

L'Info-Dinois

Mensuel d'informations municipales

Vol. 12 | No. 08 | Août 2023



Sainte-Hénédine

RÉSUMÉS DES SÉANCES DU CONSEIL

AVIS RÉFORME NUMÉROS CIVIQUES

FESTIVAL DE SAINTE-HÉNÉDINE

PROGRAMMATION DES LOISIRS AUTOMNE

BIBLIOTHÈQUE LA DÉTENTE

PISTE CYCLABLE – VÉLOROUTE DE DORCHESTER

Bonne nouvelle! Le pavage du côté de Bellechasse est maintenant complété. Il reste quelques travaux de marquage, de signalisation et de mise en place de la broche à compléter. Vous pouvez y circuler en tenant compte de la présence de travailleurs certains jours. Rappelons que ce tronçon permet de relier Sainte-Hénédine aux municipalités de Bellechasse et de Lévis.



Une halte cyclable sera construite prochainement près du casse-croute.

On rappelle que **les véhicules hors route (VTT, motocross, etc.) SONT INTERDITS** de circulation en tout temps sur la piste cyclable. En plus du danger pour les usagers en bicyclette, il amène du gravier sur la piste, ce qui est très dangereux pour les personnes en patin à roues alignées. Nous demandons à ces conducteurs et aux parents de ceux-ci d'agréer en conséquence pour éviter les accidents. Bonne randonnée!

Les vacances sont maintenant terminées pour la plupart d'entre nous. Nous espérons que vous avez bien pris soin de votre personne, que vous avez su profiter de la présence de votre famille et de vos amis durant ces temps de repos. Même si ce n'est pas toujours facile de retourner au travail, aux études, de reprendre sa routine habituelle nous souhaitons que vous soyez maintenant prêts à relever tous les défis proposés par la vie. Bonne reprise de toutes vos activités!

L'équipe d'animation locale vous invite à **participer en famille au festival de Sainte-Hénédine le 26 et 27 août au chalet des loisirs.**

Nous vous invitons également à vous joindre à nous **le dimanche pour la célébration de la parole et de réserver votre pique-nique.**

Nous vous attendons!

DÉLAIS RAPIDES
SERVICES SANS FRAIS
CONSEILS PERSONNALISÉS
TECHNIQUES EFFICACES

CRE
CENTRE DE RECHERCHE D'EMPLOI
BEAUCE-ETCHEMINS INC.
Un acteur majeur pour votre retour en emploi

Mon Bag'Âge pour l'emploi

Québec

SAINT-GEORGES 418 227-5445
SAINTE-MARIE 418 386-4445
crebe.qc.ca

Municipalité Ste-Hénédine

111, rue Principale, Ste-Hénédine, QC G0S 2R0 | Tél. : 418 935-7125 | Téléc. : 418 935-3113 | info@ste-henedine.com | www.ste-henedine.com
Heures d'ouverture du bureau municipal : lundi au vendredi 9 h à 12 h – 13 h à 16 h sauf les vendredis de juillet et août fermé

Commission des loisirs

147, rue Principale, Ste-Hénédine, QC G0S 2R0 | loisirs-sthe@hotmail.com | 418 935-7125 (bureau) ou 418 935-7108 (chalet)
Pour connaître les activités de loisirs consultez le www.ste-henedine.com sous l'item Info-citoyen programme des loisirs

RÉSUMÉ DE LA SÉANCE DU CONSEIL DU 3 JUILLET 2023

- Mandat étude caractérisation en vue agrandissement périmètre urbain
- Adjudication contrat sel à déglacage en vrac pour la saison 23-24
- Mandat pour assistance vidange des étangs 1 et 3
- Adjudication contrat acquisition radar pédagogique
- Dépôt demande pour reconstruction bâtiment service piscine municipale au programme d'aide financière aux infrastructures récréatives, sportives et de plein air
- Autorisation préparation offre de service pour entretien Véloroute de Dorchester
- Autorisation signalisation contrat avec Telus pour lien internet local et service téléphonique IP
- Nomination de M. Francis Tardif comme représentant municipal demandé par la Biblio
- Adjudication contrat essai pompage (matériel et installation)



RÉSUMÉ DE L'AJOURNEMENT DE SÉANCE DU 10 JUILLET 2023

- Autorisation achat plaque signalétique
- Autorisation à installer 2 nouveaux arrêts intersection rue de l'Étang et des Roseaux

AVIS IMPORTANT : RÉFORME DES NUMÉROS CIVIQUES

La réforme des numéros civiques sera en vigueur le 18 septembre 2023 pour les immeubles visés soit :

- Route Sainte-Thérèse
- Route Saint-François
- Route Saint-Jean-Baptiste
- Route Saint-Alfred
- Route Saint-Olivier
- Quelques immeubles de la route Langevin
- Route des Circuits (chemin privé) et la rue Principale deviendra « Route Sainte-Thérèse ».

Au début du mois de septembre, tous les propriétaires d'immeuble recevront un avis officiel écrit de la municipalité avec leur(s) nouveau(x) numéro(s).

Les propriétaires devront en informer leurs locataires.

La centrale d'appel 9-1-1 CAUCA aura les nouvelles adresses dans les jours précédant le 18 septembre 2023;

À compter du 18 septembre 2023, Poste Canada va réacheminer sans frais votre courrier à votre nouvelle adresse pendant un (1) an soit jusqu'au **17 septembre 2024**;

Poste Canada va avoir informé les cinq (5) grands usagers postaux soit : **Régie Assurance Maladie du Québec (RAMQ), Telus, Videotron, Hydro-Québec et Bell**;

Pour les autres (fournisseurs, assurances, institutions financières, etc.) vous pourrez débiter **après le 18 septembre 2023** à les aviser de votre nouvelle adresse;

Pour la SAAQ : Postes Canada nous avise que la SAAQ n'est plus partenaire. Suite à nos demandes, voici la réponse obtenue : *Effectivement, pour le moment, suite à la restructuration du nouveau système, il est préférable que chaque citoyen effectue leurs changements d'adresse. Depuis 2022 nous ne sommes plus*

partenaires avec Poste Canada lors des changements d'adresse, chaque personne devra donc passer par le site québécois des changements d'adresse (SQCA) adresse.gouv.qc.ca

Avec ce seul interlocuteur, le client pourra transmettre la nouvelle adresse ou la correction de celle-ci pour sept (7) ministères et organismes du Québec :

- Élections Québec;
- Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale;
- Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ);
- Retraite Québec;
- Revenu Québec;
- Société de l'Assurance Automobile du Québec (SAAQ);
- Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité; du travail;

Le client peut aussi déclarer un changement d'adresse par téléphone en contactant la société de l'assurance automobile du Québec

Lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi de 8 h 30 à 16 h 30

Mercredi de 9 h 30 à 16 h 30

En appelant au 1 800-361-7620

Il est toujours possible de déclarer un changement d'adresse par la poste. Vous pouvez écrire un courrier à la Société pour l'informer du changement d'adresse :

Société de l'assurance automobile du Québec

Case postale 19600, succursale Terminus
333 boulevard Jean-Lesage
Québec (Québec) G1K 8J6

Pour le Gouvernement du Canada : Ils n'ont pas de fichier central, vous devrez donc aller sur la liste de chaque ministère pour connaître les modalités, mais voici le lien : canada.ca/fr/gouvernement/changement-adresse.html

AVIS IMPORTANT : RÉFORME DES NUMÉROS CIVIQUES (SUITE)

Les principaux organismes gouvernementaux où vous devrez faire votre changement sont : **Agence du Revenu Canada (particuliers)** – impôt et crédit d'impôt, allocation canadienne pour enfants **Agence du Revenu Canada (entreprise)** – impôt, retenu sur la paye, TPS **Services Canada** – assurance-emploi et sécurité de la vieillesse.

Pour l'organisation municipale :

La municipalité va aviser les organisations suivantes des changements : La MRC Nouvelle-Beauce, la Commission scolaire Beauce-Etchemin, Commission des loisirs de Sainte-Hénédine, La Fabrique Sainte-Mère-de-Jésus.

La municipalité, sur demande d'organismes ou fournisseurs majeurs sur le territoire desservant plusieurs résidents (plus de 30), pourra leur transmettre le fichier regroupé.

La municipalité va pour sa part débiter, en septembre, à installer les plaques signalétiques dans la partie rurale sur le bord des routes et à certains autres endroits difficiles à repérer.

Chaque propriétaire a la responsabilité de modifier son numéro civique installé sur l'immeuble et sa boîte à lettre ou autre, à ses frais, pour éviter toute confusion pour les services d'urgence ou de livraison. Pour la durée de vie normale de la plaque estimée à 15 ans, la municipalité va assurer l'entretien. Toutefois cela ne comprend pas le remplacement du poteau ou de la plaque en cas de bris pour lequel un responsable est identifié. Dans ce cas, les frais de réparation seront recouverts directement du responsable du bris et la créance sera assimilée à une taxe en cas de non-paiement.

La municipalité va également avoir avisé Google (Maps Street View) du changement massif d'adresses pour le 18 septembre 2023 qui feront une mise à jour de leur site (délai non connu).

Il est possible de consulter sur le site *ste-henedine.com* le document complet de la réforme. Merci de votre attente et collaboration.



Crédit photo : Beauce Média - Éric Gourde

le Berceau

420, rue Principale, suite 102, Vallée-Jonction



Un lieu accueillant qui permet de...

- Rencontrer d'autres jeunes mamans
- Partager ses expériences
- Être soutenue dans son rôle de maman
- Avoir de nouveaux outils, trucs et informations
- Développer sa confiance en ses capacités
- Avoir un moment de répit

Nos services

- Écoute et soutien
- Rencontres thématique, ateliers de créativité et activités sociales (avec halte-garderie et transport)
- Coup de pouce matériel
- Trousse de départ
- Moulage de bedaine
- Portathèque (location de porte-bébé)
- Répit-bouffe-naissance
- Halte-répit
- P'tit Plus du soir



Le Berceau
est un organisme qui s'adresse à toutes les jeunes mamans de 25 ans et moins de la Nouvelle-Beauce



Berceau Vallée-Jonction



418 387-7974



www.leberceau.ca

Grand ménage? Rénovation? Déménagement? Pensez à votre écocentre!



- Appareils réfrigérants
- Matériaux de construction
- Appareils électroniques et informatiques
- Ampoules fluocompactes et néons
- Conteneurs sous pression
- Peintures, teintures et vernis
- Pneus, piles et plus



Vos déchets seront en grande partie transformés et réutilisés.

Pour savoir où vous départir d'une matière, utilisez l'application 

RÉDUIRE L'ENFOUISSEMENT!
c'est maintenant!

Québec 

En partenariat avec le CRECA, les MRC des Appalaches, de Bellechasse, de Beauce-Centre, de Beauce-Sartigan, des Etchemins, de L'Islet, de Lotbinière, de Montmagny, de La Nouvelle-Beauce et la Ville de Lévis.



Festival de Sainte-Hénédine

26 et 27 août 2023

Samedi 26 août

- PM :
- Marché public
 - Jeux gonflables
 - Maquillages
 - Carré de sable
 - Maître Glacier
 - Mini-Putt



Kathou Cantine
sur place toute la
journée/soirée



Service de bar
disponible sur le site
toute la fin de semaine

Soirée : 17h : Jonathan Guiguère

20h : Cover Dose



Entrée
GRATUITE!

Dimanche 27 août

- 10 h Célébration de la parole Gospel au Chalet des loisirs
11 h Pique-nique familial

15 \$ par boîte
à lunch

*Commandez votre boîte à lunch avant le 18 août 2023, auprès des membres du comité des loisirs, Mélanie Jacques 418-935-3385 ou au bureau municipal 418-935-7125.

- Choix 1  1 croissant au poulet, muffin, yogourt, salade de pâtes, fromage et fruits frais.
- Choix 2  1 croissant à la viande froide, muffin, yogourt, salade de pâtes, fromage et fruits frais.

Pour plus de détails sur la programmation, suivez-nous sur Facebook :
Festival de Sainte-Hénédine.

COMMISSION DES LOISIRS ORGANISÉS DE SAINTE-HÉNÉDINE

Voici ce que vous devez prendre en note pour le mois :

Terrain de jeux

Le Terrain de jeux 2023 se terminera le vendredi 18 août prochain. Cet été, c'est **85 enfants** qui étaient inscrits au Terrain de jeux. La Commission des loisirs comptait 17 jeunes parmi son équipe d'animation cet été. **MERCI à toute l'équipe d'animation pour ce bel été!** MERCI d'avoir été des modèles pour les enfants et de les avoir amusés pendant 8 semaines. À l'an prochain!



Piscine

Nous avons eu un beau début de saison pour la piscine, mais le mois d'août a été vraiment frisquet. Merci à tous ceux qui ont utilisé le service, on voit que c'est vraiment apprécié de la population d'avoir une piscine municipale. **MERCI à notre équipe de sauveteuses qui ont tenu le phare tout l'été**, malgré les nombreuses fermetures pour mauvais temps.



Festival de Sainte-Hénédine

Le Festival de Ste-Hénédine aura lieu le **26 et 27 août** prochain. On vous attend en grand nombre! Pour voir la publicité complète, voir dans les pages suivantes.

Coupe Julien Pomerleau

La Coupe Julien Pomerleau aura lieu le **8 et 9 septembre** prochain au terrain de baseball. Si vous n'êtes pas inscrit, on vous invite à venir en grand nombre encourager l'équipe de votre rue ou route. Est-ce que la rue Morisset sortira gagnante pour une 3^e année consécutive?



Programmation des loisirs Automne 2023

Début des cours :

Adultes : Semaines du 11 et 18 septembre

Enfants : Semaine du 25 septembre

Inscriptions avant le 7 septembre 2023

- Cardio Step - Kangoo Jump - Kin-Ball -
- Mixologie -
- Cheerleading - Danse enfantine - Ballet -
- Petits sportifs -
- Gymnastique - Hip-hop - Pilates - Yoga
- doux - Volley-ball -
- Jogging - Workout poussette -



Loisirs Ste-Hénédine

Informations : Mylène Sylvain, 418 935-7125 ou
loisirs-sthe@hotmail.com

Cours pour enfants (Parascolaire)

Kin-Ball

Viens découvrir le Kin-Ball, un beau sport d'équipe qui met de l'avant la collaboration et l'esprit d'équipe.

Horaire : Mercredi de 15h07 à 16h10

Clientèle : 1ère à 6e année

Durée : 10 semaines

Début : 27 septembre

Coût : 60 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Mylène Sylvain

Basketball

Viens t'amuser et t'initier aux techniques de base de basketball : passes, dribble, lancer-franc, lay-up, manipulations de balles et plus.

Horaire : À venir fin août

Clientèle : 4ième à 6ème année

Durée : 8 semaines

Début : semaine du 25 septembre

Coût : 70 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Kathy Tremblay

L'horaire exacte sera annoncée vers la fin du mois d'août. À l'heure qu'il est, la responsable ne connaît pas son horaire pour l'automne 2023. Si jamais l'horaire annoncée ne vous convient pas, vous serez remboursé.

Hip-Hop

Le cours de hip hop permet aux jeunes de développer leur personnalité à travers différents styles de hip hop. Durant la session, ils apprendront une chorégraphie et ils travailleront le « freestyle ».

Horaire : Mardi sur l'heure du midi

Clientèle : 5 ans et plus

Durée : 10 semaines

Début : 26 septembre

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Marianne Labbé

École de danse
 MOVE



Cours pour enfant

DANSE ENFANTINE

Le cours de danse enfantine initie les plus jeunes à la danse en imitant leur professeur. Celui-ci leur apprend de petites danses sous forme de jeux, les mouvements de coordination, la vitesse d'exécution, à travailler 2 par 2 et l'expression faciale. Ils apprendront une petite chorégraphie.

Horaire : Jeudi 18h15 à 19h

Clientèle : 4 - 5 ans

Durée : 10 semaines

Début : 28 septembre

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Marie-Lee Bouchard

École de danse
 MOVE

Ballet

Les jeunes apprendront le développement de l'alignement du corps, l'apprentissage des concepts de bases du ballet, tels que l'en dehors, la présentation et l'expression, la coordination des mouvements et les positions de base du ballet classique.

Horaire : Jeudi 19h à 19h45

Clientèle : 6 ans et plus

Durée : 10 semaines

Début : 28 septembre

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Marie-Lee Bouchard



Cours pour enfants (suite)

Cheerleading récréatif

Dans ce cours, les enfants feront l'apprentissage de sauts, de danses, d'acrobaties, de pyramides et ce, au rythme de la musique. Camille va aider vos enfants dans l'apprentissage du sport. Les enfants pourront ainsi performer une petite routine et dépasser leurs limites.

Horaire : Lundi de 18h à 19h

Clientèle : maternelle 4 ans à 6e année

Durée : 10 semaines

Début : 25 septembre

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Camille Deblois

Cheerleading pré-compétitif

Pour les enfants qui ont déjà fait au moins 1 session de cheerleading avec Camille. L'inscription est pour l'année 2023-2024, soit de septembre 2023 à avril 2024.

L'inscription comprend la participation à 2 compétitions dans la région, un chandail d'équipe et un chouchou pour les cheveux.

*Minimum de 8 inscriptions pour débiter le cours.

Horaire : Mardi de 18h à 19h30

Clientèle : 6 ans et plus

Durée : 25 cours + 2 compétitions

Début : 3 octobre

Coût : 375 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Camille Deblois



Petits sportifs

Ce cours est un cours parents/enfants. L'objectif est de faire bouger les enfants, tout en leur faisant découvrir de nouvelles activités. La participation du parent est ESSENTIELLE.

Horaire : Samedi de 9h à 9h45

Clientèle : 3 à 5 ans

Durée : 8 semaines

Début : 23 septembre

Coût : 60 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Mylène Sylvain

Prêts à rester seuls

Cours de la croix-rouge, qui donnera à votre enfant les bases pour être en mesure de rester seul à la maison. Matériel requis pour le cours: Lunch, 1 collation, crayon de plomb, crayons de couleurs et efface.

Horaire : Vendredi 22 septembre

Clientèle : 9 ans et plus en date du 22 décembre 2023 (ou 4ième année)

Durée : 8h30 à 14h30

Coût : 60 \$

Lieu : Chalet des loisirs

Responsable : Alexa Langlois

*Un certificat sera remis à chaque enfant qui complétera le cours.



Cours pour ados et adultes

Yoga Pilates

Fusion créative de yoga et de Pilates, visant à améliorer la posture globale, développer la force, la souplesse et la proprioception. Tonus et détente garantis.

Horaire : Mardi 18h30 à 19h30

Clientèle : 13 ans et plus

Durée : 12 semaines

Début : 12 septembre

Coût : 150 \$

Lieu : Chalet des loisirs

Responsable : Élisabeth Gagné, Ton équilibre

*Ce cours n'est pas suggéré pour les femmes enceintes.

Matériel requis :

Tapis de yoga et bloc de yoga.

Rabais Yoga :

Inscris-toi aux 2 cours de yoga pour un rabais de 75 \$ sur le prix total.

Yoga doux/méditation

Pratique de postures près du sol, tenues plutôt passivement et visant à délier les muscles et les tissus conjonctifs profonds.

Au menu : focus, légèreté et relaxation. Le cours parfait pour vous faire décrocher de votre routine quotidienne.

Horaire : Mardi de 19h45 à 20h45

Clientèle : 13 ans et plus

Durée : 12 semaines

Début : 12 septembre

Coût : 150 \$

Lieu : Chalet des loisirs

Responsable : Élisabeth Gagné, Ton équilibre



Cours pour ados et adultes (Suite)



CARDIO STEP

Entraînez vous au son d'une musique rythmée et motivante. Travaillez le tonus des fessiers, des cuisses, des bras et des abdos.

Horaire : Mercredi de 18h30 à 19h30

Clientèle : 13 ans et plus

Durée : 12 semaines

Début : 20 septembre

Coût : 100 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Angel Rodriguez



ATELIERS DE MIXOLOGIE



ATELIER DE CUEILLETTE

Lors de cet atelier de mixologie, vous apprendrez ce que vous pouvez cueillir dans les bois pour aromatiser vos cocktails. Des recettes vous seront proposés en lien avec les items cueillis. Vous serez en mesure de réaliser simplement ces recettes à la maison suite à l'atelier.

Horaire : Jeudi 14 septembre

Clientèle : 18 ans et plus

Durée : 18h30 à 20h30

Coût : 25 \$ / 1 cours ou 65 \$ pour les 3 cours

Lieu : Chalet des loisirs

Responsable : Microdistillerie La Ponce



THÉMATIQUE HALLOWEEN

Lors de cet atelier de mixologie, vous apprendrez à réaliser trois délicieux cocktails pour l'Halloween. Vous serez en mesure de réaliser simplement ces recettes à la maison suite à l'atelier.

Horaire : Jeudi 26 octobre

Clientèle : 18 ans et plus

Durée : 18h30 à 20h30

Coût : 25 \$ / 1 cours ou 65 \$ pour les 3 cours

Lieu : Chalet des loisirs

Responsable : Microdistillerie La Ponce



*Chaque atelier inclut 3 cocktails et des grignotines



THÉMATIQUE TEMPS DES FÊTES

Lors de cet atelier de mixologie, vous apprendrez à réaliser trois délicieux cocktails qui agrémenteront parfaitement votre temps des fêtes. Vous serez en mesure de réaliser simplement ces recettes à la maison suite à l'atelier.

Horaire : Jeudi 14 décembre

Clientèle : 18 ans et plus

Durée : 18h30 à 20h30

Coût : 25 \$ / 1 cours ou 65 \$ pour les 3 cours

Lieu : Chalet des loisirs

Responsable : Microdistillerie La Ponce



Cours pour ados et adultes (Suite)

Volley-Ball

Viens jouer au Volley-ball en apprenant les techniques de base. Ouvert à tous.

*Prévoir des genouillères et des vêtements de sport. Selon les inscriptions, possibilité de débiter une petite ligue.

Horaire : Lundi de 19h30 à 20h30

Clientèle : 13 ans et plus

Durée : 10 semaines

Début : 18 septembre

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Mathylde Blais

Kin-Ball

Viens jouer ou découvrir le Kin-Ball avec nous! Vous découvrirez plusieurs muscles inconnus et le plaisir est garanti.

Horaire : Mercredi 19h30 à 20h30

Clientèle : 13 ans et plus

Durée : 10 semaines

Début : 20 septembre

Coût : 80 \$

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Mylène Sylvain

Kangoo Jump

Comment se déroule un cours de Kangoo jump ? Ce n'est pas compliqué, ça ressemble au cours de sport collectif classique type Zumba, mais avec ces fameuses chaussures à rebond.

*Bottes incluses, prévoir des bas longs.

Horaire : Dimanches 8 et 22 octobre et 5 et 19 novembre

Clientèle : 12 ans et plus

Durée : 10h à 11h

Coût : 25 \$/ cours ou 85 \$ pour les 4 cours avec les bottes
15 \$/ cours ou 45 \$ pour les 4 cours sans bottes

Lieu : Gymnase de l'école

Responsable : Mélissa Lebrun

Cours inter-municipaux

Selon les inscriptions, les cours auront lieu à Scott, St-Elzéar, St-Lambert, St-Bernard ou Sainte-Hénédiène.

JOGGING INTERMÉDIAIRE

Osez la course! Venez vous entraîner dans différents endroits et trajets chaque semaine. Au programme, des exercices cardios et musculaires qui vous permettront de relever certains défis de la course. Vous devez être capable de courir au minimum 30 minutes sans arrêt pour ce cours.

Horaire : Mercredi 18h30 à 19h30 ET/OU Samedi 18h30 à 19h30

Durée : 10 semaines

Début : 27 septembre (mercredi) et le 30 septembre (samedi)

Coût : 85 \$ par participant et par cours

Lieu : Le lieu varie en fonction des inscriptions

Responsable : Luc Hotte

WORKOUT POUSETTE

Entraînement à l'extérieur avec poussette et bébé. Pour tous les niveaux. En cas de pluie, le cours aura lieu à l'intérieur du Centre Atkinson.

Horaire : Mercredi de 10h à 11h

Durée : 5 semaines

Début : 27 septembre

Coût : 42.50 \$

Lieu : Le lieu varie en fonction des inscriptions

Responsable : Nicole Bélanger

ENTRAINEMENT MAMAN-BÉBÉ

Entraînement avec bébé. Idéal pour la remise en forme et pour passer un beau moment avec votre enfant. Pour tous les niveaux.

Horaire : Mercredi de 10h à 11h

Durée : 5 semaines

Début : 1er novembre

Coût : 42.50 \$

Lieu : Centre Atkinson

Responsable : Nicole Bélanger



Conférence sur les proches aidants

Date : 11 octobre

Heure : 19 h 30

Coût : 5 \$ par personnes , payable sur place

Lieu : Église de Sainte-Hénédine

Responsable : Cercle de fermières de Sainte-Hénédine et Lien partage

Informations : Louise Normand ou Monique Lessard

Bibliothèque La Détente

Heures d'ouvertures : Mardi 10h à 12h

Mercredi : 14h à 16h

Mercredi et jeudi : 19h à 20h30

2e et 4e samedi du mois : 9h30 à 11h

Heure du conte : 2e samedi du mois

PLACE AUX ADOS

Place aux ados sera de retour au gymnase de l'école la Découverte cet automne.

Vendredi de 18h à 21h

Voici les dates d'ouverture pour l'automne 2023 : 22 septembre, 6 et 20 octobre, 3 et 17 novembre et le 1er et 15 décembre.

*Pour les 10 à 17 ans.

Location Chalet des loisirs

Le chalet est disponible pour vos réunions de familles.

Le tarif est de 160 \$ pour la salle seulement et de 200 \$ pour la salle avec accès à la partie patinoire. *Tarif pour les résidents seulement.

Un dépôt de 50 \$ est demandé en plus de ce montant et remis au retour des clefs.

Pour informations : Mylène Sylvain, 418-935-7125 ou loisirs-sthe@hotmail.com.



Lien Partage

Lien-Partage sera présent à Sainte-Hénédine

Au chalet des loisirs, 147 rue principale

- **lundi le 18 septembre:** Présentation des services de Lien-Partage (de 9h00 à 11h00)
- **lundi le 2 octobre:** Le service de Télésurveillance Santé Chaudière-Appalaches (de 9h00-11h00)
- **Lundi le 16 octobre:** La Société d'Alzheimer Chaudière-Appalaches (de 9h00-11h00)
- **Lundi le 30 octobre:** Expérimenter un VIACTIVE, Lien-Partage(de 9h00-11h00)
- **Lundi le 13 novembre:** Association Coopérative d'Économie Familiale (ACEF-ABE) (9h00-11h00)
- **Lundi le 27 novembre:** Les services de le Coopérative Aide chez soi (9h00-11h00)

Venez placoter en prenant un bon café c'est gratuit!

418-387-3391 *5

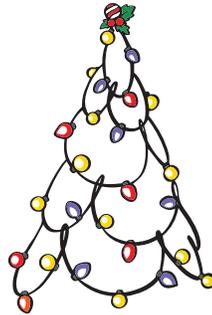
Lien-Partage offre des services permettant le soutien à domicile des personnes en perte d'autonomie, le soutien des personnes proches aidantes et la promotion de saines habitudes de vie.

À mettre à votre agenda pour l'automne

Soirée Karaoké : 27 octobre

Illumination de l'arbre enchanté :
25 novembre

Noël des enfants et Noël en
lumières : 16 décembre



POUR VOUS INSCRIRE :

01. Allez sur le lien suivant :

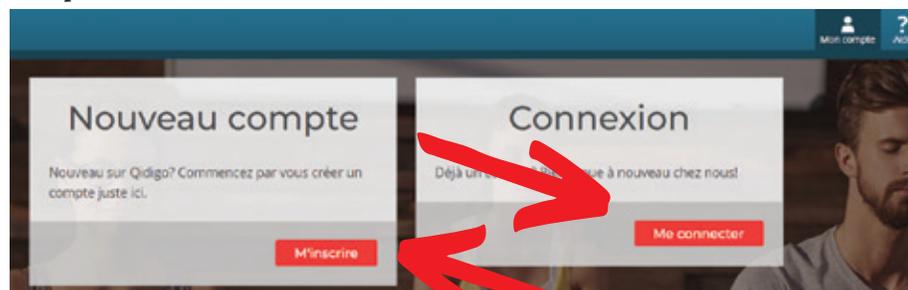
<https://www.qidigo.com/u/Commission-des-loisirs-de-Sainte-Henedine/activites/session>

02. Cliquez sur « Mon compte »



03. Créez ou connectez-vous à votre compte QIDIGO

Créez votre compte QIDIGO avec l'option « Nouveau compte » ou simplement vous connecter à votre compte existant avec l'option « Connexion »



04. Finalisez votre inscription

Il est temps de remplir adéquatement les informations demandées lors de la création de votre compte (adresse postale, numéro de téléphone, etc.) sans quoi la plateforme vous l'exigera au moment de l'inscription.

*** Important de cliquer sur « Mon compte » pour avoir accès à la page de la municipalité de Sainte-Hénédine ainsi qu'aux cours offerts ***

05. Par téléphone

Si vous avez besoin d'un coup de main pour vous inscrire, communiquez avec Mylène Sylvain au 418 935-7125.

**DES FRAIS DE GESTION DE 20 % SERONT
APPLICABLES POUR TOUTES LES ANNULATIONS.**



Des nouvelles de votre bibliothèque

Bibliothèque La Détente

111-D, rue Principale
Ste-Hénédine G0S 2R0
T : 418-935-3993

Heures d'ouverture :

Mercredi 14h-16h & 19h-20h30
Jeudi 19h-20h30
2e samedi 9h30-11h

Consultez le portail de la bibliothèque : www.reseaubibliocnca.qc.ca/client/fr_CA/sainte-henedine
Suivez -nous aussi sur Facebook et partagez l'information avec vos contacts !

NOS JEUNES À LA BIBLIO !

Cet été, nous sommes très heureuses d'accueillir nos jeunes du Camp de jour à la bibliothèque les mercredis après-midis. Ils viennent par groupe, en alternance, accompagnés par quelques monitrices. Ils ont le loisir d'explorer et de lire les livres de la section Jeunesse. De plus, par le programme Lit de camp, nous prêtons des livres aux monitrices du terrain de jeu pour toute la durée du Camp de jour.

Aussi, depuis le mois de mai, nous recevons des groupes du CPE aux 2 semaines. Par groupe de 15 enfants, accompagnés d'éducatrices, les petits viennent découvrir nos livres pour 0-5 ans. Lors de chacune des visites, un prêt d'une vingtaine de livres est fait à l'éducatrice responsable du groupe.

Nous sommes fières de contribuer à la découverte du monde des livres et de notre bibliothèque auprès de nos jeunes!

L'Heure du conte sera de retour dès le samedi 9 septembre à compter de 10h.

Nous aurons la chance de lire *La fée Chaussette* de Sophie Rondeau

CASQUE DE RÉALITÉ VIRTUELLE



Entre le 14 août et le 27 novembre prochain, un casque de réalité virtuelle sera disponible pour utilisation à la bibliothèque uniquement. Venez vivre des expériences immersives et captivantes grâce à une collection riche et variée d'applications. Ceci s'adresse à tous les usagers de 13 ans et plus.



Quelques Nouveautés

