :
   - Lundi au jeudi : 8 h 45 à 12 h et 13 h à 16 h 30
   - Vendredi : 8 h 30 à 12 h et 13 h à 15 h

LA RÈGLE DU PREMIER ARRIVÉ, PREMIER SERVI SERA APPLIQUÉE EN TOUT TEMPS. CETTE RÈGLE S'APPLIQUE ÉGALEMENT POUR L'INSCRIPTION EN LIGNE.

MODALITÉS DE PAIEMENT

Inscription en ligne : Paiement par carte de crédit seulement.

Inscription en personne : Les frais d'inscription sont payables en entier en argent comptant, débit ou par chèque daté du jour de l'inscription à l'ordre de la Ville de Beaupré.

Des frais de 15 $ sont applicables pour tout chèque sans provision.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

RÉSERVATION DE LOCAUX ET DE PLATEAUX

LISTE DES LOCAUX À LOUER :

- Centre communautaire : 20, rue de Fatima Est
- Centre multifonctionnel : 70, rue des Érables

LE COÛT DE LA LOCATION COMPREND:

- Le montage et le démontage de la salle
- Un surveillant sur place (Centre multifonctionnel)

PRENDRE NOTE QUE :

- Le locataire doit obligatoirement signer un contrat de location avec la Ville et doit s'engager à respecter les clauses du contrat.
- Lorsqu'il y a consommation ou vente d'alcool, le locataire doit obligatoirement se procurer un permis à la Régie des alcools, des courses et des jeux et le présenter au moment du paiement.

Pour des informations concernant les disponibilités et les prix, communiquer avec le service des loisirs 418-827-4541

TERRAIN DE BASEBALL

Le terrain est situé au plateau sportif, 70, rue des Érables. Il peut accueillir tous les niveaux du baseball mineur, des ligues de balle adultes ainsi que des tournois.

TARIFICATION 2020

Location terrain/jour	275 $
Location terrain/3 jours de suite	550 $
Location pour la saison	700 $
Location à l'heure	55 $

OFFRES D'EMPLOIS

TU AS ENVIE DE PASSER L'ÉTÉ À L'EXTÉRIEUR ? LA VILLE DE BEAUPRÉ À PLUSIEURS POSTES À COMBLER.

CAMP DE JOUR

- Accompagnateur pour les enfants ayant un handicap
- Moniteurs pour les enfants de 5 à 12 ans
- Animateur du service de garde

Date limite: 20 mars

PISCINES EXTÉRIEURES

• Surveillant - sauveteur

• Assistant surveillant – sauveteur

Date limite: 20 mars

PRÉPOSÉ (E) À L'ENTRETIEN DES PARCS ET ESPACES VERTS

Relevant du chef d'équipe, la personne titulaire de ce poste effectuera l'entretien supervisé des aires gazonnées et l'aménagement dans les parcs et espaces verts municipaux (tonte de gazon avec tracteur, tondeuse et débroussailleuse, désherbage, arrosage, etc.)

Date limite: 3 avril

PROCÉDURE POUR POSTULER :

Compléter un formulaire par internet au www.villedebeaupre.com dans la section « Offres d'emploi »

Par courriel : josianne.gagnon@villedebeaupre.com

CONCOURS

TU AS UNE IDÉE POUR DONNER UN NOM AUX SPECTACLES À LA PLACE DES GÉNÉRATIONS?

PARTICIPE AU CONCOURS D'ICI LE 17 AVRIL À 15 H

INFORMATION : WWW.VILLEDEBEAUPRE.COM

Venez découvrir des artistes et groupes du Québec. Cette année encore, les spectacles ont lieu les vendredis et les samedis soirs à la Place des Générations. Les spectacles débuteront à 20 h. **En cas de pluie, les spectacles se dérouleront à l'auditorium de l'École secondaire Mont-Saint-Anne.**

LES VENDREDIS STYLES: Découvrez différents styles de musique tels que le jazz, le country, le rock et plusieurs autres.

LES SAMEDIS VARIÉS: Profitez d'une programmation diversifiée pour égayer les samedis soirs en famille.

DÉBUT DES SPECTACLES LE 3 JUILLET ! PROGRAMMATION COMPLÈTE À VENIR

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

BEAUPRÉ EN PÊCHE

6 juin

Dans le cadre de la Fête de la pêche du Québec, la Ville de Beaupré organise, le 6 juin, Beaupré en Pêche. Trois (3) sites de pêche sont possibles, soit le pont Taschereau, le pont de la 138 et la plage (70 rue des Érables).

LE SITE PRINCIPAL D'ACTIVITÉS SERA LA PLACE DES GÉNÉRATIONS, EN FACE DE L'ÉGLISE (ACTIVITÉS, RESTAURATION, BAR, ETC.).

SAINT-JEAN

24 juin

La Fête nationale du Québec

THE RESPECTABLES

25

Viens fêter la Fête du Québec avec nous!

Animations familiales, un kiosque alimentaire, le spectacle « **The Respectables** » et feux de la Saint-Jean sauront plaire aux petits comme aux grands.

Programmation détaillée à venir.

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

GRAND FONDO

19 juillet

Prenez part à une grande randonnée cycliste d'envergure internationale avec ses arches, ses banderoles, son départ énergique, ses épreuves chronométrées et ses spectateurs le long des parcours.

RODÉO MONT-SAINT-ANNE

6 au 9 août 2020

Nouvelles dates et plein de nouveautés. Du 6 au 9 août 2020, à Sainte-Anne-de-Beaupré (face à la Basilique, en bordure du fleuve).

RÉSERVEZ VOTRE WEEKEND!

La Plume d'Oie
BIBLIOTHÈQUE

Adresse : 11298, rue de la Salle
Téléphone : 418 827-8483
Courriel : bibliothèque@villedebeaupre.com

Horaire :
Dimanche : 13 h à 15 h
Lundi : 18 h 30 à 20 h 30
Mardi : 13 h à 15 h
Mercredi : 13 h à 15 h et de 18 h 30 à 20 h 30
Jeudi: Fermé
Vendredi : 18 h 30 à 20 h 30
Samedi : Fermé

Carte d'abonnement GRATUITE

La bibliothèque sera fermée aux dates suivantes : Pâques (12-13 avril), 17-18 mai, , 24 juin , 1er juillet et durant les vacances estivales du 19 juillet au 8 août.

une naissance un LIVRE

pretnumerique.ca

Disponible à la bibliothèque jusqu'en mai

MUSÉO
des musées à **emporter**!

Calendrier des activités

à la bibliothèque

MARS	**Atelier confection mouche 8-12 ans** Samedi 21 mars 10 h à 11 h 30, 8-12 ans **Inscriptions au 418-827-4541 ou par courriel au marie.bourquard@villedebeaupre.com**
AVRIL	**CONTE ET ATELIER CULINAIRE 4– 7 ans** Dimanche 26 avril 10 h à 11 h **Inscriptions obligatoires** : 418-827-4541
MAI	**Les Rendez-vous de la Francophonie** 6 mai Durant les heures d'ouverture de la bibliothèque Projection film : Parcours inspirants et être inspirés **ATELIER DÉCOUVERTE DES HUILES ESSENTIELLES** 20 mai 19 h à 20 h, **Inscriptions obligatoires** : 418-827-4541
JUIN 	**CLUB DE LECTEUR HORS LA L'OIE (5-12 ans)** 21 juin au 21 août. **Inscriptions à partir du 11 mai à la bibliothèque.**

LE COIN COMMUNAUTAIRE

Coffre à jouets communautaire

Situé au 70 rue des Érables, le coffre communautaire permet aux familles de profiter de jouets lors de leurs venues au parc.

Le fonctionnement du coffre est simple, les jouets sont disponibles durant la journée et la fin de semaine. Les jouets ne doivent pas sortir du parc et ils doivent être replacés dans le coffre à la fin de leurs utilisations.

Croque-Livres et Truck-à-lire pour adultes

«Prends un livre ou donne un livre»

Situé au Centre Multifonctionnel et au Parc municipal Camille Côté de Saint-Joachim durant l'été, les Croques-Livres et les Truck-à-livre permettront aux citoyens de venir partager leurs livres.

LE COIN COMMUNAUTAIRE

VOUS AIMEZ LES JEUX DE SOCIÉTÉ?

Prêt de jeux de société au Centre Multifonctionnel

- **Les prêts sont gratuits !**
- **Les jeux doivent être joués sur place.**

Présentez-vous à l'accueil pour découvrir notre panoplie de jeux.

JE DEVIENS BÉNÉVOLE

Les bénévoles sont indispensables dans toutes les sphères de la vie. Vous êtes passionné et prêt à investir du temps pour votre communauté? Plusieurs organismes sont toujours à la recherche de nouveaux bénévoles.

- Bibliothèque la Plume D'oie (418-827-4541)
- Association Bénévole de la Côte-de- Beaupré (418-827-8780)
- Association des grands-parents du Québec (418-702-3544)
- Événements de la Ville (418-827-4541)

ACTIVITÉS SPORTIVES

BADMINTON LIBRE

Vous aimez le badminton et vous aimeriez venir y jouer avec vos amis ou votre famille? Plusieurs disponibilités en journée et de fin de semaine.

Pour informations, tarifications et disponibilité du gymnase : 418-827-8902

PISTES CYCLABLES

Des voies cyclables de plusieurs kilomètres sillonnent la Côte-de-Beaupré. Pour obtenir le parcours détaillé, consultez notre site internet au www.villedebeaupre.com.

PÉTANQUE

La pétanque vous intéresse?
Le terrain de pétanque se situe à l'arrière du Centre multifonctionnel (70 rue des érables).

TERRAIN DE TENNIS

Deux terrains de tennis sont disponibles gratuitement au Plateau sportif du Centre multifonctionnel.
(70 rue des érables)

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Programme Croix-Rouge de natation

Pour s'amuser tout au long de sa vie sur l'eau et dans l'eau de façon saine et sécuritaire!

Croix-Rouge Natation

CROIX-ROUGE NATATION PRÉSCOLAIRE

Ce programme de 8 niveaux est destiné aux enfants de 6 mois à 5 ans et leur permettra d'accéder au niveau qui correspond à leur âge et à leurs habiletés :

- Dans le cadre des niveaux Étoile de mer, Canard, Tortue de mer et Loutre de mer, le parent participe aux leçons avec son enfant.
- Le niveau Salamandre peut servir de transition en permettant au parent de laisser graduellement l'enfant d'âge préscolaire avec le moniteur.
- Les niveaux Poisson-lune, Crocodile et Baleine se déroulent sans la participation du parent dans l'eau (les enfants restent avec le moniteur en tout temps). Par contre, un adulte responsable doit rester sur les lieux lors du cours de natation de l'enfant.

CROIX-ROUGE NATATION JUNIOR (1, 2 et 3 à Beaupré et de 4 à 10 à Québec)

Programme de 10 niveaux pour les enfants de 6 ans et plus. Ce programme aidera les nageurs à développer les six techniques de nage (crawl, dos crawlé, dos élémentaire, brasse, papillon et marinière), à apprendre activement la sécurité aquatique et à augmenter leur forme physique et leur endurance tout en s'amusant. Les enfants seront encouragés à relever des défis personnels de distance et de temps, ce qui constituera une excellente motivation tout au long des 10 niveaux.

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Endroit : **DDN* :** , 203 rue du Val-des-Neiges, Beaupré
Coût: Résident: Préscolaire : 40 $; Junior : 45 $
Non-Résident: Préscolaire : 80 $; Junior : 90 $
Inscription : Voir rubrique page 7
Informations : 418 827-4541 ou Camille Martineau au 418-455-6414 entre 17 h et 20 h, du lundi au vendredi.
Horaire : Voir tableaux. **(sujet à changement sans préavis)**

**** Il n'y aura pas de cours le dimanche 12 avril ****

ÉTOILE DE MER
Enfant de **6 à 12 mois** capable de lever la tête sans aide. Accompagnateur requis. Initier l'enfant à la découverte et aux déplacements dans l'eau.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-ÉDM01	Dim. 13 h à 13 h 30	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80 $)

CANARD
Enfant de **12 à 24 mois**. Accompagnateur requis. Apprentissage de la flottaison et des déplacements avec l'aide de son accompagnateur.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-CAN01-02	Dim. 13 h à 13 h 30	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80 $)

TORTUE DE MER
Enfant **de 24 à 36 mois**. Accompagnateur requis. Apprentissage de la flottaison et des glissements sur le ventre et le dos.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-TDM01	Dim. 13 h 35 à 14 h 05	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80 $)

ACTIVITÉS AQUATIQUES

LOUTRE DE MER
Enfant **de 3 à 5 ans**. Accompagnateur requis. Apprentissage de la flottaison, de l'immersion et des glissements sur le ventre et le dos

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-LDM01	Dim. 14 h 10 à 14 h 40	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80 $)
NAT-LDM02	Mardi 17 h 30 à 18 h	31 mars au 3 juin	DDN	40 $ (80 $)

SALAMANDRE
Enfant **de 3 à 5 ans**. L'enfant doit se déplacer seul avec son ballon. Apprentissage de la nage sur le ventre et sur le dos sans aide sur 2 mètres (le but est d'enlever le ballon d'ici la fin du cours).

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-SAL01	Dim. 14 h 45 à 15 h 15	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80$)
NAT-SAL02	Mardi 17 h 30 à 18 h	31 mars au 3 juin	DDN	40 $ (80 $)
NAT-SAL03	Mardi 18 h 05 à 18 h 35	31 mars au 3 juin	DDN	40 $ (80 $)

POISSON-LUNE
Enfant **de 3 à 5 ans**. Être capable de flotter, de nager sur le ventre et sur le dos sans aide sur 2 mètres. Apprentissage de la nage sur le ventre et sur le dos sans aide sur 5 mètres. Initiation à la nage sur le côté.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-PLU01	Dim. 15 h 20 à 15 h 55	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80 $)
NAT-PLU02	Mardi 18 h 05 à 18 h 35	31 mars au 3 juin	DDN	40 $ (80 $)

ACTIVITÉS AQUATIQUES

CROCODILE/BALEINE

Enfant de **3 à 5 ans**. Être capable de nager sur le ventre et sur le dos sur 5 mètres. Pendant le cours, apprentissage et perfectionnement de la nage sur le ventre et sur le dos et initiation du crawl.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-CRB01	Dim. 15 h 55 à 16 h 40	29 mars au 31 mai	DDN	40 $ (80 $)

JUNIOR 1

Enfant de **6 à 14 ans** qui ont une expérience limitée ou pas d'expérience de l'eau. S'adresse également aux enfants qui ont peur de l'eau. **Préalable : avoir 6 ans.**

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-JU1-01	Dim. 16 h 45 à 17 h 40	29 mars au 31 mai	DDN	45 $ (90 $)

JUNIOR 2

Enfant de **6 à 14 ans.** Être capable de flotter et de glisser sur le ventre et sur le dos, de nager 5 mètres en continue à la surface de l'eau.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-JU2-01	Dim 17 h 45 à 18 h 30	29 mars au 31 mai	DDN	45 $ (90 $)

JUNIOR 3

Enfant 6 ans à 14 ans : Avoir réussi les critères de Junior 2. Augmente la distance de glissement sur le ventre et le dos, le battement de jambes alternatifs, de nager 15 mètre en continue.

Groupe	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
NAT-JU3-01	Mardi 18 h 40 à 19 h 25	31 mars au 3 juin	DDN	45 $ (90 $)

ACTIVITÉS AQUATIQUES

CROIX-ROUGE NATATION JUNIOR 4 À 10

Veuillez prendre note que la Ville de Beaupré **est dans l'impossibilité d'offrir**, pour la session de printanière 2020, des **cours de natation de niveau Junior 4 à 10.** Cette situation est due au fait que les heures de disponibilités de la piscine sont limitées et que nous ne pouvons pas enseigner le plongeon.

Nous sommes désolés des inconvénients que cette situation peut vous causer. Par contre, vous pouvez vous inscrire à des cours de natation (Junior 4 à 10) directement à la Ville de Québec ou au Centre communautaire Ferland.

CENTRE COMMUNAUTAIRE FERLAND

Information : 418 641-6384
Inscription : En ligne au **www.ccjgd.ca**
Horaire: Consulter le site Internet ou appeler au 418 641-6384

VILLE DE QUÉBEC

Inscription : En ligne au , **www.ville.quebec.qc.ca/citoyens/loisirs_sports**. Il faut cliquer sur « Programmation des loisirs ».

Croix-Rouge Natation

ACTIVITÉS AQUATIQUES– ADULTE

COURS D'AQUAFORME

Intervenante : Caroline Dubord, monitrice aquaforme

Description : Conditionnement physique complet en piscine sur musique rythmée.

Min: 12 Max: 16

*** Information importante : les adultes mesurant moins de 5 pieds auront des difficultés à suivre les cours en piscine.**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
16 ans et plus **Min: 12**	Mercredi 16 h 45 à 17 h 45	1er avril au 27 mai	Domaine Val Des Neiges 203 rue du Val-des-Neiges	90 $

LA VILLE RECHERCHE DE NOUVEAUX SAUVETEURS ET MONITEURS DE NATATION!

Vous recherchez un emploi stimulant avec une équipe dynamique, la Ville de Beaupré est à la recherche de sauveteurs, assistants-sauveteurs et moniteurs pour ses cours de natation.

Si vous êtes intéressé, contactez le service des loisirs par téléphone au 418-827-4541 ou par courriel à gilles.carrier@villedebeaupre.com

ACTIVITÉS JEUNESSE

COURS DE TENNIS Session d'été

Intervenant : Pierre Samson, Académie Tennis

Description: Cet été, initiez-vous et votre famille au tennis! Apportez gourde d'eau, espadrilles et vêtements de sport confortables. Le reste du matériel est fourni par l'Académie.

5-8 ans : Activité d'éveil de la pratique du jeu. Développer des qualités telles l'adresse, la perception des trajectoires et la coordination.

9-13 ans : Le cours comprend l'apprentissage de la base des règlements ainsi que le développement de leurs compétences. Les enfants peuvent alors jouer de vraies parties avec leurs amis.

Adultes (14 ans et plus) : Pour le niveau débutant à initié, ce cours comprend l'apprentissage des techniques tactiques de base et les règlements.

Inscription: Du 12 mars au 24 avril en ligne au www.qidigo.com de la Municipalité de Saint-Joachim ou en personne à l'hôtel de ville de Saint-Joachim

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-Rés.)
5-8 ans	**Lundi:** 18 h à 19 h	**Session 1 :** 11 mai au 15 juin	Parc Camille-Côté Saint-Joachim	30 $ (60 $)
9-13 ans	**Lundi:** 19 h à 20 h			
Adultes (14 ans et plus)	**Lundi:** 20 h à 21 h 30	**Session 2 :** 6 juillet au 10 août	En cas de pluie, le cours aura lieu au Centre multifonctionnel	90 $ pour les 17 ans et plus

ACTIVITÉS JEUNESSE

COURS DE BALLET

Intervenant : École du Ballet de Québec Christiane Bélanger (418-525-5751)

Description: L'École du Ballet de Québec offre des cours pour les amoureux du ballet classique. Ces cours utilisent une méthode russe basée sur l'amélioration de la flexibilité et de la force musculaire du dos qui permet des mouvements gracieux, précis et parfaits.

Niveau	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
Pré-Ballet * 3 à 5 ans	**Samedi** 9 h à 10 h	18 avril au 6 juin 8 cours	Centre multifonctionnel	60 $ (120 $)
Ballet classique Niveau 1	**Samedi** 10 h à 11 h			60 $ (120 $)
Ballet classique Niveau 2	**Samedi** 10 h à 11 h			60 $ (120 $)
Ballet classique Niveau 3	**Samedi** 11 h à 12 h			60 $ (120 $)

ACTIVITÉS JEUNESSE

COURS DE MINI-NINJA

Intervenant: Karaté Côte-de-Beaupré

Description : Karaté pour débutant. Initiez vos enfants aux arts martiaux tout en s'amusant! Respect, discipline et confiance en soi!

Participants: Max. : *25*

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
4 ans à 12 ans Niveau Débutant	**Mardi** 18 h 15 à 19 h 15	31 mars au 2 juin	Centre multifonctionnel	34 $ (68 $)

COURS YOSEIKAN KARATÉ DO (15 ANS ET PLUS)

Intervenant : Luc Paquette

Description: Apprenez à vous défendre tout en améliorant votre corps, vos réflexes et votre confiance! Venez repousser vos limites ou seulement vivre une nouvelle expérience.

Participants: Max. : *25*

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
15 ans et plus Niveau Débutant	**Mercredi** 19 h 15 à 20 h 15	1er avril au 3 juin	Centre multifonctionnel	34 $ (68 $)

ACTIVITÉS SPORTIVES– ADULTE & AÎNÉ

Cours Mamans & enfants : Musculation des muscles profonds (abdominaux)

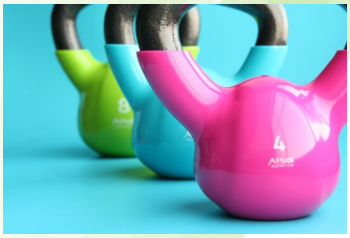
Intervenant: Bougeotte Placotine
Clientèle: Nouvelle maman avec enfant
Description : Bougeotte et Placotine vous proposent un cours de musculation durant lequel des exercices de renforcement des muscles stabilisateurs et profonds seront donnés. Tout âge de bébé est bienvenu ainsi que chaque stade de la grossesse. **ESSAIE GRATUIT LE *2* AVRIL.**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
Maman et bébé **Min : 6**	**Jeudi** 9 h à 10 h	9 avril au 4 juin	Centre multifonctionnel	84 $

Cours Mamans & enfants : Retour à la course à pied

Intervenant: Bougeotte Placotine
Description: Le niveau retour à l'intensité s'adresse aux femmes qui sont rendues à courir 15 minutes en continu, l'objectif du cours est de se préparer à une course de 5 km.
Prérequis: Le niveau **remise en forme** s'adresse donc aux mamans n'ayant pas encore commencé la course à pied depuis leur accouchement, mais qui sont aptes à faire 30 minutes de marche rapide continue.

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
Maman et bébé	Jeudi 10 h 30 à 11 h 30	9 avril au 4 juin	Plateau sportif (70 rue des Érables)	84 $



ACTIVITÉS SPORTIVES– ADULTE & AÎNÉ

AXE ET FORCE (STRETCHING)

Intervenant : Équipe 100 % Énergie

Description : Que ce soit pour la relaxation ou l'augmentation de la souplesse, les étirements proposés favorisent le relâchement musculaire. Des exercices de stabilisation qui favorisent la prise de conscience corporelle pour mieux adapter nos mouvements de la vie quotidienne.

Participants : Débutant et intermédiaire

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
18 ans et plus **Min: 8 Max: 20**	**Jeudi** 10 h 15 à 11 h	9 avril au 28 mai	Centre multifonctionnel	80 $

REMISE EN FORME 50 ANS ET +

Intervenant : Équipe 100 % Énergie

Description : Ce cours s'adresse aux 50 ans et plus qui cherchent une activité physique complète et dynamique. Programme basé sur une augmentation ou un maintien de la masse musculaire. Exercices adaptés et d'intensité variée accessible à tous.

Participants: Débutant et intermédiaire

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
50 ans et plus **Min: 8 Max: 20**	**Jeudi** 9 h 30 à 10 h 15	9 avril au 28 mai	Centre multifonctionnel	80 $

ACTIVITÉS SPORTIVES– ADULTE & AÎNÉ

SPINNING (jour & soir)

Intervenant : 100% Énergie
Description : L'exercice sans impact par excellence et efficace pour augmenter la capacité cardio-respiratoire. Un programme conçu en endurance, en force et en accélération sur une musique rythmée.
Session de 8 cours.

Participants: Min: 8 ; Max: 10

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
14 ans et plus	**Lundi** 17 h 15 à 18 h 18 h 15 à 19 h	6 avril au 25 mai	Centre multifonctionnel	80 $
14 ans et plus	**Mercredi** 17 h 30 à 18 h 15 18h 30 à 19 h 15	8 avril au 27 mai		

YOGA (soir)

Intervenant : Élizabeth Tremblay
Description : Discipline millénaire de l'Inde dont les techniques impliquant le corps, la respiration et le mental favorisent l'harmonie intérieure.
Niveau : Initié et débutant

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
18 ans et plus Min: 6 Max : 14	**Mardi** Initié : 18 h à 19 h Débutant: 19 h 15 à 20 h 15	7 avril au 26 mai 8 cours	Centre multifonctionnel	63 $

ACTIVITÉS SPORTIVES– ADULTE & AÎNÉ

CARDIO-KICK

Intervenant : Luc Paquette

Description : Entraînement basé sur les arts martiaux pour développer les réflexes, l'endurance, la vitesse et la force tout en s'amusant! Idéal pour se remettre en forme ou simplement se défouler! Entraînement adapté à chacun. «Hand wrap» (bandage pour les mains) gratuit au premier cours. Possibilité d'acheter des gants de boxe sur place!

Participants: Min: 9 Max: 20

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
16 ans et plus Pour tous	**Mercredi** 18 h 15 à 19 h 15	1er avril au 3 juin	Centre multifonctionnel	91 $

CARDIO-DANSE

Pour la forme et le plaisir de danser! Ce cours est la parfaite combinaison de la danse et de l'aérobie. Vous brûlerez des calories sur des routines chorégraphiées et des rythmes variés: latin, hip-hop, dance, pop et rétro !

Jeudi : 18 h 15 à 19 h 15 au Centre multifonctionnel

Début du cours le 9 avril !

Inscription: Amélie Boucher 418-559-2129

ACTIVITÉS SPORTIVES– ADULTE & AÎNÉ

CLUB DE PICKLEBALL

Le pickleball est un sport destiné aux personnes qui veulent bouger et s'amuser en groupe sans se faire mal. La saison printemps 2020 du club se termine le 19 juin ; un cours d'initiation est donné à tous les nouveaux membres du club.

Abonnez-vous auprès du Club de Pickleball Côte-de-Beaupré ou contactez-nous via le courriel :
pickleballCotedeBeaupre@hotmail.com

ORGANISMES

RESSOURCE FAMILIALE CÔTE-DE-BEAUPRÉ

Nous offrons des services :

Compétences parentales
Sécurité alimentaire
Halte garderie communautaire

RFCB est à l'écoute des besoins des familles de la Côte-de-Beaupré. Vous désirez de l'information, nous rejoindre au 418 827-4625 ou par courriel: info@rfcb.ca.

Au plaisir de vous rencontrer !

ORGANISMES

Club de marche Côte-de-Beaupré

Description : Le Club a vu le jour en février 2017 et ne cesse de prendre de l'ampleur depuis. Il vise les objectifs suivants : motiver les gens à marcher de façon assidue, améliorer la condition physique de tout un chacun, favoriser le contact avec la nature et la découverte du territoire de la Côte-de-Beaupré et de Charlevoix et finalement favoriser les échanges entre les membres.

Clientèle : Le Club regroupe principalement des retraités (environ 75 %) mais accueille également des membres qui sont encore sur le marché du travail.

Horaire : Les marches se font en matinée à compter de 8h30 pour la saison estivale de mai à septembre et de 9h00 le reste de l'année et cela habituellement du lundi au vendredi inclusivement. Le Club organise aussi quelques randonnées en fin de semaine.

Déroulement des activités : Les randonnées se font sur des sentiers en forêt. Chaque randonnée est dirigée par un organisateur du Club. La distance varie entre 6 et 12 km et la durée est entre 2 et 4 heures. Souvent, nous formons des sous-groupes pour tenir compte du calibre de nos membres : randonnée courte/longue, intensité rapide/modérée. En hiver, nos randonnées se font en raquettes ou en bottes à crampons lorsque les sentiers sont durcis.

Frais : Les frais d'inscription pour un abonnement annuel sont les suivants : membre individuel 20$/année, membre familial 30$/année, membre occasionnel 5$/marche. Des droits d'accès sont possibles à certains sites de randonnée.

Inscription : Consultez le blogue
http://clubdemarchecotedebeaupre.blogspot.ca/

Vous pouvez rejoindre les responsables du Club à
clubmarchecotebeaupre@gmail.com

ORGANISMES

COURS DE GOLF

Régie Intermunicipale de l'aréna Côte-de-Beaupré

COURS PERSONNALISÉS EN GROUPE DE 8 (max.)

À l'école secondaire du Mont-Saint-Anne

- 4 semaines de leçons intérieurs
- Analyse de l'élan
- 4 pratiques libres supervisées
- Apporter votre équipement
- Matériel fourni si nécessaire
- Deux enseignants expérimentés
- Possibilité d'une séance supplémentaire sur le terrain.

INSCRIPTIONS à l'aréna Côte-de-Beaupré :

Le mardi 18 février 2020 de 18 h à 20 h ou entre 9 h et 16 h chaque jour aux numéros suivants:

Christian Blouin : 581 983-1391
christian.blouin@csdps.qc.ca

Jules Boies: 418 827-4150

COÛT: 100$/résident 150 $/non-résident 85 $/junior

ORGANISMES

Équi Justice: Médiation citoyenne

équi justice
Réseau de justice réparatrice et de médiation citoyenne

La médiation citoyenne est un service visant la promotion de la gestion des conflits dans la communauté, basée sur la communication et le dialogue.

Gratuit et confidentiel, le service est accessible à tous. Les citoyens désireux d'échanger dans une démarche encadrée par des professionnels peuvent contacter un médiateur citoyen.

Pour informations: info@equiijustice.ca
418-648-6662 poste 209

ORGANISMES

L'Association Bénévole Côte-de-Beaupré a pour mission de contribuer, par l'action bénévole, au maintien à domicile, à la qualité de vie et à la défense des intérêts des personnes aidées, tout en luttant contre la pauvreté.

Services : Popote roulante, accompagnement/transport, journée d'activités, sortie d'amitié, visites d'amitié, service d'aide à l'impôt.

MAISON DES JEUNES L'ÉGNIME DE BEAUPRÉ

Tu as entre 11 et 17 ans et tu aimerais avoir un endroit où ce que tu penses et ressens compte vraiment ?

VIENS T'IMPLIQUER À LA MDJ.

C'EST GRATUIT ET VOLONTAIRE

Où ? Au sous-sol de l'église de Beaupré
situé au 1 rue de Fatima O.
La porte est à l'arrière, du côté du cimetière.

Horaire:

Mercredi 18 h à 21 h 30
Jeudi : 18 h à 21 h 30
Vendredi : 18 h à 22 h

Compte Facebook – MDJ l'Énigme de Beaupré
Courriel – mdjlenigme@videotron.ca
Téléphone – 418-827-8668

La Ville de Beaupré et la Municipalité de Saint-Joachim offrent un camp de jour commun depuis 12 ans. Avec plus de 260 jeunes par année, de 5 à 13 ans, le camp de jour se démarque par sa diversité d'activités et son personnel. Le site principal du camp est situé au Centre multifonctionnel.

CLIENTÈLE

- Enfants de 5 à 11 ans
- Préados (secondaire 1 et plus: 12 et 13 ans)

PROGRAMMATION

La programmation sera disponible au bureau de chacune des municipalités et sur le site internet au www.villedebeaupre.com à compter du **13 avril 2020.**

ENFANTS AVEC BESOIN D'ACCOMPAGNEMENT

Si votre enfant a des besoins particuliers et qu'il doit être accompagné par un moniteur spécialisé, il y a un formulaire à compléter **(date limite : 20 mars 2020 à 15 h).** Pour toutes informations, veuillez communiquer avec le directeur des loisirs monsieur Gilles Carrier au 418 827-4541 ou à gilles.carrier@villedebeaupre.com.

CAMP DE JOUR INTERMUNICIPAL

TARIFS CAMP D'ÉTÉ (5 à 11 ANS) et PRÉADOS (12-13 ans)

	Beaupré $/sem.	Non-rés. $/sem.	St-Joachim $/ sem.
1er enfant	55 $	187 $	55 $
2e enfant	49,50 $	187 $	49,50 $
3e / 4e / 5e	41,25 $	187 $	41,25 $
Serv. garde	10 $	14 $	10 $

Le groupe préados suivra l'horaire régulier de 5 jours du camp d'été comprenant deux (2) sorties par semaine.

SERVICE DE GARDE

L'horaire est de 7 h à 8 h 30 et de 16 h à 18 h. Si vous dépassez ces heures, des pénalités s'appliquent : 5 $ par tranche de 15 minutes.

LES FRAIS D'INSCRIPTION COMPRENNENT

- Des moniteurs compétents formés en secourisme et en animation;
- Des semaines thématiques;
- Des sorties éducatives à chaque semaine;
- Un chandail fourni à chaque jeune inscrit;

Association des camps du Québec

VILLE DE BEAUPRÉ

ST-JOACHIM

CAMP DE JOUR INTERMUNICIPAL

MODALITÉS D'INSCRIPTION

COMMENT S'INSCRIRE? (À COMPTER DU 12 AVRIL)

1. **En ligne**, au www.villedebeaupre.com (dans la section « loisir et culture », cliquez sur «Camp de jour intermunicipal ») ou www.quidigo.com (Ville de Beaupré) Il est important de remplir tous les champs obligatoires concernant la santé de vos enfants.
2. **En personne**, vous pouvez vous inscrire directement à l'hôtel de ville de Beaupré sur les heures de bureau.

PRENEZ NOTE QUE LA DATE LIMITE D'INSCRIPTION EST LE 17 MAI 2020. APRÈS CETTE DATE, DES PÉNALITÉS DE 35$/ ENFANT S'APPLIQUERONT SANS EXCEPTION.

MODALITÉS DE PAIEMENT

1. **En ligne :** carte de crédit
2. **En personne :** argent comptant ou chèque

LES PAIEMENTS PAR CHÈQUE SERONT ACCEPTÉS JUSQU'AU 17 MAI 2020, À 16 H 30 .

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Gilles Carrier, Directeur des loisirs

Marie Bourquard , Coordonnatrice des loisirs

Kim Marchand, Coordonnatrice du camp de jour

Camille Gosselin, Coordonnatrice-adjointe

Téléphone : 418 827-4541

Téléphone du camp de jour : 418-827-8657 (à compter du 13 mai)

Courriel : campbeaupre@hotmail.ca

NOTE

www.villedebeaupre.com

Gilles Carrier, Directeur des loisirs
Marie Bourquard, Coordonnatrice des loisirs
10995, rue des Montagnards
Beaupré (Québec) G0A 1E0

Téléphone : 418 827-4541
Télécopie : 418 827-3818
Courriel : gilles.carrier@villedebeaupre.com
marie.bourquard@villedebeaupre.com