

L'Info-Dinois

Mensuel d'informations municipales

Vol. 13 | No. 03 | Mars 2024



Sainte-Hénédine

AVIS PUBLICS

DES NOUVELLES DE NOTRE ÉCOLE

MAISON DE LA FAMILLE

PROGRAMMATION DES LOISIRS

BIBLIOTHÈQUE LA DÉTENTE

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

MAISON Bag'Age pour l'emploi

Avec la participation financière de:
Québec

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

FERMIÈRES DE SAINTE-HÉNÉDINE

Réunion des fermières de Sainte-Hénédine, le **mercredi 10 avril à 19 h** à notre local.

Il y aura un spécial *Thé à l'anglaise!*

Bienvenue à toutes!



Pâques, grande fête qui représente *la vie nouvelle et la renaissance!*

C'est pourquoi l'équipe d'animation locale vous invite à vivre avec nous différentes célébrations :

24 mars : dimanche des Rameaux à 9 h à la sacristie

29 mars : vendredi, chemin de croix animé par des jeunes, 19 h à la sacristie

31 mars : dimanche de Pâques, 9 h

N.B. IL est toujours possible en tout temps de vous inscrire pour la catéchèse au Parcours Familial sur le site www.smdj.ca

Joyeuses Pâques!

Municipalité Ste-Hénédine

1299, route Ste-Thérèse, 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

1229, route Ste-Thérèse, 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

MARS 2024

RÉSUMÉ DE LA SÉANCE DU CONSEIL DU 5 FÉVRIER 2024

- 1." Adoption de l'ordre du jour
- 2." Adoption des procès-verbaux du 8 et du 29 janvier 2024
- 3." Adoption de délégation et paiement liste des comptes du 18 janvier 2024
- 4." Vente pour taxes
- 5." Adoption rapport annuel 2023 en lien avec schéma couverture
- 6." Adoption règlement taxation 2024 # 463-24
- 7." Adoption règlement concordance # 464-24
- 8." Adoption règlement concordance # 465-24
- 9." Défilé de Sainte-Claire 24 juin 2024 dans le cadre de leur 200^e – Autorisation participation + responsable + budget + autorisation à faire demande de location sans frais du corbillard à la Fabrique Sainte-Mère-de-Jésus pour le faire parader, si intérêt et demande des organisateurs de la parade et budget relatif à cela
- 10." Autorisation participation congrès ADMQ 2024
- 11." Attestation dépôt sommaire matières résiduelles et permis émis pour l'année 2023



DES NOUVELLES DE NOTRE ÉCOLE

Tout juste avant la semaine de relâche, les jeunes ont vécu leur après-midi Carnaval d'hiver organisé par la classe de 5^e et 6^e année de M^{me} Marie-Pierre. Chaque année, cette activité est attendue par l'ensemble des étudiants. En effet, les élèves organisateurs inventent et préparent des jeux qui se déroulent à l'extérieur. Dame nature a bien failli faire reporter le tout avec la fonte de la neige, mais les élèves de l'école la Découverte ne se sont pas laissés dépasser par cet imprévu et ils ont su retourner la situation pour qu'elle ait lieu.



Les enfants sont maintenant de retour après cette semaine de repos bien mérité. Il est désormais temps de retrousser nos manches et fournir tous les efforts nécessaires pour affronter le dernier droit de cette année scolaire. Plus que quinze semaines avant la fin des classes.

La clientèle à l'école a grandement augmenté au cours des dernières années. Tous ces jeunes viennent avec un bagage différent. Certains ont des besoins plus particuliers, mais il faut s'assurer de garder un climat d'apprentissage favorable pour tous. Dans cette optique, le code de vie de l'école a été retravaillé afin de renforcer les valeurs de respect au niveau des échanges verbaux et des comportements des étudiants. Il est primordial que les parents travaillent en collaboration avec l'équipe école afin d'offrir ce milieu de vie sain à nos enfants.

Audrey Quirion Association des étudiants de Ste-Hénédine Inc.



L'anxiété de séparation et le lien d'attachement chez l'enfant.

27 mars à 13:15

Cette présentation interactive vous fournira des informations précieuses pour comprendre et vous permettre de soutenir le bien-être émotionnel de vos enfants.

Inscriptions obligatoires:
418-387-3585 # 0



Mercredi 20 mars
à partir de 9h30

Venez en apprendre plus sur
**LES TROUBLES DU SOMMEIL
CHEZ LA PETITE ENFANCE 0-5 ANS**

Une infirmière sera sur place à la
Maison la Famille pour vous informer
sur le sujet.

Inscriptions: 418-387-3585 poste 0



RÈGLEMENT 464-24 MODIFIANT LE PLAN D'URBANISME 327-08 ET LE RÈGLEMENT DE ZONAGE 328-08 CONCERNANT UN RÈGLEMENT DE CONCORDANCE RELATIF À LA MISE À JOUR DE LA CARTOGRAPHIE DES ZONES NATURELLES ET ANTHROPIQUES ET LES ÉLÉMENTS D'INTÉRÊT ESTHÉTIQUE, ÉCOLOGIQUE, HISTORIQUE, CULTUREL ET RÉCRÉATIF ;



RÈGLEMENT 465-24 MODIFIANT LE PLAN D'URBANISME NUMÉRO 327-08 ET LE RÈGLEMENT DE ZONAGE 328-08 CONCERNANT UN RÈGLEMENT DE CONCORDANCE PORTANT SUR DES MODIFICATIONS AUX DISPOSITIONS SUR LES MILIEUX HYDRIQUES.

Aux personnes intéressées par ces projets de règlement.

Avis public est donné par la soussignée de ce qui suit :

Lors d'une réunion tenue le 05 février 2024, le conseil municipal a adopté le règlement suivant :

- **Règlement 464-24** modifiant le plan d'urbanisme 327-08 et le règlement de zonage 328-08 concernant un règlement de concordance relatif à la mise à jour de la cartographie des zones naturelles et anthropiques et les éléments d'intérêt esthétique, écologique, historique, culturel et récréatif ;
- **Règlement 465-24** modifiant le plan d'urbanisme numéro 327-08 et le règlement de zonage 328-08 concernant un règlement de concordance portant sur des modifications aux dispositions sur les milieux hydriques.

Ces règlements ont reçu l'approbation du conseil de la MRC de La Nouvelle-Beauce le 20 février 2024 et prennent donc effet à la date de délivrance du certificat de conformité à leur égard, soit le 20 février 2024.

Les textes de ces règlements sont disponibles sur le site web de la municipalité (<https://www.ste-henedine.com/>), ainsi qu'au bureau de la soussignée situé au 1299, route Sainte-Thérèse, Sainte-Hénédine (QC) G0S 2R0, où toute personne peut en prendre connaissance.

Donné à Sainte-Hénédine (Québec), ce 27 février 2024

Cours prénataux

Pour toute information ou pour inscription
418-387-3585, poste 4
Roxanne Corriveau
Infirmière



Informations

- Début des cours lundi 25 mars 2024 à 18h00
- 5 rencontres de soir d'une durée de 2 heures
- Seule ou accompagnée
- Pour toutes les familles de la MRC de la Nouvelle-Beauce



RINGUETTE – VALKYRIES DE SAINTE-MARIE



PORTE OUVERTE

VIENS ESSAYER LA RINGUETTE
7 avril 2024, Centre Castel, 10 h

Information et inscription : ringuettestemarie.com



Nous préparons notre Bingo 2024 qui aura lieu **le dimanche 21 avril**, à l'aréna de Saint-Henri.

Outre les prix monétaires d'une valeur totale de 500 \$ du bingo et du tirage moitié-moitié, de nombreux prix de remerciement seront attribués. Vos scouts balaieront la région en mars afin de vous offrir des cartes de participation. Cette carte qui vous donnera l'accès à l'activité et une carte bingo sera vendue au prix de 15 \$. Pour les plus aguerris, des cartes bingo supplémentaires seront vendues sur place.



Nos jeunes et nos bénévoles vous remercient d'appuyer le scoutisme chez nous !

Renseignements supplémentaires :
Cécile Buteau 418 858-2931



140° GROUPE SCOUT BELLECHASSE

PLUSIEURS PRIX à gagner

500\$ EN PRIX BINGO
PLUSIEURS PRIX DE REMERCIEMENT*
TIRAGE MOITIÉ-MOITIÉ

*UNIQUEMENT LES BILLETS ACHETÉS EN PRÉSENCE SERONT ADMISSIBLES
TOUS LES GAGNANTS SERONT CONTACTÉS.

DIMANCHE 21 AVRIL 2024
DE 13 h À 15 h 30

À LA SALLE DES JARDINS DE L'ARÉNA DE ST-HENRI
18 ANS ET PLUS: 15\$

PRÉSENTEZ CE COUPON POUR RECEVOIR
VOTRE CARTE DE JOUEUR
ACTIVITÉS ORGANISÉES POUR
LES ENFANTS D'ÂGE SCOLAIRE ET AUTONOMES
(SALLE DES BÂTISSEURS)

VOTRE NUMÉRO

MERCI À NOS GÉNÉREUX PARTENAIRES ET À NOS FIDÈLE COMMANDITAIRES

AVIS DE RECHERCHE

AVEZ-VOUS VU UN BÉNÉVOLE ?



LIEN-PARTAGE EST À VOTRE RECHERCHE !

Votre mission ?

Devenez bâtisseur de bonheur en effectuant une ou des petites tâches simples pour notre nouveau service de micro-tâches !

Comment ?

- En changeant une ampoule ;
- En allant porter les bacs au conteneur ou à la rue ;
- En installant un cadre au mur ;
- En déneigeant le portique d'entrée et les escaliers ;
- En arrosant et rempotant les fleurs ;
- En repressant un bouton de chemise.

(Ce sont des exemples, cette liste n'est pas exhaustive)

Où ?

Frampton, Sts-Anges, St-Bernard, St-Elzéar, Ste-Hénédiène, St-Isidore,
Ste-Marguerite, Ste-Marie, St-Patrice, St-Sylvestre, Scott, Vallée-Jonction.



Lien Partage

Vous avez envie de rejoindre l'équipe et devenir bénévole à votre tour ?

Alors n'hésitez plus! Contactez nous :

COURRIEL
info@lienpartage.org

TÉLÉPHONE
418 387-3391

SITE WEB
www.lienpartage.org

ADRESSE POSTALE
105-1033, boul. Vachon Nord
Sainte-Marie (Québec) G6E 1M8

Semaine des bébés

Deuxième Édition

Du 8 au 12 avril 2024

POUR QU'ILS NE MANQUENT DE RIEN

Nous ramassons vos dons de couches, serviettes humides, produits d'hygiène, lait maternisé et aliments pour bébé
Aucun vêtement et jouet ne seront acceptés pendant cette semaine

NOS POINTS DE DÉPÔT

Marché Richelieu 74, rue Principale, Sainte-Hénédiène
Super C 1116, boulevard Vachon Nord, Sainte-Marie
Brunet 1116, boulevard Vachon Nord, Sainte-Marie
Familiprix 136, rue Notre-Dame Sud, Sainte-Marie
Le Berceau 420 rue Principale, Vallée-Jonction





CanaDon.org
le don en toute simplicité



Vos dons en argent sont aussi acceptés

**BIENVENUE
STE-HÉNÉDINE
&
FRAMPTON**



SOCCER

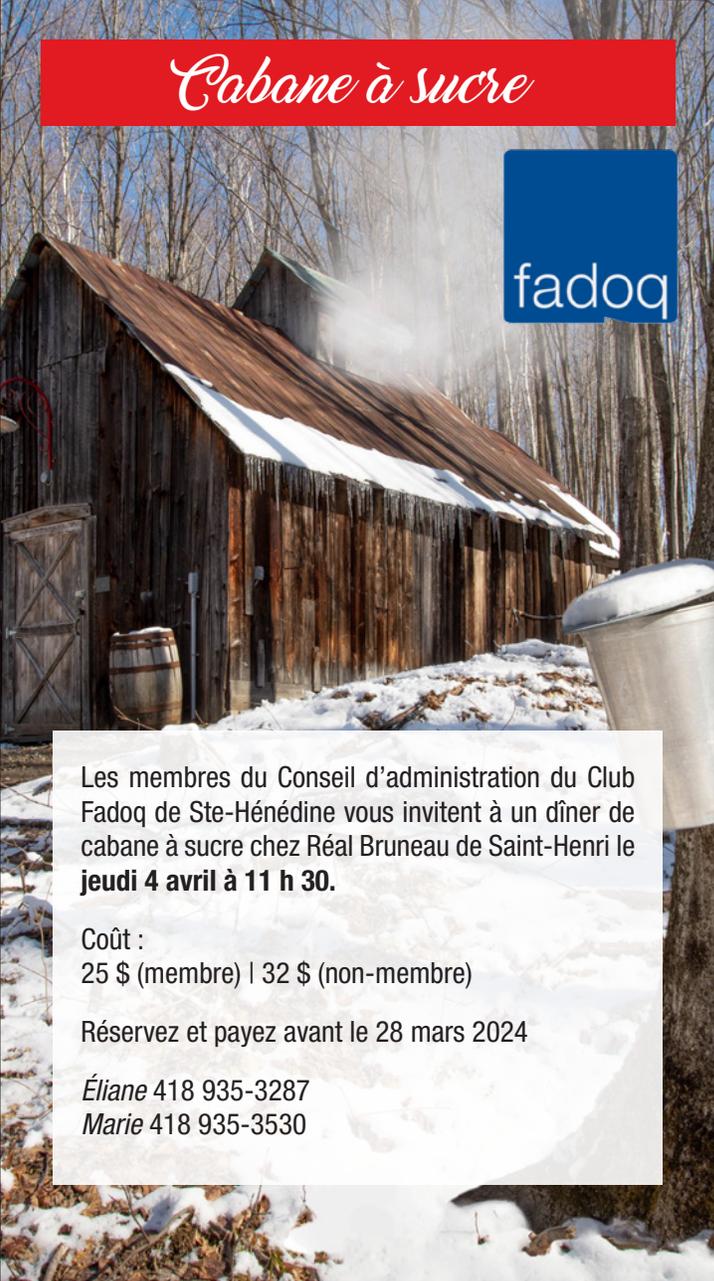
**INSCRIPTIONS
ÉTÉ 2024**

INSCRIPTION SUR LA PLATEFORME SPORT-PLUS
JUSQU'AU 31 MARS

Catégories	Années	Jour	Heure	Notes
U5	2019 et -	Lundi ou mercredi	18h15	Local seulement
U6	2018	Mardi	18h15	4 mini-tournoi - Soccer à 4
U8	2016-2017	Lundi et mercredi	18h15	Masculin - Soccer à 7
U8F	2016-2017	Mardi et jeudi	18h15	Féminin - Soccer à 7
U10	2014-2015	Mardi et jeudi	18h15	Masculin - Soccer à 7
U10F	2014-2015	Lundi et mercredi	18h15	Féminin - Soccer à 7
U12	2012-2013	Lundi et mercredi	19h30	Masculin - Soccer à 9 ou 11
U14	2010-2011	Mardi et jeudi	19h30	Masculin - Soccer à 9 ou 11

Questions :
Page Facebook
Soccer de Ste-Marguerite
ou
mousse_eline@hotmail.com





Cabane à sucre

fadoq

Les membres du Conseil d'administration du Club Fadoq de Ste-Hénédine vous invitent à un dîner de cabane à sucre chez Réal Bruneau de Saint-Henri le **jeudi 4 avril à 11 h 30**.

Coût :
25 \$ (membre) | 32 \$ (non-membre)

Réservez et payez avant le 28 mars 2024

Éliane 418 935-3287
Marie 418 935-3530

FADOQ

NOS ACTIVITÉS :

 **Spectacle TANGO & FLAMENCO**
20 avril 2024 au Capitole – Réservez tôt!

Visite de la maison de RADIO-CANADA + VOYAGE EN ONTARIO le 16 juillet – 4 jours

Spectacle de DON JUAN
30 août 2024 au Grand Théâtre de Québec

Merci,
Éliane
418 882-5905



BINGO DES CHEVALIERS DE COLOMB

Le **27 mars à 19 h**
au Centre communautaire,
128 rue de la Fabrique,
Saint-Lazare

Début du bingo 19 h,
les portes ouvriront à 18 h

Plus de 3 000 \$ en prix
Réservé aux 18 ans et plus

Patrice Fournier
418 883-2128



La Sûreté du Québec tient à vous mettre en garde contre le stratagème du faux fournisseur qui sévit actuellement sur l'ensemble de son territoire. Afin de prévenir ce phénomène, un contenu informatif est destiné au personnel administratif responsable des activités financières au sein de petites et de moyennes entreprises.



COMMENT LE FRAUDEUR PROCÈDE-T-IL ?

- " Ce stratagème implique une captation par le fraudeur d'échanges survenus entre une entreprise (un fournisseur) et ses clients d'affaires. Une analyse détaillée des activités de l'entreprise (incluant ses activités transactionnelles et sa structure organisationnelle) est réalisée par le fraudeur.
- " Lorsque ce dernier possède assez d'informations sur les liens d'affaires, le fraudeur usurpe l'identité du fournisseur en piratant son compte de messagerie. Par exemple, substitution de www.fournisseur@legitime.qc.ca par www.fournisseur@legitime.qc.ca
- " Grâce à cette supercherie, le fraudeur cible une transaction imminente avec un client existant et sollicite ce dernier afin de lui demander de procéder à un paiement dans un compte bancaire autre que celui utilisé habituellement pour le même type de transaction.
- " L'entreprise cliente, convaincue de faire affaire avec le fournisseur légitime, procède au paiement à l'aide des informations bancaires du fraudeur. Ce n'est que lors d'un échange réel avec le véritable fournisseur que l'entreprise cliente constate la fraude.



COMMENT SE PROTÉGER ?

- " Ayez une solution de sécurité complète qui offre une protection contre les rançongiciels, les pourriels, la navigation Web et qui assure la sauvegarde et la restauration de vos données ;
- " Sensibilisez le personnel de votre entreprise aux procédures de transactions ou de virement, ainsi qu'à toutes autres mesures de sécurité mises en place ;
- " Effectuez systématiquement des vérifications auprès de personnes en autorité au sein de l'entreprise avant de procéder à toute transaction ;
- " Soyez particulièrement vigilant quant aux requêtes liées aux changements de coordonnées bancaires de vos fournisseurs ou de vos clients d'affaires. Procédez à une vérification auprès des institutions bancaires concernées ;
- " Validez votre interlocuteur dans toutes vos communications, peu importe le moyen utilisé (ex. : par courriel, par texto, par téléphone).

VOUS ÊTES VICTIME D'UNE SITUATION DE FRAUDE ?

***** Le transfert d'argent a été réalisé dans les dernières 24 à 48 heures ? *****

- " Communiquez sans délai avec votre institution financière afin de faire interrompre une transaction à l'international.

POUR OBTENIR DE L'AIDE OU SIGNALER UNE FRAUDE

- " Dénoncez l'incident auprès du service de police qui dessert votre municipalité :
 - Sûreté du Québec : 9-1-1* | *Municipalités non desservies par le 9-1-1 composez le : 310 – 4141 ou *4141 (cellulaire) ;
 - Service de police local.
- " Signalez l'incident au Centre antifraude du Canada :
 - Par téléphone au 1 888 495-8501 ;
 - En visitant le www.antifraudcentre-centreantifraude.ca

Commission des loisirs organisés de Sainte-Hénédine



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

À surveiller...



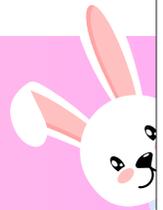
La prochaine activité prévue par votre Comité Loisirs sera :

Activité de Pâques

31 Mars - 9h30 à 10h30

Départ stationnement de l'école La Découverte

Venez nous aider à retrouver les amis d'Hénédine la lapine qui se sont égarés dans les rues du village. Petites surprises pour les enfants et paniers cadeaux à faire tirer parmi les participants.



Karaoqué - 19 avril
Chalet des loisirs

Plus de détails à venir sur notre page Facebook : Loisirs Ste-Hénédine

Responsable des loisirs
Pascale Martel
(418) 935-7125
loisirs-sthe@hotmail.com

Info Festival

Marché public



Vous voudriez être exposant, il est venu le temps de mettre le Festival à votre horaire!

Les membres du conseil d'administration du club Fadoq de Sainte-Hénédine vous invite à un dîner de cabane à sucre chez Réal Bruneau de St-Henri jeudi le 4 avril 2024 à 11:30

fadoq

Réservation et paiement avant le 28 mars 2024

25\$ membre Eliane: (418) 935-3287
35\$ non-membre Marie: (418) 935-3530



Nouveauté:
Section jeunes entrepreneurs

Tu fais des bijoux, de la peinture, de la sculpture, de l'origami, des bracelets, de la couture, du tricot, du crochet ou autre...



Viens participer au marché public comme jeune entrepreneur et rends cette journée encore plus incroyable avec ton ou tes talents!!!
Monte ton projet et communique avec nous pour réserver ta place!

Baseball 2024
Volontaires recherchés!!!

La saison de balle approche à grand pas...
Pour bien s'y préparer, nous avons besoin d'une banque de noms pour différentes tâches:

- Entraîneurs pour équipe d'enfants
- Arbitres (formation prévue)
- Marqueurs et annonceurs

Faites nous signe!
(418) 935-7125 ou loisirs-sthe@hotmail.com



Commerçants

Si vous avez participé à l'édition 2023, il nous ferait grandement plaisir de vous avoir avec nous encore cette année! Bienvenue aux nouveaux exposants également.

Pour information, communiquez au (418) 935-7125 ou loisirs-sthe@hotmail.com.
Plus de détails à venir prochainement!

Programmation des loisirs Printemps - Été 2024

Inscriptions du 20 mars au 3 avril 2024
(Sauf pour le baseball adulte)

POUR VOUS INSCRIRE :



01. Allez sur le lien suivant :

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

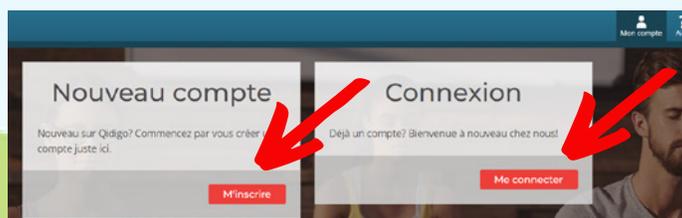


02. Cliquez sur « Mon compte »



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 Pascale Martel au (418) 935-7125 ou loisirs-sthe@hotmail.com

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

BASEBALL – ADULTES



- Inscriptions :
- 13 mars au 25 mars - Anciens joueurs
 - 25 mars au 1er avril - Résidents de Sainte-Hénédine
 - 1er avril au 8 avril - S'il reste de la place, ouvert à tous

UNE FOIS DE PLUS, LES 8 ÉQUIPES ADULTES PORTERONT LES COULEURS D'ENTREPRISES LOCALES CETTE ANNÉE.
VOICI LES PARTENAIRES DE LA SAISON DE BASEBALL 2024 :



BASEBALL HOMME

Horaire : Mercredi, 19h ou 20h30 (selon l'horaire)
Clientèle : 16 ans et plus
Durée : 16 semaines
Début / fin : 22 mai au 11 septembre (sauf le 21 août)
Coût : 80 \$
Disponibilité : 40 places
Lieu : Terrain de baseball (1229 route Sainte-Thérèse)



BASEBALL FEMME

Horaire : Jeudi, 19h ou 20h30 (selon l'horaire)
Clientèle : 16 ans et plus
Durée : 13 semaines
Début / fin : 30 mai au 29 août (sauf le 22 août)
Coût : 65 \$
Disponibilité : 44 places
Lieu : Terrain de baseball (1229 route Sainte-Thérèse)

BASEBALL – ENFANTS

POUR LA CATÉGORIE ENFANTS, NOUS ALLONS CONSIDÉRER L'ÂGE DE VOTRE ENFANT AU 30 SEPTEMBRE 2024



BASEBALL 5-6 ANS

Horaire : Lundi 18h15 à 19h
Clientèle : 5-6 ans
Durée : 12 semaines
Début / fin : 27 mai au 12 août
Coût : 30 \$ (sans chandail)
45 \$ (avec chandail)
Disponibilité : 15 places
Lieu : Terrain de baseball
(1229 route Sainte-Thérèse)



BASEBALL 7-8 ANS

Horaire : Mercredi 18h15 à 19h
Clientèle : 7-8 ans
Durée : 12 semaines
Début / fin : 29 mai au 14 août
Coût : 30 \$ (sans chandail)
45 \$ (avec chandail)
Disponibilité : 15 places
Lieu : Terrain de baseball
(1229 route Sainte-Thérèse)



BASEBALL 9-11 ANS

Horaire : Jeudi 18h à 19h
Clientèle : 9-11 ans
Durée : 12 semaines
Début / fin : 30 mai au 15 août
Coût : 30 \$ (sans chandail)
45 \$ (avec chandail)
Disponibilité : 15 places
Lieu : Terrain de baseball
(1229 route Sainte-Thérèse)



BASEBALL 12-16 ANS

Horaire : Mardi 18h à 19h
Clientèle : 12-16 ans
Durée : 12 semaines
Début / fin : 28 mai au 13 août
Coût : 30 \$ (sans chandail)
45 \$ (avec chandail)
Disponibilité : 15 places
Lieu : Terrain de baseball
(1229 route Sainte-Thérèse)



COURS – ENFANTS

VOLLEYBALL / BASKET (PARASCOLAIRE)

Viens t'amuser et t'initier au volleyball ET au basketball en alternance!
À chaque semaine, tu auras la chance d'explorer les techniques de base d'une des deux disciplines.

Volleyball : manchettes, touches, déplacements, positionnement, manipulations de ballon, etc.
Basketball : passes, dribble, lancer-franc, lay-up, manipulations de ballon et plus encore.



Horaire : Jeudi sur l'heure du midi
Clientèle : 3e à 6e année
Durée : 6 semaines
Début / fin : 2 mai au 6 juin
Coût : 55 \$
Lieu : Gymnase de l'école
Responsable : Kathy Tremblay



Possibilité d'inviter un ami gratuitement au premier cours (2 mai)

Prière de réserver par courriel au loisirs-sthe@hotmail.com

GARDIENS AVERTIS

*** Relance de l'annonce de la programmation Hiver 2024 ***
*** Les inscriptions reçues en hiver seront transférées ***
*** Donc, pas besoin de s'inscrire à nouveau! ***

Cours pour les 11 à 15 ans. Formation de la Croix-Rouge Canadienne. Il permet à votre enfant de développer les compétences indispensables pour garder des enfants en toute sécurité.

Horaire : Vendredi 26 avril, 8h30 à 14h30
Clientèle : 11 ans et plus
Coût : 60 \$
Minimum : 10 inscriptions
Lieu : Chalet de loisirs (1229 route Sainte-Thérèse)



Responsable : Alexa Langlois
Matériel à apporter : Lunch froid, 2 collations, un bébé ou toutou, crayon de plomb ou stylo, efface, surligneur et feuilles lignées

COURS – ENFANTS (LE WEEK-END)

CHEER / GYM

Dans ces cours, les enfants feront l'apprentissage de sauts, de danses, d'acrobaties, de pyramides et ce, au rythme de la musique.

Camille va aider votre enfant dans l'apprentissage du sport en mini groupes d'environ 6 jeunes. L'âge est à titre indicatif seulement.

Si votre enfant a suivi un cours cette année, demander à Camille le groupe qui serait le plus approprié pour lui. Les enfants pourront ainsi performer une petite routine et dépasser leurs limites, selon leurs niveaux.

Horaire : 4 samedis (27 avril, 4 mai, 18 mai et 25 mai)
Coût : 40 \$
Lieu : Gymnase de l'école
Responsable : Camille Deblois



Niveau	1	2	3	4
Clientèle	4 à 8 ans	7 à 10 ans	8 à 11 ans	9 à 12 ans
Horaire	9h00 h à 9h45	9h45 h à 10h30	10h30 h à 11h15	8h15 h à 9h00
Mouvements	<ul style="list-style-type: none"> Roulade Grande roue Pont Équilibre Petite roche Monté au niveau de la taille etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Rondade Descente en pont Souplesse avant/arrière Monté au niveau de la taille Monté au niveau des épaule Démontage etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Enchaînement de mouvement de gym Descente en pont Souplesse avant/arrière Flic Monté au niveau des épaule Stunt à une jambe Démontage etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Enchaînement de mouvement de gym Souplesse avant/arrière Flic Monté au niveau des épaule Stunt à une jambe Monté en extension Démontage Projection etc.

COURS – ADOS ET ADULTES



YOGALATES

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

Horaire : Mardi de 18h30 à 19h30
Clientèle : 13 ans et plus
Durée : 8 semaines
Début / fin : 23 avril au 11 juin
Coût : 100 \$
Lieu : Chalet des loisirs
Responsable : (1229 route Sainte-Thérèse)
Élizabeth Gagné, Ton équilibre



Matériel requis :

Tapis et bloc de yoga

Rabais Yoga :

Inscris-toi aux 2 cours de yoga pour un rabais de 40 \$ sur le prix total



YOGA DOUX / MÉDITATION

Pratique de postures près du sol 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 : 8 semaines
Début / fin : 23 avril au 11 juin
Coût : 100 \$
Lieu : Chalet des loisirs
(1229 route Sainte-Thérèse)
Responsable : Élizabeth Gagné, Ton équilibre



PÉTANQUE

Venez essayer ou jouer à la pétanque. Présentez vous avec vos boules de pétanque si vous voulez jouer pour le plaisir, une fois par semaine.

Horaire : Lundi 19h
Clientèle : Pour tous
Durée : Tout l'été
Début : Début juin
Coût : GRATUIT
Lieu : Terrain de pétanque à l'arrière du Centre Municipal (1295, route Sainte-Thérèse)
Informations : Valérie Hins (418) 882-7312

GRATUIT



VOLLEYBALL

Viens jouer au volleyball pour approfondir les techniques de base et développer ton style de jeu. Selon les inscriptions, possibilité de débiter une petite ligue. Prévoir des genouillères et des vêtements de sport.

Horaire : Lundi de 19h30 à 20h30
Clientèle : 13 ans et plus
Durée : 6 semaines
Début / fin : 22 avril au 27 mai
Coût : 45 \$
Lieu : Gymnase de l'école
Responsable : Mathylde Blais



LOCATION DU GYMNASE

Intéressez à louer le gymnase de l'École La Découverte pour bouger seul, en duo ou en groupe!

Badminton : 10 \$ / heure par terrain
(3 terrains disponibles)

Autres activités : 20 \$ / heure (gymnase complet)

Pour réserver, communiquez avec Pascale Martel
(418) 935-7125 ou loisirs-sthe@hotmail.com



POUR LES ADOS DE 10 À 17 ANS

En attendant que la surface de dek soit dispo...
la Place aux Ados sera au gymnase de l'école!

VIENS BOUGER EN GANG DE 18H À 21H!!!

Gymnase de l'école : 29 mars, 12 avril et 26 avril
Chalet des loisirs : 17 mai, 31 mai et 14 juin

UN RESPONSABLE SERA SUR PLACE EN TOUS TEMPS
AUCUN MAUVAIS COMPORTEMENT NE SERA TOLÉRÉ



Des nouvelles de votre bibliothèque

Bibliothèque La Détente

1299-B Route Sainte-Thérèse
Ste-Hénédine G0S 2R0
T : 418-935-3993

Heures d'ouverture :

Mardi : 10-12h
Mercredi : 14h-16h & 19h-20h30
Jeudi : 19h-20h30
2e samedi : 10H-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 !

ÉVEIL À LA LECTURE : THÉMATIQUE POUR LES PETITS !



Nous avons reçu une nouvelle série de livres pour les enfants sur la thématique
Éveil à la lecture!

Vous y trouverez une très belle collection de livres pour les tout-petits.
Ceux-ci sont disponibles pour emprunt, sur le présentoir à l'avant, à gauche.

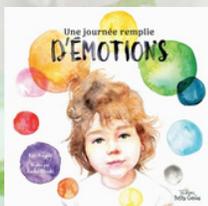
ERRATUM : THÉMATIQUE SUR LA CUISINE POUR LES JEUNES !

Contrairement à ce qui avait été annoncé en février, la thématique sur les livres de cuisine que nous
avons reçue s'adresse aux enfants et non aux adultes.

Vous y trouverez une belle collection de livres de recettes faciles à réaliser avec vos enfants.
Ceux-ci sont rangés sur le présentoir des revues, à l'avant. Ils sont disponibles pour emprunt !



Nouveautés !!!



L'Heure du conte est de retour !
Vos petits ont rendez-vous à la
bibliothèque le 13 avril à compter de
10h00 ! Nous lirons :
La Gratouillette
D'Anne Villeneuve

