

L'ÉTOILE

BULLETIN MUNICIPAL

VOL. 14 NO 3

AUTOMNE 2024



Visitez notre nouveau site Web à sadl.qc.ca

GRILLE DES COURS OFFERTS PAR LA MUNICIPALITÉ EN P.12



Coordonnées services municipaux

Municipalité : 450 224-2675

CONSEIL MUNICIPAL

Catherine Hamé
Mairesse, poste 258
catherinehame@sadl.qc.ca

John Dalzell
Conseiller du district 1
jdalzell@sadl.qc.ca

Jean Sébastien Vaillancourt
Conseiller du district 2
jsv.sadl@gmail.com

Helen Morrison
Conseillère du district 3
hmorrison@sadl.qc.ca

Louis Dupuis
Conseiller du district 4
louisdupuis@icloud.com

Caroline Desrosiers
Conseillère du district 5
cdesrosiers@cdlegal.ca

Sylvain Harvey
Conseiller du district 6
sharvey@sadl.qc.ca

DIRECTION GÉNÉRALE

Anne-Claire Robert
Directrice générale, poste 223
directiongenerale@sadl.qc.ca

Sylvain Michaudville
Directeur général adjoint, poste 229
smichaudville@sadl.qc.ca

Vickie Cardinal
Adjointe administrative greffe
et direction générale, poste 228
vcardinal@sadl.qc.ca

ADMINISTRATION

Johanne L'Africain
Service aux citoyens, poste 233
jlafricain@sadl.qc.ca

COMPTABILITÉ & TAXATION

Keven Dufour
Technicien comptable, poste 222
comptabilite@sadl.qc.ca

Krystle Gagnon
Adjointe comptable, poste 301
taxation@sadl.qc.ca

COMMUNICATIONS

Jessica Perron
Agente aux communications,
poste 302
jperron@sadl.qc.ca

LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

Marie-Christine Lespérance
Adjointe aux loisirs, culture et vie
communautaire, poste 262
mclesperance@sadl.qc.ca

BIBLIOTHÈQUE

Véronique Bouchard
Adjointe à la culture, poste 300
biblio@sadl.qc.ca

Geneviève Oligny
Commis aux prêts, poste 300
biblio@sadl.qc.ca

mabibliotheque.ca/sainte-anne-des-lacs

SÉCURITÉ INCENDIE

Vincent Grégoire
Capitaine, poste 231
vgregoire@sadl.qc.ca

URBANISME

Robert Dufort
Directeur à l'urbanisme, poste 234
rdufort@sadl.qc.ca

Montaha Sbeiti
Adjointe à l'urbanisme, poste 224
msbeiti@sadl.qc.ca

Carine Lavigueur
Adjointe administrative, poste 260
clavigueur@sadl.qc.ca

TRAVAUX PUBLICS

Luc St-Gelais
Coordonnateur aux travaux publics,
poste 233
lstgelais@sadl.qc.ca
Et les six membres de son équipe!

ENVIRONNEMENT

Mathieu Langlois
Directeur à l'environnement,
poste 226
mlanglois@sadl.qc.ca

Damien Daudet
Adjoint à l'environnement, poste 230
ddaudet@sadl.qc.ca

Sarah-Ève Dionne
Adjointe à l'environnement,
poste 235
sedionne@sadl.qc.ca

Carine Lavigueur
Adjointe administrative, poste 260
clavigueur@sadl.qc.ca



Billet de la mairesse

**Chères Annelacoises,
Chers Annelacois,**

L'automne est souvent synonyme de réflexion et de préparation. Par exemple, à la Municipalité, nous entamons le processus de planification budgétaire pour la prochaine année. Pour ce faire, le cadre budgétaire reçu cet été a été minutieusement examiné par le conseil municipal. Nous sommes maintenant prêts à mettre en place les stratégies nécessaires pour optimiser nos ressources et répondre aux besoins de la population.

Cet automne, nous aurons l'occasion de dialoguer avec la communauté sur les projets actuels et futurs. Nous lancerons, notamment, une consultation publique sur le nouvel hôtel de ville, qui intégrera un espace bibliothèque. Nous vous tiendrons également informés tout au long de la réfection des chemins Filion et Fournel. Ces échanges entre la Municipalité et la population sont indispensables. Ils nous permettent de vérifier si nos décisions correspondent à vos attentes et d'assurer la réussite de ces importants projets.

C'est donc sous le signe du partage et d'échanges que commencera la saison. Votre participation aux décisions de la Municipalité est la clé pour garantir, ensemble, un avenir prometteur à Sainte-Anne-des-Lacs. Selon moi, tous les projets et toutes les initiatives sont des occasions de renforcer notre lien et de collaborer pour le bien-être collectif.

En terminant, je vous invite à conserver cette édition de *L'Étoile*, puisqu'elle contient les informations importantes à retenir ainsi que les nouvelles à connaître et le calendrier des activités à venir. Bref, ce bulletin sera une référence incontournable tout au long de l'automne !

Je vous remercie de votre soutien et de votre engagement envers la communauté.

Bonne lecture,

Catherine Hamé

Mairesse



Administration

Accès au lac Loiselle : projet pilote été 2024

Le projet pilote d'accès à la baignade 2024 au lac Loiselle étant maintenant terminé, une reddition de comptes sera remise au conseil municipal. Elle sera présentée lors de la séance du mercredi 16 octobre à 19 h 30.

Merci à celles et ceux qui ont pris part à ce projet !





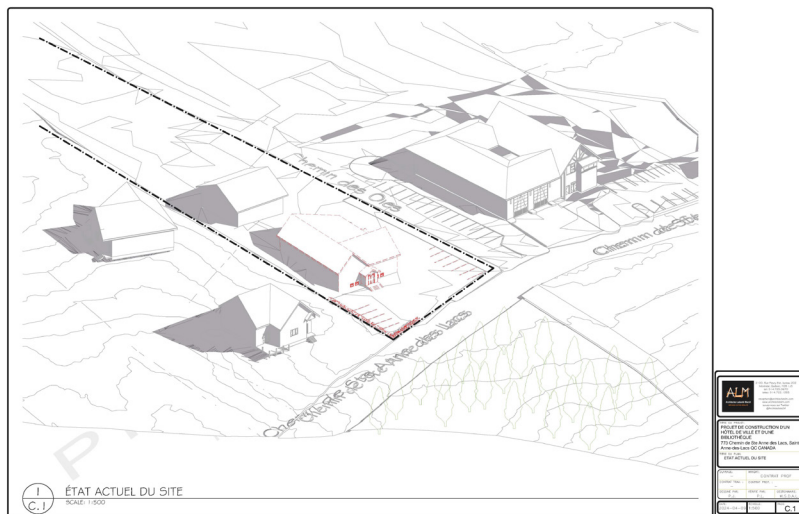
Administration

Projet de nouvel hôtel de ville et espace bibliothèque

Cet automne, au centre communautaire (1, chemin Fournel) aura lieu une consultation publique incluant une présentation du projet.

Les résidentes et les résidents de Sainte-Anne-des-Lacs sont invités à cet événement qui permettra à la Municipalité d'ouvrir le dialogue et de répondre aux préoccupations et aux interrogations de la communauté.

Restez à l'affût !



Communications

Un site Web tout nouveau, tout beau !

Le 21 août dernier, le nouveau site de la Municipalité a été mis en ligne! Succombez à votre curiosité et consultez le sabl.qc.ca! Et, si vous avez deux petites minutes, répondez au sondage suivant: forms.office.com/r/YX6FZPcEVP. Vous pourrez ainsi nous faire part de vos impressions!

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont répondu au sondage portant sur l'ancien site Web et ont participé aux entrevues sur l'utilisation de la plateforme. Cela nous a permis de nous assurer de répondre aux attentes de la communauté. À la suite de ces consultations, nous avons établi les priorités suivantes:

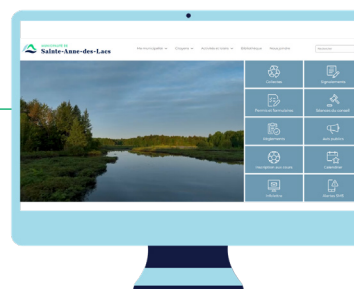
- Une meilleure lisibilité et un design adapté aux appareils mobiles (responsive web design);
- Des recherches par mots-clés simplifiées;
- Une restructuration du menu et une mise à jour complète du contenu;

Se sont ajoutés à cette liste la correction des erreurs 404 et le calendrier virtuel des dates importantes.

Formations sur la navigation pour le nouveau site Web

Vous aimeriez recevoir une courte formation du Service des communications sur la structure revisitée et les nouvelles fonctionnalités du site Web ?

Remplissez ce formulaire : citoyen.sabl.qc.ca/demandes-en-ligne/inscription-la-formation-sur-le-nouveau-site-web. Nous communiquerons avec vous !





Info-Travaux

Réfection des chemins Filion et Fournel

Chantier : août – décembre 2024

Finitions : printemps 2025

Merci de respecter la signalisation.



Alertes SMS

[citoyen.sadl.qc.ca/
membre/inscription](https://citoyen.sadl.qc.ca/membre/inscription)



sadl.qc.ca

Déneigement : attention à l'emprise municipale!



À l'approche de l'hiver, assurez-vous que votre clôture à neige est bien située en dehors de l'emprise municipale. Il en est de même pour tout autre équipement. En faisant cela, vous vous éviterez bien des tracas lors du passage des camions de déneigement.

Malheureusement, les demandes de réclamation pour le matériel endommagé se trouvant à l'extérieur des limites de votre propriété ne pourront être acceptées.

Merci de votre collaboration !

Collecte automnale des branches



- **Inscription** : du 26 août au 26 septembre ;
- **Collecte gratuite** : samedi 28 septembre, dans le stationnement de l'hôtel de ville ;
- **Collecte payante** : semaine du 7 octobre, à domicile.

Inscription obligatoire à [sadl.qc.ca /fr/citoyens/
services/collecte-des-branches/](https://sadl.qc.ca/fr/citoyens/services/collecte-des-branches/).





Urbanisme et sécurité incendie

Abris d'auto temporaire

À partir du 1^{er} octobre, vous aurez le droit d'installer votre abri d'auto temporaire. Il pourra demeurer en place jusqu'au 15 mai de l'année suivante.

Localisation : sur une allée d'accès menant au stationnement ou dans le stationnement, à 0,75 m d'une ligne latérale et à un minimum de 3 m de la ligne avant du terrain.



Entreposage du bois de chauffage

Le saviez-vous ?

Pour réduire les risques d'incendie, certaines mesures sont à prendre au moment d'entreposer le bois de chauffage.

La Sécurité publique du gouvernement du Québec recommande :

- De garder un maximum de deux cordes de bois à l'intérieur d'une même résidence ;
- De conserver les cordes loin du foyer ou du poêle à bois ;
- D'entreposer les cordes de bois supplémentaires dehors, loin de la maison.

Vous souhaitez en savoir plus sur les moyens de diminuer les risques d'incendie à l'intérieur comme à l'extérieur ? Visitez le site du gouvernement du Québec : quebec.ca/securite-situations-urgence/securite-incendie/prevenir-incendie.





Événements

Septembre et octobre

sadl.qc.ca
pour les détails



Les journées de la culture

du 27 au 29 septembre au centre communautaire

Expositions

Dates :

- Vendredi 27 septembre, de 17 h à 20 h (vernissage)
- Samedi 28 septembre, de 10 h à 17 h
- Dimanche 29 septembre, de 10 h à 16 h



Spécial : Défi noir/blanc + 1 des Artistes des Lacs

Les Artistes des Lacs se sont donné un nouveau défi : créer des œuvres en noir et blanc auxquelles ils devaient ajouter une troisième couleur.

De plus, une vingtaine de peintres et de sculpteurs présenteront leurs réalisations les plus récentes.



Art textile de l'Amicale de Sainte-Anne-des-Lacs

Les courtépointetières sont des passionnées de courtépointes, un art textile plus que centenaire. Apprenez-en plus sur leurs œuvres tant modernes que traditionnelles.



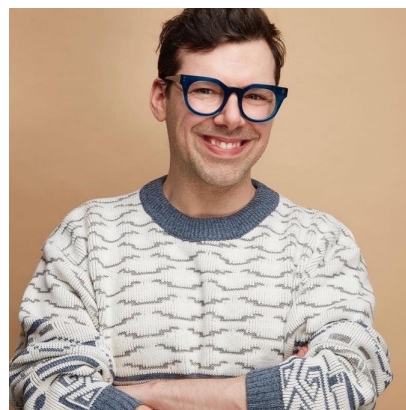
Geneviève Oigny : artiste-lanterniste et sculpteure de lumière

Découvrez ses créations issues de sa collection *Livres & lumière*, panoplie diversifiée.

Conférence de Simon Boulerice

Date : samedi 28 septembre, de 13 h à 14 h

Simon Boulerice est un touche-à-tout épanoui. En plus d'être chroniqueur radio et télé, il s'intéresse au jeu, à la mise en scène, mais surtout à l'écriture. Il tire avec bonheur dans toutes les directions : poésie, théâtre, romans pour adultes, pour ados et pour enfants. Venez l'écouter parler de culture !





Événements

Septembre et octobre (suite)



Les journées de la culture

Pour les enfants et toute la famille
au centre communautaire

Atelier de faux vitraux pour les 4 à 7 ans avec Pascale Gallant

Date : samedi 28 septembre, de 10 h à 12 h

Laissez votre enfant exprimer sa créativité lors de cet atelier de vitraux.
Vous pourrez accrocher l'oeuvre chez vous, à une fenêtre !



Carte créative communautaire avec Marie-Eve Albert

Date : dimanche 29 septembre, de 11 h 30 à 14 h 30

Vous pourrez peindre une carte géante de Sainte-Anne-des-Lacs présentée sous forme de casse-tête. Chaque personne pourra choisir son morceau. Pour libérer votre créativité, vous aurez accès à de la gouache, à des pastels gras et à des marqueurs noirs.



Halloween

Dates et détails à venir. Suivez nos communications !

Les familles annelacoises sont invités à un parcours d'Halloween, où elles peuvent amasser des bonbons de toutes les couleurs et les saveurs !

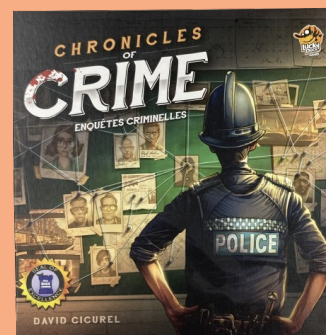
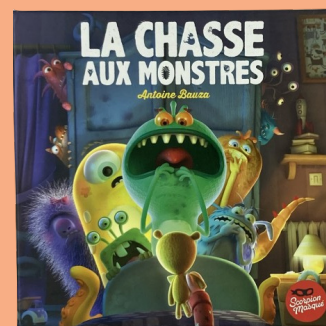
LUDOTHÈQUE Jeux Joue

Date : dimanche 27 octobre de 9 h à 12 h

Lieu : centre communautaire (1, chemin Fournel)

De plus la Ludothèque Jeux Joue organisera des activités de jeux de société pour tous les âges !

* Les enfants de 13 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte.





Événements

Novembre et décembre

Foire du cadeau



Centre communautaire (1, chemin Fournel)
Samedi 16 novembre, de 10 h à 17 h
Dimanche 17 novembre, de 10 h à 16 h



Chaque année, la population de Sainte-Anne-des-Lacs a la chance de rencontrer plusieurs artisans juste à temps pour les Fêtes! La Foire du cadeau, c'est l'endroit tout désigné pour faire le plein d'idées : bijoux, chandelles, friandises, savons, textiles tissés, écharpes, tabliers, articles en bois, tricots, lainages et plus encore! Les 27 exposants, qui viennent de la municipalité et des environs, vous accueilleront avec plaisir. Chose certaine, ils vous suggéreront des produits de qualité.



Le kiosque préféré lors de l'édition 2023 a été celui de L'Atelier ZUMA d'Alexandre Brière. Cet artisan, qui confectionne à la main des produits en bois et en résine, sera de retour en 2024.

Sur place, vous pourrez aussi profiter d'un bon café et de viennoiseries!

Si vous avez envie d'être bénévole à la Foire du cadeau, envoyez votre candidature à : mclesperance@sadl.qc.ca.

sadl.qc.ca
pour les détails

Merci aux bénévoles!

Centre communautaire (1, chemin Fournel)
Dimanche 1er décembre 2024

Un hommage aura lieu pour souligner l'apport inestimable de toutes et de tous les bénévoles à la population de Sainte-Anne-des-Lacs. Une invitation leur sera envoyée d'ici à quelques semaines.



En effet, tout au long de l'année, plusieurs personnes ont donné de leur temps dans divers secteurs. Ces gens ont contribué à nos événements, à nos activités, à nos comités et à nos organismes. En offrant leurs services, ces bénévoles renforcent la communauté annelacquoise en plus de partager de beaux moments avec ses membres.





Bibliothèque

Un 3e lieu commun!

Dimanche : de 9 h 30 à 15 h
Mardi : de 10 h à 12 h et 13 h à 18 h
Mercredi : de 10 h à 12 h et 13 h à 18 h
Vendredi : de 13 h à 17 h 30

Téléphone : 450 224-2675, poste 300

Courriel : biblio@sadl.qc.ca

Journées de la culture à la bibliothèque

Dimanche 29 septembre, à 10 h

L'actrice Marie-Laurence Moreau assumera l'heure du conte. Accueillir cette talentueuse artiste, qui incarne, depuis 2018, la formidable Cindy de la série télé Léo de Fabien Cloutier, représente toute une chance! Réservez votre place maintenant.



Inscription obligatoire.

Exposition à la bibliothèque

Du 1er août au 1er décembre

La bibliothèque est heureuse de présenter les œuvres de monsieur Arthur Gervais, dont la prolifique carrière s'étend sur 4 décennies. L'artiste peintre, qui réside à Sainte-Anne-des-Lacs depuis plus de 35 ans, profitera de l'occasion pour dévoiler sa toute dernière innovation: la peinture à l'acrylique sur plaque d'ardoise.

Conférences

L'équilibre hormonal féminin

Mardi 17 septembre, à 18 h

Par Johanne Fontaine, herboriste et coach

Mieux comprendre la danse des hormones féminines et ses impacts! Apprenez ce que vous pouvez faire pour, entre autres, améliorer les règles difficiles ou irrégulières, le syndrome prémenstruel, les soubresauts de la puberté et les inconforts de la ménopause.

Système nerveux : le comprendre et le soutenir avec les plantes et la conscience

Mercredi 20 novembre, à 18 h

Par Johanne Fontaine, herboriste et coach

De nos jours, un grand nombre de personnes se disent anxieuses. Ce que les gens appelaient autrefois de l'inquiétude est devenu une anxiété généralisée. Découvrez le fonctionnement du système nerveux et obtenez des trucs ainsi que des moyens pour le soutenir (aliments, plantes, respirations, exercices, etc.).



LUDOTHEQUE Jeux Joue

Location de jeux de société, de casse-têtes et de jouets!
À la bibliothèque, tous les mercredis, de 16 h à 18 h.

Heures du conte

Dimanche 15 septembre, 10 h : L'autrice du livre jeunesse *L'Héritage des valeurs de l'amour*, madame Marie-Paule Charbonneau fera la lecture de son œuvre.

Dimanche 27 octobre, 10 h : Venez célébrer l'Halloween à la bibliothèque! Seront lus des contes ayant pour thème cette joyeuse fête. Déguisez-vous! Psitt! Il y aura des bonbons...





Ligue de hockey et programmation des cours

Ligue de hockey intermunicipale extérieure mixte récréative

Inscris-toi sur notre site Web : sabl.qc.ca.

Inscriptions résidents : du 3 septembre au 8 décembre

Inscriptions non-résidents : du 25 novembre au 8 décembre

Coût résidents : 25 \$

Coût non-résidents : 50 \$

Informations : 450 224-2675, poste 262



Début de la saison : lundi 6 janvier 2025

Fin de la saison : jeudi 27 février 2025

Lieu : parc Henri-Piette (patinoire extérieure)

Calendrier des parties intermunicipales à venir.

Tu as le goût de faire partie de l'équipe de bénévoles? Entraîneur, marqueur et arbitre.

Envoie un message à mclesperance@sabl.qc.ca.

Matériel obligatoire : casque avec visière, protège-cou, coquille, gants, bâton, protège-tibias, protège-coudes, patins, bouteille d'eau, vêtements confortables et chauds.

Horaire des pratiques et des parties	
5-6 ans Novice (hors ligue)	Lundi et/ou mercredi De 18 h 30 à 19 h 15
7-10 ans Atome	Mardi et jeudi De 18 h 30 à 19 h 30
11-13 ans Pee-Wee	Mardi et jeudi De 19 h 45 à 20 h 45
14-16 ans Bantam	Lundi et mercredi De 19 h 30 à 21 h

Programmation automnale des cours



Période d'inscription du 3 au 20 septembre

Inscription non-résidents : 9 au 20 septembre

Session automnale du 23 septembre au 16 décembre au centre communautaire (session de 10 cours).

Aucun cours n'aura lieu le lundi 14 octobre (Action de grâce).

Coupons de pratique libre en vente à l'hôtel de ville pour essayer un cours. Tarification : 15\$/h et 23\$/2h.

Entente intermunicipale

Cette entente permet aux citoyens de celles-ci de bénéficier de la tarification résidente. Visitez sabl.qc.ca pour les détails.

Inscriptions et remboursement

Inscription en ligne à sabl.qc.ca. Pour les annulations, si celle-ci est faite plus d'une semaine avant le début des activités, 100 % du total de la facture sera remboursable. Ensuite, le remboursement sera fait selon le Règlement sur la tarification des biens, services et activités en vigueur.

Légende de la grille des cours

* : Le cours fait partie de l'entente intermunicipale.

En rouge : changement à l'horaire.



Grille des cours



COURS AUTOMNE 2024	DÉBUT ET FIN	COURS	JOUR	HEURE	ENDROIT	NIVEAU <i>Sport Plus</i>
Danse 3-5 ans Professeure : Morgane Baujard	3 octobre au 12 décembre	10	Jeudi	16 h 55 à 17 h 40	Centre communautaire	DANSE
Danse 6-9 ans Professeure : Morgane Baujard	3 octobre au 12 décembre	10	Jeudi	17 h 45 à 18 h 30	Centre communautaire	DANSE
Danse 10-12 ans Professeure : Morgane Baujard	3 octobre au 12 décembre	10	Jeudi	18 h 35 à 19 h 20	Centre communautaire	DANSE
Peinture 7-9 ans Professeure : Pascale Gallant	23 septembre au 16 décembre	10	Lundi	17 h 45 à 18 h 45	Centre communautaire	PEINTURE
Peinture 10-12 ans Professeure : Pascale Gallant	23 septembre au 16 décembre	10	Lundi	19 h à 20 h	Centre communautaire	PEINTURE
Chorale Professeure : Johanne Ross	25 septembre au 27 novembre	10	Mercredi	19 h à 21 h	Centre communautaire / Salle Laurent- Brisebois	CHORALE
Yoga adulte, niveau débutant Professeure : Lynda Dupont	24 septembre au 10 décembre	10	Mardi	17 h 30 à 18 h 30	Centre communautaire	YOGA
Yoga adulte, niveau intermédiaire Professeure : Lynda Dupont	24 septembre au 10 décembre	10	Mardi	19 h à 20 h	Centre communautaire	YOGA
Yoga doux Professeure : Lynda Dupont	26 septembre au 12 décembre	10	Jeudi	10 h 30 à 11 h 30	Centre communautaire	YOGA
Yoga sur chaise Professeure : Lynda Dupont	24 septembre au 10 décembre	10	Mardi	16 h 30 à 17 h 15	Centre communautaire	YOGA
Tai-chi-chuan, niveau débutant Professeure : Nathalie Cadelon	23 septembre au 2 décembre	10	Lundi	12 h 15 à 13 h 15	Centre communautaire	TAÏ-CHI

PUBLIC CIBLE	COÛT RÉSIDENT	COÛT NON-RÉSIDENT	REMARQUES
3-5 ans	100 \$	150 \$	Développer sa motricité globale en passant par l'éveil musical, l'imaginaire et le jeu. Matériel requis : vêtements confortables, bouteille d'eau, élastiques pour les cheveux et chaussures. L'enfant peut aussi être pieds nus. Il n'y a pas de cours le 31 octobre (Halloween).
6-9 ans	100 \$	150 \$	Découvrir plus amplement son corps et sa façon de s'exprimer grâce à l'improvisation, à la création, à l'imaginaire et au jeu. Matériel requis : vêtements confortables, bouteille d'eau et élastiques pour les cheveux. L'enfant sera pieds nus. Il n'y a pas de cours le 31 octobre (Halloween).
10-12 ans	100 \$	150 \$	S'exprimer par l'improvisation et la création de routines et de chorégraphies, acquérir des bases de la danse contemporaine. Matériel requis : vêtements confortables, bouteille d'eau et élastiques pour les cheveux. L'enfant sera pieds nus. Il n'y a pas de cours le 31 octobre (Halloween).
7-9 ans	100 \$*	150 \$	Apprendre les bases de la peinture à l'huile en étant accompagné à travers ses créations pour en faire des chefs-d'œuvre. Coût du matériel : 30 \$ (toile, tablier et ensemble de peinture à l'huile). Il n'y a pas de cours les 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre. Essai gratuit le 16 septembre.
10-12 ans	100 \$*	150 \$	Apprendre les bases de la peinture à l'huile en étant accompagné à travers ses créations pour en faire des chefs-d'œuvre. Coût du matériel : 30 \$ (toile, tablier et ensemble de peinture à l'huile). Il n'y a pas de cours les 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre. Essai gratuit le 16 septembre.
Adultes	150 \$*	225 \$	Découvrir le chant choral et le plaisir de mettre des voix en commun pour réaliser des harmonies sonores riches et surtout bienfaisantes. Matériel requis : cartable, crayon de plomb et bouteille d'eau. Le cours a lieu à la salle Laurent Brisebois le 25 septembre et le 16 octobre. Essai gratuit le 11 septembre.
Adultes	100 \$	150 \$	Pratiquer un ensemble de postures (asana) accompagnées de respiration et de la méditation en mouvement. Matériel requis : vêtements confortables, bouteille d'eau, tapis de yoga, sangle et blocs. Il n'y a pas de cours les 8 et 15 octobre. Essai gratuit le 3 septembre.
Adultes	100 \$	150 \$	Approfondir ou maintenir sa pratique du yoga avec davantage de fluidité et de conscience. Matériel requis : vêtements confortables, bouteille d'eau, tapis de yoga, sangle et blocs. Il n'y a pas de cours les 8 et 15 octobre.
60 ans et plus	100 \$	150 \$	Effectuer des postures (asana) sans performance tout en respectant ses propres limites. Cours approprié aux personnes âgées ou aux gens en réadaptation. Matériel requis : vêtements confortables, bouteille d'eau, tapis de yoga, sangle et blocs. Il n'y a pas de cours les jeudis 10 et 17 octobre. Essai gratuit le 12 septembre.
65 ans et plus	100 \$	150 \$	Se permettre de continuer à bouger en douceur en accord avec sa respiration. Cours idéal pour les personnes qui souhaitent pratiquer le yoga, mais qui peinent à effectuer des postures au sol ou à rester debout longtemps. Il n'y a pas de cours les mardis 8 et 15 octobre. Essai gratuit le 3 septembre.
50 ans et plus	100 \$*	150 \$	Améliorer sa flexibilité, renforcer ses muscles et augmenter son bien-être général. Maximiser son tonus musculaire en utilisant des poids. Matériel requis : vêtements confortables, tapis de yoga, bouteille d'eau, sangles, blocs et poids entre 2,5 et 8 lb. Il n'y a pas de cours le lundi 14 octobre. Essai gratuit le 9 septembre.



Grille des cours



COURS PRINTEMPS 2024	DÉBUT ET FIN	COURS	JOUR	HEURE	ENDROIT	NIVEAU <i>Sport Plus</i>
Tai-chi-chuan, niveau intermédiaire Professeure : Nathalie Candelon	23 septembre au 2 décembre	10	Lundi	13 h 20 à 14 h 20	Centre communautaire	TAÏ-CHI
Stretching et tonus Professeure : Caroline Mousseau	23 septembre au 2 décembre	10	Lundi	9 h à 10 h	Centre communautaire	Stretching et tonus
Stretching et tonus Professeure : Caroline Mousseau	26 septembre au 28 novembre	10	Jeudi	9 h à 10 h	Centre communautaire	Stretching et tonus
Maîtrisez votre iPad et iPhone Professeur : Pierre Thibodeau	25 septembre au 18 décembre	10	Mercredi	10 h à 12 h	Salle Laurent-Brisebois (haut de la caserne)	iPad

Essais gratuits

Nouveauté cette session !

Les professeurs vous permettent de faire un essai gratuit de leurs cours, **entre le 3 et le 16 septembre**. Les dates précises sont inscrites dans la partie « Remarques » de chaque cours.

Surveillez aussi nos publications sur la page Facebook de la Municipalité et dans l'infolettre !



PUBLIC CIBLE	COÛT RÉSIDENT	COÛT NON-RÉSIDENT	REMARQUES
50 ans et plus	100 \$ *	150 \$	Poursuivre l'étude de la forme des 108 mouvements du style Wu. « Durer sans vieillir » grâce au « combat avec l'ombre ». Matériel requis : tenue décontractée et chaussures plates et souples. Prérequis : avoir suivi le niveau débutant. Il n'y a pas de cours le lundi 14 octobre. Essai gratuit le 9 septembre.
50 ans et plus	100 \$	150 \$	Améliorer sa flexibilité, renforcer ses muscles et augmenter son bien-être général. Maximiser son tonus musculaire en utilisant des poids. Matériel requis : vêtements confortables, tapis de yoga, bouteille d'eau, sangles, blocs et poids entre 2,5 et 8 lb. Il n'y a pas de cours le 14 octobre. Essai gratuit le 9 septembre.
50 ans et plus	100 \$	150 \$	Améliorer sa flexibilité, renforcer ses muscles et augmenter son bien-être général. Maximiser son tonus musculaire en utilisant des poids. Matériel requis : vêtements confortables, tapis de yoga, bouteille d'eau, sangles, blocs et poids entre 2,5 et 8 lb. Essai gratuit le 12 septembre.
Adultes	150 \$ *	225 \$	Maîtriser son iPad ou son iPhone. Apprendre à configurer, à personnaliser et à utiliser efficacement ces appareils Apple. Découvrir les meilleures applications, gérer les photos, les vidéos et les documents, profiter des fonctionnalités avancées et optimiser la pile et le stockage. Matériel requis : iPad avec le système iOS (version 15 ou plus). Il n'y a pas de cours les mercredis 2, 9 et 16 octobre. Essai gratuit le 11 septembre.

* Le cours fait partie de l'entente intermunicipale de la MRC des Pays-d'en-Haut (tarif résident).

Pour les inscriptions à la ligue de hockey, voir la p.11.



CENTRE SPORTIF Pays-d'en-Haut



Programmation automne 2024

Pour connaître tous les détails de la prochaine session automnale, rendez-vous sur :
centresportifpaysdenhaut.com

Et suivez la page Facebook : facebook.com/centresportifpdh



Organismes communautaires

Héritage Plein Air

du Nord (HEPAN)

La grosse saison des escapades en forêt est déjà bien entamée!



Malgré une météo en dents de scie, vous êtes plusieurs à fréquenter les sentiers de Forêt Héritage. Nous rappelons aux adeptes du vélo et de la marche qu'ils doivent cohabiter dans le respect. La courtoisie est donc de mise. Ralentir la cadence et saluer les autres, un sourire aux lèvres, sont de bonnes attitudes à adopter pour assurer la sécurité et la joie de tous et de toutes.

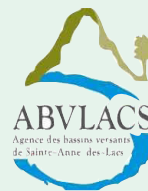
N'oubliez pas de ramasser vos déchets. De plus, il est interdit d'allumer un feu sur le territoire de Forêt Héritage, et ce, en tout temps!

Au plaisir de vous croiser dans les sentiers!

facebook.com/FORETHERITAGE

ABVLACS

Annelacois et Annelacoises, merci de collaborer à la préservation des lacs et des bassins versants de la municipalité.



Grâce au travail des bénévoles qui ont sillonné les lacs de la municipalité tout l'été, L'ABVLacs a pu recueillir les données permettant d'établir le niveau trophique de plusieurs d'entre eux et surveiller la prolifération des plantes aquatiques exotiques envahissantes, dont le myriophylle à épis.

Activités à venir

- Déjeuner reconnaissance des bénévoles le samedi 14 septembre au centre communautaire ;
- Assemblée générale des membres de l'ABVLacs en octobre (date à fixer) en téléconférence (Zoom).

Devenez bénévole : info@abvlacs.org

Devenez membre : abvlacs.ca



L'Amicale
Sainte-Anne-des-Lacs

Les Mardis
Centre
Communautaire

Amicale de Sainte-Anne-des-Lacs

Au programme : jeux de cartes, courtepintes, tricot, Scrabble, casse-têtes et plus encore!

Nouvelle activité : atelier de peinture sur bois !

Où : au centre communautaire, au 1, chemin Fournel.

Quand : les mardis, à partir du 17 septembre, de 8 h à 16 h.

Cotisation annuelle : 20 \$.

robertbessette49@gmail.com
450 224-9606



Soupe et compagnie

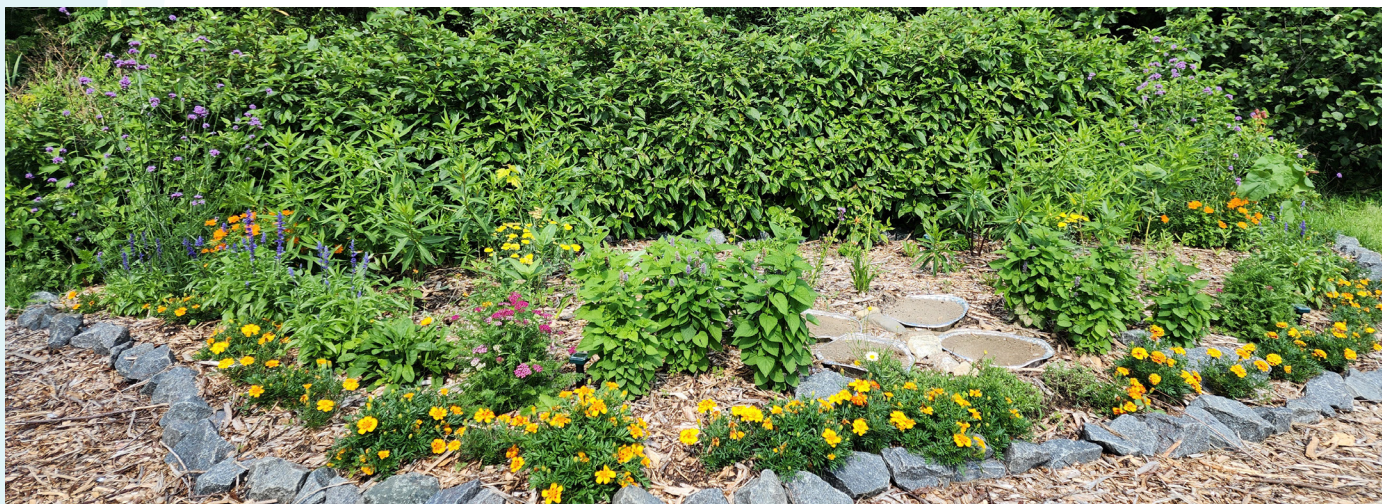
Vous avez envie de partager un délicieux repas en bonne compagnie? Il s'agit d'une belle occasion de partager un moment entre amis et de rencontrer des gens de votre milieu.

Quand : les premiers mercredis du mois, dès le 2 octobre, de 11 h 30 à 13 h.

Où : au centre communautaire, au 1, chemin Fournel.

Coût : 8 \$ (contribution volontaire).

francoise.saumure@gmail.com
450 224-9606



Jardin des monarques



Cet été, plusieurs d'entre vous ont pu visiter le jardin des monarques au parc Henri-Piette, près de la bibliothèque. Cette expérience immersive dans le cycle de vie de ces papillons majestueux a pu voir le jour grâce à la collaboration de la Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs et de la Société d'horticulture et d'écologie de Prévost (SHEP). Ce sont plus de 220 plantes qui ont été plantées dans un lieu d'environ 110 pi² par les bénévoles de la SHEP.

Vous aimeriez vous aussi prendre part à cet effort de conservation des monarques? Ça tombe bien : les graines d'asclépiade qui ont été distribuées lors de la Journée de l'arbre, en mai dernier, peuvent aussi être semées l'automne!

En passant, le site Web de la Municipalité vous propose une recette pour offrir un environnement adapté aux monarques sur votre terrain.

Des feuilles qui tombent, qui tombent et qui tombent

L'arrivée de l'automne est toujours le signe de grands changements. Alors que les fans de café à la citrouille épicée vont dans les rayons de l'épicerie à la recherche de nouveautés, plusieurs personnes prennent leur râteau pour lutter contre les feuilles mortes qui tombent et les entasser dans leur bac à compost. Déployer tous ces efforts n'est toutefois pas nécessaire. En effet, il est possible de laisser les feuilles au sol. Leur décomposition durant la saison froide nourrira la pelouse en plus de servir d'abri à certaines espèces. Profitez des magnifiques saveurs et couleurs de l'automne!



Consultez le guide sur le feuillicyclage à sادل.qc.ca.

DÈS SEPTEMBRE 2024

EN VRAC OU EN PAPIER DANS LE BAC BRUN!

**Tous les sacs plastiques
sont refusés dans le bac de compost**

ALTERNATIVES



Le papier journal
peut servir pour le fond
de votre mini bac de cuisine.



Congeler
les résidus alimentaires
évite les odeurs.



Sac en papier
du marché.



En vrac
dans le bac !



**MRC des
Pays-d'en-Haut**

lespaysdenhaut
recyclent.com

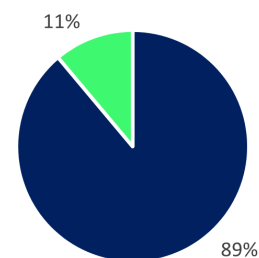


Les sacs en plastique

Cet été, un sondage a été effectué auprès des commerces de détail sur le territoire afin d'évaluer le taux de conformité envers le règlement relatif à la distribution de sacs d'emplettes en plastique à usage unique. Le questionnaire s'intéressait, entre autres, à savoir si les commerçants visés connaissaient ledit règlement et s'ils distribuaient toujours des sacs en plastique à leur clientèle.

Un fait surprenant, qui a été observé au moment de la compilation des résultats, est que plusieurs entreprises qui ne distribuaient pas de sacs en plastique à leur clientèle ne connaissaient pas le règlement. Le sondage a aussi révélé que la majorité des entreprises respectent le règlement. Alors, n'oubliez pas d'apporter vos sacs réutilisables pour faire vos courses à Sainte-Anne-des-Lacs ou ailleurs. En effet, plusieurs Municipalités ont adopté des règlements similaires.

Distribution des sacs de plastique à usage unique
par les commerces au détail sur la territoire de la
municipalité



■ N'en fait pas la distribution ■ En fait la distribution



Conservation volontaire

Mobilisation des acteurs locaux

La conservation des milieux naturels serait impensable sans la mobilisation de l'ensemble des acteurs locaux, dont les propriétaires de grands terrains forestiers. D'après le ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs, le principe de la conservation volontaire se définit ainsi :

« La prise en charge de la conservation du patrimoine naturel sur une terre privée par les gens qui en sont propriétaires, qui y habitent ou qui en profitent. La conservation volontaire est fondée, comme son nom l'indique, sur l'initiative et l'engagement d'une personne, soit d'un individu, soit d'une personne morale. »

Une augmentation des sites de conservation volontaire

Depuis 1983, les Laurentides comptent près de 110 sites de conservation volontaire, et cela ne cesse d'augmenter. Plusieurs types d'entente et de conservation sont offerts aux propriétaires qui désirent s'engager dans cette voie. Il est, entre autres, possible de rester propriétaire de la terre et d'en retirer certains bénéfices ou, sous certaines conditions, de faire une demande pour dons écologiques. Peu importe votre situation, il y a une solution pour la conservation.

Si vous êtes propriétaire d'une terre et souhaitez faire une réelle différence dans la préservation des milieux naturels, vous pouvez contacter le Service de l'environnement de la Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs ou l'un des organismes de conservation de la région.

Il est aussi possible de consulter la Trousse sur la conservation volontaire de l'organisme Éco-corridors laurentiens à ecocorridorslaurentiens.org/trousse-sur-la-conservation-volontaire/.



Collecte automnale des branches Inscription obligatoire Du 26 août au 26 septembre

MUNICIPALITÉ DE

Sainte-Anne-des-Lacs