



Sainte-Brigitte-de-Laval

Une vie au rythme de la nature

Programmation sports et loisirs

Automne 2025

Période d'inscription

19 août au 2 septembre 2025

TABLE DES MATIÈRES

SERVICE DES LOISIRS, DES SPORTS, DE LA CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE : COORDONNÉES	3
RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : COMMENT S'INSCRIRE AUX ACTIVITÉS?	4
RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : INFORMATION SUR LE PAIEMENT	6
ACTIVITÉS SPORTIVES	9
ACTIVITÉS CULTURELLES	18
ACTIVITÉS DE MIEUX-ÊTRE	24
FORMATIONS	27
BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE	28
ATELIERS BIBLIO ANIMÉE	31
ACTIVITÉS DE LOISIRS DES ORGANISMES	32
SPORTS DE GLACE	33
ACTIVITÉS AQUATIQUES	35
ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES	37

SERVICE DES LOISIRS, DES SPORTS, DE LA CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE : COORDONNÉES

Informations :

loisirs@sbdL.net

418 825-2515, poste 254

Sites d'activités :

BÂTIMENT DU PARC DES SAPHIRS

175, rue Kildare

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

3, rue du Couvent

GYMNASE TRIVENT 1

3, rue du Couvent

GYMNASE TRIVENT 2

7, rue Saint-Paul

Dans le texte, le masculin inclut le féminin et est utilisé, sans discrimination, afin d'alléger le texte.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : COMMENT S'INSCRIRE AUX ACTIVITÉS?

INSCRIPTION EN LIGNE OBLIGATOIRE

Inscrivez-vous en ligne en vous rendant sur le portail citoyen Voilà!

à l'adresse suivante : sainte-brigitte-de-laval.appvoila.com/fr/

Mode de paiement possible en ligne : carte de crédit uniquement (VISA et MASTERCARD).

VOUS AVEZ DÉJÀ UN COMPTE LOISIRS EN LIGNE, MAIS VOUS AVEZ OUBLIÉ VOTRE MOT DE PASSE?

Rendez-vous sur le portail citoyen Voilà! à l'adresse suivante :

sainte-brigitte-de-laval.appvoila.com/fr/.

Dans l'espace Connexion, cliquez sur « Mot de passe oublié ».

Vous recevrez un courriel de réinitialisation de mot de passe. Ouvrez ce courriel et suivez les étapes indiquées.

Une fois cette étape complétée, retournez sur le portail citoyen Voilà!. Vous pourrez procéder à la validation des informations de votre profil et effectuer vos inscriptions aux activités de loisirs en ligne.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : COMMENT S'INSCRIRE AUX ACTIVITÉS?

VOUS NE POSSÉDEZ PAS DE COMPTE LOISIRS EN LIGNE?

Rendez-vous sur le portail citoyen Voilà! à l'adresse suivante : sainte-brigitte-de-laval.appvoila.com/fr/.

Dans l'espace Inscription, cliquez sur « S'inscrire ».

Remplissez le formulaire en ligne pour créer votre Dossier citoyen personnalisé.

Vous recevrez un courriel confirmant l'activation de votre Dossier citoyen personnalisé.

Retournez sur le portail citoyen Voilà! et inscrivez votre adresse électronique et votre mot de passe dans l'espace « Connexion ».

Cliquez sur « Se connecter ».

Cliquez sur la pastille « Loisirs ».

Inscrivez-vous en ligne aux activités de la programmation en cours.

VOUS NE POSSÉDEZ PAS D'ORDINATEUR OU VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE?

Il nous fera plaisir de vous assister dans votre processus d'inscription selon vos besoins :

Par courriel à loisirs@sbdL.net ; Par téléphone au 418 825-2515, poste 262.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : INFORMATION SUR LE PAIEMENT

TARIF AVANT ET APRÈS

Pour les retardataires qui s'inscrivent après la période d'inscription, des frais de 5 \$ supplémentaires s'appliquent sur chacune des activités. Aucune réduction n'est accordée si l'activité est commencée au moment de l'inscription.

RABAIS FAMILLE

Pour favoriser la participation des enfants, un « rabais famille » s'applique sur les inscriptions de plus d'un enfant (moins de 18 ans) d'une même famille (même adresse). Il est de la responsabilité du citoyen d'appliquer le rabais sur l'inscription. La Ville ne rembourse pas les citoyens ayant omis d'appliquer le « rabais famille ». Celui-ci ne s'applique que pour les résidents.

Premier enfant : prix régulier ;

Deuxième enfant : prix régulier moins 10 % sur l'inscription ;

Troisième enfant : prix régulier moins 20 % sur l'inscription ; Ce rabais n'est pas applicable pour les non-résidents.

NON-RÉSIDENT

Les demandes d'inscription des non-résidents de Sainte-Brigitte-de-Laval sont traitées après la période d'inscription régulière et les coûts sont majorés de 50 %. Selon les cours, un nombre limité de places est offert. Les places sont attribuées selon le principe du « premier arrivé, premier servi ».

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : INFORMATION SUR LE PAIEMENT

PROGRAMME « CARTE ACCOMPAGNEMENT LOISIR »

La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval adhère au programme de Carte accompagnement loisir. Ce programme permet d'offrir la gratuité d'entrée à l'accompagnateur d'une personne de 12 ans et plus, ayant un handicap physique, intellectuel ou un problème de santé mentale permanent, nécessitant un accompagnateur. Ce programme s'applique à la plupart des activités offertes par la Ville. Pour plus d'information, contactez le Service des loisirs.

CONFIRMATION DES ACTIVITÉS

Selon les cours, un nombre limité de places est offert. Les places sont attribuées selon le principe du « premier arrivé, premier servi ». Si vous ne recevez pas d'appel ou de courriel avant le début de votre activité, c'est qu'elle a lieu. Vous devez donc vous présenter comme prévu à la date inscrite dans la programmation. Veuillez prendre note qu'aucune communication (appel ou courriel) ne sera effectuée pour confirmer votre inscription. Advenant l'annulation ou la modification d'un cours, le service des loisirs, des sports, de la culture et vie communautaire vous informera uniquement par courriel. Le professeur et l'horaire sont sujets à changement.

PAIEMENT

Le paiement doit être fait en un seul versement au moment de l'inscription. Le principe de « place payée, place réservée » s'applique.

Pour les montants de plus de 125 \$, le paiement peut être fait en deux versements, chacun représentant 50 % du montant total. Le premier versement doit être effectué au moment de l'inscription et le deuxième versement doit être effectué le 9 septembre 2025. Les tarifs incluent les taxes, si applicables.

Veuillez prendre note que si le paiement n'est pas complété en date du 9 septembre 2025, la Ville se réserve le droit d'annuler l'inscription.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX : INFORMATION SUR LE PAIEMENT

ANNULATION ET REMBOURSEMENT

Vous pouvez mettre fin en tout temps à une inscription en respectant certaines conditions :

Annulation AVANT le début des cours : aucuns frais ni pénalités.

Annulation APRÈS le début des cours : dans ce cas, vous devrez payer le coût des services déjà reçus.

RESPONSABILITÉ

La Ville se dégage de toutes responsabilités quant aux dommages corporels et matériels, pertes ou vols, pouvant survenir dans le cadre des activités du Service des loisirs, des sports, de la culture et vie communautaire et aucun recours à cet effet ne pourra être intenté contre la Ville.

La Ville peut exiger une pénalité, correspondant à la plus petite de ces deux sommes : 50 \$ ou 10 % du coût des services qui n'ont pas été reçus.

Dans le cas où le nombre minimum de participants requis n'est pas atteint à la fin de la période d'inscription régulière, le Service des loisirs, des sports, de la culture et vie communautaire annulera l'activité et remboursera en totalité les personnes inscrites. Pour les activités ponctuelles, un remboursement peut être accordé seulement si la demande écrite est faite plus de deux semaines avant l'activité.

ACTIVITÉS SPORTIVES

Badminton parent-ado

Clientèle : 10 ans et plus

Journée : Mardi

Heure : 18 h à 19 h

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 16 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 65 \$

Description : Trois terrains de badminton sont disponibles pour la pratique libre. Chaque participant doit apporter sa raquette et des volants. Cette activité est strictement réservée aux parents qui souhaitent venir avec leur enfant de 10 ans et plus. Le parent et l'enfant doit être inscrit individuellement à ce cours. Notez que 12 places sont disponibles seulement. Dans le cas où le nombre d'inscriptions ne permet pas l'inscription du parent et de l'enfant, il ne sera pas possible d'ajouter des places supplémentaires.

Badminton - libre

Clientèle: 12 ans et plus

Journée: Mardi

Heures:

19 h à 20 h

20 h à 21 h

21 h à 22 h

Lieu: Gymnase centre communautaire Trivent 1

Date de début: 16 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 65 \$

Description : Trois terrains de badminton sont disponibles pour la pratique libre. Chaque participant doit apporter sa raquette et des volants.

ACTIVITÉS SPORTIVES

Basketball - Mini-basket 6-12 ans

Clientèle: 6 à 12 ans

Journée: Mardi

Heure: 18 h 30 à 19 h 30

Lieu: Gymnase Trivent 2

Date de début: 7 octobre 2025

Nombre de semaines: 9 semaines

Prix: 195 \$

Description : L'École de Mini-Basketball de Québec (EMBQ) offre un programme tout désigné à l'apprentissage du basketball dans le plaisir! Nous comptons sur une multitude de professionnels en matière de développement de l'athlète. Avec plus de 15 ans d'expérience, l'EMBQ saura guider vos enfants dans l'atteinte de leurs objectifs. Prendre note que l'offre de service comprend 9 entraînements, 2 matchs au Festival de Noël EMBQ et un t-shirt.

Responsable : L'École de Mini-Basketball de Québec

ACTIVITÉS SPORTIVES

Mini-gym - 2-3 ans parent-enfant

Clientèle: 2-3 ans

Journée: Dimanche

Heures:

8 h à 8 h 45

8 h 45 à 9 h 30

Lieu: Gymnase centre communautaire Trivent 1

Date de début: 14 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 120 \$

Description : Parcours moteurs pour développer les habiletés motrices des tout-petits; équilibre, courir, ramper, sauter. Note: Pas de cours le 12 octobre.

Responsable : Chantal Paquet, Belizia Sport, 418 262-7795

Gymnastique - enfantine 3 à 5 ans

Clientèle: 3 à 5 ans

Journée: Dimanche

Heures:

9 h 30 à 10 h 30

10 h 30 à 11 h 30

Lieu: Gymnase centre communautaire Trivent 1

Date de début: 14 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 150 \$

Description : Parcours moteurs pour développer les habiletés motrices des petits; équilibre, sauter, lancer, attraper. Note: Pas de cours le 12 octobre.

Responsable : Chantal Paquet, Belizia Sport, 418 262-7795

ACTIVITÉS SPORTIVES

Gymnastique - débutant (6-8 ans)

Clientèle: 6 à 8 ans

Journée: Dimanche

Heure: 11 h 30 à 12 h 30

Lieu: Gymnase centre communautaire Trivent 1

Date de début: 14 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 150 \$

Description : Les mouvements de base de la gymnastique au sol y seront enseignés ou améliorés: équilibre sur les mains, pont, roue, rondade, renverse. Note: Pas de cours le 12 octobre.

Responsable : Chantal Paquet, Belizia Sport, 418 262-7795

Cheerleading - (7-11 ans)

Clientèle: 7 à 11 ans

Journée: Dimanche

Heure: 12 h 30 à 13 h 30

Lieu: Gymnase centre communautaire Trivent 1

Date de début: 14 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 150 \$

Description : Discipline qui allie danse, sauts, gymnastique et montées en équipe. Les participants vont apprendre les différents éléments techniques. Le dépassement de soi, la discipline, le travail d'équipe, le plaisir et la sécurité sont à l'honneur. Note: Pas de cours le 12 octobre.

Responsable : Chantal Paquet, Belizia Sport, 418 262-7795

ACTIVITÉS SPORTIVES

Karaté - débutant (24 cours)

Clientèle: 6 à 17 ans

Journée: Lundi et mercredi

Heure: 18 h à 19 h

Lieu: Gymnase Trivent 2

Date de début: 15 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 210 \$

Description : Le karaté de style « Kempo » est un mélange de rapidité et de puissance. Favorisant le développement spirituel et personnel, ce cours donne des techniques d'autodéfense. Le cours a lieu simultanément pour tous les groupes d'âge et tous les niveaux. Notes : Le costume est obligatoire pour tous. L'instructeur apportera des kimonos au coût de 70\$ plus taxes et prendra le paiement au 1er cours de la session. Si votre enfant doit passer à un niveau supérieur pour obtenir une nouvelle ceinture, notez qu'il y a des frais supplémentaires pour l'examen. Pas de cours le 13 octobre.

Responsable : Studios Unis d'autodéfense NDL, 418 841-0213

Karaté - avancé (24 cours)

Clientèle: 6 à 17 ans

Journée: Lundi et mercredi

Heure: 19 h à 20 h

Lieu: Gymnase Trivent 2

Date de début: 15 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 210 \$

Description : Le karaté de style « Kempo » est un mélange de rapidité et de puissance. Favorisant le développement spirituel et personnel, ce cours donne des techniques d'autodéfense. Le cours a lieu simultanément pour tous les groupes d'âge et tous les niveaux. Notes : Le costume est obligatoire pour tous. L'instructeur apportera des kimonos au coût de 70\$ plus taxes et prendra le paiement au 1er cours de la session. Si votre enfant doit passer à un niveau supérieur pour obtenir une nouvelle ceinture, notez qu'il y a des frais supplémentaires pour l'examen. Pas de cours le 13 octobre.

Responsable : Studios Unis d'autodéfense NDL, 418 841-0213

ACTIVITÉS SPORTIVES

NOUVEAUTÉ! Tennis - mini 4-6 ans

Clientèle : 4 à 6 a

Journée : Samedi

Heure : 9 h à 10 h

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Cours de tennis conçu pour donner le goût du jeu afin que les jeunes aient du plaisir et progressent dans le sport.
Matériel : Souliers de sport et bouteille d'eau. Note : Pas de cours le 11 octobre.

Responsable : L2 Tennis Inc.

NOUVEAUTÉ! Tennis relève 7-9 ans

Clientèle : 7 à 9 ans

Journée : Samedi

Heure : 10 h à 11 h

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Cours pour les jeunes de 7 à 9 ans désirant s'initier au tennis et développer des habiletés techniques et tactiques afin de pouvoir jouer différentes situations de point et de jeu dans une atmosphère stimulante. Matériel requis : Souliers de sport et bouteille d'eau. Note : Pas de cours le 11 octobre.
Responsable : L2 Tennis Inc.

ACTIVITÉS SPORTIVES

NOUVEAUTÉ! Tennis junior 10-12 ans

Clientèle : 10 à 12 ans

Journée : Samedi

Heure : 11 h à 12 h

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Cours pour les jeunes de 10 à 12 ans désirant s'initier au tennis et développer des habiletés techniques et tactiques afin de pouvoir jouer différentes situations de point et de jeu dans une atmosphère stimulante. Matériel requis : Souliers de sport et bouteille d'eau. Note : Pas de cours le 11 octobre.
Responsable : L2 Tennis Inc.

Volleyball Mini-volley (9-12 ans)

Clientèle : 9 à 12 ans

Journée : Mercredi

Heure : 18 h à 19 h

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 150 \$

Description : Programme de mini-volley, destiné aux jeunes entre 9 et 12 ans, qui offre une approche ludique et dynamique pour initier les enfants au volleyball. Ces activités favorisent le développement de compétences clés telles l'esprit d'équipe et la coordination tout en garantissant le plaisir et l'enthousiasme des jeunes athlètes. Finalement, c'est l'environnement idéal pour découvrir et aimer le volleyball dès le plus jeune âge.
Responsable : Vincent Nolet

ACTIVITÉS SPORTIVES

Volleyball libre 16 ans et plus (débutant)

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Mercredi

Heure : 19 h 15 à 20 h 45

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 65 \$

Description : Activité pour les joueurs qui désirent participer à une partie amicale de volleyball intérieur de niveau débutant. C'est une excellente façon de garder la forme, de s'amuser et de socialiser. Les équipes sont formées à l'arrivée et les participants arbitrent eux-mêmes le match.

Volleyball libre 16 ans et plus (avancé)

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Mercredi

Heure : 20 h 45 à 22 h 15

Lieu : Gymnase Trivent 1

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 65 \$

Description : Activité pour les joueurs ayant déjà une base solide en volleyball et qui souhaitent maintenir leur niveau de jeu en participant à une partie amicale. Les équipes sont formées à l'arrivée et les participants arbitrent eux-mêmes le match.

ACTIVITÉS SPORTIVES

Zumba - 16 ans et plus

Clientèle: 16 ans et plus

Journée: Mercredi

Heure: 18 h à 19 h

Lieu: Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début: 17 septembre 2025

Nombre de semaines: 12

Prix: 165 \$

Description : Cours de groupe style workout qui mise sur les rythmes latins tels que : merengue, salsa, cumbia, reggaeton et plusieurs autres. Dans une ambiance festive qui rappelle le Sud, les participants sont appelés à s'entraîner tout en s'amusant. Les séances font travailler le cardio, mais également tous les muscles du corps. S'entraîner en s'amusant, tout en oubliant le côté «workout»... voilà la Zumba!

Responsable : Flavio Vicentelo

ACTIVITÉS CULTURELLES

Éveil à la danse 2-3 ans parents-enfants

Clientèle : 2-3 ans

Journée : Samedi

Heure : 8 h 30 à 9 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 80 \$

Description : Cours technique, chorégraphique et ludique qui permet aux enfants d'explorer plusieurs styles de danse tout en s'amusant. Le parent doit participer avec son enfant (1 parent/1 enfant).
Responsable : École de danse PerformDance

Danse enfantine 3 à 5 ans

Clientèle : 3 à 5 ans

Journée : Samedi

Heure :

9 h à 10 h

10 h à 11 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Ce cours de danse pour les enfants permet l'exploration des bases de plusieurs styles de danse et l'exploration de divers concepts du mouvement. Exercices et chorégraphies adaptées à l'âge des participants sont au programme. Prendre note qu'il y aura un spectacle de danse incluant tous les enfants à la fin de la session. Les détails de cette prestation vous seront donnés ultérieurement.
Responsable : École de danse PerformDance

ACTIVITÉS CULTURELLES

Danse Hip-Hop (5-6 ans)

Clientèle : 5-6 ans

Journée : Samedi

Heure : 11 h à 12 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Le hip-hop est un style de danse très en vogue que l'on peut voir dans plusieurs vidéoclips. C'est une façon de s'exprimer avec style, dynamisme et attitude. Les différentes techniques et le style sont enseignés par des professeures dynamiques et débordantes d'énergie. Prendre note qu'il y aura un spectacle de danse incluant tous les enfants à la fin de la session. Les détails de cette prestation vous seront donnés ultérieurement.

Responsable : École de danse Performdance

Danse Hip-Hop (7-8 ans)

Clientèle : 7-8 ans

Journée : Samedi

Heure : 12 h à 13 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Le hip-hop est un style de danse très en vogue que l'on peut voir dans plusieurs vidéoclips. C'est une façon de s'exprimer avec style, dynamisme et attitude. Les différentes techniques et le style sont enseignés par des professeures dynamiques et débordantes d'énergie. Prendre note qu'il y aura un spectacle de danse incluant tous les enfants à la fin de la session. Les détails de cette prestation vous seront donnés ultérieurement.

Responsable : École de danse Performdance

ACTIVITÉS CULTURELLES

Danse Hip-Hop (9 ans et plus)

Clientèle : 9 ans et plus

Journée : Samedi

Heure : 13 h à 14 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 13 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Le hip-hop est un style de danse très en vogue que l'on peut voir dans plusieurs vidéoclips. C'est une façon de s'exprimer avec style, dynamisme et attitude. Les différentes techniques et le style sont enseignés par des professeures dynamiques et débordantes d'énergie. Prendre note qu'il y aura un spectacle de danse incluant tous les enfants à la fin de la session. Les détails de cette prestation vous seront donnés ultérieurement.

Responsable : École de danse Performdance

ACTIVITÉS CULTURELLES

Danse country-pop débutant

Clientèle : 14 ans et plus

Journée : Jeudi

Heure : 19 h à 20 h

Lieu : Gymnase Trivent 2

Date de début : 18 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 135 \$

Description : Vous aimez danser et vous amuser au son de la musique country? Vous aimeriez apprendre des danses de groupe de style country-pop? Voici l'occasion rêvée de participer à une activité dynamique, divertissante et énergisante!

Responsable Martine Beaudry

Danse country-pop intermédiaire

Clientèle : 14 ans et plus

Journée : Jeudi

Heure : 20 h à 21 h

Lieu : Gymnase Trivent 2

Date de début : 18 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 135 \$

Description : Vous aimez danser et vous amuser au son de la musique country? Vous aimeriez apprendre des danses de groupe de style country-pop? Voici l'occasion rêvée de participer à une activité dynamique, divertissante et énergisante!

Responsable Martine Beaudry

ACTIVITÉS CULTURELLES

Dessin initiation 6 à 14 ans

Clientèle : 6 à 14 ans

Journée : Mercredi

Heure : 18 h à 19 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 155 \$

Description : Le cours d'initiation au dessin pour enfants amène le jeune artiste à apprendre les techniques fondamentales du dessin dans un univers ludique. Avec l'expérience de Richard Cameron-Morneau qui oeuvre dans l'illustration depuis plus de 25 ans, il enseigne l'art du dessin étape par étape. Comment créer les personnages classiques? Comment dessiner les objets ou éléments de la nature en toute simplicité? Comment visualiser un dessin en 3D? Lors de cette session, l'enfant apprendra à se faire une banque

d'images classiques afin de créer son propre univers par la suite.

Matériel requis : carnet de croquis (8" 1/2 x 11") et crayon HB

Responsable : Richard Cameron-Morneau

sbdL.net/programmation-et-inscriptions

NOUVEAUTÉ! Dessin initiation à l'aquarelle sur personnage

Clientèle : 14 ans et plus

Journée : Mercredi

Heure : 19 h à 20 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 175 \$

Description : Plongez dans la création ludique avec l'aquarelle! Apprenez à jouer avec les ombres et lumières sur des personnages fantastiques créés par le professeur, pour apprendre les techniques de l'aquarelle. Vous aurez la chance d'apprendre étape par étape, en toute simplicité, comment jouer avec ce médium et comment donner des effets 3D à vos créations. Richard Cameron-Morneau oeuvre dans le monde des arts depuis plus de 25 ans. Quel plaisir d'apprendre à ses côtés! Note : Tout le matériel sera fourni par le professeur.

Responsable : Richard Cameron-Morneau

ACTIVITÉS CULTURELLES

Théâtre jeunesse 9-11 ans

Clientèle : 9 à 11 ans

Journée : Lundi

Heure : 18 h à 19 h 30

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 15 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 285 \$

Description : Initiation au théâtre et jeu de l'acteur pour jeune amateur. À travers des activités en lien avec le jeu de l'acteur, nos jeunes comédiens auront la chance d'explorer l'univers du théâtre. Tout en s'amusant, ils apprendront l'art de la diction, la projection de la voix et apprivoiseront le monde des émotions chez l'acteur. Selon l'âge de la troupe d'acteurs, une pièce vous sera présentée à la fin de la session. Celle-ci sera adaptée et écrite pour les jeunes acteurs! Le spectacle est prévu dimanche le 14 décembre. Note : Pas de cours le 13 octobre.
Responsable : Geneviève Morency

Théâtre 12 ans et plus

Clientèle : 12 ans et plus

Journée : Jeudi

Heure : 18 h à 19 h 30

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 18 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 285 \$

Description : Initiation au théâtre et jeu de l'acteur pour amateur. À travers des activités en lien avec le jeu de l'acteur, les comédiens auront la chance d'explorer l'univers du théâtre. Tout en s'amusant, ils apprendront l'art de la diction, la projection de la voix et apprivoiseront le monde des émotions chez l'acteur. Un spectacle est prévu dimanche le 14 décembre.
Responsable : Geneviève Morency

ACTIVITÉS DE MIEUX-ÊTRE

Yoga flow créatif

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Lundi

Heure : 19 h 30 à 20 h 45

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4 - miroirs

Date de début : 15 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 180 \$

Description : Dans un univers bien spécial, nous vous offrons un cours mélangeant le yoga et la danse. Ce cours sera basé sur l'apprentissage d'une chorégraphie. De cette façon, le corps s'habitue au mouvement et on peut vite s'abandonner à notre respiration et à la musique. D'un cours à l'autre, ce sera très différent car la professeure est très créative! Cela vous amènera à laisser tomber la technique afin de permettre au corps de parler, plutôt que la tête. Ce cours s'adresse aux gens qui ont déjà une base en yoga et qui ont une bonne endurance physique. Matériel nécessaire: tapis de yoga, gourde d'eau et vêtements confortables pour bouger

Responsable : Camille Watters

Yoga viniyoga pour tous

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Mercredi

Heure : 19 h 15 à 20 h 15

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 24 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 125 \$

Description : Le yoga est une discipline originaire de l'Inde qui s'adresse à toutes les dimensions de l'être: corps, sens, souffle et esprit. Dans le viniyoga, des postures associées à la respiration sont réalisées à partir de ce qu'il convient le mieux à la personne avec ses forces et ses limites, sans compétition ni jugement envers soi et les autres. La souplesse, la force, la concentration, la diminution de stress et la relaxation sont autant d'éléments recherchés. Il est bénéfique d'intégrer le viniyoga dans sa vie, car il permet de préserver une bonne santé physique et mentale.

Responsable : Elisabeth Tremblay

ACTIVITÉS DE MIEUX-ÊTRE

NOUVEAUTÉ! Yoga midi

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Mercredi

Heure : 12 h 15 à 13 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 165 \$

Description : Le Hatha est une forme de yoga douce et accessible qui travaille le corps et l'esprit. Les postures sont maintenues pendant quelques respirations, pour trouver l'équilibre entre tonicité et souplesse, tout en calmant le mental. Matériel requis : tapis de yoga.

Responsable : Dominique Déchène

NOUVEAUTÉ! Yoga pilates (débutant)

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Lundi

Heure : 18 h à 19 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 15 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 165 \$

Description : La méthode Pilates est un renforcement musculaire doux et efficace, ciblant les muscles profonds des abdominaux et de tout le corps, dans le but d'améliorer la posture, de soutenir les articulations et d'améliorer sa mobilité. Matériel requis : tapis de yoga. Note : Pas de cours le 13 octobre.

Responsable : Dominique Déchène

ACTIVITÉS DE MIEUX-ÊTRE

NOUVEAUTÉ! Yoga relaxation et méditation

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Mercredi

Heure : 20 h 15 à 21 h 15

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 17 septembre 2025

Nombre de semaines : 12

Prix : 165 \$

Description : Postures d'étirements et de détente utilisées afin de relâcher les tensions physiques et mentales, favoriser un état de calme et réduire le stress. Méditation guidée, abordant les étapes traditionnelles dont la respiration, la concentration, la pleine conscience. Matériel requis : tapis de yoga et couverture.

Responsable : Dominique Déchène

FORMATIONS

Premiers soins RCR (réanimation cardio-respiratoire)

Clientèle : 16 ans et plus

Journée : Samedi

Heure : 8 h à 12 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 20 septembre 2025

Nombre de semaines : 1 séance

Prix : 80 \$

Description : Ce cours s'adresse aux participants désirant maîtriser les techniques de réanimation cardio-respiratoire pour tous les groupes d'âge, l'utilisation du défibrillateur externe automatisé et les techniques de désobstruction des voies respiratoires. Responsable : Ambulance Saint-Jean

Cours "Je sais garder les enfants"

Clientèle : 11 à 12 ans

Journée : Dimanche

Heure : 8 h 30 à 16 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 3 et 4

Date de début : 5 octobre 2025

Nombre de semaines : 1 séance

Prix : 60 \$

Description : Ce cours s'adresse aux préadolescent(e)s âgés de 11 et 12 ans qui veulent acquérir des compétences quant aux soins à porter aux enfants et devenir de bons gardien(ne)s. Matériel à prévoir : Une doudou, une poupée ou un toutou (grosseur bébé), un cahier de note et un crayon.
Responsable: Ambulance St-Jean

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

COORDONNÉES

3, rue du Couvent

Téléphone : 418 825-2515 poste 266

Courriel : biblio@sbdL.net

Site Web : sbdL.net/bibliotheque-municipale et reseaubibliocnca.qc.ca/client/fr_CA/sainte-brigitte-de-laval

HORAIRE RÉGULIER (2 septembre au 24 juin)

Lundi : 16 h à 19 h 30

Mardi : 9 h à 12 h

Mercredi : 15 h 30 à 20 h

Jeudi : 12 h à 20 h

Vendredi : Fermée

Samedi : 9 h à 16 h

Dimanche : Fermée

La bibliothèque est fermée lors des jours fériés

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

ACTIVITÉS

TOUT APPRENDRE : AUTOFORMATIONS EN LIGNE

Tout apprendre réunit plus de 120 000 heures de cours en ligne en accès gratuit et illimité couvrant de multiples domaines : arts et loisirs créatifs, bien-être et santé, bureautique, langues, multimédia, musique, programmation, sports et fitness, vie professionnelle, etc.

Vous aimeriez apprendre une nouvelle langue? Apprendre à dessiner des chatons? Apprendre à tricoter? Ou même à créer vos propres jeux vidéo? C'est possible grâce à TOUT APPRENDRE!

En tout temps, au moment de votre choix.

BIBLIO-JEUX : 0-6 ANS ET 6-12 ANS

Le programme Biblio-Jeux amène de façon ludique la stimulation du langage, de l'éveil à l'écrit, de l'écriture et des maths pour les enfants et leur famille, grâce à l'accès à des livres et des jeux spécialement choisis. À partir d'une collection en pleine expansion, les parents auront de l'information pertinente, des stratégies à appliquer durant le jeu choisi ainsi que des suggestions de livres et d'activités pour le retour à la maison.

Le programme bénéficie d'un encadrement professionnel d'orthophonistes qualifiés : le contenu de Biblio-Jeux est développé et mis à jour par le Département d'orthophonie de l'Université du Québec à Trois-Rivières.

En tout temps, au moment de votre choix.

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

BIBLIO-SANTÉ

Le programme Biblio-Santé est un service d'information à l'intention des usagers du système de santé et des proches aidants. Une série de cahiers thématiques qui proposent des ressources de qualité en lien avec des maladies et sujets touchant les usagers du système de santé et leurs proches. Chaque cahier présente une liste d'organismes, une sélection de sites Web pertinents et des suggestions de lecture et de films.

CARTE MUSÉO

Service en vigueur du 1er octobre au 31 mai

Emprunter un musée, c'est aussi simple que d'emprunter un livre! La carte MUSÉO offre la chance aux abonnés de la biblio de partir à la découverte de musées et de leurs fascinantes expositions. La carte est en fait un laissez-passer pour l'admission gratuite dans les musées participants. Un coût supplémentaire peut être exigé pour certaines expositions.

Valide pour 2 adultes et les enfants de 17 ans et moins d'une même famille. Pour profiter du service, l'abonné n'a qu'à se rendre à sa bibliothèque municipale et emprunter la carte MUSÉO.

ATELIERS BIBLIO ANIMÉE

Ateliers Biblio animée Conte et bricolage – Le Corbeau et le Renard - GRATUIT

Clientèle : 5 à 8 ans

Journée : Samedi

Heure : 10 h à 11 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 27 septembre 2025

Nombre de semaines : 1 séance

Prix : Gratuit

Description : L'atelier débutera par la lecture de l'histoire Le Corbeau et le Renard, inspiré des fables de La Fontaine. Ensuite les participants pourront réaliser une marionnette animée en origami, étape par étape. Deux modèles seront proposés selon les niveaux de difficulté.

Ateliers Biblio animée L'image aux mille mots! - GRATUIT

Clientèle : 6 à 14 ans

Journée : Samedi

Heure : 10 h à 11 h

Lieu : Bâtiment Saphirs salles 1 et 2

Date de début : 18 octobre 2025

Nombre de semaines : 1 séance

Prix : Gratuit

Description : Création d'une petite histoire avec des personnages remplis d'émotions. Les participants vont apprendre à illustrer les émotions et à créer des situations cocasses avec une technique simple de dessin de l'artiste Marilynne Bombardier. Découvrez le monde ludique de l'illustration où les personnages n'ont pas besoin de texte pour raconter les histoires les plus amusantes.

ACTIVITÉS DE LOISIR DES ORGANISMES

Certains organismes reconnus par la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval offrent une programmation d'activités variée tout au long de l'année.

Informations et modalités d'inscription : <https://sbdL.net/organismes/>

IMPORTANT : La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval n'offre pas de système d'inscription pour les activités offertes par les organismes reconnus.

MAISON DES JEUNES LA BARAK

Activités, projets et sorties diverses : Consultez le calendrier mensuel de la Maison des jeunes au www.labarakmdj.com

SPORTS DE GLACE OFFERTS PAR LA VILLE DE QUÉBEC

TARIFICATION D'ACCÈS AUX ARÉNAS DE LA VILLE DE QUÉBEC

Tel que le stipule l'entente relative à la fourniture de services en matière de sports de glace (ringuette, patinage de vitesse, patinage artistique et hockey) avec la Ville de Québec, les résidents de Sainte-Brigitte-de-Laval qui s'inscrivent aux sports de glace offerts par la Ville de Québec ou ses partenaires doivent payer un tarif supplémentaire (utilisation arénas) s'ajoutant aux frais d'inscription. Toutefois, la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval assume 50 % de ce tarif.

Le citoyen de Sainte-Brigitte-de-Laval doit obligatoirement payer la surcharge auprès de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval avant le début de la saison des activités de glace dispensée à la Ville de Québec. Pour ce faire, le citoyen doit suivre le processus d'inscription en vigueur dans la programmation des loisirs de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Pour connaître les contributions financières exigées par la Ville de Québec, veuillez vous référer au lien suivant : <https://sbdL.net/sports-et-loisirs/sports-de-glace-ville-quebec/>

SPORTS DE GLACE OFFERTS PAR LA VILLE DE QUÉBEC

TARIFICATION D'ACCÈS AUX ARÉNAS DE LA VILLE DE QUÉBEC

CONTRIBUTION FINANCIÈRE EXIGÉE PAR LA VILLE DE QUÉBEC

Du 1^{er} septembre 2025 au 31 août 2026

SAISON COMPLÈTE			
ÂGE	TARIF	CONTRIBUTION DU CITOYEN (50 %)	CONTRIBUTION DE LA VILLE DE SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL (50 %)
Moins de 5 ans	460 \$ + les taxes	264,44 \$ / personne (Taxes incluses)	264,45 \$ / personne (Taxes incluses)
5 à 21 ans	926 \$ + les taxes	532,33 \$ / personne (Taxes incluses)	532,34 \$ / personne (Taxes incluses)

DEMI-SAISON			
ÂGE	TARIF	CONTRIBUTION DU CITOYEN (50 %)	CONTRIBUTION DE LA VILLE DE SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL (50 %)
Moins de 5 ans	230 \$ + les taxes	132,22 \$ / personne (Taxes incluses)	132,22 \$ / personne (Taxes incluses)
5 à 21 ans	463 \$ + les taxes	266,16 \$ / personne (Taxes incluses)	266,17 \$ / personne (Taxes incluses)

ACTIVITÉS AQUATIQUES OFFERTES PAR LA VILLE DE QUÉBEC

REMBOURSEMENT AUX ACTIVITÉS AQUATIQUES

La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval permet à ses résidents âgés de moins de 21 ans et aux personnes âgées de 50 ans et plus d'obtenir un remboursement de 50 % des frais supplémentaires exigés aux non- résidents pour une inscription à toute activité aquatique offerte à l'extérieur du territoire de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Pour que le remboursement soit valide, un reçu détaillé de la saison en cours ainsi que le formulaire de demande de remboursement aux activités aquatiques doivent être remis au Service des loisirs, des sports, de la culture et vie communautaire de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval avant le dernier cours de l'activité aquatique de la **session en cours à laquelle le participant est inscrit** par la poste au 414, avenue Sainte-Brigitte, Sainte- Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0 ou encore par courriel à loisirs@sbdL.net.

Notez qu'il n'est pas possible de faire une demande de remboursement aux activités aquatiques rétroactive pour des sessions antérieures.

[Remplir le formulaire de remboursement des activités aquatiques](#)

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

ACTION SENTIERS LAVALLOIS

L'ASL est un organisme à but non lucratif mis sur pied dans le but de développer un réseau de sentiers pédestres sur le territoire de la ville. Ils travaillent de concert avec les propriétaires fonciers et autres intervenants du milieu poursuivant les mêmes objectifs.

Présidente : Mme Nathalie Roy

Facebook : www.facebook.com/groups/sentierSBDL

ASSOCIATION SPORTIVE DE SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL (ASSBDL)

L'ASSBDL est un organisme qui vise à favoriser et à encadrer le développement et la réalisation d'activités sportives destinées aux résidents de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval et des environs. Leurs actions sont principalement axées sur le baseball mineur.

Présidente : Sophie Léonard Téléphone : 418 997-6443 - Courriel : communicationsassbdl@gmail.com - Facebook : www.facebook.com/baseballSBDL

CERCLE DE FERMIÈRES

En place depuis plus de 65 ans à Sainte-Brigitte-de-Laval, le Cercle de Fermières est un organisme voué à l'amélioration des conditions de vie des femmes et des familles, ainsi qu'à la transmission du patrimoine culturel et artisanal aux générations actuelles et futures.

Présidente : Mme Suzie Bergeron

Courriel : cerclefermieresstbl@ccapcable.com - Facebook : Cercle de fermières de SBDL

Le local est situé au 1, rue du Couvent (sous-sol de l'église)

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

CENTRE DE JOUR FEU VERT

Le Centre de Jour Feu Vert est un organisme communautaire sans but lucratif qui a comme mission d'offrir des services qui favorisent l'intégration sociale des personnes de 18 ans et plus présentant des problématiques en santé mentale.

Courriel : beauport@cdjfeuvert.org - Téléphone : 418 663-2233 - Site Web : www.cdjfeuvert.org

CENTRE FAMILLE DE SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL

AIDE ALIMENTAIRE « LA GRANDE MAISONNÉE »

Le Centre Famille SBDL a pour mission de promouvoir l'intérêt et de répondre aux besoins des personnes en situation de vulnérabilité du secteur de Sainte-Brigitte-de-Laval et des environs, en proposant des services et activités adaptés à leur réalité.

Faire une demande d'aide alimentaire ou de panier de Noël

Présidente Marie-Ève Thomassin

Téléphone : 418 825-4188 - Courriel : centrefamillesbdl@gmail.com - Facebook : www.facebook.com/Centre-Famille-SBDL

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

CLUB FADOQ DE SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL

Regroupement de personnes âgées de 50 ans et plus, qui a pour objectif d'organiser des activités et d'offrir des programmes et des services répondant aux besoins de cette clientèle.

Visitez la page Facebook et le site Web du Club pour vous informer des prochaines activités, visionner les dernières photos et connaître les avantages d'être membre du Club.

Présidente : M. Sylvie Houde

Téléphone : Site Web : agedor-sbdl.org - Page Facebook : facebook.com/agedor.saintebrigittedelaval

DIFFUSION CULTURELLE SBDL

Diffusion culturelle souhaite, grâce à ses activités innovantes et professionnelles, permettre un accès et susciter l'intérêt pour les arts et la culture des gens de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Présidente : Mélanie Blouin

Téléphone : 418 558-4807 - Facebook : Diffusion-culturelle-SBDL

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

FRIPERIE SBDL

La Friperie SBDL est une action communautaire dirigée par le Centre famille SBDL qui offre à bas prix des vêtements de seconde main et autres nécessités aux gens de Sainte-Brigitte-de-Laval. Vous y trouverez des jouets, des vêtements pour bébés, enfants, ados et femmes, des articles de cuisine, des livres pour enfants, etc., tout cela à petits prix. Chaque fois que vous achetez un produit à la Friperie SBDL, vous contribuez à votre communauté et au recyclage en faisant un beau geste pour la planète tout en donnant une deuxième vie à des articles de qualité. Tous les profits sont redistribués à la communauté de Sainte-Brigitte-de-Laval pour la jeunesse, les organismes ou pour des demandes d'aide spécifique.

Responsable : M^{me} Caroline Tremblay

Téléphone : 418 825-4188 - Courriel : centrefamillesbdl@gmail.com - Facebook : [Friperie SBDL](#)

GROUPE D'ACCÈS À LA MONTMORENCY

Le GAM est une société à but non lucratif qui désire favoriser l'accessibilité au bassin de la rivière Montmorency, par la création d'un réseau d'accès publics destinés à l'ensemble de la population. En 2009, le GAM a décidé d'étendre sa mission aux autres plans d'eau navigables du Québec.

L'action du GAM s'inscrit à l'intérieur du mouvement québécois de sauvegarde et de mise en valeur des rivières du Québec et des milieux naturels, de par ses actions et son association à la Fédération québécoise du canot et du kayak (FQCK) et au Réseau des milieux naturels protégés (RMN).

Président : Jimmy Cormier

Téléphone : Courriel : infogam@gmail.com - Site Web : www.legam.qc.ca

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

JOURNAL LE LAVALOIS

Le journal Le Lavallois a pour mission de transmettre aux citoyens et citoyennes de Sainte-Brigitte-de-Laval de l'information les concernant, et ce, dans divers secteurs d'activité de notre communauté : le développement économique et social, la culture, les arts et le patrimoine, les sports, les milieux scolaires et religieux, etc. Il s'agit d'un média commun d'expression populaire par ses prises de position et par la place qu'il donne aux citoyens qui viennent partager leur opinion sur des sujets qui les préoccupent.

Présidente : Mme Lucille Thomassin

Téléphone : 418 907-7172 - Courriel : journal.lavallois@outlook.com - Site Web : www.lavallois.org - Facebook : facebook.com/journallelavallois

SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL

La Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval réunit des personnes ayant un intérêt pour l'histoire de la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval en vue de mettre en œuvre des activités de recherche et de diffusion, de sensibilisation et d'éducation, de protection et de mise en valeur. Elle a pour objectif de diffuser l'histoire et le patrimoine des différents secteurs de la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval et stimuler des activités de recherches afin de développer de nouvelles connaissances en matière d'histoire et de patrimoine.

Président : M. Allen Dawson

Téléphone : 418 575-7478 - Courriel : societehistoiresbdl@gmail.com - Facebook : Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval
- Site-Web : <https://www.shsbdL.org/>
Visionner la présentation de l'organisme par CCAP.tv

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

MAISON DES JEUNES LA BARAK

La Maison des Jeunes « La Barak » est un milieu de vie animé qui permet aux adolescents âgés entre 11 et 17 ans de vivre de nouvelles expériences sur une base volontaire. En plus de socialiser et de s'épanouir, ce milieu offre des ressources qui permettent aux jeunes de se sentir en sécurité, soutenus et écoutés sans jugement par une équipe d'intervenants passionnés et dynamiques.

Milieu de vie accueillant pour les 11 à 17 ans

Accueil et lieu de rencontre

Écoute et relation d'aide

Ateliers de prévention et sensibilisation

Promotion de saines habitudes de vie

Soutien, référence et accompagnement

Outils pour faire face à différentes situations

Les calendriers mensuels d'activités sont disponibles sur les réseaux sociaux de La Barak, ainsi que sur leur site Web. Nous vous invitons à nous suivre et à les consulter afin d'avoir toute l'information sur ce qui est offert.

Présidente : Alexandra Hidalgo

Directrice : M^{me} Marilou Paradis

7-A, rue de la Patinoire (rez-de-chaussée) - Téléphone : 418 948-6769 - Courriel : mdjlabarak@outlook.com - Facebook : mdj.barak - Instagram : mdj.labarak Site Web : labarakmdj.com

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

MATINÉE FRIMOUSSES : POINT DE CHUTE SAINT-ÉBRIGITE-DE-LAVAL

Matinée Frimousses est un centre de ressources communautaires qui permet à des parents de jeunes enfants (0 à 5 ans) de se rencontrer et d'échanger sur des thèmes qui les préoccupent. Leur mission consiste à :

Offrir au sein de la communauté un lieu d'échanges, d'activités et d'apprentissages aux parents, ainsi qu'à leurs enfants, en brisant l'isolement social des familles de divers statuts et compositions ;

Informier et sensibiliser les parents concernant diverses facettes de leurs responsabilités et actions éducatives ;

Développer un réseau d'entraide et de partage au sein d'une collectivité donnée ;

Soutenir et accompagner les familles de manière à leur permettre de mieux jouer leur rôle parental (notamment grâce à un coaching parental) ;

Favoriser la socialisation des enfants, stimuler les capacités d'apprentissage des jeunes, tout en donnant la possibilité aux parents et à leurs enfants de passer des moments agréables en famille. Vous aimeriez rencontrer d'autres parents, histoire de trouver un peu de réconfort et du soutien? Les membres de Matinée Frimousses savent ce que vous vivez car ils le vivent eux aussi! Ensemble, il est possible de s'entraider. Venez discuter avec eux!

Offertes dans une atmosphère amicale et décontractée, les rencontres prennent différentes formes : tantôt des trucs sont partagés, ainsi que des bonnes idées sur un sujet choisi à l'avance ; tantôt des personnes-ressources sont invitées à donner de judicieux conseils. Matinée Frimousses est donc l'occasion idéale pour vous et vos enfants de vous faire de nouveaux amis.

Présidente : Lory Fortin

Courriel : sbdl@matineeprimousses.org - Téléphone : 418 564-1119 - Site Web : matineeprimousses.org - Facebook : Matinée Frimousses SBDL

Point de service temporaire : 175 rue Kildare, Sainte- Brigitte de Laval , G0A 0E5 (Les locaux habituels sont situés au sous-sol du 7, rue de la Patinoire).

ORGANISMES : INFORMATIONS GÉNÉRALES

SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL

L'organisme vient en aide à toute personne, socialement ou économiquement défavorisée de différentes manières :

- Aide alimentaire (remise de bons d'épicerie, dépannage d'urgence, paniers de Noël);
- Aide vestimentaire;
- Accessibilité aux terrains de jeux pour les enfants issus de familles démunies;
- Remboursement de matériel scolaire.

Notez que toute demande sera traitée dans la plus grande discrétion. Simplement laisser un message vocal au 418 825-4244 ou une demande écrite à st-vincent@ccapcable.com.

Présidente : M^{me} Doris Tessier

Téléphone : 418 825-4244 - Courriel : doris.tessier@ccapcable.com