

## Activités sportives offertes aux enfants

### Karaté

Tous les samedis de 9 h à 10 h 30  
100 \$ / personne  
(tarif spécial lorsqu'il y a plus d'une inscription par famille)  
7 ans et plus  
Session de 10 cours  
Lieu : salle municipale  
Informations et inscription :  
Gilles Blais 418 225-3485 ou Alain Blais 418 685-3800

### Mini-karaté

Tous les samedis de 8 h 30 à 9 h  
50 \$ / personne  
(tarif spécial lorsqu'il y a plus d'une inscription par famille)  
Enfants de 4 à 6 ans  
Session de 10 cours  
Lieu : salle municipale  
Informations et inscription :  
Gilles Blais 418 225-3485 ou Alain Blais 418 685-3800

### Hockey plaisir - #1

Tous les mercredis de 18 h 30 à 19 h 30  
6 à 9 ans inclusivement  
Mi-novembre (date exacte à confirmer)  
Patinoire de l'OTJ  
Inscription dès le mois d'octobre

### Hockey plaisir - #2

Tous les mercredis de 19 h 30 à 20 h 30  
10 à 14 ans inclusivement  
Mi-novembre (date exacte à confirmer)  
Patinoire de l'OTJ  
Inscription dès le mois d'octobre



## Activités libres

### Sentiers de raquette

Départ des sentiers : Chalet de l'OTJ  
Ouverture dès la première chute de neige  
Raquettes disponibles en location  
2 \$ / Personnes  
5 \$ / Famille

### Badminton libre

Sur réservation

### Patinoire extérieure

Le chalet est ouvert du lundi au vendredi, de 13 h à 21 h  
La fin de semaine, le chalet est ouvert de 11 h à 21 h  
Samedi et dimanche pm / Patinage libre

### Bibliothèque

Heures d'ouverture : Dimanche: 10 h 30 à 12 h 00  
Mardi: 19 h 00 à 20 h 30  
Jeudi: 18 h 30 à 20 h 30

## Ateliers branchés pour les 50 ans et +

### Initiation à facebook

Lundi le 7 novembre de 13 h à 16 h

### Initiation à internet de base

Mardi le 8 novembre de 9 h à 12 h

### Initiation à la tablette IPAD

Mardi le 8 novembre de 13 h à 16 h

### Initiation à Google

Mercredi le 9 novembre de 13 h à 16 h

### Initiation à la photo numérique

Jeudi le 10 novembre de 13 h à 16 h

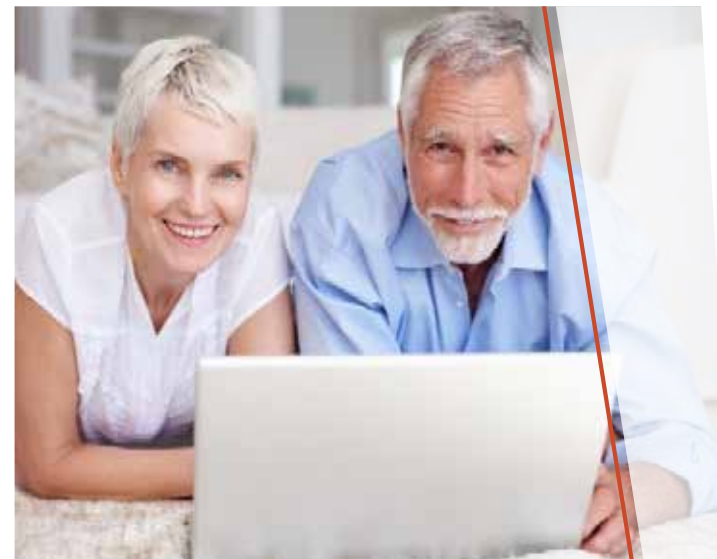
### Initiation à la tablette Android

Vendredi le 11 novembre de 9 h à 12 h

### Informations et inscriptions

Julie-Caroline Gagné au 581 372-1144  
ou gagne.jc.alphare@globetrotter.net

**10\$ / Atelier payable en argent, sur place**



## INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Marie-Soleil Gilbert  
Coordonnatrice en loisirs et culture  
Municipalité de Saint-Benoît-Labre  
216, route 271, Saint-Benoît-Labre, QC, G0M 1P0  
Téléphone : 418 228-9250 poste 107  
www.saintbenoitlabre.qc.ca

PROGRAMMATION  
LOISIRS ET CULTURE  
AUTOMNE 2016

MUNICIPALITÉ DE  
SAINT-BENOÎT-LABRE  
216, route 271  
Saint-Benoît-Labre, Beauce  
(Québec) G0M 1P0

## Activités sportives offertes aux adolescents et adultes

### Cours de remise en forme

Tous les jeudis de 13 h 30 à 14 h 30 ou de 19 h à 20 h  
80 \$ / personne  
Session de 8 cours débutant le 22 septembre  
Salle municipale  
Inscription : Sara Giguère au 418 225-3966  
Matériel nécessaire : Tapis de sol

### Insanity – par Passion Énergie

Tous les lundis à 19 h  
100 \$ / personne  
Session de 10 cours débutant le 19 septembre  
Gymnase de l'école Notre-Dame- du-Rosaire  
Inscription : Magaly Létourneau 418 230-6864

### Jog tonus

Du 13 septembre au 15 novembre  
Quand: Mardi 19 h à 20 h  
Point de départ: École primaire si pluie à l'intérieur  
Coût: 10 cours 99 \$ / minimum 12 inscriptions  
Inscription: Cardio4saisons.com ou Facebook  
Instructeur: Annie 418 227-1470  
Entraînement complet exécuté par intervalles. Déplacements en jog ou course combinés à des stations musculaires et escaliers.

### Yoga dynamic

Du 19 septembre au 28 novembre  
Quand: Lundi 18 h à 19 h  
Où: École primaire  
Coût: 10 cours 109 \$ / minimum 12 inscriptions  
Inscription: Cardio4saisons.com ou Facebook  
Instructeur: Chantal 418 227-1470  
Un yoga qui unifie et renforce le corps et l'esprit. Le cours vous permettra de : dynamiser vos postures statiques, passer d'une posture à l'autre en fluidité et laisser votre corps se détendre.  
Bienvenue aux femmes enceintes.





## Ateliers aquatique

### Bains libres et cours de natation

Centre aquatique et récréatif de la Haute-Beauce  
Informations : 418 459-3342 poste 225  
[www.st-evariste.qc.ca](http://www.st-evariste.qc.ca)



## Calendrier des activités ponctuelles

### SEPTEMBRE

#### La belle tournée!

Samedi et dimanche, 10 et 11 septembre  
Participez à cette activité initiée par Artistes et artisans de Beauce à laquelle deux artistes de St-Benoît acceptent de vous faire visiter leur atelier et expliquer leur métier!  
Pour le parcours complet :  
[artistesetartisansdebeauce.qc.ca/labelletournee](http://artistesetartisansdebeauce.qc.ca/labelletournee)  
Coût : Gratuit  
Lieu : 17, rue de la Renaissance  
Informations : 418 226-2277

#### Marche au flambeau - équinoxe d'automne

Jeudi 22 septembre 19 h  
Gratuit  
pour tous  
Rendez-vous au terrain de soccer naturel

#### L'été des indiens - conte et bricolage amérindien

Dimanche le 11 septembre 2016 à 10 h 30  
2 à 10 ans  
Coût : gratuit  
Inscriptions avant le 7 septembre



## JOURNÉES DE LA CULTURE

### Atelier-spectacle de Patrick Couture

Vendredi 30 septembre, de 19 h à 21 h  
Coût : gratuit  
Lieu : Salle municipale

### Activité de la Société historique

Samedi le 1<sup>er</sup> octobre  
Surveillez la programmation des journées de la culture pour plus de détails!

### Initiation aux métiers d'art (tricot et métier à tisser)

Samedi le 1<sup>er</sup> octobre, de 13 h 30 à 15 h  
Coût : gratuit  
Lieu : Sous-sol de la salle municipale

### Conte de poule pas mouillée!

Un conte animé mettant en vedette des poulettes?  
Petits et grands s'esclafferont à coup sûr!  
Dimanche le 2 octobre à 10 h 30  
Coût : gratuit  
Lieu : Salle municipale



## OCTOBRE

### Atelier de fabrication d'un livre

Samedi le 15 octobre, 14 h  
Coût : 13 \$ / enfant  
6 à 12 ans  
Sous-sol de la salle municipale  
Inscriptions avant le 7 octobre

### Préparer et cuisiner les légumineuses

Lundi le 24 octobre  
Coût : 5 \$ / personne  
Sous-sol de la salle municipale  
Inscription avant le 19 octobre

### Bingo

Dimanche le 16 octobre, 13 h  
Pour tous  
Salle municipale  
Informations : Gemma Roy 418 228-6710

### Atelier de création de bonbons et conte d'halloween

Dimanche le 30 octobre à 10 h 30  
6 à 13 ans  
Sous-sol de la salle municipale et bibliothèque  
Inscription avant le 24 octobre

## NOVEMBRE

### Spectacle de la relève

Encouragez les jeunes artistes talentueux d'ici!  
Samedi le 9 novembre à 19 h 30  
Gratuit  
Pour tous  
Église de St-Benoît-Labre

### Cours de gardien averti

Vendredi le 18 novembre, de 8 h 30 à 16 h 30  
30 \$ / personne  
11 ans et plus  
Salle municipale  
Inscription avant le 31 octobre : 418 228-9250 poste 107

### Fabrication d'une boule de Noël et conte de Noël

Jeudi 24 novembre  
5 à 12 ans  
Sous-sol de la salle municipale et bibliothèque



### Lancement de la saison hivernale et soirée disco

Vendredi le 25 novembre  
Activités familiales de 13 h à 16 h Pour tous  
Soirée disco de 19 h à 23 h (12 à 17 ans)  
Inscription aux activités hivernales  
Bar et restaurant sur place  
Chalet de l'OTJ

### Préparer et cuisiner des bouchées de Noël santé

Lundi le 28 novembre de 18 h à 21 h  
Coût : 15 \$ / personne  
Sous-sol de la salle municipale  
Inscription avant le 21 novembre



## PARASCOLAIRE

### Ateliers d'initiation au monde des insectes

Tous les mercredis de 11 h 30 à 12 h 15  
Session de 10 cours débutant le 21 septembre  
35 \$ / personne  
Pour tous  
Minimum de 15 inscriptions

### Ateliers de bricolage

Tous les lundis de 11 h 30 à 12 h 30  
Session de 10 cours débutant le 19 septembre  
65 \$ / personne  
Pour les enfants de 3<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup> année  
Minimum de 14 inscriptions

### Ateliers de sciences

Tous les mardis de 15 h à 15 h 50  
35 \$ / personne  
Pour tous  
Minimum de 16 inscriptions, maximum de 20 inscriptions



### Atelier de théâtre

Tous les mercredis, de 15 h à 16 h 15  
Session de 10 semaines débutant le 21 septembre  
85 \$ / personne  
Pour les enfants de 3<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup> année  
Minimum 8 inscriptions, maximum 12 inscriptions

### Atelier de danse

Tous les mardis de 11 h 30 à 12 h 30  
Session de 10 cours débutant le 20 septembre  
40 \$ / personne  
Pour tous

### INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Inscriptions avant le 12 septembre 2016  
Mme Geneviève Dallaire – Responsable du service de garde – École Notre-Dame- du-Rosaire

### Païement au nom de

Service de garde – École Notre-Dame- du-Rosaire  
Formulaire d'inscription disponible au Service de garde et à la Municipalité de Saint-Benoît- Labre.