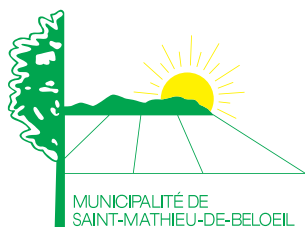


PROGRAMMATION HIVER 2024

INFO-LOISIRS



MUNICIPALITÉ DE
SAINT-MATHIEU-DE-BELOEIL

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Périodes d'inscription

Cours en session

 Du 11 décembre au 13 janvier (résidents)
Du 18 décembre au 13 janvier (non-résidents)

La période d'inscription pour les activités offertes en session est **du 11 décembre 2023 au 13 janvier 2024**.

Les inscriptions aux différents cours doivent être effectuées avant la fin de la période d'inscription afin que la Municipalité puisse confirmer la tenue des activités en fonction du nombre de participants.

Ateliers et conférences

 En continu

Les inscriptions aux conférences et aux ateliers peuvent être effectuées en continu jusqu'à la veille de la tenue de l'activité.

Les activités demeurent affichées dans la plateforme Qidigo tant et aussi longtemps que les inscriptions sont ouvertes.

Modalités de paiement

Les coûts d'inscription aux activités sont payables par carte de crédit, et ce, à même la plateforme d'inscription en ligne.

Votre inscription sera confirmée une fois le paiement effectué. Votre facture et votre reçu de paiement seront automatiquement ajoutés dans votre dossier Qidigo et transmis par courriel.

Modalités de remboursement

Aucun remboursement ne sera effectué en cas d'abandon volontaire du participant. Toutefois, vous pouvez obtenir une note de crédit si la demande est effectuée avant le début des cours. Ce crédit pourra être utilisé uniquement pour une future inscription à une activité de loisirs offerte par la Municipalité.

Pour un abandon de nature médicale, une preuve d'un professionnel pourrait être demandée afin d'obtenir un remboursement.

 **BESOIN
D'INFORMATION ?**

Contactez le Service des loisirs aux coordonnées suivantes :

loisirs@smdb.ca

450 467-7490, poste 281



COMMENT S'INSCRIRE ?



À partir du site web municipal, cliquez sur l'icône « *Inscription loisirs* » pour accéder à la plateforme d'inscription Qidigo.



Connectez-vous à votre compte ou créez votre dossier. À même votre dossier, ajoutez les membres de votre famille.



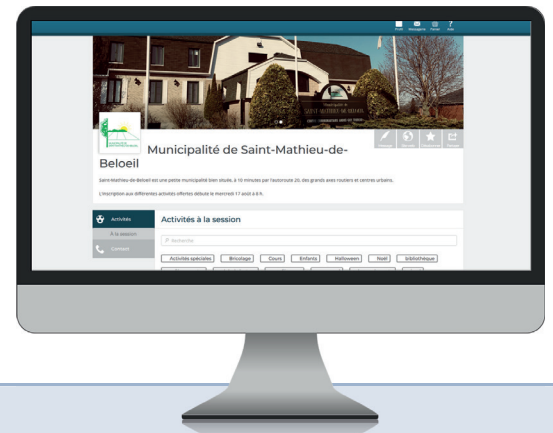
Sélectionnez dans la liste déroulante le ou les membres de votre famille à inscrire, puis effectuez votre choix d'activités parmi la liste proposée.



Finalisez votre inscription en effectuant votre paiement en ligne par carte de crédit.



Votre inscription est complétée !



BESOIN D'AIDE POUR VOUS INSCRIRE ?

Vous n'avez pas accès à Internet ou ne possédez pas d'adresse courriel ? Il vous est impossible de payer par carte de crédit ?

N'hésitez pas à communiquer avec nous !


Il nous fera plaisir de vous assister pour vous inscrire en personne aux bureaux municipaux ou par téléphone.

PROGRAMMATION

COURS EN SESSION



Cours d'étirements adaptés (65 ans et plus)

 **Groupe 1 :** lundi de 13 h 30 à 14 h 30 du 22 jan. au 15 avril (congé le 1^{er} avril)
Groupe 2 : jeudi de 10 h 30 à 11 h 30 du 25 janvier au 11 avril

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Améliorez votre qualité de vie physique et psychique par cette activité à la fois bénéfique et divertissante. Ce cours d'étirements adaptés est une belle occasion de se remettre en forme graduellement et de prévenir diverses dégénération physiques et psychologiques.

Matériel requis : tapis de yoga.

 Résidents : 75 \$

 Non-résidents : 90 \$



Cours de Zumba® (13 ans et plus)

 **Groupe 1 :** mardi de 18 h à 19 h du 23 janvier au 16 avril (congé le 2 avril)
Groupe 2 : mardi de 19 h 05 à 20 h 05 du 23 jan. au 16 avril (congé le 2 avril)

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Les cours de Zumba® vous feront vivre une heure de plaisir intense. Ce cours de danse et de mise en forme fusionne différents styles de danses. Cette technique d'entraînement par intervalles est très efficace pour brûler des calories et pour perdre du poids ou maintenir un poids santé. **Matériel requis :** bouteille d'eau et vêtements de sport.

 Résidents : 90 \$

 Non-résidents : 105 \$



Cours d'entraînement modéré adapté (50 ans et plus)

 Jeudi de 18 h à 19 h du 25 janvier au 11 avril

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Remettez vous en forme après la période des Fêtes grâce à ce cours d'entraînement par intervalles en compagnie d'un professeur qualifié de l'organisation Focus Studio.

Matériel requis : bouteille d'eau et vêtements de sport.

 Résidents : 90 \$

 Non-résidents : 105 \$



Cours de Pilates (13 ans et plus)

 Jeudi de 19 h 05 à 20 h 05 du 25 janvier au 11 avril

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

La méthode Pilates a pour objectif le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire, pour un entretien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques. **Matériel requis** : tapis de yoga, bouteille d'eau et vêtements de sport.

 Résidents : 90 \$

 Non-résidents : 105 \$



Cours d'espagnol • Niveau débutant

 Jeudi de 18 h 30 à 20 h 30 du 8 février au 11 avril

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Ce cours vous permet de débiter l'apprentissage de la prononciation, de la grammaire, du vocabulaire de base ainsi que la conjugaison des verbes les plus importants.

Achat de matériel : veuillez prévoir un montant de 65 \$ supplémentaire pour l'achat du cahier d'exercices auprès du professeur lors du premier cours (valable pour 2 sessions).

 Résidents : 120 \$

 Non-résidents : 145 \$



Cours d'espagnol • Niveau intermédiaire

 Jeudi de 15 h 30 à 17 h 30 du 8 février au 11 avril

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Ce cours vous permet de poursuivre l'apprentissage de la prononciation, de la grammaire, du vocabulaire de base ainsi que la conjugaison des verbes les plus importants.

Achat de matériel : veuillez prévoir un montant supplémentaire de 65 \$ pour l'achat du cahier d'exercices auprès du professeur lors du premier cours si vous n'avez pas suivi le cours de niveau débutant.

 Résidents : 120 \$

 Non-résidents : 145 \$

PROGRAMMATION

ATELIERS ET CONFÉRENCES



Heures du conte et activités de bricolage (4 à 12 ans)

- 📅 Samedi 10 février de 11 h à 12 h • St-Valentin
- Samedi 16 mars de 11 h à 12 h • Pâques
- Samedi 20 avril de 11 h à 12 h • Jour de la Terre
- Samedi 11 mai de 11 h à 12 h • Fête des mères
- Samedi 15 juin de 11 h à 12 h • Fête des pères

📍 Bibliothèque Ryane-Provost

Prenez une pause lecture avec vos tout-petits en compagnie de notre fabuleuse Lise, bénévole à la bibliothèque. Elle vous fera rêver en vous racontant de belles histoires. Une activité de bricolage thématique suivra la lecture du conte. Profitez de cette activité pour passer du bon temps parent-enfant !

💰 Résidents : gratuit

💰 Non-résidents : 5 \$ / activité



Club de lecture

- 📅 Les derniers mercredis du mois de 19 h à 20 h 30
(31 janvier, 28 février, 27 mars, 24 avril, 29 mai et 26 juin)

📍 Bibliothèque Ryane-Provost

Vous êtes amoureux et passionné de littérature ? Joignez-vous au Club de lecture *Les Saint-Mathieu-de-Lecteurs* ! Chaque dernier mercredi du mois, le Club se réunit pour discuter d'expériences littéraires, tout en créant des liens et en partageant leur passion. Ce club s'adresse à tout adulte curieux et désireux de découvrir de nouvelles œuvres littéraires.

💰 Abonnés de la bibliothèque : gratuit



Pour information :

Centre aquatique Beloeil

info@piscinesbeloeil.com

www.piscinesbeloeil.com

450 467-5678

Activités aquatiques • Programmation hiver 2024

Inscription dès le mardi 9 janvier à 9 h

Les cours de la session d'hiver 2024 auront lieu du 20 janvier au 22 mars. L'inscription pour les résidents de Saint-Mathieu-de-Beloeil débutera le mardi 9 janvier dès 9 h.

La carte du Centre aquatique Beloeil est gratuite et valide pour une période de 1 an. Vous devez obligatoirement avoir votre carte pour vous inscrire aux activités offertes.





Atelier littéraire pour enfants • Au son des histoires (4 à 12 ans)

 Samedi 3 février de 10 h à 11 h

 Bibliothèque Ryane-Provost

Au son des histoires n'est pas une heure du conte comme les autres ! C'est un atelier unique dans lequel l'animatrice lit une palpitante histoire et où les enfants explorent par des jeux sonores toutes les facettes de leur voix. Cette activité se veut ludique et éducative et fait le lien entre la voix et l'art de raconter les histoires.

 Résidents : gratuit

 Non-résidents : 5 \$



Atelier Éducazoo • La séduction dans le règne animal (5 à 16 ans)

 Dimanche 18 février de 13 h 30 à 14 h 30

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

L'amour est présent même dans le règne animal ! Chaque espèce a sa technique de séduction qui lui est propre. Venez les découvrir lors de cette activité éducative sous la thématique de la St-Valentin. Plusieurs espèces animales seront présentées lors de cet atelier animé par Éducazoo.

 Résidents : 15 \$

 Non-résidents : 25 \$



Conférence • Le démarrage des semis intérieurs

 Jeudi 22 février de 19 h à 21 h

 Bibliothèque Ryane-Provost

Il y a de nombreux avantages à démarrer soi-même ses plants de légumes. En plus d'être économiques, vos semis sont prêts au moment désiré. Vous allongerez votre saison de jardinage et aurez accès à une plus grande variété de légumes. Grâce à cette conférence, apprenez tout ce qu'il faut savoir pour réussir vos semis.

 Résidents : 5 \$

 Non-résidents : 10 \$

PROGRAMMATION

ATELIERS ET CONFÉRENCES



Atelier culinaire • Collations nutritives

 Samedi 24 février de 10 h 30 à 12 h

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Des idées de recettes nutritives de collations simples, goûteuses et consistantes, qui combleront assurément le petit creux, à toute heure du jour ! Accompagné des chefs de l'Escouade culinaire, ouvrez-vous sur un monde de découvertes de saveurs et d'astuces.

 Résidents : 15 \$

 Non-résidents : 25 \$



Soirée Lego® et pizza (7 à 14 ans)

 Jeudi 7 mars de 18 h à 21 h 30

 Bibliothèque Ryane-Provost

Seuls ou en équipe, les jeunes de 7 à 14 ans sont invités à venir créer des œuvres en Lego® selon un thème précis et sous la supervision d'un amateur de jeux de construction Lego®. Un souper pizza sera servi de 18 h à 18 h 30. Nombre de places limité !

 Résidents : 20 \$

 Non-résidents : 35 \$



Conférence • L'apprentissage de la propreté chez l'enfant

 Jeudi 14 mars de 19 h à 20 h 30

 Bibliothèque Ryane-Provost

L'apprentissage de la propreté ne se passe pas comme prévu avec votre enfant ? Grâce à cette conférence, animée par Stéphanie Houle de chez Bulles et Pirouettes, vous verrez les différentes difficultés auxquelles vous pourriez faire face et les solutions associées. Plusieurs techniques vous seront proposées pour faciliter cette transition.

 Résidents : 5 \$

 Non-résidents : 10 \$



Conférence • Bien manger tout en économisant !

 Jeudi 28 mars de 18 h 30 à 20 h 30

 Bibliothèque Ryane-Provost

Comment bien manger tout en économisant sur la facture d'épicerie ? Cette conférence vous fera découvrir une multitude de trucs, d'astuces et d'informations en alimentation comme la gestion du frigo, la réduction du gaspillage, le marketing des grandes chaînes, la lecture des étiquettes, la conservation des aliments, et plus encore !

 Résidents : 5 \$

 Non-résidents : 10 \$



Formation • Prêt à rester seul (9 à 12 ans)

 Dimanche 14 avril de 9 h à 14 h 30

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Ce cours, d'une durée de 5 heures, apprend aux élèves de 9 à 12 ans à faire des choix responsables et à assurer leur sécurité lorsqu'ils sont seuls à la maison. Un certificat de la Croix-Rouge est remis aux participants ayant atteints les critères de réussite. Un manuel de cours sera remis à chaque participant.

Matériel requis : des crayons à mine et de couleur, un surligneur, des ciseaux et un bâton de colle, des feuilles de note, un lunch froid ainsi que deux collations.

 Résidents : 60 \$

 Non-résidents : 85 \$



Conférence • 40 escapades originales à moins de 2 hrs de Montréal

 Mercredi 17 avril de 18 h à 20 h

 Bibliothèque Ryane-Provost

Découvrez 40 destinations originales et des lieux sortant de l'ordinaire à visiter en l'espace d'une journée et en respectant les petits budgets ! Plusieurs routes thématiques et activités seront présentées lors de cette conférence : agrotourisme, activités de plein-air, hébergements inusités et plus encore !

 Résidents : 5 \$

 Non-résidents : 10 \$

PROGRAMMATION

ATELIERS ET CONFÉRENCES




Atelier Éducazoo • La faune du Québec (5 à 16 ans)

 Dimanche 21 avril de 13 h 30 à 14 h 30

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Saviez-vous que le Québec possède une faune incroyablement diversifiée ? Découvrez des espèces méconnues présentes dans notre faune sauvage. Vous aurez la chance d'en apprendre plus sur plusieurs animaux : couleuvre, tortue, salamandre, lapin et furet.

 Résidents : 15 \$

 Non-résidents : 25 \$



Atelier culinaire • Une fête des mères style bistro (15 ans et plus)

 Samedi 4 mai de 10 h 30 à 13 h 30

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Gâtez maman d'une manière originale : cuisinez-lui des petits encas gastronomiques de style bistro, remplis de saveurs. Burgers « pimpés », poutine au homard et tarte croquante au chocolat sont au menu ! Cet atelier culinaire est animé par l'Escouade culinaire.

 Résidents : 15 \$

 Non-résidents : 25 \$



Formation • Gardiens avertis (11 à 15 ans)

 Dimanche 5 mai de 9 h à 16 h 30

 Centre communautaire André-Guy Trudeau (hôtel de ville)

Ce cours, d'une durée de 7 heures, vise à préparer les jeunes de 11 à 15 ans à devenir des gardiens d'enfants compétents en se préparant à réagir aux situations imprévues et donnant les premiers soins. Un certificat de la Croix-Rouge est remis aux participants ayant atteints les critères de réussite. Un manuel de cours sera remis à chaque participant.

Matériel requis : des crayons à mine et de couleur, un surligneur, des ciseaux et un bâton de colle, des feuilles de note, un lunch froid ainsi que deux collations.

 Résidents : 60 \$

 Non-résidents : 85 \$

CONCOURS DE SCULPTURE SUR NEIGE

 Du 21 janvier au 4 février



Du 21 janvier au 4 février, les citoyens sont invités à participer au concours de sculpture sur neige de Saint-Mathieu-de-Beloeil. Une belle occasion de profiter de l'hiver en famille et de jouer dehors, peu importe l'âge !

Comment participer ?

Pour participer au concours, il vous suffit de nous faire parvenir par courriel votre nom, votre adresse et une photo de votre sculpture sur neige. L'œuvre doit être réalisée sur votre terrain. Les trois plus belles créations seront sélectionnées et se mériteront l'un des trois chèques-cadeaux de 100 \$, 50 \$ et 25 \$ échangeables pour des inscriptions aux activités de loisirs offertes par la Municipalité (valeur totale de 175 \$).

Service des loisirs

loisirs@smdb.ca



SOIRÉE FESTIVE À LA PATINOIRE

 Samedi 17 février de 18 h à 21 h

 Patinoire du parc des Loisirs

La Municipalité de Saint-Mathieu-de-Beloeil est fière de vous convier à nouveau à la soirée festive à la patinoire !

Venez profiter de l'hiver lors d'une soirée festive animée par DJ Disco Holiday sur la patinoire du parc des Loisirs ! Chocolat chaud, DJ, lumières dansantes et musique seront au rendez-vous le samedi 17 février de 18 h à 21 h. Habillez-vous chaudement, apportez vos patins et venez festoyer avec nous !

Service des loisirs

loisirs@smdb.ca



FANTAISIE DES NEIGES

 Samedi 2 mars de 13 h à 17 h

 Parc des Loisirs

Quoi de mieux que de profiter des petits plaisirs de l'hiver? Fantaisie des neiges est un événement s'adressant à toute la famille afin de vous faire bouger dehors et de vous amuser dans la neige ! Le samedi 2 mars de 13 h à 17 h au parc des Loisirs, venez patiner, sculpter dans la neige et glisser !

Au programme, une foule d'activités hivernales amusantes : foyer extérieur, tire sur neige, patinage libre et hockey amical, butte à glisser, sculpture sur neige et jeux gonflables. Des grignotines et des breuvages chauds (cafés et chocolats chauds) seront offerts sur place (\$).

Habillez-vous chaudement, c'est un rendez-vous !

Service des loisirs

loisirs@smdb.ca

MUNICIPALITÉ DE SAINT-MATHIEU-DE-BELOEIL

5000, RUE DES LOISIRS, SAINT-MATHIEU-DE-BELOEIL (QUÉBEC) J3G 6X5

Courriel : info@smdb.ca | Téléphone : 450 467-7490 | Site Web : stmathieudebeloeil.ca