

# L'INFORMATEUR MUNICIPAL

BULLETIN SPÉCIAL - MUNICIPALITÉ D'ALBANEL



ISSN 1481-4978

DÉPÔT LÉGAL-BIBLIOTHÈQUE NATIONALE DU QUÉBEC 1998



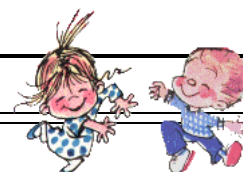
VOLUME 15, N<sup>o</sup>1/ Janvier 2012

## PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE LOISIRS HIVER 2012

### ACTIVITÉS POUR LES ENFANTS

*De retour*

#### DANSE JAZZ POUR LES 4 À 10 ANS



Clientèle visée :	Enfants de 4 à 10 ans	Jour :	4 à 7 ans : lundi 8 à 10 ans : mercredi
Heure :	4 à 7 ans : 17 h 45 à 18 h 45 8 à 10 ans : 17 h 45 à 18 h 45	Durée :	12 semaines Du 16 janvier au 11 avril 2012 Relâche les 5 et 7 mars
Lieu :	Gymnase de l'École Henri-Bourassa	Coût :	60 \$
Professeure :	France Allard 418 979-1151	Inscription :	Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250 poste 3100
		Païement :	Au professeure lors du 1 <sup>er</sup> cours



#### 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 :	Mardi	Coût :	30 \$ par enfant
Heure :	13 h à 15 h	Éducatrice :	Carole Fortin Intervenante de Paresemble
Début :	Février 2012	Inscription et Païement :	Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250 poste 3100
Lieu :	Local au 1 <sup>er</sup> étage de l'édifice municipal		



#### COURS DE PATINAGE À LA PATINOIRE EXTÉRIEURE D'ALBANEL

Nouveau : Local chauffé à deux pas de la patinoire et cours le samedi

Clientèle visée	Jour	Heure	Durée	Coût	Professeures
3-4 ans		11 h à 11h 30	6 semaines		Laurie Théberge 279-5983
5 à 7ans	Samedi	11 h 30 à 12 h	22 janvier au 26 février	20 \$	
		15	2012		

Enfants de 8 à 12 ans : Possibilité de cours privé, contacter Sylvie Tremblay 418 279-5250 # 3106

Païement et inscription : Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250 poste 3100

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

**Nouveau****RINGUETTE POUR LES FILLES À LA PATINOIRE EXTÉRIEURE D'ALBANEL****Nouveau : Local chauffé à deux pas de la patinoire**

La ringuette est un sport simple qui se joue comme le hockey sur des patins. Le bâton est sans palette et la rondelle est un anneau en caoutchouc. Le nombre de joueuses est de cinq plus un gardien. Les bâtons sont fournis, il suffit d'avoir ses patins.

Clientèle visée	Jour	Heure	Durée	Coût	Entraîneur
9 à 12 ans 4 <sup>e</sup> , 5 <sup>e</sup> 6 <sup>e</sup> année	Lundi	18 h à 19 h	6 semaines 23 janvier au 27 février 2012	20 \$	Guillaume Painchaud

**Paiement et inscription : Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250 poste 3100**

**ATTENTION : Il est très important de s'inscrire au préalable à cette activité.**

**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 :	<b>Samedi 5 mai 2012</b>	Lieu :	<b>Édifice municipal, local au 1<sup>er</sup> étage</b>
Heure :	<b>8 h 30 à 16 h 30</b>	Coût :	<b>40 \$ incluant le manuel, la trousse de premier soin et le certificat</b>
Durée :	<b>8 heures de cours. Dîner sur place, apportez votre goûter.</b>	Inscription et paiement :	<b>Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250 poste 3100</b>

Important : **Apporter un toutou ou une poupée, crayon et papier.**

**Nouveauté****ACTIVITÉS POUR LES ADULTES****BALLON-BALAI MIXTE À LA PATINOIRE EXTÉRIEURE D'ALBANEL****Nouveau : Local chauffé à deux pas de la patinoire**

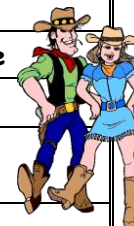
Clientèle visée	Jour	Heure	Durée	Coût	Entraîneur
16 ans et plus	Jeudi	19 h à 20 h	6 semaines 26 janvier au 1 <sup>e</sup> mars 2012	20 \$	Guillaume Painchaud

**Paiement et inscription : Secrétariat de la municipalité au 418 279-5250 poste 3100**

**ATTENTION : Il est très important de s'inscrire au préalable à cette activité.**

**DANSE EN LIGNE « COUNTRY »**

Niveau :	<b>1 et 2</b>	Lieu :	<b>Sous-sol, Centre communautaire</b>
Jour :	<b>Lundi</b>	Coût :	<b>60 \$</b>
Heure :	<b>Niveau 1 : 18 h 30 à 19 h 30 Niveau 2 : 19 h 30 à 20 h 30</b>	Professeure :	<b>Line Lavoie</b>
Durée :	<b>13 semaines Du 16 janvier au 9 avril 2012</b>	Inscription obligatoire : Paiement au professeure lors du premier cours	<b>Gilles et Line 418 276-1628 (laissez un message) ou <a href="mailto:gilline@sympatico.ca">gilline@sympatico.ca</a></b>





## ART 101 HISTOIRE ET CRÉATION

Histoire et Création représente l'équilibre entre les théories de l'art versus la créativité.

Le but est de sensibiliser le participant aux aspects matériels, historiques et symboliques de l'image. Au fil des ateliers, des notions sur différents artistes, courants artistiques et formes d'art seront abordées pour initier le participant au monde artistique. Les apprentissages acquis par la réalisation concrète de projets personnels lui permettront d'enrichir ses connaissances afin de favoriser la réflexion vers une démarche qui lui sera propre. À la toute fin, le participant sera invité à l'organisation d'une exposition collective.

Venez apprendre sur l'art et découvrir vos capacités artistiques en participant aux ateliers d'Art 101!

Mettez sur pied vos idées par le biais du **dessin**, de la **peinture**, de la **photographie** et plus encore.

Cet hiver, le **Cubisme** et le **Pop Art** seront à l'honneur! Venez découvrir les différents artistes et leurs œuvres, relatifs à ces courants artistiques. C'est un rendez-vous artistique.



Jour :	<b>Mardi</b>	Lieu :	<b>Local du 1<sup>er</sup> étage, édifice municipal</b>
Heure :	<b>19 h à 21 h 30</b>	Professeure :	<b>Maripier Maltais-Bhérier</b>
Durée :	<b>10 semaines 7 février au 10 avril 2012</b>	Coût :	<b>160 \$ incluant une partie du matériel</b>
Inscription et paiement : <b>Maripier Maltais-Bhérier au 418 671-8443</b>			

## 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 :	<b>Mardi</b>	Coût :	<b>Inscription 30 minutes avant les cours Possibilité de payer à chaque cours ou pour la session complète</b>
Heure :	<b>19 h à 20 h 30</b>	Lieu :	<b>Grande salle du Centre communautaire</b>
Durée :	<b>10 janvier au 8 mai 2012</b>	Professeures : Information /Inscription :	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Brigitte Villeneuve : 418 276-5270</b></li> <li>• <b>Marie Veilleux : 418 276-5939</b></li> </ul>

## CARDIO-DANSE

Clientèle visée :	<b>13 ans et plus</b>	Lieu :	<b>Gymnase - École Henri-Bourassa</b>
Durée :	<b>12 semaines Du 16 janvier au 11 avril 2012 Relâche les 5 et 7 mars</b>	Coût :	<b>125 \$ (2 cours/semaine) 75 \$ (1 cours/semaine)</b>
Jour :	<b>Lundi et mercredi</b>	Professeure:	<b>France Allard 418 979-1151</b>
Heure :	<b>19h à 20h</b>	Inscription :	<b>Secrétariat de la Municipalité au 418 279-5250 poste 3100</b>
Paiement :	<b>Au professeure lors du premier cours</b>		



## 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 :	<b>12 ans et plus</b>	Professeure :	<b>Nicole Bérubé</b>
Durée :	<b>12 semaines</b> <b>11 janvier au 4 avril 2012</b>	Coût :	<b>75 \$ Débutants</b> <b>100 \$ Intermédiaires</b>
Lieu :	<b>Grande salle du Centre communautaire</b>	Inscription et Paiement :	<b>Nicole Bérubé 418 276-1726</b>

## AUTRES ACTIVITÉS



À surveiller pour les jeunes de 6 à 17 ans, les activités de MC Santé reprendront 2 fois par semaine à la fin janvier au gymnase de l'école Henri-Bourassa.

### 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.

### VOLLEY-BALL

Les adultes intéressés à jouer au volley-ball (niveau débutant), le lundi soir, peuvent donner leur nom à 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 (418 279-5250 poste 3106)