

Carnet Loisirs

Printemps 2012



Inscription camp de jour

30 AVRIL AU 4 MAI



INSCRIPTION ACTIVITÉS – SESSION PRINTEMPS

CENTRE D'ENTRAÎNEMENT EXTÉRIEUR



L'inauguration officielle du centre d'entraînement extérieur aura lieu le 3 mai 2012 lors de la journée nationale du sport et de l'activité physique.

Le centre d'entraînement extérieur est situé dans le parc Desjardins-du-millénaire (derrière la caisse).

CHARLES FORDHAM – MÉDAILLE DE L'ASSEMBLÉE NATIONALE

La Municipalité de Saint-Zotique félicite M. Charles Fordham pour sa médaille de l'assemblée nationale. Celle-ci lui a été remise par Mme Lucie Charlebois, députée provinciale et Whip en chef du gouvernement, pour son implication dans le milieu.

LES ÉTOILES DE SAINT-ZOTIQUE – ÉQUIPE DE CHEERLEADING



La Municipalité de Saint-Zotique félicite l'équipe de cheerleading «Les Étoiles de Saint-Zotique» pour leur deuxième place lors de la compétition amicale qui s'est déroulée à l'UQAM, le 10 mars dernier. Les jeunes filles âgées de 6 à 10 ans pratiquent ensemble depuis la fin de septembre 2011, elles sont entraînées par Maude Laframboise et Monique Rochefort.

STATION DE VIDANGE POUR VÉHICULES RÉCRÉATIFS

Située au 1008, rue Principale.

* Accessible en tout temps, entre les 15 mai et 15 septembre.

AIRE D'EXERCICES CANIN

Située au bout de la 26^e Avenue.

* Endroit clôturé pour laisser courir librement votre animal.

POLITIQUE FAMILIALE ET MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS

Le comité pour travailler à l'élaboration de la politique familiale et la démarche municipalité amie des aînées, pour la municipalité de Saint-Zotique, est maintenant formé. Le comité se rencontre à tous les mois et les personnes siégeant sur ce comité sont :

Mme Marie-Josée Bétournay, chargée de projet
M. Gaétan Lavallée, représentant les personnes à mobilité réduite;
Mme Cathy Labonté, représentante pour les familles et l'éducation;
M. Serge Lauzon, représentant pour les familles et les loisirs;
Mme Lise Charest, représentante des aînés actifs;
M. Yvon Michaud, représentant des aînés actifs;
M. Patrice L'Écuyer, conseiller municipal et représentant des questions familles;
M. Patrice Hovington, conseiller municipal et représentant des questions aînés;
Mme Johanne D. Leblanc, directrice des loisirs et représentante de la municipalité.

La population sera appelée, dans les prochaines semaines et dans les prochains mois, à se prononcer sur les questions familiales et les aînés. Nous espérons que vous participerez à ces consultations lorsque le temps sera venu.

POLITIQUE DE SUBVENTION À L'INDIVIDU

Afin de promouvoir l'activité physique chez les jeunes, la Municipalité de Saint-Zotique a **bonifié** sa politique de subvention à l'individu. Désormais, elle accorde une aide financière représentant **25 % des frais d'inscription pour un maximum de 100 \$** par enfant, et ce, annuellement. Vous pouvez consulter le site Internet de la municipalité au www.st-zotique.com pour connaître toutes les modalités de cette politique ou pour vous procurer un formulaire de demande de subvention.

HEURES D'OUVERTURE

Lundi, 13 h 30 à 15 h • Mercredi et vendredi, 19 h à 20 h 30

* Si vous déménagez, n'oubliez pas de nous aviser.

C'est gratuit pour les résidents de Saint-Zotique.



BIBLIOTHÈQUE

**POLITIQUE DE SUBVENTION
POUR VOYAGES CULTURELS ET COMMUNAUTAIRES**

Par cette nouvelle politique, la Municipalité de Saint-Zotique désire reconnaître, promouvoir, soutenir et encourager les jeunes qui participent à des voyages culturels et communautaires dans le but de découvrir les cultures étrangères.

L'aide financière représente un maximum de 100 \$ par personne par année, le tout conditionnellement aux deniers disponibles au poste budgétaire concerné.

Critères d'admissibilités et exigences :

- Le voyage doit avoir lieu à l'extérieur de l'Amérique du Nord (Canada, Etats-Unis);
- Le voyage doit être organisé par une institution scolaire ou un organisme à but non lucratif accrédité par la Municipalité de Saint-Zotique;
- Être résidant de Saint-Zotique;
- Être âgé de moins de 18 ans;
- Être étudiant à temps plein et en fournir la preuve.

**BAZAR
2 ET 3 JUIN
SOUS-SOL DE L'ÉGLISE**

L'église de Saint-Zotique tiendra cette année son 15^e bazar annuel. Il aura lieu les 2 et 3 juin au sous-sol de l'église de Saint-Zotique. Si vous avez des choses à donner, vous pourrez les apporter directement au sous-sol de l'église, à partir du 1^{er} mai, entre 18 h 30 et 21 h. Sinon, un bénévole ira les chercher. Vous pouvez joindre Pierrette Campeau, au 450 267-3806, ou Viviane Lemieux, au secrétariat du presbytère au 450 267-3308.

**SAMEDI 2 JUIN - FÊTE DES VOISINS
INSCRIVEZ VOTRE FÊTE ET COUREZ LA CHANCE
DE GAGNER UN PRIX DE PARTICIPATION.**

La Fête des Voisins est une initiative du Réseau Québécois des Villes et Villages en santé. Profitez de cette journée pour faire la fête avec vos voisins. Vous pourrez ainsi mieux connaître les personnes de votre entourage. L'organisation est légère : « 5 à 7 », barbecue, buffet partagé, concours de dessert, etc., elle ne dépend que de vous. Vous et vos voisins êtes les véritables acteurs du succès de cette journée.

INSCRIVEZ VOTRE FÊTE AVANT LE 25 MAI, AUPRÈS DU SERVICE DES LOISIRS EN COMMUNIQUANT AU 450 267-9335 POSTE 4. De plus, nous vous remettrons des cartons d'invitation que vous pourrez distribuer à vos voisins.

Vous pouvez également inscrire votre fête sur le site Internet officiel www.fetedesvoisins.qc.ca et courez la chance de gagner des prix.

**SEMAINE DE LA MUNICIPALITÉ
3 AU 9 JUIN 2012**

Pour souligner de façon toute particulière la semaine de la municipalité, voici quelques-unes des activités que nous vous proposons :

**FÊTE FAMILIALE
DIMANCHE 3 JUIN, DE 13 H À 16 H
AU PARC DESJARDINS-DU-MILLÉNAIRE**

Animation, jeux, structures gonflables, musique, Exposition commerçants et artisans
Concours vélos et poussettes décorés, parade des vélos et poussettes
Mais soufflé, barbe à papa et plusieurs autres surprises

Les commerçants et artisans intéressés à exposer lors de cette fête familiale doivent communiquer avec le service des loisirs au 450 267-9335 poste 4.

DÉFI TÊTES RASÉES

Défi têtes rasées pour Leucan, le dimanche 3 juin 2012 au parc Desjardins-du-Millénaire, de 13 h à 16 h, dans le cadre de la Fête familiale de la Municipalité de Saint-Zotique. Venez voir Steve Degarie de Geekbecois ainsi que Simon Lefebvre et Luc Desormeaux de *C'est Juste Un Autre Podcast*, se faire raser pour la cause par les coiffeuses du Studio 338! Pour de l'information supplémentaire, visitez le site Internet www.cjuap.com

Merci
Luc Désormeaux

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX À VENIR À SAINT-ZOTIQUE

SOIRÉES PORTES OUVERTES AUX ACTIVITÉS

Tout au long de cette semaine, vous pourrez expérimenter gratuitement les différents cours offerts par la municipalité. Pour connaître les heures et les endroits où se déroulent les activités, consultez ce carnet aux pages 6 à 11 et toutes les activités identifiées par un * seront ouvertes au grand public.

C'est l'occasion rêvée de mieux connaître les activités qui sont offertes dans notre municipalité.

SAMEDI 9 JUIN - TOURNÉE FAMILIALE À VÉLO **VISITE DES PARCS DE LA MUNICIPALITÉ** **INSCRIVEZ-VOUS - C'EST GRATUIT**

Profitez de cette journée pour faire la tournée des parcs de la municipalité en vélo avec votre famille. Si vous le désirez, vous pourrez vous joindre au groupe en tout temps durant la journée. Un autobus et un camion suivront le groupe pour permettre aux gens d'embarquer au besoin. Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte.

De l'information supplémentaire vous sera communiquée dans les prochaines semaines sur le déroulement complet de la journée. Mais d'ici là, préparez votre vélo et réservez votre journée dès maintenant. (Surveillez les prochaines publications pour connaître toutes les activités de la semaine)



POLITIQUE D'INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

Pour vous inscrire à une activité, vous pouvez communiquer avec le Service des loisirs, au 450 267-9335 poste 4, ou compléter et retourner le formulaire d'inscription qui est sur le site Internet de la municipalité (www.st-zotique.com dans la section loisirs), et ce, **AVANT le 12 avril 2012.**

Vous pouvez payer vos frais d'inscription en vous présentant à l'hôtel de ville pendant les heures d'ouverture. En personne, le paiement peut s'effectuer en argent comptant, chèque ou carte de débit.

Vous pouvez également nous faire parvenir un chèque par la poste ou le déposer dans la boîte du courrier municipal qui est située dans la porte avant de l'hôtel de ville. * Veuillez libeller votre chèque au nom de la Municipalité de Saint-Zotique.

Votre inscription est confirmée uniquement lorsque les frais d'inscription sont acquittés. Le nombre de participants étant limité, hâtez-vous de téléphoner pour réserver votre place.

Des frais de 42,50 \$ seront facturés pour un chèque sans provision. Dans de telle situation, le paiement des activités devra s'effectuer en argent comptant.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Aucun remboursement ne sera effectué après le début des activités sauf pour des raisons médicales avec pièce justificative.

Dans le cas d'un abandon justifié (certificat médical ou autre pièce justificative), le remboursement s'effectuera comme suit :

- avant le début des activités : 90 %, minimum de 10 \$;
- après le début des activités : 90 %, moins la portion des cours utilisés.

Vérifiez bien la date de début ainsi que l'endroit où se déroule l'activité.

VEUILLEZ NOTER QU'UN SURPLUS DE 10 \$ PAR ACTIVITÉ SERA AJOUTÉ POUR TOUTE INSCRIPTION PAYÉE APRÈS LE 12 AVRIL 2012.

VOICI UNE BRÈVE DESCRIPTION DES COURS OFFERTS :

COURS DE RAFFERMISSEMENT

Ce cours a comme objectif le raffermissement de certaines parties du corps.

AÉRO-TONUS

Ce cours s'adresse à toutes les clientèles ayant pour but la mise en forme, la perte de poids et le raffermissement.

GYMNASTIQUE DOUCE

Conditionnement physique léger vous permettant de reprendre ou de garder la forme.

ÉTIREMENT ET RELAXATION

Pour améliorer votre souplesse tout en relaxant au son d'une musique douce. Des étirements accessibles pour tous et qui vous feront du bien.

ZUMBA

Un programme de fitness créé par Beto Perez (chorégraphe de Shakira) s'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirées de danses latines. C'est une combinaison de travail aérobique, de raffermissement et de plaisir sur des rythmes endiablés. Vous avez envie de brûler des gras et d'avoir chaud sans vraiment vous rendre compte que vous vous entraînez, voilà la discipline parfaite pour vous!

CARDIO FESSES ET ABDOS

Ce cours sera caractérisé par une période cardiovasculaire de 20 à 30 minutes et par une autre musculaire, concentrée sur les muscles fessiers et abdominaux de 30 minutes. Saviez-vous que dans le domaine du conditionnement physique, il y a une expression courante qui dit bonnes fesses, bon dos? Le renforcement des muscles fessiers peut souvent être la solution à vos maux de dos et il n'est plus à prouver que le renforcement abdominal aussi, alors pourquoi attendre? Cette combinaison est parfaite pour n'importe qui désirant garder la forme ou la retrouver.

PILATES

Ce cours est la méthode d'entraînement la plus utilisée présentement dans le monde du conditionnement physique. Vous assisterez à un mélange de yoga, de danse et de gymnastique qui permet aux muscles de se renforcer sur leur longueur, ce qui amène votre structure corporelle à s'affiner. Voilà pourquoi les danseurs de ballet ou les gymnastes sont si sveltes! La méthode Pilates permet d'éviter une multitude de blessures, d'améliorer votre posture, d'être moins fatigué et d'augmenter votre niveau de concentration. C'est la meilleure méthode pour donner un petit plus à votre qualité de vie et à votre bien-être personnel.

MULTI-CARDIO

Ce cours se caractérise par sa diversité et son efficacité. Quoi de mieux qu'une demi-heure de step, une demi-heure d'aérobie et une demi-heure de raffermissement.

BOOT CAMP

Ce cours met l'accent sur des mouvements et des exercices ciblés tels que les abdominaux, les cuisses et les fesses, tout en travaillant le cardio. Parfait pour les gens qui veulent une perte de poids, une remise en forme ou tout simplement se dépasser!

AÉRO-LATES

Ce cours est un combiné parfait de cardiovasculaire et de renforcement des segments sur leur longueur. Quoi de mieux que de faire fondre vos tissus adipeux avec 30 minutes de cardio avant d'aller affiner votre silhouette avec la pratique du Pilates? Le Pilates est un mélange de yoga, de danse classique et de gymnastique visant à renforcer toute la région lombaire et abdominale. Par cette pratique, vous améliorerez votre posture, votre flexibilité, votre respiration et votre force tout en affinant votre structure musculaire. Le Pilates est un mode de vie à développer et il vous permettra, à long terme, d'éviter les blessures telles que les entorses, les hernies, etc. S'il y a un cours complet à intégrer dans vos habitudes de vie, l'aéro-lates est celui-là!

BALADI

Pratiquer le baladi comme activité physique, vous y pensez? C'est une activité sans saut, qui convient à toutes les femmes, quelles que soient leur âge et leur taille. C'est un excellent exercice qui assouplit, raffermi et épanouit en permettant de renouer avec sa féminité. On le danse, sourire aux lèvres, en travaillant séparément chaque partie du corps et en jouant sa sensualité.

YOGA ÉNERGÉTIQUE

Venez évacuer votre stress, retrouver votre équilibre et vivre une remise en forme par la pratique du yoga inspirée par l'enseignement Sivananda. L'approche proposée vous permet de vous familiariser avec le yoga, la respiration, les postures et de ressentir une détente profonde ainsi qu'un bien-être physique. Pour toutes et tous!

YOGA POUR LES 50 ANS ET PLUS

Venez bouger et vous amusez dans un Hatha-Yoga à l'écoute du corps, de ses particularités et de son rythme. Un moment de détente en groupe, en douceur et dans son corps! Une belle façon de se remettre en forme dans le respect de soi! Pour les femmes et les hommes de 50 ans et plus!

ZUMBA GOLD

Ce cours reprend la formule Zumba et en modifie les mouvements et le rythme afin de s'adapter aux besoins des seniors ainsi qu'à ceux qui cherchent à avoir un style de vie plus sain. Tout ceci avec la même musique latine épicée comme la salsa, le merengue, le reggaeton, la cumbia et bien d'autres afin de se laisser aller avec des mouvements exaltants et faciles à suivre. Zumba gold est l'option idéale pour les personnes de l'âge d'or, pour les femmes enceintes et pour les personnes à mobilité réduite.

AÉRO PLEIN-AIR

Ce cours met l'accent sur des mouvements et des exercices ciblés tels que les abdominaux, les cuisses et les fesses, tout en travaillant le cardio. Parfait pour les gens qui veulent une perte de poids, une remise en forme ou tout simplement se dépasser!

RAFFERMISSEMENT SUR APPAREILS EXTÉRIEURS

Ce cours met l'accent sur des mouvements et des exercices ciblés tels que les abdominaux, les cuisses et les fesses, tout en travaillant le cardio. Parfait pour les gens qui veulent une perte de poids, une remise en forme ou tout simplement se dépasser!

ACTIVITÉS OFFERTES LE JOUR POUR LES ADULTES QUI VEULENT BOUGER

* COURS DE RAFFERMISSEMENT

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Isabelle Pilon
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Coût : 35 \$ pour 3 cours/semaine
30 \$ pour 2 cours/semaine
20 \$ pour un cours/semaine

ABDOS

LUNDI, 8 H 30

Horaire : Lundi, 8 h 30 à 9 h, débutant le 7 mai
Relâche : 21 mai
Durée : 6 cours

FESSES

MERCREDI, 8 H 30

Horaire : Mercredi, 8 h 30 à 9 h, débutant le 9 mai
Durée : 7 cours

BRAS

VENDREDI, 8 H 30

Horaire : Vendredi, 8 h 30 à 9 h, débutant le 4 mai
Durée : 8 cours
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* AÉRO-TONUS

UNE, DEUX OU TROIS FOIS PAR SEMAINE

Lundi, mercredi ou vendredi, 9 h
Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Isabelle Pilon
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Horaire : Lundi, mercredi et vendredi,
9 h à 10 h, débutant le 4 mai
Relâche : Lundi 21 mai
Durée : Lundi : 6 cours
Mercredi : 7 cours
Vendredi : 8 cours
Coût : 55 \$ pour 3 fois/semaine
45 \$ pour 2 fois/semaine
30 \$ pour une fois/semaine
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* GYMNASTIQUE DOUCE

UNE, DEUX OU TROIS FOIS PAR SEMAINE

Lundi, mercredi ou vendredi, 10 h
Clientèle : 55 ans et plus
Professeure : Isabelle Pilon
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Horaire : Lundi, mercredi et vendredi,
10 h à 11 h, débutant le 4 mai
Relâche : Lundi 21 mai
Durée : Lundi : 6 cours
Mercredi : 7 cours
Vendredi : 8 cours
Coût : 55 \$ pour 3 fois/semaine
45 \$ pour 2 fois/semaine
30 \$ pour une fois/semaine
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* ÉTIREMENT ET RELAXATION

MERCREDI OU VENDREDI, 11 H

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Isabelle Pilon
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Horaire : Mercredi et vendredi,
11 h à 12 h, débutant le 4 mai
Durée : Mercredi : 7 cours
Vendredi : 8 cours
Coût : 45 \$ pour 2 fois/semaine
30 \$ pour une fois/semaine
Inscription : Service des loisirs de St-Zotique, 450 267-9335, poste 4

*** ZUMBA GOLD****LUNDI, 13 H 30**

Clientèle : Adultes, 50 ans et plus
 Professeure : Patricia Costa
 Endroit : Maison optimiste, 1008, rue Principale
 Horaire : Lundi, 13 h 30 à 14 h 30, débutant le 16 avril
 Relâche : 21 mai
 Durée : 6 cours
 Coût : 35 \$
 Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
 450 267-9335, poste 4

*** YOGA ÉNERGÉTIQUE****MARDI, 9 H**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
 Professeure : Stéphanie Théorêt
 Endroit : Maison optimiste, 1008, rue Principale
 Horaire : Mardi, 9 h à 10 h 30, débutant le 17 avril
 Durée : 6 cours
 Coût : 50 \$
 Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
 450 267-9335, poste 4

*** YOGA POUR LES 50 ANS ET PLUS****MARDI, 11 H**

Clientèle : Adultes, 50 ans et plus
 Professeure : Stéphanie Théorêt
 Endroit : Maison optimiste, 1008, rue Principale
 Horaire : Mardi, 11 h à 12 h, débutant le 17 avril
 Durée : 6 cours
 Coût : 35 \$
 Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
 450 267-9335, poste 4

**ACTIVITÉS OFFERTES LE SOIR
POUR LES ADULTES QUI VEULENT BOUGER***** ZUMBA****LUNDI, 17 H 30**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
 Professeure : Janick Robidoux
 Endroit : Hôtel de ville, 1250, rue Principale
 Horaire : Lundi, 17 h 30 à 18 h 30, débutant le 7 mai
 Relâche : 21 mai
 Durée : 6 cours
 Coût : 35 \$
 Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
 450 267-9335, poste 4

*** CARDIO FESSES ET ABDOS****LUNDI, 19 H**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
 Professeure : Janick Robidoux
 Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34e Avenue
 Horaire : Lundi, 19 h à 20 h, débutant le 7 mai
 Relâche : 21 mai
 Durée : 6 cours
 Coût : 35 \$
 Matériel : Ballon d'exercice
 Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
 450 267-9335, poste 4

*** PILATES AVANCÉ****LUNDI, 20 H 10**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
 Professeure : Janick Robidoux
 Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34e Avenue
 Horaire : Lundi, 20 h 10 à 21 h 10, débutant le 7 mai
 Relâche : 21 mai
 Durée : 6 cours
 Coût : 35 \$
 Matériel : Balles et tapis de yoga
 Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
 450 267-9335, poste 4



* **PILATES**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Anne-Marie Gauthier
Matériel : Vous devez apporter un matelas de yoga.

* **Pilates intermédiaire-avancé - Mardi, 18 h à 19 h 30**

Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34^e Avenue
Horaire : Mardi, 18 h à 19 h 30, débutant le 17 avril
Durée : 8 cours
Coût : 60 \$

* **Pilates débutant-intermédiaire - Jeudi, 17 h 15 à 18 h 15**

Endroit : Gymnase, École de Saint-Zotique, 1171, rue Principale
Horaire : Jeudi, 17 h 15 à 18 h 15, débutant le 19 avril
Durée : 8 cours
Coût : 45 \$
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* **Pilates débutant-intermédiaire - Jeudi, 19 h 05 à 20 h 05**

Endroit : Gymnase, École de Saint-Zotique, 1171, rue Principale
Horaire : Jeudi, 19 h 05 à 20 h 05, débutant le 19 avril
Durée : 8 cours
Coût : 45 \$
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

RAFFERMISSEMENTS SUR APPAREILS EXTÉRIEURS

MARDI, 18 H

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Janick Robidoux
Endroit : Parc Desjardins-du-Millénaire (derrière la caisse)
Horaire : Mardi, 18 h à 19 h, débutant le 8 mai
Durée : 6 cours
Coût : 35 \$
Matériel : Tapis
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* **MULTI-CARDIO**

MARDI, 19 H 40

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Janick Robidoux
Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34^e Avenue
Horaire : Mardi, 19 h 40 à 21 h 10, débutant le 8 mai
Durée : 6 cours
Coût : 55 \$
Matériel : Poids libres (2 à 5 lbs)
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* **BOOT CAMP**

MERCREDI, 18 H

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Julie Savoie
Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34^e Avenue
Horaire : Mercredi, 18 h à 19 h, débutant le 18 avril
Durée : 8 cours
Coût : 45 \$
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* **AÉRO-LATES TOUS NIVEAUX**

MERCREDI, 19 H 05

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Janick Robidoux
Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34^e Avenue
Horaire : Mercredi, 19 h 05 à 20 h 05, débutant le 9 mai
Durée : 6 cours
Coût : 35 \$
Matériel : Balles et tapis de yoga
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* **ZUMBA**

MERCREDI, 20 H 10

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Janick Robidoux
Endroit : Gymnase, École de la Riveraine, 425, 34^e Avenue
Horaire : Mercredi, 20 h 10 à 21 h 10, débutant le 9 mai
Durée : 6 cours
Coût : 35 \$
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

* **BALADI**

MERCREDI, 19 H

Clientèle : Adultes, 14 ans et plus
Professeure : Marylou Lecompte
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Durée : 6 semaines, débutant le 18 avril
Coût : 35 \$
Matériel : Ceinture de baladi, environ 25 \$
Horaire : Mercredi, 19 h à 20 h
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

COURS D'ANGLAIS ADULTES**LUNDI, 18 H 30**

Conversation anglaise, lecture, phonétique, exercices en classe et sur demande à faire durant la semaine. Venez améliorer votre compréhension et votre langue parlée.

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus

Professeure : Louise Desjardins

Durée : 5 semaines

Coût : 45 \$

Endroit : Maison optimiste, 1008, rue Principale

Horaire : Lundi, débutant le 16 avril

- Cours pour débutants : 18 h 30 à 19 h 55
- Cours pour intermédiaires : 20 h à 21 h 30

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

COURS D'ESPAGNOL**JEUDI, 18 H 30**

Ces cours vous aideront à vous faire comprendre lors de vos voyages. Ce sont des cours pratiques, il y aura donc beaucoup de conversation et moins de grammaire.

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus

Professeure : Patricia Costa

Durée : 8 semaines

Coût : 65 \$

Endroit : Maison optimiste, 1008, rue Principale

Horaire : Jeudi, débutant le 5 avril

- Cours avancés : 18 h 30 à 19 h 55
- Cours pour débutants : 20 h à 21 h 30

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

COURS POUR L'OBTENTION DE LA CARTE**DE CONDUCTEUR D'EMBARCATION DE PLAISANCE**

Depuis le 15 septembre 2009, tous les conducteurs d'embarcations nautiques sont tenus d'avoir en leur possession une preuve de compétence.

Personne-ressource : Michel Joannette

Date : Vendredi 13 avril
ou vendredi 25 mai

Horaire : 18 h à 23 h

Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique

Coût : 75 \$, incluant le manuel, le cours et l'examen
(rabais de 5 \$ pour ceux qui ont le manuel)

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335 poste 4

Date limite pour l'inscription et le paiement :
Une semaine avant le cours.

COURS DU SAMEDI POUR LES JEUNES**COURS DE DANSE POUR LES JEUNES**

Professeure : Marylou Lecompte

Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale

Durée : 6 semaines, débutant le 21 avril

Coût : 35 \$

Horaire : Samedi

Cours offerts :

- **Jazz rythmé, 3 à 4 ans, 9 h à 9 h 50**
- **Jazz rythmé, 6 à 8 ans, 10 h à 10 h 50**
- **Hip Hop, 6 à 8 ans, 11 h à 11 h 55**
- **Hip Hop, 9 à 11 ans, 12 h à 12 h 55**

P.-S. – L'horaire pourrait être modifié selon le nombre des participants.

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

SESSION D'ÉTÉ**AÉRO PLEIN-AIR****MARDI, 18 H**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus

Professeure : Julie Savoie

Endroit : Parc Desjardins-du-Millénaire (derrière la caisse)

Horaire : Mardi, 18 h à 19 h, débutant le 13 juin

Durée : 10 cours

Coût : 50 \$

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

RAFFERMISSEMENTS SUR APPAREILS EXTÉRIEURS**MERCREDI, 18 H**

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus

Professeure : Janick Robidoux

Endroit : Parc Desjardins-du-Millénaire (derrière la caisse)

Horaire : Mercredi, 18 h à 19 h, débutant le 20 juin

Durée : 10 cours

Coût : 50 \$

Matériel : Tapis

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

ZUMBA

MERCREDI, 19 H

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Janick Robidoux
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Horaire : Mercredi, 19 h 05 à 20 h 05, débutant le 20 juin
Durée : 10 cours
Coût : 50 \$
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

PILATES

MERCREDI, 20 H 10

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus
Professeure : Janick Robidoux
Endroit : Hôtel de ville de Saint-Zotique, 1250, rue Principale
Horaire : Mercredi, 20 h 10 à 21 h 10, débutant le 20 juin
Durée : 10 cours
Coût : 50 \$
Matériel : Tapis
Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

ESCALADE

COURS DE FORMATION ESCALADE MOULINETTE

Recommandé pour celui ou celle qui n'a jamais grimé. Ce cours, d'une durée de trois heures, vous permettra de pratiquer l'escalade intérieure en toute sécurité et de devenir un grimpeur autonome sur corde en moulINETTE et ainsi obtenir votre accréditation lors de votre seconde visite.

Clientèle : 14 ans et plus
Endroit : Gymnase, École de Saint-Zotique, 1171, rue Principale
Horaire : Vendredi 13 avril
Durée : 3 heures, 19 h à 22 h
Coût : 30 \$

L'initiation comprend : Trois heures d'activités d'apprentissage et de pratique supervisées et l'équipement de base (harnais, mousqueton, ATC et corde)

Contenu : Manipulation et utilisation des équipements, apprentissage du vocabulaire d'escalade, notions et consignes de sécurité en escalade. Manœuvres d'assurage et de descente en rappel, techniques de grimpe.
Quoi porter et apporter : Chaussures de sport ou espadrilles, vêtements de sports confortables pour faire des mouvements aisément.

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

GRIMPE LIBRE

Venez grimper les voies du gymnase de Saint-Zotique. Plus de 35 voies de cotation, 5.5 à 5.12. Ouvert aux grimpeurs autonomes en moulINETTE et premier de cordée. Vous devez avoir suivi une formation moulINETTE ou être accrédité d'un autre centre d'escalade intérieure. Accréditation sur place gratuite. Baudrier, mousqueton et ATC fournis.

Clientèle : 14 ans et plus
Endroit : Gymnase, École de Saint-Zotique, 1171, rue Principale
Horaire : Vendredi, 19 h à 22 h, jusqu'au 1^{er} juin
Coût : 5 \$
Information : Service des loisirs de Saint-Zotique
450 267-9335, poste 4

FÊTE D'ENFANT



Venez célébrer la fête de votre enfant avec une activité spéciale! Escalade à volonté et jeux d'animation avec nos dynamiques moniteurs.

FORFAIT CHIC-CHOC 2 h d'escalade et de jeux, salle pour le gâteau ou le goûter

1 à 5 enfants	50 \$
6 à 12 enfants	100 \$

FORFAIT EVEREST 3 h d'escalade et de jeux, salle pour le gâteau ou le goûter

1 à 5 enfants	75 \$
6 à 12 enfants	150 \$

Les jeunes doivent être accompagnés d'un adulte responsable et doivent avoir une tenue sportive avec espadrilles.

Disponibles les dimanches sur réservation, trois semaines de préavis nécessaires. Il ne reste que 2 dates disponibles, soit : 6 mai et 10 juin, d'ici la relâche de la période estivale.

ATELIERS DE JARDINAGE

Pour créer son propre potager à la maison ou en apprendre davantage sur le jardinage

Clientèle : Adultes, 16 ans et plus

Professeure : Stéphanie Théorêt

Endroit : Maison optimiste, 1008, rue principale

Horaire : Atelier N°1 : le mardi 22 mai

Atelier N°2 : le mardi 5 juin

Atelier N°3 : le mardi 19 juin

De 19 h à 20 h45

Coût : 10 \$ pour un atelier

25 \$ pour trois ateliers

Inscription : Service des loisirs de Saint-Zotique

450 267-9335, poste 4

Chaque atelier est d'une durée de 1 h 45. Voici les trois ateliers offerts:

ATELIER N°1 :

- À quoi penser, outils, matériel;
- Emplacement de votre jardin;
- Harmonisation avec l'aménagement paysager;
- Solutions écologiques et économiques;
- Compagnonnage (pour vous aider à cultiver des légumes qui s'aideront dans votre potager, naturellement!)
- Réponses aux questions.

**ATELIER N°2 :**

- Parlons sol : compost, terre noire, etc.;
- Culture en bacs :
Vous avez une petite cour, voir même quelques espaces sur un balcon, venez découvrir les alternatives du jardinage en bacs pour espace plus petits;
- Réponses aux questions.

ATELIER N°3 :

- Les prédateurs au jardin, trucs et astuces naturels;
- Suivi de culture suite à l'implantation de votre jardin à la maison;
- Ça se cultive comment (taille, treillis, etc.) ?;
- Réponses aux questions.

ACTIVITÉS OFFERTES À LES COTEAUX**COURS DE TENNIS****SESSION PRINTEMPS AVEC ARTSO**

(Association Régionale de Tennis du Sud-Ouest)

Les cours de printemps débuteront dès l'ouverture des terrains de tennis, soit vers le 15 avril pour une durée de sept semaines.

Pour vous inscrire, appelez au Service des loisirs des Coteaux au 450 267-3531.

MICRO TENNIS

Clientèle : 3 et 4 ans (cours parents-enfants)

Horaire : Dimanche, 12 h 30 à 13 h

Coût : 40 \$

MINI TENNIS

Clientèle : 5 à 7 ans

Horaire : Dimanche, 13 h à 14 h

Coût : 65 \$

18 MÈTRES

Clientèle : 10 ans et moins

Horaire : Dimanche, 14 h à 15 h 30

Coût : 85 \$

TENNIS ADOS

Clientèle : Ados, 11 ans et plus

Horaire : Dimanche, 15 h 30 à 17 h

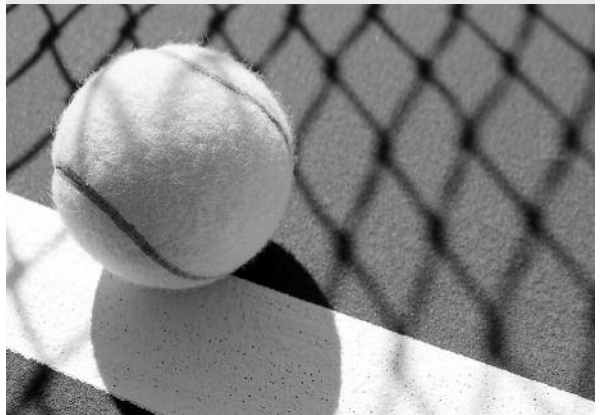
Coût : 85 \$

TENNIS ADULTE

Clientèle : 16 ans et plus

Horaire : Jeudi, 19 h à 20 h 30

Coût : 115 \$



Camp de jour

ÂGÉS DE 6 À 12 ANS

À LA PLAGE DE SAINT-ZOTIQUE

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

POUR S'INSCRIRE AU CAMP DE JOUR :

- Âge minimum : Avoir fait sa maternelle et débiter sa première année au mois de septembre 2012;
- Âge maximum : Avoir été inscrit en 6^e année en septembre 2011.

HORAIRE DU CAMP DE JOUR :

- Lundi au vendredi, 9 h à 15 h

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

Endroit : Plage de Saint-Zotique

Durée : 8 semaines, 26 juin au 17 août

Coût : 320 \$/1^{er} enfant 280 \$/2^e enfant
230 \$/3^e enfant 200 \$/4^e enfant

Les frais d'inscriptions peuvent être payés en trois versements égaux. (Aucun rabais n'est accordé même si l'enfant s'absente durant l'été.)

POUR LES NON-RÉSIDENTS

Des frais supplémentaires de 125 \$ par enfant sont exigés. De plus, les places seront confirmées à compter du 1^{er} juin 2012, selon les places disponibles.

PÉRIODES D'INSCRIPTIONS

Lundi 30 avril au jeudi 3 mai, de 8 h 30 à 16 h 30

et vendredi 4 mai de 8 h 30 à 13 h.

Mardi 1^{er} mai, de 18 h 30 à 20 h.

Hôtel de ville de Saint-Zotique

(1250, rue Principale)

Vous pouvez également vous inscrire en retournant le formulaire d'inscription ainsi que votre paiement, par la poste, avant le 4 mai 2012.

**DES FRAIS ADDITIONNELS DE 20 \$ PAR ENFANT S'AJOUTERONT
POUR TOUTES LES INSCRIPTIONS REÇUES APRÈS LE 4 MAI 2012.**

SERVICE DE GARDE

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

Frais d'inscription : 10 \$/famille

Coût d'utilisation par bloc de garde :

6 h 30 à 9 h 2,50 \$/enfant 4 \$/famille

15 h à 17 h 2,50 \$/enfant 4 \$/famille

15 h à 18 h 4 \$/enfant 7 \$/famille

Les frais de garde sont payables à chaque semaine.

SORTIES SUPPLÉMENTAIRES

Nous offrons trois sorties supplémentaires avec frais d'inscription. Ces sorties sont offertes à l'ensemble de la population et sont familiales. Notez que si votre enfant n'est pas inscrit aux sorties supplémentaires, il pourra demeurer à la plage avec les animateurs du camp de jour. Toutefois, si ces sorties supplémentaires vous intéressent, hâtez-vous de réserver votre place, car le nombre de participants est limité.

L'inscription et le paiement pour ces trois sorties se font uniquement auprès du service des loisirs, à l'hôtel de ville. Un minimum d'inscriptions est requis pour offrir ces sorties.

VOICI LES TROIS SORTIES SUPPLÉMENTAIRES :

- 1 Mercredi 11 juillet Parc Safari 25 \$/pers.
- 2 Lundi 23 juillet Piscine olympique et gymnase 25 \$/pers.
- 3 Mardi 7 août 2012 Héritage Saint-Bernard (Île aux trésors) 25\$/pers.

Voir la description des activités à la page 16.

INFORMATION IMPORTANTE

- Un chèque sans fonds entraînera un paiement en espèce et une pénalité de 42,50 \$.
- S'il y a annulation de la part du participant, avant le début des activités, des frais de 20 % seront retenus.
- Aucun remboursement ne sera effectué après le début des activités, sauf pour des raisons médicales. Dans de tels cas, des frais de 20 % plus le prorata du service rendu seront retenus.
- Pour ne pas nuire à l'ensemble du groupe, la municipalité se réserve le droit d'expulser tout enfant qui présente un problème de comportement.

Fiche camp de jour 2012

Une fiche par enfant

Enfant	
Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	Âge :
Adresse :	
	Code postal :
Téléphone principal :	
N° d'ass-maladie :	Exp :
Année scolaire en cours :	
Grandeur de chandail Junior :	Small Médium Large
Senior :	Small Médium
Pour l'émission du relevé 24, indiquez les coordonnées du parent	
Nom et prénom :	_____
N.A.S. :	_____
<input type="checkbox"/> Même adresse que ci-dessus	
Complétez si adresse différente (incluant le code postal) : _____	
Garde de l'enfant	
Père et mère <input type="checkbox"/>	Mère <input type="checkbox"/> Père <input type="checkbox"/> Partagée <input type="checkbox"/>
Autorisation parentale/départ plage	
Qui est autorisé à venir chercher votre enfant? (autre que l'un des deux parents)	
Nom :	_____ Lien avec l'enfant : _____
Nom :	_____ Lien avec l'enfant : _____
Veuillez noter que si ce n'est pas une personne autorisée qui vient chercher votre enfant, le personnel du service de garde ne sera pas autorisé à la laisser partir, peu importe le lien de parenté qui l'unit à cette personne.	

Mère	
Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	
Tel. rés. :	Cell. :
Tél. trav. :	
Père	
Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	
Tel. rés. :	Cell. :
Tél. trav. :	
Urgence	
Nom :	
Tél. :	Lien :
Cell. :	
Autorisation parentale/photos	
J'autorise la Municipalité de Saint-Zotique à prendre en photo mon enfant dans le cadre des activités du camp de jour et à utiliser ces images à des fins publicitaires.	
Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>	
Signature du parent : _____	
Courriel	
Par souci de l'environnement, le service des loisirs vous offre la possibilité de recevoir l'hebdo-info du camp de jour par courriel.	
Courriel : _____	

inscription camp de jour 2012

Fiche santé

Est-ce que votre enfant :

a des allergies? oui non

Si oui, précisez : _____

Votre enfant a-t-il à sa disposition une dose d'adrénaline (Epipen, Ana-kit) en raison de ses allergies ? oui non

a d'autre problème de santé? oui non
si oui, précisez : _____

a des troubles de comportements? oui non
Si oui, précisez : _____

doit prendre des médicaments pendant les heures du camp de jour? oui non

Si oui, noms des médicaments : _____

Posologie : _____

Si votre enfant doit prendre des médicaments, vous devez, à votre arrivée au camp de jour, remplir un formulaire d'autorisation de prise de médicament afin que les responsables puissent distribuer le médicament prescrit à votre enfant.

Si des modifications concernant l'état de santé de mon enfant survenaient avant le début ou pendant le camp de jour, je m'engage à transmettre cette information à la direction du camp de jour, qui fera le suivi approprié avec l'animateur de mon enfant.

En signant la présente, j'autorise les responsables de l'activité à prodiguer les premiers soins à mon enfant. Si la direction le juge nécessaire, je l'autorise également à transporter mon enfant par ambulance ou autrement dans un centre hospitalier.

Signature d'un parent : _____

Coût

1^{er} enfant : 320 \$ _____ \$
2^e enfant : 280 \$ _____ \$
3^e enfant : 230 \$ _____ \$
4^e enfant : 200 \$ _____ \$

Inscription service de garde : _____ \$
10 \$ par famille

Frais supplémentaires de 20 \$ par enfant pour toutes inscriptions reçues après le 4 mai 2012. _____ \$

Frais supplémentaires pour les Non-résidents 125 \$ par enfant _____ \$

Total à payer : _____ \$

Payable en trois versements

1 ^{er} versement	2 ^e versement	3 ^e versement
3 mai 2012	17 mai 2012	31 mai 2012
_____ \$	_____ \$	_____ \$

Sorties supplémentaires

(Le paiement des sorties ne doit pas être inclus dans celui du camp de jour).

1- Parc Safari (sortie du mercredi 11 juillet)	25 \$	<input type="checkbox"/>
2- Piscine olympique et gymnase (sortie du lundi 23 juillet)	25 \$	<input type="checkbox"/>
3- Héritage St-Bernard (sortie du mardi 7 août)	25 \$	<input type="checkbox"/>

_____ \$ X _____ nbre d'enfants _____ \$

Calendrier préliminaire 2012

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
25 JUIN CONGÉ	26 JUIN ACCUEIL	27 JUIN	28 JUIN	29 JUIN
2 JUILLET JOURNÉE À L'HÔTEL DE VILLE	3 JUILLET AVANT-MIDI EN FOLIE	4 JUILLET	5 JUILLET CENTRE DE PLEIN-AIR CAP ST-JACQUES SORTIE INCLUSE	6 JUILLET
9 JUILLET	10 JUILLET	11 JUILLET PARC SAFARI SORTIE PAYANTE	12 JUILLET	13 JUILLET
16 JUILLET	17 JUILLET AVANT-MIDI EN FOLIE	18 JUILLET ÉCOLE DE CIRQUE ET DE GYMNASTIQUE DE CHÂTEAUGUAY SORTIE INCLUSE	19 JUILLET	20 JUILLET
23 JUILLET PISCINE OLYMPIQUE ET GYMNASE SORTIE PAYANTE	24 JUILLET	25 JUILLET	26 JUILLET DODO PYJAMA	27 JUILLET
30 JUILLET	31 JUILLET CINÉMA ET BOWLING SORTIE INCLUSE	1er AOÛT CINÉMA ET BOWLING SORTIE INCLUSE	2 AOÛT	3 AOÛT
6 AOÛT	7 AOÛT HÉRITAGE SAINT-BERNARD (ÎLE AUX TRÉSORS) SORTIE PAYANTE	8 AOÛT	9 AOÛT AVANT-MIDI EN FOLIE	10 AOÛT
13 AOÛT	14 AOÛT AVANT-MIDI EN FOLIE	15 AOÛT	16 AOÛT ACTIVITÉS DE GROUPE REMISE DES MÉRITAS	17 AOÛT PARTY DE FIN D'ANNÉE

ACTIVITÉS FAMILIALES ÉTÉ 2012

SORTIES FAMILIALES OFFERTES POUR LA PÉRIODE ESTIVALE.

INSCRIPTIONS

Vous devez vous inscrire pour les activités choisies en appelant le service des loisirs de Saint-Zotique, 450 267-9335, poste 4.

MODALITÉS

Le nombre de participants est limité, il est très important de vous inscrire le plus rapidement possible afin de réserver votre place. La priorité est accordée aux personnes de Saint-Zotique. Les enfants âgés de 12 ans et moins, qui ne sont pas inscrits au camp de jour, doivent être accompagnés d'un adulte. La date limite pour payer votre inscription est le 15 juin 2012, à midi. Si, à cette date, les frais d'inscription ne sont pas acquittés, votre réservation sera annulée. Aucun remboursement ne sera effectué, et ce, sous aucune considération. Il est de la responsabilité du participant d'être à l'heure pour le départ.

PARC SAFARI

MERCREDI 11 JUILLET 2012

Visite du Parc Safari incluant la visite des animaux, les spectacles, l'animation, les manèges, et le secteur aquatique (n'inclut pas les descentes en tubes). Du plaisir pour toute la famille.

Clientèle : Familiale

Départ : 8 h 45

Hôtel de ville de Saint-Zotique
1250, rue Principale

Retour : Vers 16 h 45

(Départ du Parc safari à 15 h 30)

Coût : 25 \$ par personne

Vous pouvez apporter un lunch et il y a un service de cafétéria sur place.

PISCINE OLYMPIQUE ET GYMNASÉ

LUNDI 23 JUILLET 2012

En plus d'une animation enjouée, les enfants pourront s'amuser dans la piscine à bulles, sur les tremplins et dans la pataugeoire pour les tout-petits. Dans le gymnase, ils participeront à plusieurs activités soit l'omnikin, circuit à obstacles et jeux de ballon.

Clientèle : Familiale

Départ : 8 h 30

Hôtel de ville de Saint-Zotique
1250, rue Principale

Retour : Vers 16 h

(Départ du Parc olympique à 14 h 45)

Coût : 25 \$ par personne

Vous devez apporter maillot de bain, serviette, vêtements confortables, espadrilles, lunch complet et bouteille d'eau.

HÉRITAGE SAINT-BERNARD

MARDI 7 AOÛT 2012

(Île aux trésors)

Embarquez dans une nouvelle aventure afin d'élucider diverses énigmes planant sur l'île Saint-Bernard. De nombreux jeux et défis vous attendent et vous permettront d'aider le célèbre détective « Sherlock Faune » à résoudre cette affaire.

Clientèle : Familiale

Départ : 8 h 45

Hôtel de ville de Saint-Zotique
1250, rue Principale

Retour : Vers 16 h

(Départ de Île Saint-Bernard à 15 h)

Coût : 25 \$ par personne

Vous devez apporter un lunch, crème solaire, chasse-moustique, bouteille d'eau, vêtements confortables et espadrilles.

* Pour les enfants du camp de jour, le départ s'effectuera de la plage.

LES ASSOCIATIONS

LISTE DES ASSOCIATIONS DE SAINT-ZOTIQUE

Cercle de fermières Des Coteaux

Lise Roy, 450 267-0377

Club de l'Âge D'Or de Saint-Zotique

Pierrette Campeau, 450 267-3806

Comité des bénévoles des Repas partagés

Jeannine Laplante, 450 544-4110

Comité de la bibliothèque

Ginette Léger, 450 267-3689

Ligue de Pétanque Saint-Zotique

Claude Major, 450 267-4598

Ligue de palet

Pierrette Campeau, 450 267-3806

Regroupement des artisans de Saint-Zotique

Denise St-Pierre, 450 267-9335

Scouts 41^e Saint-Zotique

Caroline Lafond, 450 764-9273



LAISSEZ-PASSER GRATUIT POUR LES RÉSIDANTS

Si vous êtes résidents de la Municipalité de Saint-Zotique, vous avez droit, ainsi que les membres de votre famille vivant sous votre toit, à un laissez-passer saisonnier à la plage de Saint-Zotique. Les enfants mesurant plus de 42 pouces devront également se procurer un laissez-passer pour avoir l'accès gratuit. Si vous êtes propriétaire d'un terrain ou d'un immeuble situé dans la Municipalité de Saint-Zotique et que votre résidence permanente est à l'extérieur, vous aurez alors droit à un maximum de deux laissez-passer gratuits donnant accès à la Plage de Saint-Zotique, soit un pour vous et pour une personne à votre adresse.

Les laissez-passer seront émis directement à l'entrée principale de la plage et chaque personne devra se présenter personnellement. Vous devez vous présenter lorsque la plage est ouverte.

(S.V.P. ne vous présentez pas la fin de semaine, lorsqu'il y a foule, pour faire votre demande.) Vous devez avoir en votre possession une preuve de résidence (ex. : permis de conduire, compte de taxes ou autres comptes à votre nom ou votre bail), carte d'identité avec photo (ex. : permis de conduire ou carte d'assurance-maladie).

Pour ceux et celles qui ont fait faire leur laissez-passer l'an dernier, vous n'aurez qu'à fournir une preuve de résidence cette année.

Pour avoir l'accès gratuit à la plage ou à la descente pour les bateaux, vous devrez obligatoirement présenter votre laissez-passer à votre arrivée au préposé à l'accueil de la plage, situé à l'entrée de la 81^e Avenue.

UTILISATEUR DE LA PISTE CYCLABLE SOULANGES : DEVENEZ PATROUILLEUR BÉNÉVOLE!

Vous aimez parcourir la piste cyclable Soulanges en vélo ou en patins à roues alignées? Vous faites quelques heures de ce sport par semaine, question de vous tenir en forme? Pourquoi ne pas joindre l'utile à l'agréable... devenez patrouilleur bénévole, et parlez-en à vos amis!

Chaque été, plusieurs milliers de cyclistes, patineurs et marcheurs utilisent la piste cyclable Soulanges de Rivière-Beaudette à Pointe-des-Cascades. Ces utilisateurs, résidents de la région ou visiteurs de partout à travers le Québec, se doivent d'être en sécurité advenant une blessure, un malaise ou tout autre besoin. Leur sécurité est assurée par des patrouilleurs qui veillent bénévolement à ce que tout se passe bien sur la piste cyclable Soulanges.

DEVENIR PATROUILLEUR, MAIS QU'EST-CE QUE CELA IMPLIQUE?

Être patrouilleur, implique une présence sur la piste cyclable de trois heures par semaine. Bien sûr, cette période d'heures peut être répartie à votre convenance. Vous devez également porter le casque et le chandail de la patrouille afin d'être bien identifié en tant que patrouilleur lorsque vous

faites votre balade. De plus, une trousse de premiers soins vous sera fournie et vous bénéficierez d'un cours de secourisme, pour ceux qui ne l'ont pas, afin que vous puissiez venir en aide de façon efficace aux utilisateurs au besoin. Voilà, c'est tout! En résumé, votre mandat est de veiller à ce que tous les utilisateurs de la piste cyclable Soulanges soient en sécurité et informés des attraits touristiques.

Afin de devenir patrouilleur ou pour obtenir plus de renseignements, communiquez avec François Robillard, au 450 452-4651 poste 24, ou par courriel à frobillard@ville.lescedres.qc.ca.

Veillez noter qu'être patrouilleur est une implication bénévole agréable et non une obligation. Prenez-le comme un défi personnel, un entraînement physique hebdomadaire et du même coup une bonne action. Vous pouvez vous balader sur le tronçon de piste que vous voulez, à l'heure qui vous convient, donc c'est vous qui faites votre horaire, à votre convenance! Alors n'attendez plus, devenez patrouilleur sur la piste cyclable Soulanges! La piste cyclable ouvre officiellement le 1^{er} mai.

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE ST-ZOTIQUE

AVIS DE CONVOCATION : CLUB DE L'ÂGE D'OR DE ST-ZOTIQUE INC.

Avis est donné que l'assemblée générale annuelle des membres du Club de l'Âge d'Or de Saint-Zotique inc. se tiendra le jeudi 10 mai 2012, à 16 h, à la salle de l'Hôtel de ville de Saint-Zotique au 1250, rue Principale. Il y aura présentation de différents rapports; élections d'administrateurs(trices) pour un terme de deux ans et période de questions.

RogerLéger, secrétaire

SOUPER DU MOIS

Le prochain souper du mois se tiendra le 10 mai après l'assemblée générale annuelle des membres. Le moment ultime pour annuler votre présence sans coût additionnel, est le samedi précédant le jour du souper.

AVIS - Il n'y aura pas d'activités les jeudi 5 avril et lundi 9 avril.

REPAS PARTAGÉS

Les bénévoles des repas partagés vous invitent à leur dîner mensuel qui est servi à tous les premiers mercredis du mois à l'hôtel de ville de Saint-Zotique. Le coût est de 9 \$ par personne. Pour information ou réservation : Jeannine Laplante, 450 544-4110

LIGUE DE PÉTANQUE

Si vous désirez jouer dans la ligue de pétanque de Saint-Zotique, à l'été 2012, vous devez vous inscrire avant le vendredi 13 avril. Les membres du conseil d'administration contacteront les joueurs actifs de l'an dernier.

Les aspirants joueurs devront s'inscrire en communiquant avec Robert Lortie, au 450 267-4666, ou Gisèle Szigetvari, au 450 267-0200. S'il y a un surplus de joueurs, la priorité sera accordée aux anciens joueurs et aux résidents de Saint-Zotique.

Lors d'une assemblée générale prévue le lundi 23 avril 2012, à 19 h 30 à l'hôtel de ville, il y aura choix des capitaines, formations des équipes et autres renseignements pertinents pour la saison 2012. Toutes les personnes intéressées à cette activité sont invitées à cette réunion.

Claude Major, président

Denis Lafrance, secrétaire

L'ASSOCIATION MARIE REINE DE SOULANGES #662

Les réunions de l'association se tiennent le troisième mardi du mois.

Dimanche, 6 mai : adhésion régionale à Soulanges

Si vous désirez entrer dans l'Association Marie Reine de Soulanges, vous êtes les bienvenues.

Information Yolande Parent, 450 267-9256

Monique Lalonde, 450 763-1414

17 avril : Réunion régulière

Couleur : Jaune ou lilas

Spirituel : Marie de la Passion

15 mai : Souper au restaurant

Fêtons nos mères et une mère en particulier.

Spirituel : Visitation de la Vierge Marie.

1er et 2 juin : Ressourcement spirituel au manoir d'Youville Chateauguay

Arrivée à 14 h le vendredi et départ le 2 après le dîner.

19 juin : Souper de fin d'année

Couleur : Pastel

Spirituel : Notre-Dame du perpétuel Secours

Marthe Léger, 450 267-9192

marthejeannotte@videotron.ca

LE CERCLE DES FERMIERES DES COTEAUX

Le Cercle des fermières des Coteaux organise une soirée de bingo au profit de la Fondation OLO, le 19 avril prochain, au bingo de la Presqu'île à Vaudreuil.

Coût : 20 \$ le billet plus 4 \$ pour le transport

Information : Lise Roy, 450 267-0377

Lroy077@hotmail.com

LE CLUB DE CYCLISME LE SUROÏT

Le Club de Cyclisme Le Suroît regroupe des passionnés de vélo désirant rouler en groupe (peloton) dans la région. Il existe plusieurs catégories de groupes « cyclo-sportifs » dont les vitesses moyennes se situent entre 20 à 35 km/h.

Tout au long du printemps ou de l'été, il est aussi possible de devenir membre. L'inscription peut se faire à la boutique « Le Suroît Cycle et Ski » (136, rue Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion).

Pour de l'information supplémentaire, vous pouvez visiter le site Internet au www.clubdecyclismelesuroit.com ou joindre le président Nicolas Marcoux au 450 455-9008.

ASSOCIATION DE MOTO TOURISME VAUDREUIL-SOULANGES INC.

Vous possédez une moto et vous souhaitez faire partie d'un groupe de personnes qui partage la même passion que vous?

Joignez-vous à l'AMTVS! Nous sommes une organisation à but non lucratif qui vise à promouvoir la pratique sécuritaire du motocyclisme par l'organisation de randonnées ou voyages à moto (début mai à la fin novembre) et d'activités de formation en conduite et sécurité.

Voici une belle occasion de faire de la moto en toute



sécurité, de découvrir notre région, de visiter plusieurs coins extraordinaires du Québec et d'ailleurs, de faire de nouvelles connaissances et de profiter au maximum de votre moto!

L'AMTVS est membre de la Fédération Motocycliste du Québec (F.M.Q.) et du Regroupement des Associations Motocyclistes de la Montérégie (R.A.M.M.). Pour en savoir plus, visitez notre site web au www.amtvs.org.

Pour information : Mario Marcheterre, 514 453-9136
Carmen Miron, 514 538-1254
Sébastien Lambert, 514 772-9291

VOICI CERTAINS DES ATELIERS DE FRANÇAIS



Ici, vous améliorez votre français gratuitement!

Vous pouvez prendre des cours complémentaires pour écrire un meilleur français, en suivant des **formations courtes et très ciblées**. Nos cours, offerts de jour et de soir, sont **gratuits et sur mesure**. Venez, peu importe vos faiblesses, ou même si c'est un simple manque de confiance en vous.

Téléphonez-nous et nous vous aiderons à déterminer vos besoins.
Vous pouvez nous rejoindre au 450 763-1331 ou au 1 877 606-1331.
13A, rue Principale, Coteau-du-Lac (Québec), J0P 1B0
sur FACEBOOK à La magie des mots, organisme communautaire
et sur notre site Internet : www.lamagiedesmots.org
Le français, j'en fais mon succès!

COLLECTE DE SANG

Les pompiers de la Régie intermunicipale d'incendie du Lac Saint-François organisent une collecte de sang pour HÉMA-QUÉBEC, le vendredi 11 mai 2012 de 14 h à 20 h, à l'hôtel de ville de Saint-Zotique au 1250, rue Principale. Héma-Québec a pour mission de fournir avec efficacité des composants et substituts sanguins, des tissus humains et du sang de cordon sécuritaire, de qualité optimale et en quantité suffisante pour répondre aux besoins de la population québécoise; d'offrir et développer une expertise, des services et des produits spécialisés et novateurs dans les domaines de la médecine transfusionnelle et de la greffe de tissus humains. Héma-Québec, c'est près de 3 000 jours de collectes de sang et près de 300 000 donateurs de sang par année, et plus de 500 000 produits sanguins livrés annuellement aux hôpitaux du Québec pour subvenir aux besoins des malades. Donnez du sang. **Donnez la vie. Les pompiers comptent sur votre présence pour que cette collecte soit une réussite. Merci à tous!**



HÉMA-QUÉBEC

PORTE-À-PORTE

Le schéma de couverture de risque incendie est en vigueur depuis le 1^{er} juin 2010 dans la MRC de Vaudreuil-Soulanges. Ce schéma regroupe des règles et des mandats que tous les Services Incendies du Québec devront suivre autant en intervention qu'en prévention.



Dans le cadre de ce schéma, les pompiers de la Régie intermunicipale d'incendie du Lac Saint-François feront des visites préventives dans les domiciles de la municipalité, des mois de mai à octobre.

Lors de ces visites de courtoisie, les pompiers vérifieront les avertisseurs de fumée et de monoxyde de carbone, l'accessibilité au panneau électrique et aux issues, les extincteurs portatifs, le point de rencontre des habitants de la maison en cas de sinistre et ils répondront à vos questions.

Ces visites préventives d'une quinzaine de minutes peuvent faire une différence, nous espérons donc votre collaboration!

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez communiquer avec la Régie intermunicipale d'incendie du Lac Saint-François au 450 267-9335, poste 238.
Michel Pitre, directeur

COLLECTE DES ORDURES MÉNAGÈRES

Elle s'effectue à toutes les semaines, à compter du mercredi 16 mai 2012 (horaire d'été jusqu'à la fin septembre). Les objets volumineux (exemples : chauffe-eau, électroménager, meuble, sommier, etc.) sont ramassés une fois par mois.

Pour connaître l'horaire complet, visitez notre site Internet

www.st-zotique.com/municipalite/urbanisme



COLLECTE SPÉCIALE

Elle a lieu à la plage les jeudis suivant les collectes régulières d'ordures ménagères. Les matériaux acceptés sont les brindilles, petites branches, surplus de jardinage et matériaux de construction résidentielle (légères rénovations). Un montant de 10 \$ est exigé.

ABRIS TEMPORAIRES

Ils sont autorisés jusqu'au 1^{er} mai.

VENTES D'ARTICLES USAGÉS (VENTES DE GARAGE)

Elles sont permises uniquement aux dates suivantes :

- fête des Patriotes 19, 20 et 21 mai;
- fête du Travail 1er, 2 et 3 septembre.

Notre Municipalité



Le mini-camp, c'est une programmation variée et adaptée aux jeunes de 3 à 5 ans.

Quoi de mieux que des activités amusantes et un site enchanteur pour divertir les plus petits et leur faire vivre une vie de groupe très spéciale.

Clientèle : enfants de 3 à 5 ans, l'enfant doit être âgé de 3 ans au 1^{er} juillet 2012 et ne pas avoir commencé la maternelle.

Horaire : Mardis et jeudis, de 10 h à 12 h

Endroit : Plage de Saint-Zotique

Durée : 6 semaines, du 3 juillet au 9 août

Coût : 80 \$ par enfant, aucun rabais n'est accordé si l'enfant s'absente durant l'été.

Inscriptions : Service des loisirs de Saint-Zotique, 450 267-9335, poste 4.

Nouveau! Mini-camp pour les 3 à 5 ans