

loisirs et vie communautaire

## ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

### GRANDE MARCHE PIERRE LAVOIE PREMIÈRE ÉDITION À SAINTE-BARBE!

**19 octobre \* Gratuit**

**9 h : ouverture du site | 10 h : départ**

Parcours de 5 km au cœur du noyau villageois.  
Collations, breuvages et animation

**Inscriptions dès le 5 septembre**

### HALLOWEEN

Une foule d'activités pour les petits monstres!  
Surveillez notre site Web.

### ACTIVITÉ ARTISTIQUE INTERGÉNÉRATIONNELLE

**23 novembre à 10 h**

L'activité sera dévoilée cet automne par le  
Cercle de Fermières.

**Inscription requise \***

### ACTIVITÉS DE NOËL

#### HEURE DU CONTE ET ACTIVITÉ ARTISTIQUE

**7 décembre à 10 h \* Gratuit**

**Âge : 0 @ 7 ans** (présence des parents ou tuteurs obligatoire.)

**Bibliothèque Lucie-Benoit**

**Inscription requise**

*Les places restantes pourront être comblées sur place.*

### GUIGNOLÉE

**8 décembre**

Préparez vos denrées ou devenez bénévole :

[ste-barbe.com/calendrier-et-activites/](http://ste-barbe.com/calendrier-et-activites/)

informations municipales

## ON VEUT VOTRE AVIS!

Participez à nos consultations publiques pour la mise à jour de notre Politique familiale et des aînés, incluant la démarche municipalité amie des enfants.

Surveillez notre site Web et notre page Facebook pour tous les détails!



En partenariat avec :



MUNICIPALITÉ DE SAINTE-BARBE

[ste-barbe.com](http://ste-barbe.com)  
450 371-2504 | [info@ste-barbe.com](mailto:info@ste-barbe.com)

\* Inscriptions en ligne sur la plateforme Qidigo :  
[qidigo.com/u/Municipalite-de-Sainte-Barbe](https://qidigo.com/u/Municipalite-de-Sainte-Barbe)

 [MunicipaliteSteBarbe](https://www.facebook.com/MunicipaliteSteBarbe)

PROGRAMMATION  
DES ACTIVITÉS

# AUTOMNE- HIVER 2024

Une foule d'activités  
pour toute la famille!

- cours hebdomadaires
- événements spéciaux
- et plus encore!

**À conserver**



## LUNDI

### ACTIVITÉS DU CERCLE DE FERMÈRES I 13 h 30

Différentes techniques d'artisanat proposées.

**Gratuit!**

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

## MARDI

### EXERCICES CARDIO I 9 h 30

Mise en forme adaptée à tous les niveaux.  
Centre communautaire Carole-Tremblay

**R** : contribution volontaire

**NR** : 5\$ / séance, argent comptant sur place

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

### OUVERTURE DE LA BIBLIOTHÈQUE LUCIE-BENOIT I 10 h à 12 h

### ZUMBA I 18 h 30

**Dès le 10 septembre!**

Entraînement aérobique rapide de pas de danse  
rythmée alliant cardio, préparation musculaire,  
équilibre et flexibilité.

**R** : contribution volontaire

**NR** : 5\$ / séance, argent comptant sur place

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

### SÉANCE D'ÉTIREMENTS DOUX I 19 H 30

**Dès le 10 septembre!**

Aide au renforcement du corps. Activité accessible  
à tous les niveaux et pouvant s'exécuter  
en position assise sur une chaise.

**R** : contribution volontaire

**NR** : 5\$ / séance, argent comptant sur place

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

## JEUDI

### EXERCICES VIACTIVE \*\* I 9H

Séances d'exercices doux s'adressant aux  
personnes de 50 ans et plus.

**Gratuit!**

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

### TAI CHI \*\* I 10 h

Exercices énergétiques intégrant la précision des  
gestes, la respiration et la méditation.

**Gratuit!**

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

### DANSE EN LIGNE COUNTRY

#### I 18 h 30 DÉBUTANT

#### I 19 h 30 INTERMÉDIAIRE

**Dès le 26 septembre!**

Les danses les plus populaires seront enseignées  
au rythme de chansons country et autres.

**R** : contribution volontaire

**NR** : 5\$ / séance, argent comptant sur place

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

### OUVERTURE DE LA BIBLIOTHÈQUE

#### LUCIE-BENOIT I 18 h 30 à 20 h 30

#### SOIRÉE « ADOS »

**Dès le 1<sup>er</sup> octobre!**

Viens faire tes devoirs et jouer à des jeux de  
société entre amis!

## SAMEDI

### OUVERTURE DE LA BIBLIOTHÈQUE LUCIE-BENOIT I 10 h à 12 h

### ATELIERS CRÉATIFS JEUNESSE

#### I 10 h - 11 h 30

**Du 28 septembre au 16 novembre**

Nouvelle technique artistique proposée chaque  
semaine, manipulation de différents médiums.  
Les participants repartent avec leur création.

**Âge** : 7 à 11 ans

**65 \$ la session** (8 ateliers)

**Inscription requise \***

**Centre communautaire Carole-Tremblay**

## LÉGENDE

**R** : résidents | **NR** : non résident

**\* INSCRIPTION REQUISE**

sur la plateforme Qidigo :

[qidigo.com/u/Municipalite-de-Sainte-Barbe](https://qidigo.com/u/Municipalite-de-Sainte-Barbe)

**\*\*** Activités offertes grâce à la contribution  
de l'organisme **Une Affaire de Famille**.

