

Programmation Loisirs et culture

Hiver 2025

Numéro 48 - Programmation Loisirs et Culture
 publiée par la Municipalité de Sainte-Mélanie



Entente intermunicipale	Période d'inscription
<p>En tant que citoyen de la Municipalité de Sainte-Mélanie, vous bénéficiez d'une entente avec la Municipalité de Saint-Ambroise-de-Kildare et la Municipalité de Notre-Dame-de-Lourdes. Vous pouvez donc vous inscrire aux activités offertes par celles-ci en bénéficiant du coût résident.</p> <p>Vous trouverez également leur programmation sur leur site Internet : www.saintambroise.ca www.notredamedelourdes.ca</p> <p>Emplacement des cours offerts à Sainte-Mélanie : Salle municipale : 10, rue Louis-Charles-Panet Centre des loisirs et parc des Sables : 20, rue des Ormes École primaire Sainte-Hélène : 100, rue de l'Église Salle Oasis Joly : 100, rue des Ormes École de Danse Danielle et Josée : 570, chemin du Lac- Sud</p>	<p>Du 7 au 15 janvier 2025 Pour les résidents de Sainte-Mélanie, Notre-Dame-de-Lourdes et Saint-Ambroise-de-Kildare</p> <p>Du 9 au 15 janvier 2025: Pour les non-résidents</p> <p>Où s'inscrire ? En ligne uniquement www.sainte-melanie.ca</p> <p>Sous l'onglet  Programmation des loisirs</p> <div style="border: 2px solid red; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <p>Cours à l'École de Danse Danielle et Josée</p> <p>Concernant les cours qui se déroulent à l'école de danse, communiquez directement avec eux au 450 898-7400 et ce, dès aujourd'hui.</p> </div>

Légende :

-  Journée et heure
-  Lieu du cours
-  Date
-  Où s'inscrire
-  Coût
-  Matériel requis
-  Note importante

Pour plus d'informations :

Communiquez avec Marie-Ève Laviolette
loisirs@sainte-melanie.ca
 450 889-5871 poste 234

 **Suivez-nous sur Facebook**
 Municipalité de Sainte-Mélanie

Mot du conseil

Chers citoyens, chères citoyennes,

Il me fait grand plaisir de vous présenter la programmation des loisirs pour l'hiver 2025. Cette année, nous sommes heureux d'annoncer le renouvellement de notre partenariat avec nos municipalités voisines, Notre-Dame-de-Lourdes et Saint-Ambroise-de-Kildare, ce qui nous permettra de proposer encore plus d'activités diversifiées et enrichissantes pour toute la communauté. Grâce à cette collaboration, nous avons renforcé notre offre et sommes impatients de vous faire découvrir toutes les possibilités qui s'offrent à vous.

Nous comptons sur votre participation active pour faire de ces activités un succès, car c'est grâce à vous que nous pouvons continuer à offrir ces moments agréables et rassembleurs. Nous sommes également ouverts à vos suggestions : si vous avez des idées de nouveaux cours ou si vous souhaitez devenir professeur ou responsable d'activités, n'hésitez pas à nous contacter. Votre engagement est essentiel pour nous permettre de proposer une programmation toujours plus variée et de qualité.

De plus, grâce au programme Accès Loisirs, les familles à revenu modeste peuvent bénéficier de cours gratuits. Pour plus de détails et pour vous inscrire, il suffit de contacter Madame Marie-Ève Laviolette à notre service des loisirs.

Nous espérons vous voir nombreux cet hiver et vous remercions de votre précieuse collaboration.

Cordialement,



Karine Séguin
District 2
kseguin@sainte-melanie.ca



Louis Freyd
Maire
maire@sainte-melanie.ca



Daniel Richer
District 1
dricher@sainte-melanie.ca



Evens Landreville-Nadeau
District 3
enadeau@sainte-melanie.ca



Marie-France Bouchard
District 4
mfbouchard@sainte-melanie.ca



Michel Bernier
District 5
mbernier@sainte-melanie.ca



Jeanne Gauthier
District 6
jgauthier@sainte-melanie.ca



Accès loisirs Sainte-Mélanie

Des places gratuites pour des activités sportives, culturelles et en plein air sont offertes aux enfants, adultes et aînés dont le revenu familial répond aux critères d'admissibilité.

Critères d'admissibilité

Pour être admissible au service Accès Loisirs, le revenu familial avant impôt doit être inférieur aux seuils indiqués dans le tableau ci-dessous.

Revenu des ménages 2023 avant impôt

1 personne	30 526 \$
2 personnes	38 003 \$
3 personnes	46 720 \$
4 personnes	56 724 \$
5 personnes	64 336 \$
6 personnes	72 560 \$
7 personnes	80 785 \$

Comment avoir accès au service ?

Pour vous inscrire à des activités et remplir le formulaire culturel, vous devez vous présenter à l'Hôtel de Ville le 23 et 24 janvier 2025 (voir les heures ci-bas) avec votre preuve de revenu. Nous tenons à vous rappeler que la disponibilité des activités dépend des places offertes par les organismes des loisirs partenaires. Nous les remercions de leur grande collaboration.

Coordonnées pour inscription et pour obtenir plus d'informations :

Téléphone: 450-889-5871, poste 234
Courriel: loisirs@sainte-melanie.ca
Adresse: 10, rue Louis-Charles-Panet
Site Internet: www.sainte-melanie.ca

Inscriptions

23 janvier 2025
13h à 18h

24 janvier 2025
9h30 à 12h30

14 ans et moins

Pour les cours à 15h30, nous irons chercher les enfants à l'école et vous devrez venir les chercher au Centre des loisirs à 16h30.

Tricot (10 à 12 ans) <ul style="list-style-type: none"> Mardi 15h30 à 16h30 28 janvier au 25 février 75\$ (5 semaines) Centre des loisirs En ligne (Municipalité) 	Théâtre (6 à 12 ans) <ul style="list-style-type: none"> Jeudi 15h30 à 16h30 30 janvier au 24 avril 250\$ (12 semaines) Centre des loisirs En ligne (Municipalité) 	Parcours moteur (3 à 6 ans) <ul style="list-style-type: none"> Samedi 9h30 à 10h30 1er février au 12 avril 160\$ (10 semaines) École primaire Sainte-Hélène En ligne (Municipalité)
Soccer (8 à 12 ans) <ul style="list-style-type: none"> Jeudi 19h30 à 20h30 30 janvier au 10 avril 160\$ (10 semaines) École primaire Sainte-Hélène En ligne (Municipalité) 	Soccer (5 à 7 ans) <ul style="list-style-type: none"> Jeudi 18h30 à 19h30 30 janvier au 10 avril 160\$ (10 semaines) École primaire Sainte-Hélène En ligne (Municipalité) 	Multisport (7 à 12 ans) <ul style="list-style-type: none"> Samedi 10h30 à 11h30 1er février au 12 avril 160\$ (10 semaines) École primaire Sainte-Hélène En ligne (Municipalité)
Atelier de cuisine parent-enfant Cuisine végété un jeu d'enfant <ul style="list-style-type: none"> Samedi 9h30 à 10h30 1er février, 15 mars et 12 avril 25\$ par atelier Centre des loisirs En ligne (Municipalité) 		
<p>Les enfants doivent être accompagnés d'une personne de plus de 16 ans.</p>		

50 ans et plus

Yoga sur chaise* <ul style="list-style-type: none"> Mardi 10h à 11h 28 janvier au 8 avril 155\$ (10 semaines)* Centre des loisirs En ligne (Municipalité) Tapis de sol ou de yoga 	Improvisation <ul style="list-style-type: none"> Lundi 13h à 14h 27 janvier au 12 avril Gratuit (12 semaines) Centre des loisirs En ligne (Municipalité) 	Danse en ligne FADOQ <ul style="list-style-type: none"> Mardi 9h30 Dès septembre À confirmer Salle Oasis Joly 450 889-2019
Mémoire** <ul style="list-style-type: none"> Jeudi 13h30 à 15h À confirmer Gratuit Centre des loisirs Hôtel de Ville 	Santé Mise en forme** <ul style="list-style-type: none"> Mercredi 9h30 à 11h30 8 janvier au 28 mai Gratuit (19 semaines) Centre des loisirs Hôtel de Ville 	Stretching ** <ul style="list-style-type: none"> Vendredi 9h30 à 11h À confirmer Gratuit Centre des loisirs Hôtel de Ville

*Yoga sur chaise - rabais de 15\$ pour les 55 ans et plus. Coût : 140\$

**Mémoire, Santé Mise en forme et Stretching -

Nous devons avoir un minimum de 24 participants et vous devez remplir un formulaire à l'Hôtel de Ville en apportant votre certificat de naissance.

15 ans et plus

<p>Yoga</p> <ul style="list-style-type: none">  Lundi 18h45 à 20h  27 janvier au 7 avril  155\$ (10 semaines)*  Salle municipale  En ligne (Municipalité)  Tapis de sol ou de yoga 	<p>Zumba</p> <ul style="list-style-type: none">  Lundi 18h15 à 19h15  13 janvier au 24 mars  120\$ (10 semaines)  École Danse Danielle et Josée  450 898-7400 	<p>Badminton</p> <ul style="list-style-type: none">  Lundi 18h30-19h30-20h30  27 janvier au 21 avril  96\$ (12 semaines)  École primaire Sainte-Hélène  En ligne (Municipalité)
<p>Marche active* Avec ou sans poussette</p> <ul style="list-style-type: none">  Lundi 13h à 14h  27 janvier au 7 avril  100\$ (10 semaines)  Parc des Sables  En ligne  Tapis de sol ou de yoga 	<p>Yoga</p> <ul style="list-style-type: none">  Mardi 10h à 11h15  14 janvier au 25 mars  130\$ (10 semaines)  École Danse Danielle et Josée  450 898-7400  Tapis de sol ou de yoga 	<p>Pickleball</p> <ul style="list-style-type: none">  Mardi 18h30-19h30-20h30  28 janvier au 22 avril  96\$ (12 semaines)  École primaire Sainte-Hélène  En ligne (Municipalité)  Raquette
<p>Zumba express</p> <ul style="list-style-type: none">  Mercredi 17h15 à 18h  15 janvier au 26 mars  120\$ (10 semaines)  École Danse Danielle et Josée  450 898-7400 	<p>Zumba</p> <ul style="list-style-type: none">  Mercredi 18h15 à 19h15  15 janvier au 26 mars  120\$ (10 semaines)  École Danse Danielle et Josée  450 898-7400 	<p>Remise en forme*</p> <ul style="list-style-type: none">  Mercredi 18h30 à 19h30  29 janvier au 9 avril  125\$ (10 semaines)  Centre des loisirs  En ligne  Tapis de sol ou de yoga
<p>Volleyball</p> <ul style="list-style-type: none">  Mercredi 18h30 à 20h30  29 janvier au 23 avril  96\$ (12 semaines)  École primaire Sainte-Hélène  En ligne (Municipalité) 	<p>Photographie avancée Appareil photo numérique</p> <ul style="list-style-type: none">  Mercredi 18h30 à 20h30  29 janvier au 5 février  100\$ (3 cours)  Centre des loisirs  En ligne (Municipalité)  Avoir son appareil photo et avoir suivi le cours débutant 	<p>Yoga</p> <ul style="list-style-type: none">  Jeudi 18h30 à 19h45  16 janvier au 27 mars  130\$ (10 semaines)  École Danse Danielle et Josée  450 898-7400  Tapis de sol ou de yoga
<p>Tango argentin</p> <ul style="list-style-type: none">  Vendredi 17h30 à 19h  28 février au 28 mars  110\$ (4 semaines)  Centre des loisirs  En ligne 	<p>Vous avez des suggestions pour la programmation des loisirs ? Vous aimeriez donner des cours ou des ateliers aux citoyennes et citoyens de Sainte-Mélanie ?</p> <p>Communiquez avec le Service des loisirs : 450 889-5871 pose 234 loisirs@sainte-melanie.ca</p>	

*Remise en forme, Marche active et yoga à la Municipalité rabais de 10% pour les étudiants et pour les 55 ans et plus.

Parc des chutes

Découvrez le parc durant la saison hivernale.



Fatbike à la porte de Sainte-Mélanie

Près de 17km de sentiers tracés mécaniquement, dont 5km de sentiers débutants accessibles. Profitez de la centrale de prêt : 20 vélos en prêt gratuit sur le site ou en ligne (casque inclus).



Raquette et marche à partir des trois portes

12km de sentiers réservés pour la raquette et la randonnée.



Randonnée de ski nordique

12 km de sentiers sont adaptés au ski nordique.

Information :

450 883-6060
www.parcdeschutes.com
info@parcdeschutes.com

*Sans frais supplémentaires pour les résidents de Sainte-Mélanie.

Politique de remboursement

La Municipalité subventionne les activités adressées aux jeunes de 17 ans et moins qui ne sont pas offertes à Sainte-Mélanie. Les demandes de contribution financière doivent être déposées avant le **31 mars 2025**.



Elles ne seront traitées qu'à compter du **1er avril 2025**. Veuillez compléter le formulaire d'aide financière prévu à cet effet disponible sur le site de la Municipalité au préalable.

Pour connaître les critères d'admissibilité, nous vous invitons à lire la politique disponible sur le site Internet de la Municipalité.

Pour plus d'informations :

Courriel : loisirs@sainte-melanie.ca

Site Internet : www.sainte-melanie.ca



Atelier de yoga

Alignement et correction posturale 23 février de 10h à 11h45

Venez approfondir vos connaissances afin d'établir une pratique sécuritaire dans le respect de vos limites, recevoir des corrections posturales et mieux exécuter les postures pour en tirer tous les bénéfices ?

Niyamas : incarner le meilleur de soi 16 mars de 10h à 11h30

Cet atelier, qui fait suite à celui sur les Yamas, explore les Niyamas, les principes de conduite personnelle favorisant la bienveillance envers soi-même

Dynamiser l'énergie vitale yoga pour s'ouvrir au printemps 13 avril de 10h à 11h30

L'arrivée du printemps est l'occasion de sortir de l'hibernation, de l'introspection et de la sensation de lourdeur de l'hiver, de stimuler l'énergie nouvelle qui émane en soi en cette période de transition et d'éveil de la nature.

Tarif :

- 27\$ pour 1 atelier
- 49\$ pour 2 ateliers
- 68\$ pour 3 ateliers

Où : Salle Jean-d'Ailleboust, 10, rue Louis-Charles-Panet

Matériels : tapis de yoga, vêtements confortables et couverture épaisse

Inscription en ligne uniquement : www.sainte-melanie.ca

Information : 450 889-5871 poste 234
loisirs@sainte-melanie.ca

Après-midi folklorique



L'Association folklorique de Lanaudière offre des prestations musicales tous les mois à la salle municipale (Jean-D'Ailleboust) lors desquelles le chant et la danse traditionnelles sont à l'honneur.

Vous êtes invités à y participer entre 13h et 17h.
Vous pouvez apporter vos breuvages et collations.

Dates des prochaines prestations musicales :

31 janvier	28 mars	30 mai
28 février	25 avril	

Lieu : Salle Jean-d'Ailleboust
10, rue Louis-Charles-Panet

*Aucune réservation nécessaire.



Sondage infrastructure sportive



Un sondage est présentement en cours!

Nous voulons l'avis des jeunes pour savoir ce qu'il aimeraient avoir dans les parcs de Sainte-Mélanie.

Sondage :



Vous avez jusqu'au 3 janvier 2025 pour le compléter.

Informations :

450 889-5871 poste 234
loisirs@sainte-melanie.ca



Tournoi de hockey bottine



Le comité du Marathon familial vous invite à participer au tournoi de hockey bottine de Sainte-Mélanie au profit des infrastructures sportives pour les jeunes mélaniennes et mélanien.

1^{er} février 2025
9h à 18h

Inscrivez votre équipe à loisirs@sainte-melanie.ca
Contribution pour l'inscription à confirmer

Animation, feux de foyer, cantine et bar sur place!
Venez encourager les participants !



Disco patin

Venez patiner et danser sur la patinoire en famille!



Animation, musique, chocolat chaud et feux de foyer!

Plus de détails à venir !

Date : 1er février 2025

Heure : 18h à 21h

Aucune inscription nécessaire

Lieux : Parc des Sables, 20 rue des Ormes

Informations :

450 889-5871 poste 234
loisirs@sainte-melanie.ca

Chasse aux cocos de Pâques

La chasse aux cocos est de retour en 2025!



Animation et musique sur place!
Chocolat pour tous les enfants présents!

Date : Samedi 12 avril 2025

Heure : 2 départs (10h et 12h)

Aucune inscription nécessaire

Lieu : Parc des Sables, 20 rue des Ormes
Plus de détails à venir !

L'activité aura lieu beau temps, mauvais temps!

Informations :

450 889-5871 poste 234
loisirs@sainte-melanie.ca

Bibliothèque

Horaire à
conserver

Tricoter des histoires

Mardi, 14 janvier 13h30 à 15h30

Venez tricoter avec nous, apportez votre tricot

L'aventure Lego (5 à 11 ans)

Samedi, 18 janvier à 10h à 11h30

Lego libre-service. Parent-accompagnateur obligatoire

Matinée jeux de société (toute la famille)

Samedi, 25 janvier à 10h à 11h30

Essayer les jeux de société de la biblio



Cours d'espagnol (6 à 11 ans)

Samedi, 1er février de 10h à 11h30

Cours Parent-enfant avec Madame Andrea Teresa Carlin Pacus

Tricoter des histoires

Mardi, 4 février 13h30 à 15h30

Venez tricoter avec nous, apportez votre tricot

Bricolage de la Saint-Valentin (5 à 11 ans)

Vendredi, 14 février de 13h à 15h

Perles, bracelets, dessins, et bricolages



L'aventure Lego

Mercredi, 5 mars de 13h à 15h30

Lego libre-service. Parent-accompagnateur obligatoire

Heure du conte avec l'auteure Fidjie Martell

Samedi, 8 mars de 10h à 11h30

Heure du conte spécial



Tricoter des histoires

Mardi, 11 mars 13h30 à 15h30

Venez tricoter avec nous, apportez votre tricot

Conférence de l'auteure France Lorrain

Mardi, 18 mars à 19h à la Salle Jean-d'Ailleboust

Rencontre avec une auteure de romans historiques.

Heure du conte printanier (4 à 8 ans)

Samedi, 22 mars 10h à 11h30

Biboche et bricolage



Cours d'espagnol (6 à 11 ans)

Samedi, 29 mars de 10h à 11h30

Cours Parent-enfant avec Madame Andrea Teresa Carlin Pacus

Tricoter des histoires

Mardi, 8 avril 13h30 à 15h30

Venez tricoter avec nous, apportez votre tricot

Bricolage de Pâques (4 à 11 ans)

Jeudi, 17 avril de 18h à 19h

Perles, bracelets, dessins, et bricolages



Conférence de l'auteur Michel Jean

Dimanche 9 février à 13h à la Salle Jean-d'Ailleboust

Écrivain et journaliste, venez rencontrer et écouter l'auteur vous parler de son parcours.

Crédit : Julien Faugere
photographe

Pour information :

biblio@sainte-melanie.ca

450 889-5871 poste 228

www.sainte-melanie.ca

Bibliothèque des semences

1



Choisir vos semences
à la bibliothèque

2



Semer

3



Récolter

4



Retourner les semences
à la bibliothèque

La Bibliothèque Louise-Amélie-Panet permet l'échange de semences entre les citoyens. **L'accès aux semences est gratuit!**

Si vous rapportez des semences, inscrivez sur chaque enveloppe le nom et la variété de la plante, l'année de récolte et votre nom.



HORAIRE DES PATINOIRES 2024-2025



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Horaire régulier	16h à 21h	16h à 21h	16h à 21h	16h à 22h	16h à 22h	9h à 22h	9h à 22h
Temps des Fêtes	12h à 22h	Fermées	Fermées	9h à 22h	9h à 22h	9h à 22h	12h à 22h
Journées pédagogiques et semaine de Relâche	9h à 22h	9h à 22h	9h à 22h				

À noter

- Prêt de patins disponible à la patinoire;
- Fermeture des patinoires : 24, 25, 31 décembre 2024 et 1er janvier 2025;
- Congé des Fêtes du 23 décembre 2024 au 5 janvier 2025 inclusivement;
- Lors des journées pédagogiques (6 et 29 janvier, 14 février 2025) : de 9h à 22h;
- Semaine de relâche du 3 au 7 mars 2025 de 9h à 22h.



Pistes de ski de fond et sentier pédestre

Nous avons plusieurs pistes de ski de fond ouvertes gratuitement à tous les citoyens.



La Mélanienne	Sentier pédestre	Départ au 20, rue des Ormes
La Domaine-François	Ski de fond Facile-Intermédiaire	Départ rue Domaine-François
La Pinède	Ski de fond Facile-Intermédiaire	Départ rue Domaine-François
Les Tours	Ski de fond Facile	Départ rue Domaine-François
Parc Régionale des Chutes Monte-à- Peines-et-des-Dalles	Sentier de raquettes Sentier de Fatbike Sentier skinordique	Départ 60 rue Champs-Vallon

Visitez le www.sainte-melanie.ca sous l'onglet Programmation des loisirs pour découvrir la carte de nos sentiers.
Pour les sentiers du Parc Régional des Chutes Monte-à-Peine-et-des-Dalles, visitez le www.parcdeschutes.com.