

L'INFORMATEUR MUNICIPAL

BULLETIN SPÉCIAL - MUNICIPALITÉ D'ALBANEL



ISSN 1481-4978

DÉPÔT LÉGAL-BIBLIOTHÈQUE NATIONALE DU QUÉBEC 1998



VOLUME 14, N° 1 / Janvier 2011

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE LOISIRS HIVER 2011

ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

ATELIER 2-5 ANS ET RÉPIT POUR LES PARENTS EN COLLABORATION AVEC PARENSEMBLE	
L'activité est divisée en diverses séquences dont une période de jeux éducatifs, une détente et une période de contes animés. Votre enfant aura l'occasion de socialiser avec d'autres enfants.	
Jour : À déterminer	Coût : 30 \$ par enfant
Heure : 9 h à 11 h	Éducatrice : Carole Fortin Intervenante de Parensemble
Durée : 12 semaines Début mai - date à déterminer	Inscription : Secrétariat de la municipalité Paiement : au 418 279-5250
Lieu : Local au 1^{er} étage de l'édifice municipal	



COURS DE DESSIN	
Des notions de base en dessin seront enseignées : gestes, techniques et langage plastique. Les cours aborderont la ligne, la forme, les harmonies de couleurs, l'organisation et la représentation de l'espace. L'enfant pourra développer son imaginaire et son sens de l'observation. Les cours sont adaptés en fonction de l'âge de l'élève.	
Clientèle visée : Enfants de 6 à 12 ans	Jour : Lundi
Heure : 18 h à 19 h	Durée : 17 janvier au 21 mars 2011
Lieu : Local #1 au Centre communautaire	Coût : 80 \$
Enseignante : Karine Tremblay, enseignante en arts plastique	Inscription et paiement : Karine Tremblay 418 279-5792 ou 418 515-9802
Matériel requis : Tablette à dessin, crayons de plomb, crayons de couleur. D'autres médiums peuvent être utilisés, au choix de l'élève, comme pastels secs, pastels gras, fusain, feutres.	

COURS DE PATINAGE À LA PATINOIRE EXTÉRIEURE D'ALBANEL					
Clientèle visée	Jour	Heure	Durée	Coût	Professeure
3 à 5 ans	Mardi	18 h à 18 h 30	6 semaines 18 janvier au 22 février	20 \$	Mélissa Jeanrie 279-5551
6 à 12 ans	Mardi	18 h 35 à 19 h 15	6 semaines 18 janvier au 22 février	25 \$	Mélissa Jeanrie 279-5551
Paiement et inscription : Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250.					
ATTENTION : Il est très important de s'inscrire au préalable à ces cours de patinage.					



ISSN 1481-4978
DÉPÔT LÉGAL-BIBLIOTHÈQUE NATIONALE DU QUÉBEC 1998


GYMNASTIQUE			
La gymnastique est un excellent sport pour permettre à l'enfant un développement physique harmonieux. Votre enfant apprendra des mouvements de gymnastique au sol tels que des pirouettes et la grande roue.			
Groupe d'âge : 3 à 10 ans			
Jour :	Lundi - mardi - mercredi À déterminer selon de nombre d'inscriptions	Lieu :	Édifice municipal, local du 1^{er} étage
Heure :	À déterminer selon de nombre d'inscriptions	Formateur :	Samuel Bernard
Durée :	10 semaines 24 janvier au 4 avril 2011 Relâche dans la semaine du 7 au 11 mars	Coût :	25 \$ par enfant pour tous les âges
Inscription :	Secrétariat de la Municipalité au 418 279-5250		
Paiement :	Au formateur lors du 1^{er} cours		

GARDIENS ET GARDIENNES AVERTIS			
Cours reconnu par la Croix-Rouge. Connaître les droits et les responsabilités des gardiens, les soins, l'alimentation, la sécurité de l'enfant, les situations d'urgence et les premiers soins.			
Clientèle visée : 11 ans et plus (La Croix-Rouge exige que l'enfant ait 11 ans au début du cours)			
Date :	Samedi 12 février 2011	Lieu :	Édifice municipal, local au 1^{er} étage
Heure :	8 h 30 à 16 h 30	Coût :	40 \$ incluant le manuel, la trousse de premier soin et le certificat
Durée :	8 heures de cours. Dîner sur place, apportez votre goûter.	Inscription et paiement :	Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250
Important :	Apporter un toutou ou une poupée, crayon et papier.		



Nouveau INITIATION À LA PEINTURE SUR BOIS POUR LES ADOS DÉBUTANTS

Ce cours permettra aux participants d'apprendre les techniques de base de la peinture sur bois. Un projet thématique sera réalisé dans le cadre de ce cours.

Groupe d'âge :	12 à 16 ans	Lieu :	Édifice municipal, local du 1^{er} étage	
Jour :	Samedi 26 février 2011	Heure :	9 h à 16 h	
Coût :	65 \$ Taxes et matériel inclus	NOTE :	Apporter votre dîner	

Pour information/ inscription : **Guyline Doucet**
Le cours sera offert si minimum de 6 inscriptions **418 274-2732 (répondeur) ou 418 618-1827**

ACTIVITÉS POUR LES ADULTES



Nouveau

ATELIER PARENT ET ENFANT DE 0 À 2 ANS « L'AVENTURE »

L'Aventure te permet de mieux connaître ton bébé et de te guider dans ton rôle de parent. 10 ateliers d'une durée de 2h30, une fois par semaine qui comprend des exercices, de l'éveil à la lecture, des massages pour bébés, une pause tendresse, du scrapbooking et des discussions sur différentes thématiques.

Jour et heure :	À déterminer	Durée :	Du 24 janvier au 15 avril 2011
Lieu :	Local au 1 ^{er} étage de l'édifice municipal	Coût :	Gratuit
Éducatrices :	Carole Fortin et Marjorie Larouche, intervenantes de Paresemble	Inscription :	Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250

TAI CHI

Le tai chi est un exercice santé et de détente. Les mouvements sont lents, doux et permettent de se mettre en forme en raffermissant les muscles. Il n'y a pas d'exercices cardio-vasculaires dans le tai chi. Cette discipline est accessible à tout le monde de tous les âges. Seules les femmes enceintes ne peuvent faire du tai chi. Enseignement personnalisé, adapté à chaque élève. Possibilité d'essai gratuit.

Jour :	Mardi	Coût :	Inscription 30 minutes avant les cours Possibilité de payer à chaque cours ou pour la session complète
Heure :	19 h à 20 h 30	Lieu :	Centre communautaire (grande salle)
Durée :	11 janvier au 10 mai 2011	Professeures : Information /Inscription :	<ul style="list-style-type: none"> • Brigitte Villeneuve : 418 276-5270 • Marie Veilleux : 418 276-5939


CARDIO-DANSE

Clientèle visée :	13 ans et plus	Lieu :	Gymnase - École Henri-Bourassa
Jour :	Lundi et mercredi	Coût :	80 \$ (2 cours/semaine) 50 \$ (1 cours/semaine)
Heure :	18 h 45 à 19 h 45	Professeur :	France Allard
Durée :	12 semaines Du 17 janvier au 13 avril 2011 Relâche semaine du 7 au 10 mars	Inscription :	Secrétariat de la Municipalité au 418 279-5250
		Païement :	Au professeur lors du premier cours



DANSE BALADI			
La danse orientale est traditionnellement dansée par les femmes, qui expriment par cet art leur féminité, leur vitalité, mais aussi leurs sentiments, joies et peines. Il en existe plusieurs styles, dépendamment du pays d'origine et aussi de multiples fusions émergentes notamment, le style tribal. De façon générale, cette danse se caractérise par la dissociation des parties du corps (isolations) qui peuvent bouger indépendamment l'une de l'autre. Contrairement à ce que l'on peut penser, la danse orientale ne se limite pas à des mouvements du bassin. En effet, elle sollicite souplesse et tonicité du buste, des épaules, des bras, des mains, du bassin et du ventre. Elle permet de tonifier les cuisses, d'assouplir les articulations, de bien développer les abdominaux et d'entretenir le dos. Certains mouvements amples demandent une souplesse extrême du dos mais l'essentiel réside dans la contraction musculaire, si bien qu'on peut pratiquer cette danse à tout âge en fonction des limites de chaque danseuse. Cet art compose aussi bien avec les rythmes saccadés que lents et fluides.			
Groupe pour les débutantes le mercredi de 20 h 15 à 21 h 15 : Ce cours s'adresse à celles qui n'ont jamais fait de danse orientale ou qui ont suivi une session.			
Groupe pour les intermédiaires et avancées le mercredi de 18 h 30 à 20 h : Ce groupe s'adresse aux élèves qui ont complété la première année de cours (deux sessions et plus).			
Clientèle visée :	12 ans et plus	Coût :	75 \$ Débutant 100 \$ Intermédiaire
Durée :	12 semaines 19 janvier au 6 avril 2011	Professeure :	Nicole Bérubé
Lieu :	Sous-sol - Centre communautaire	Inscription / Paiement :	Nicole Bérubé 418 276-1726



 DANSE EN LIGNE « COUNTRY »			
Niveau :	1 et 2	Lieu :	Sous-sol, Centre communautaire
Jour :	Lundi	Coût :	55 \$ pour 12 cours
Heure :	Niveau 1 : 18 h 30 à 19 h 30 Niveau 2 : 19 h 30 à 20 h 30	Professeure :	Line Lavoie
Durée :	12 semaines Du 17 janvier au 4 avril 2011	Inscription obligatoire :	Gilles et Line 418 276-1628 (laissez message) Ou gilline@sympatico.ca
		Paiement au professeur lors du premier cours	

GYMNASE

Les personnes intéressées à louer le gymnase pour des activités sportives telles que hockey intérieur, basket-ball, volley-ball, badminton ou autres, peuvent le faire en communiquant avec **Madame Doris Fortin au 418 279-5970.**

DEMANDE SPÉCIALE DE COURS

Les nouvelles activités offertes dans la programmation des activités de loisirs chaque session, proviennent presque toujours de demandes de citoyens d'Albanel. Alors, si vous souhaitez qu'un cours ou une activité soit organisé à Albanel, n'hésitez pas à me contacter et je ferai tout mon possible pour trouver un formateur et offrir votre activité.

BONNE SESSION !

Sylvie Tremblay, directrice des loisirs