



BULLETIN MUNICIPAL SAINT-ADOLPHE D'HOWARD PRINTEMPS 2017

NOUS JOINDRE

GARAGE MUNICIPAL
819 327-2244

DÉBARCADÈRE (avril à octobre)
1920, ch. du Village, 819 327-3544

MONT AVALANCHE
1657, ch. de l'Avalanche, 819 327-3232
info@mont-avalanche.com

Station de sports Mont Avalanche 

CENTRE PLEIN AIR
1672, ch. du Village, 819 327-3519
pleinairstadolphe@gmail.com
facebook.com/pleinairstadolphe 

**SERVICE LOISIRS, CULTURE
ET VIE COMMUNAUTAIRE**
110, rue du Collège, 819 327-2626
loisirs@stadolpheedhoward.qc.ca
facebook.com/stadolphe 

HÔTEL DE VILLE

1881, chemin du Village,
Saint-Adolphe-d'Howard, J0T 2B0

info@stadolpheedhoward.qc.ca
819 327-2044 | Sans frais : 855 327-2044

Bureau de la mairesse – poste 244
Direction générale – poste 230
Finances et administration – poste 230
Urbanisme et environnement – poste 227
Travaux publics – poste 234

BIBLIOTHÈQUE

1881, chemin du Village, 819 327-2117
biblio24@crsbpl.qc.ca

CASERNE ET SÉCURITÉ PUBLIQUE
819 327-5335



Chers citoyens, chères citoyennes

Au nom du Conseil et du personnel de la municipalité, c'est avec plaisir que je vous convie à la lecture de cette édition printanière 2017 de notre bulletin municipal, lequel, comme vous le savez, se veut un excellent outil de référence et d'information. Il vous présente les activités et événements à venir, vous offre des conseils utiles pour vous soutenir dans les démarches préalables à la réalisation de vos projets et vous propose des moyens pour assurer la protection de nos lacs et de notre environnement qui sont notre richesse.

Place à la culture, au plein air et aux loisirs

Si Saint-Adolphe est réputée comme une destination plein air et culture par excellence, c'est grâce à l'engagement de notre personnel et au dévouement des nombreux bénévoles qui ont à cœur le dynamisme de notre beau village.

Nous sommes très fiers de la qualité de notre offre en matière de culture, de loisirs et de plein air qui constitue un levier économique important tout en contribuant au mieux-être des citoyens de Saint-Adolphe.

Nous sommes particulièrement fiers de notre nouvelle offre culturelle. En effet, nous avons assisté, en 2014, à la naissance d'Arts et culture Saint-Adolphe, l'organisme qui chapeaute la tenue de nombreuses activités artistiques et culturelles dans notre municipalité.

Le printemps, c'est aussi la saison où l'on a envie de s'extirper de son cocon hivernal pour prendre l'air, s'adonner à une nouvelle activité ou développer un nouveau passe-temps. Vous découvrirez dans cette édition une gamme d'activités, ainsi que le menu complet de l'offre de cours du printemps et de l'été 2017.

Travaux de rénovation du chalet du Mont-Avalanche

C'est d'ailleurs ce printemps que notre station de ski débutera une cure de jouvence visant, entre autres, à la doter d'une belle salle multifonctionnelle qui saura à la fois répondre aux besoins des usagers de la Station ainsi qu'à ceux des autres utilisateurs pour la tenue d'événements, de réunions ou de cérémonies. Réalisés grâce à une aide financière gouvernementale de 300 000\$, les travaux de réfection du Mont-Avalanche permettront également de refaire le toit et le parement extérieur du bâtiment. L'ensemble devrait être achevé pour l'ouverture de la prochaine saison de ski.

Les citoyens, au cœur de notre action

Dans toutes nos démarches, nous demeurons centrés sur l'objectif de bien servir les intérêts des citoyens. C'est dans cet esprit que nous mettons tout en œuvre pour réaliser au meilleur coût possible les nécessaires grands travaux d'infrastructures. Également, suite à la décision de la Régie de l'Énergie, rendue le 31 janvier dernier, qui autorise Hydro-Québec à aller de l'avant avec son projet de ligne à haute tension, nous poursuivons nos démarches auprès de la société d'État afin de réduire au maximum les impacts sur nos paysages et notre environnement.

Enfin, il m'est très agréable de conclure sur cette note positive : notre exercice d'assainissement des finances de Saint-Adolphe, amorcé il y a trois ans, porte ses fruits. En effet, nous avons atteint l'équilibre budgétaire et conclu le l'exercice financier 2016 avec un surplus, ce qui nous permet d'envisager l'avenir avec enthousiasme.

Merci de votre soutien et bon printemps à tous et toutes!

Votre mairesse,

Lisette Lapointe

CONSEIL MUNICIPAL



Marjorie Bourbeau
Conseillère
Urbanisme et plein air



Monique Richard
Conseillère
Arts, culture et patrimoine



Mathieu Harkins
Maire suppléant et conseiller
Réforme électorale, environnement
et hygiène du milieu



Pierre Roy
Conseiller
Finances, plein air, environnement
et hygiène du milieu



Jean-Claude Massie
Conseiller
Sécurité publique, loisirs, voirie et parcs



Chantal Valois
Conseillère
Loisirs, plein air, famille
et développement communautaire



ENTRAINEMENT EN PLEIN AIR

S'entraîner en plein air, c'est à la fois bénéficier d'une mise en forme complète tonifiant muscles et cardio et s'offrir une expérience plaisante dans les merveilleux sentiers du Centre de plein air Saint-Adolphe-d'Howard. Afin de vous aider à repousser vos limites, le Centre vous offre l'opportunité de vous mettre en forme sous la supervision d'un entraîneur qui sera sur place pour un rendez-vous hebdomadaire et ce, beau temps, mauvais temps! Ce cours s'adresse autant aux personnes débutantes qu'avancées. Venez profiter du grand air et des magnifiques sentiers!

Entraîneur : Darina Bélanger (8 cours)
Trois lundis par mois à 17h30, du 5 juin au 21 août
50\$ par personne

Inscription au Centre plein air (1672, ch. du Village)
pleinairstadolphe@gmail.com | 819 327-3519



6 KM DE PARCOURS D'ENTRAINEMENT EN PLEIN AIR

INSCRIVEZ-VOUS À L'INFOLETTRE
WWW.PLEINAIRSTADOLPHE.CA

CAMPING MUNICIPAL

Le camping débutera ses opérations au début juin.

À partir de
24\$/nuît

Information et réservation : 819 327-3519
Réservation en ligne au www.pleinairstadolphe.ca



NAUTIQUE

RAMPES DE MISE À L'EAU

Consultez notre site Internet pour connaître l'horaire dès la fonte des glaces.

Deux rampes pour la mise à l'eau des embarcations motorisées sont accessibles aux plaisanciers. Elles permettent la navigation sur les lacs Saint-Joseph et Sainte-Marie.

Débarcadère Lac Saint-Joseph : situé au cœur du village au 1920, chemin du Village.

Débarcadère Lac Sainte-Marie : situé au 240 chemin Morgan (ouvert en début de saison seulement)

Les débarcadères seront en opération dès la fonte des glaces.

Information 819 327-2044 p.221 ou 819 327-3544 au débarcadère.

DROIT D'ACCÈS À LA NAVIGATION SUR LES LACS SAINT-JOSEPH ET SAINTE-MARIE

Pour naviguer sur les lacs Saint-Joseph et Sainte-Marie, il est essentiel d'avoir son permis d'accès (vignette). Les vignettes sont disponibles au débarcadère au 1920, chemin du Village ou à l'Hôtel de ville.

POUR OBTENIR VOTRE VIGNETTE, VOUS DEVREZ PRÉSENTER :

- Carte d'identité
- Preuve de résidence ou de location
- Certificat d'enregistrement de l'embarcation
- Preuve de lavage de l'embarcation

AUTRES DÉBARCADÈRES PRIVÉS

Par mesure de précaution, les débarcadères privés autorisés doivent être munis d'une chaîne ou d'une barrière cadenassée en permanence ou encore d'un obstacle permanent. Seul le propriétaire riverain peut utiliser le débarcadère privé pour la mise en l'eau de ses propres embarcations.



FERMETURE DE LA PETITE RIVIÈRE

La rivière entre les lacs Saint-Joseph et Sainte-Marie sera fermée durant la période de reproduction des poissons, soit pour une période d'environ deux semaines suivant la fonte des glaces. Aucune activité motorisée ou non motorisée et aucune pêche n'est permise durant cette période.

ADRESSE CIVIQUE VUE DU LAC

Par mesure de sécurité, assurez-vous que votre numéro civique est visible du lac. Ceci facilite grandement le travail des services de secours en cas d'urgence.



PROTECTION DES LACS ET COURS D'EAU



BANDE RIVERAINE EN BORDURE DES LACS

Vous projetez entreprendre des travaux, constructions ou ouvrages susceptibles de détruire, modifier la végétation ou de mettre à nu le sol dans les premiers 15 mètres d'un lac, d'un cours d'eau ou d'un milieu humide? Il est essentiel de consulter la municipalité au préalable pour obtenir un permis. Les entrepreneurs ont aussi des responsabilités : assurez-vous que votre client détient les autorisations requises.



LES ABRIS D'AUTO TEMPORAIRES

Les abris doivent être entièrement démantelés (incluant la structure) au plus tard le 1er mai.

Par la suite, ils pourront être remontés à compter du 1^{er} octobre suivant.

VIDANGE ET ENTRETIEN DES FOSSES SEPTIQUES ET PUISARDS

Une installation septique défaillante peut avoir des conséquences importantes sur nos plans d'eau. En cas de doute sur l'efficacité de votre installation, faites-la vérifier par un expert. Il est obligatoire de faire vidanger votre fosse septique aux deux ans pour une résidence annuelle et aux quatre ans pour une résidence secondaire. Il est aussi essentiel d'effectuer un entretien annuel de votre système de traitement avancé (Ecoflo, Bionest, etc.).



AGENTES EN ENVIRONNEMENT

Deux agentes de l'environnement sillonneront le territoire cet été (mai à août). N'hésitez pas à faire appel à leur expertise pour l'aménagement de votre bande riveraine, pour des questions relatives à la gestion de vos matières résiduelles ou de votre installation septique.

CONTRÔLE DE L'ÉROSION C'EST PAYANT!

La mise à nu du sol lors de travaux d'aménagement paysager, construction ou autres, est l'une des principales causes de la détérioration de la qualité de nos plans d'eau. Une fois que le sol est exposé aux précipitations, les sédiments se dirigent vers les fossés et les cours d'eau. L'érosion coûte cher : elle peut engendrer le blocage des ponceaux et des égouts pluviaux, compliquer la filtration de l'eau potable, etc.

Prévoyez installer des barrières à sédiments lorsque vous effectuez des travaux : vous protégerez vos installations et éviterez des frais.



SURVEILLANCE VOLONTAIRE DES LACS

Au courant de l'été, la municipalité procèdera à l'échantillonnage d'au moins trois lacs dans le cadre du Réseau de surveillance volontaire des lacs. Les lacs prioritaires seront les lacs Saint-Joseph, Sainte-Marie et de la Cabane.

ENGRAIS ET FERTILISANTS À TENIR LOIN D'UN PLAN D'EAU!

Avant d'utiliser des pesticides ou des fertilisants, même biologiques, assurez-vous que l'application se fera à plus de 30 mètres d'un lac ou d'un cours d'eau. En cas de doute, communiquez avec le service d'urbanisme et de l'environnement.





VOUS RÉNOVEZ ? AVEZ-VOUS BESOIN D'UN PERMIS ?

L'arrivée du printemps sonne le début de la période des rénovations. Vous souhaitez apporter des modifications à votre maison et aimeriez savoir si vos travaux nécessitent un permis ? Sachez que tout projet de rénovation non structurale (ex. : peinture, gypse, couvre-plancher) d'une valeur de plus de 10 000\$ ou tout projet de rénovation structurale, peu importe la valeur, nécessitent un permis de rénovation. Par exemple, les travaux suivants nécessitent un permis de rénovation (la liste n'est pas limitative):

- Le remplacement des fermes (chevrons) de toit;
- Le remplacement des fenêtres ou des portes extérieures nécessitant d'agrandir l'ouverture;
- L'ajout, le remplacement ou la modification d'une galerie ou d'une véranda;
- Le remplacement d'un parement extérieur (toit ou mur) d'une valeur de plus de 10 000\$;
- La finition d'un sous-sol, etc.

N'oubliez pas de vous procurer votre **permis de rénovation** auprès du Service d'urbanisme et d'environnement avant le début de vos travaux. Bonne saison de rénovation !



DE PLUS

Dans le cas où vous souhaitez réaliser les travaux vous-même, sachez que vous aurez la responsabilité d'assurer la conformité de votre projet aux règlements d'urbanisme et au Code national du bâtiment. Au final, lorsqu'il s'agit de modifier la structure (par exemple la fondation ou le toit) d'une maison, il est toujours préférable de faire appel à un expert en la matière, car ce genre de modifications pourrait vous causer de sérieux ennuis si elles ne sont pas faites selon les règles du Code du bâtiment.

SÉCURITÉ PUBLIQUE



PROFITEZ D'UN FEU EXTÉRIEUR EN TOUTE SÉCURITÉ

L'an dernier, près de 20% des interventions du service de Sécurité incendie furent reliées à des alertes pour feux à ciel ouvert.

POUR ÉTEINDRE LE FEU

Il est essentiel de disposer d'un moyen d'extinction recommandé : boyau d'arrosage, pompe reliée à un plan d'eau ou pelle mécanique. Avant de quitter les lieux, assurez-vous que le feu est bien éteint.

Voici quelques conseils pour profiter en toute sécurité d'un feu d'ambiance extérieur :

En périmètre urbain

Votre feu de plein air doit être circonscrit dans un foyer ayant un âtre d'un volume d'au plus 1 mètre carré et reposer sur une surface incombustible. À l'exception de la façade, le foyer doit être entièrement cloisonné d'un pare-étincelle conforme et être installé à au moins trois mètres des bâtiments, de la limite séparative du terrain et des arbres ou de tout autre matériau combustible.

À l'extérieur du périmètre urbain

Votre feu doit être circonscrit à l'intérieur d'une superficie d'au plus 1,5 mètres par 1,5 mètres et être d'une hauteur d'au plus un mètre. Votre feu doit se trouver à au moins cinq mètres des bâtiments ainsi que de la limite séparative du terrain et des arbres. Assurez-vous d'être à distance de tout autre matériau combustible. Il est d'ailleurs interdit d'alimenter ou de maintenir un feu avec un accélérateur autre que allume-feux conçus pour les barbecues. Brûler des matériaux de construction, des matières toxiques (pneus, huiles, peintures) est dangereux; c'est pourquoi cette pratique est interdite.



Rappelons qu'il est interdit d'allumer un feu lorsque l'indice de feu de la SOPFEU est d'élevé à extrême.

L'indice de la SOPFEU est diffusé en temps réel sur le site de la municipalité.



CASERNE MUNICIPALE

1680, chemin du Village

819 327-5335



SEMAINE DE LA POÉSIE

SPECTACLE « POÉSIE, SLAM ET CHANSONS »

AU BISTRO CULTUREL L'ANGE VAGABOND

LE 31 MARS 2017, À 20H - **COMPLET**

Poèmes, slam et chansons d'Hélène Dorion, Gilbert Langevin, Hélène Pedneault, Gaston Miron et bien d'autres, avec Andrée Lachapelle, Pascale Montpetit, Amélie Prévost et Monique Richard. Une soirée unique, remplie d'émotion et de cœur. **Supplémentaire : le 20 mai, à 20h.**

Prière de réserver. Info : 819-714-0213

CHORALE GOSPEL CHORISTES RECHERCHÉS !

Le Festival Nuits Blues Laurentides revient pour une deuxième année à Saint-Adolphe. Pour l'occasion, notre curé a accepté avec joie de partager **la messe du samedi 29 juillet à 17 h avec un chœur de chant Gospel**; c'est pourquoi nous sommes à la recherche de choristes de tout calibre pour former une chorale instantanée. Une chorale pour le plaisir de se rassembler autour de chansons comme : « Oh, Happy day », « Amazing Grace », « Little light of mine », etc. Les participants prendront part à une ou deux répétitions avec une directrice de chœur peu de temps avant l'événement. Vous avez envie de vivre une expérience unique, une aventure simple et harmonieuse ? Laissez vos coordonnées à la bibliothèque ou encore au Service des loisirs auprès de Mélissa au 819 327-2626. On communiquera avec vous pour plus de détails.



FÊTE NATIONALE À LA RECHERCHE D'ARTISTES !

C'est sous le thème « Québec, emblème de notre fierté » que le Québec célèbre sa fête nationale cette année. Nous sommes à la recherche d'artistes (peintres, sculpteurs, etc.) afin d'exposer leurs œuvres lors de la journée d'activités du samedi 24 juin, au parc Adolphe-Jodoin. Les œuvres doivent représenter l'un des emblèmes du Québec, tels que : harfang des neiges, iris versicolore, bouleau jaune... Les formulaires de candidatures sont disponibles sur le site internet (à retourner d'ici le 12 mai) au : loisirs@stadolphedhoward.qc.ca.

ARTS ET CULTURE SAINT-ADOLPHE

L'équipe d'Arts et culture organisera une magnifique exposition d'aquarelles sur le thème de l'eau, sous toutes ses formes, à partir du 17 juin prochain. La programmation complète sera dans le prochain bulletin municipal. Surveillez nos activités à compter de juin et consultez notre site Internet: artsetculturesaintadolphe.wordpress.com ou  Arts et culture Saint-Adolphe.



BIBLIOTHÈQUE

La bibliothèque municipale de Saint-Adolphe-d'Howard vous offre l'occasion de vous épanouir dans un environnement chaleureux et stimulant. Abonnement gratuit sur présentation d'une preuve de résidence de Saint-Adolphe-d'Howard.

Activités de la bibliothèque: Le cercle littéraire se réunit tous les 2^e lundis du mois à 13h30 à la bibliothèque. Nous ferons relâche durant l'été.

L'atelier écriture de soi plusieurs se rencontrent pour échanger, discuter et réaliser divers exercices d'écriture. Appelez à la bibliothèque pour plus d'information.

HORAIRE

mardi 13h à 17h

mercredi 9h à 12h

jeudi 9h à 12h | 13h à 17h

vendredi 17h à 20h

samedi de 9h à 13h

819 327-2117

biblio24@crsbpl.qc.ca

Les **CROQUE-LIVRES** redonnent au suivant

À voir, près du CPE et du Centre récréatif



JARDIN COMMUNAUTAIRE OUVERTURE JEUDI 15 JUIN

Saviez-vous?

12 jardinetts sont situés derrière le stationnement de l'Hôtel de ville et s'offrent aux jardiniers amateurs.

Vous pouvez réserver votre lopin pour la saison estivale au **819 327-2626, poste 221** ou à : loisirs@stadolphedhoward.qc.ca

Coût : 20,00 \$ pour un jardinet de 6' x 12'
25,00 \$ pour un jardinet de 6' x 16'



ACTIVITÉS TERRAIN MULTISPORTS PRINTEMPS-ÉTÉ 2017 (Centre récréatif)

INSCRIPTIONS: SAMEDI 29 AVRIL, DE 13H À 16H; 1^{ER} AU 5 MAI 2017, DE 8H30 À 19H
au Centre récréatif (110, rue du Collège)

SOCCER ENFANT

Mixte 3-12 ans

Début : 13 juin au 15 août 2017

Coût: 40\$ (+20\$ de dépôt pour l'équipement) résident
80\$ non-résident (+20\$ de dépôt pour l'équipement)

Horaire : mardi, 18h30 à 19h15

Groupe 1 : (3-5 ans) Groupe 2 : (6-8 ans) Groupe 3 : (9-12 ans)

Inf. : 819 327-2626 | loisirs@stadolphedhoward.qc.ca



TENNIS

Présaison (dès le mois de mai)

Profitez gratuitement des terrains de tennis.

Venez-vous dégourdir avant la saison.

Ouverture officielle du tennis début juin

Réservation de terrain/Inscription/Carte de membre

Voir la tarification sur Tennis St-Adolphe

Information : 819 327-2344



CAMP DE JOUR LE CAMPAGNARD

PRÉINSCRIPTIONS : SAMEDI 29 AVRIL, DE 13H À 16H ET DU 1^{ER} AU 5 MAI, DE 8H30 À 19H
au Centre récréatif (110, rue du Collège). **Chandail et frais d'administration gratuits lors de la préinscription.**

L'équipe du camp de jour « LE CAMPAGNARD » de la municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard a préparé une programmation délirante afin que vos enfants puissent passer un été des plus agréables. Au menu : de nouvelles sorties, des nouvelles thématiques, nouveau chandail, des ateliers de science et une équipe d'animation dynamique.



TARIFS 2017 (été / semaine)	Période 1 29 avril + 1 au 5 mai	Période 2 6 mai au 2 juin	Période 3 3 juin au 11 août
1 ^{er} enfant résident	365\$ / 52\$	435\$ / 62\$	540\$ / 77\$
2 ^e enfant résident	329\$ / 47\$	399\$ / 57\$	504\$ / 72\$
3 ^e enfant résident	294\$ / 42\$	350\$ / 52\$	469\$ / 67\$
4 ^e enfant résident	GRATUIT	GRATUIT	GRATUIT
Non-résident	600\$ / 75\$	680\$ / 85\$	720\$ / 90\$
Frais administratifs	GRATUITS	25\$	25\$
Frais chandail	GRATUITS	15\$	15\$

TARIFS SERVICE DE GARDE	SAISON	AM et PM : 25\$/semaine AM : 12,50\$/semaine PM : 12,50\$/semaine Carte de 10 blocs : 25\$
	185\$	

Inscription pour l'été ou à la semaine. Aucune inscription à la journée. Inscriptions payables en entier avant le début du camp, possibilité de payer en 3 versements : 29 avril, 25 mai et 15 juin 2017.



PRÉINSCRIPTIONS

Samedi 29 avril de 13h à 16h
et du 1^{er} au 5 mai
de 8h30 à 19h

DATE DU CAMP

Lundi 26 juin au vendredi
18 août (8 semaines)

ÂGES

5 à 12 ans
(maternelle complétée)

INFORMATION

819 327-2626 p.222
mclesperance@
stadolphedhoward.qc.ca



ACTIVITÉS LIBRES

10 AVRIL AU 19 JUIN AU CENTRE RÉCRÉATIF



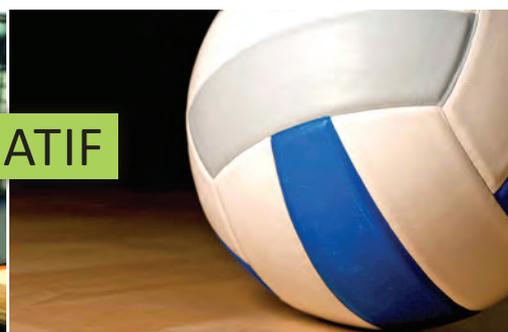
BADMINTON

Mardi et Jeudi 17h à 19h
mercredi 10h à 12h



PING PONG

Lundi 17h à 20h
mercredi 9h à 12h



VOLLEYBALL

Mardi
19h30 à 21h30

ENTENTE INTERMUNICIPALE DE LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT

Une entente intermunicipale entre les municipalités de Morin-Heights, Piedmont, Saint-Adolphe-d'Howard, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et Saint-Sauveur permet aux citoyens de ces sept municipalités de s'inscrire aux activités offertes dans cette entente, sans aucune tarification non-résident.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Suivre la procédure d'inscription de la municipalité qui offre l'activité de votre choix. Des preuves de résidence demeurent requises pour s'inscrire auprès de chacune des municipalités. Nous vous suggérons de consulter le site Internet ou de communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir les procédures d'inscription, les dates, les horaires, les coûts et les places disponibles.

MODALITÉS DE REMBOURSEMENT

Les modalités de remboursement sont celles qui sont en vigueur dans la municipalité qui offre l'activité.

ACTIVITÉS OFFERTES DANS L'ENTENTE INTERMUNICIPALE

ADULTES

- Atelier culinaire : Sainte-Adèle
- Atelier d'écriture: Sainte-Adèle
- Atelier d'écriture créative : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Atelier santé : Sainte-Anne-Des-Lacs
- Ballet : Morin-Heights
- Cardio Plein Air (4 programmes différents) : Saint-Sauveur
- Cardio Tonus, musculation et stretching : Piedmont
- Chant (leçon individuelle): Saint-Sauveur
- Cours de base à l'informatique et Windows : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Cours d'initiation à l'internet et périphériques : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Cours de photographie numérique (débutant) : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Couture: Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Danse contemporaine (débutant et inter.) et (avancé et pro.) : Morin-Heights
- Danse gitane : Piedmont
- Danse orientale (baladi) : Piedmont
- Espagnol (tous les niveaux) : Sainte-Adèle
- Essentrics : Morin-Heights
- Forme plus (extérieur) : Piedmont
- Jogging (débutant) : Sainte-Adèle
- Judo : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Maquillage de fantaisie : Saint-Sauveur
- Mise en forme et mieux-être : Piedmont et Saint-Sauveur
- Piano (leçon individuelle): Saint-Sauveur
- Qi Gong : Saint-Adolphe-d'Howard
- Tablette tactile Appel : Sainte-Adèle
- Taï Chi Chuan : Morin-Heights et Saint-Sauveur
- Yoga et méditation : Morin-Heights
- Yoga pour tous : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Yoga avec chaise : Saint-Sauveur
- Yoga thérapeutique : Saint-Sauveur

JEUNES

- ABC du sport (4 à 6 ans) : Saint-Sauveur
- Ballet (3 ans et demi à 17 ans) : Morin-Heights
- Chant (leçon individuelle) : Saint-Sauveur
- Club des P'tits Kangourous (2 à 3 ans et 4 à 6 ans) : Sainte-Adèle
- Comédie musicale (cours en anglais pour 15 ans et -) : Morin-Heights
- Création de mini film LEGO: Saint-Sauveur
- Danse Cheer (8 à 13 ans) : Sainte-Adèle
- Danse contemporaine (7 à 14 ans) : Sainte-Adèle
- Danse créative (3 à 5 ans) : Sainte-Adèle
- Danse écossaise : Morin-Heights
- Gardien averti (cours bilingue): Morin-Heights
- Hockey cosom : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Initiation aux arts du cirque (5 à 6 ans et 5 à 12 ans) : Saint-Sauveur
- Judo : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et Saint-Sauveur
- Piano (leçon individuelle) : Saint-Sauveur
- Yoga : Saint-Sauveur

PARENTS-ENFANTS

- ABC du sport (2 à 3 ans) : Saint-Sauveur
- Couture : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Danse parents-enfants (1 à 2 ans) : Sainte-Adèle
- Judo : Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

INFORMATION :

Municipalité de Morin-Heights
450 226-3232, poste 111
www.morinheights.com

Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
450 228-2543, poste 221
www.lacmasson.com

Municipalité de Piedmont
450 227-1888, poste 223
www.piedmont.ca

Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs
450 224-2675, poste 262
www.sadl.qc.ca

Ville de Sainte-Adèle
450 229-2921, poste 244
www.ville.sainte-adele.qc.ca

Ville de Saint-Sauveur
450 227-2669, poste 420
www.ville.saint-sauveur.qc.ca



INSCRIPTIONS **DU 3 AU 6 AVRIL**, DE 8H30 À 19H, AU CENTRE RÉCRÉATIF

ADULTES

- **ATELIER GUITARE, mardi de 19h à 20h, 11 avril au 6 juin, salle 1, 65\$ (75\$ non-résident)**
Par Réjean Bouchard, pour débutant ou intermédiaire, 15 ans et plus, apportez votre guitare. Info : 438 777-9976
- ***QI GONG, mardi de 19h à 20h15, 11 avril au 6 juin, salle 4, 55\$**
Par Martine Vézina, discipline énergétique globale pour l'harmonie corps/esprit, l'amélioration du système respiratoire et immunitaire.
Info : 819 774-3340
- **YOGA, lundi de 17h30 à 18h45, 10 avril au 19 juin, (sauf 17 avril et 22 mai), gymase, 110\$ (120\$ non résident)**
Par Lisa McLellan, Hatha Yoga, axé sur la respiration, la technique, l'intégration corps/esprit et la détente profonde.
Info : lisamclellan07@gmail.com
- ***KUNDALINI YOGA, jeudi de 19h à 20h15, 13 avril au 8 juin, salle 4, 95\$**
Par Sylvie Charbonneau, yoga qui agit sur les divers plans de l'être humain à travers des techniques de respiration, de mouvements, relaxation et méditation.
- **VINI YOGA, vendredi de 10h à 11h15, 21 avril au 16 juin, salle 4, 60\$ (70\$ non-résident)**
Par Marjolaine Richard, postures et techniques de respiration et de relaxation pour vous aider à mieux vivre au quotidien.

50 ANS ET MIEUX

- ***QI GONG, lundi de 10h à 11h15, 10 avril au 19 juin (sauf 17 avril et 22 mai), salle 4, 55\$**
Par Martine Vézina, discipline énergétique globale pour l'harmonie corps/esprit, l'amélioration du système respiratoire et immunitaire.
Info : 819 774-3340
- **CONDITIONNEMENT PHYSIQUE, mercredi ou jeudi de 9h à 10h, 12 avril au 8 juin, salle 4, 95\$ (105\$ non-résident)**
Par Lisa McLellan, amélioration de la posture, de l'équilibre, de la force et de la coordination. Avec entraînement cardiovasculaire.
Info : lisamclellan07@gmail.com
- ***TAP CLAP CARDIO, (65 ans et plus), lundi de 15h30 à 16h30, 10 avril au 19 juin, (sauf 17 avril et 22 mai), salle 4, 60\$**
Par Lisa McLellan, programme dynamique sur musique rythmée. Permet aux gens souffrant de divers maux physiques de s'activer tout en ayant du plaisir. Info : lisamclellan07@gmail.com

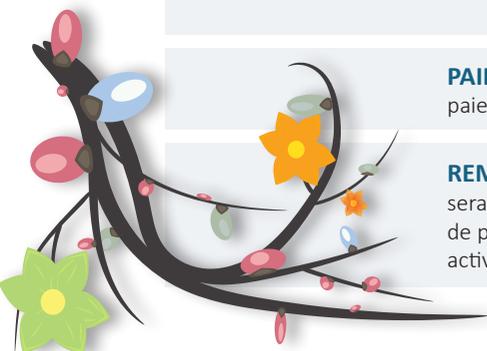
***Cours inclus dans l'entente intermunicipale**

PROCÉDURES D'INSCRIPTION

Les inscriptions doivent être faites du **3 au 6 avril 2017 de 8h30 à 19h**, en personne, au Centre récréatif (110, rue du Collège). Des frais d'administration de 10\$ sont exigés lorsqu'une inscription est faite après la période d'inscription. Les gens qui s'inscrivent après les dates d'inscription devront payer des frais de 10% du montant au prorata des cours restants, en plus des frais d'administration.

PAIEMENT : Nous acceptons le paiement direct (seulement carte débit). Paiement au bureau des loisirs. Aucun paiement ne peut être perçu par les professeurs.

REMBOURSEMENT : Remboursement fait seulement sur présentation d'une preuve médicale. Le remboursement sera fait au prorata des cours à venir (les frais d'administration ne sont pas remboursés). Un nombre minimum de participants est requis pour débiter un cours. La municipalité se réserve le droit d'annuler ou de modifier une activité ou un cours.





AUBAINES DU COEUR

Un comptoir d'articles usagés au profit de 3 organismes qui s'impliquent bénévolement dans cette organisation. La Coop santé, le Club Lions et la SPCA. Nous sommes preneurs de vos meubles, électroménagers propres et en bonne condition afin de leurs offrir une seconde vie.

1880, chemin du Village
Jeudi au dimanche, 11h à 16h

Information : 819 327-3447

COMPTOIR ALIMENTAIRE



Aide alimentaire pour toute personne ou foyer vivant une situation difficile ou particulière. Accessible suite à une évaluation financière en toute confidentialité de la personne ou du foyer qui en fait la demande. Une première évaluation sera faite par téléphone.

Mardi : de 13h30 à 14h15 au Centre récréatif, 110, rue du Collège (porte de côté entrée parc)
Contribution volontaire : 2 \$ par semaine

**Information et demandes :
450 227-3757 | 450 229-2011**

COMPTOIR FAMILIAL ST-JOSEPH

Vêtements usagés, jouets, petits articles ménagers, vaisselle, livres, petits appareils domestiques, etc. De plus une boîte de dons de vêtements a été mise à votre disposition devant la porte de garage du presbytère. Bienvenue à tous !

Presbytère (1845, ch. du Village)
Mardi et mercredi de 13h à 16h
Samedi de 9h à 12h

Information : Isabelle Dionne, 819 327-2711

TABLE DES AÎNÉS : Je peux aller où je veux, quand je veux!

Vous êtes à la maison et vous voulez vous rendre dans une autre municipalité? Vous n'avez pas de voiture? Il existe plusieurs solutions abordables : l'entraide bénévole des Pays-d'en-Haut vous permet de faire votre épicerie, votre magasinage ou vous rendre à vos rendez-vous médicaux. D'autres formules de transport sont aussi accessibles. **Pour info : 450 229-9020 ou 1 855 226-5626.**

La Table des aînés offre aussi de l'information sur les services aux aînés, implication et participation citoyenne, accompagnement soutien et références. **Information : 450 340-0520**

LA FABRIQUE

Pour réservation de l'Église (baptême, funérailles, mariage...) ou renseignements sur les heures de messes.

Information : 819 327-2711

COOP SORE



Solidarité, répit, entraide pour les proches aidants.

Au centre récréatif, tous les mardis, de 9h30 à 15h00 : ateliers de stimulation pour aînés en perte d'autonomie. Vous bénéficiez d'un temps libre pendant que votre aidé socialise dans un environnement encadré et sécuritaire.

Frais minimes incluant l'animation et les ressources matérielles. Transport et nourriture en sus. Possibilité de repas chauds complets sur place de septembre à juin (frais).

Bénévoles et intervenants en répit à domicile recherchés.

**Information : 450 224-2657
coop.sore@bell.net | www.coopsore.org**

4 SAISONS D'ADOLPHE



Le club des 4 Saisons Adolphe est ouvert aux citoyens de 50 ans et plus et offre diverses activités à ses membres. Les activités régulières ont lieu tous les jeudis.

20 avril : Assemblée générale annuelle, 13h30
27 mai : Souper Fêtes des mères et des pères, 17h30
15 juin : Fin des activités régulières.

Information : Yvon Lévesque 819 327-2430

REPAS COMMUNAUTAIRE



Le repas communautaire permet aux citoyens de Saint-Adolphe-d'Howard d'obtenir un repas à moindre coût. Ce repas est un lieu de rassemblement collectif pour contrer l'isolement et socialiser tout en partageant un bon repas chaud.

C'est un rendez-vous, tous les mardis (fin de saison 14 juin). Contribution volontaire 4 \$

Information : Paule Riopel 819 327-5349

CLUB DE PÉTANQUE

Début de la saison : 10 mai | Lundi et mercredi à 18h30 au Parc des Aînés
Information : Claude Lagacé 819 327-2039



CLUB LIONS - 40^e en 2017

Le Club LIONS a pour but de servir la communauté, aider les personnes handicapées visuelles, atteintes de diabète, malentendantes, etc., de même que les organismes qui ont besoin de soutien.

Souper 40e anniversaire du Club Lions

Endroit : Centre récréatif (110 rue du Collège)
Horaire : 22 avril, à 18h30
Coût : 40\$

Information : 514-978-0898

Équipe Verte Lions

Grande corvée de nettoyage du Tour-du-Lac.
9 mai, 9h, au dépanneur Robert Gauthier.
Bénévoles recherchés pour cet événement.

Tournoi de pêche pour enfants (5 à 14 ans)

Samedi 3 juin, beau temps, mauvais temps, 7\$ par enfant, incluant dîner. Inscription à partir de 8h30 au parc Adolphe-Jodoin. Prix aux 100 premiers inscrits. Jeux gonflables, si la température le permet. Apportez votre glacière pour la conservation des poissons. **Information : 514 519-3252**



PETITS DOLPHINS



Aide à la jeunesse pour les 0 à 17 ans de Saint-Adolphe-d'Howard et leur famille. Favoriser la réussite éducative, le soutien à la famille et à briser l'isolement.

Visitez le site internet de l'organisme pour des dons en ligne avec PayPal www.adolphins.com.

Votre soutien servira à combler des besoins tels que : des vêtements, du matériel pédagogique, de l'équipement sportif, des frais de garde, des soins dentaires, de santé et autres...

**Information : Mme Nicole Tétrault
450 602-4262 | www.adolphins.com**

f Les Petits Dolphins

CLUB DE MARCHÉ

Profitez des beautés de la nature tout en prenant soin de vous!

Secteur village : lundi, mardi et jeudi : 9h à 10h
Domaines et sentiers : lundi et jeudi : 9h
Rendez-vous : dans le stationnement du parc Adolphe-Jodoin, face à l'église.

Information : 819 327-5129 ou 819 327-2725

f Club de marche St-Adolphe-d'Howard



Photo: André Chevrier

MAISON DE LA FAMILLE DES PAYS-D'EN-HAUT

Au cœur des familles!
Consultez la programmation sur notre site Internet www.maisondelafamille.com





COOP SANTÉ

Devenez membre de la Coop santé!
Plus de 1800 membres!

NOS SERVICES

Médecins : 4 à St-Adolphe et 2 à Morin-Heights
Prises en charge de nouveaux patients possible

SANS RENDEZ-VOUS SAINT-ADOLPHE

Lundi de 8h30 à 12h
Jeudi de 8h30 à 12h
1er vendredi du mois de 17h à 19h.

Les rendez-vous sont attribués sur place ½ heure avant, dès 8h ou 16h30

Des plages de SRV de soir sont ajoutées régulièrement
Consultez le www.coopsante.org

SANS RENDEZ-VOUS MORIN-HEIGHTS (2 Meadowbrook)

Samedi de 10h à 12h

Les rendez-vous sont attribués sur place dès 9h.

INFIRMIÈRE sur rendez-vous

PAP tests, nettoyage d'oreilles, enseignements sur diabète, cholestérol, Coumadin, etc.

PRÉLÈVEMENT SANGUINS (\$)

1 vendredi sur 2 de 7h à 9h
Sur rendez-vous, sans attente.

ORTHÈSE LABORATOIRE ROSS (\$)

Lundi sur rendez-vous
Tél : 1 800 465-7433

Inscrivez-vous à notre INFOLETTRE au www.coopsante.org | 819 327-3534



CHAMBRE DE COMMERCE ET DE TOURISME



La Chambre de commerce et de tourisme de Saint-Adolphe-d'Howard œuvre à la promotion de l'intérêt socio-économique de nos commerçants, de nos travailleurs autonomes et de la communauté, à la mise en valeur de notre environnement et à la promotion de la municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard.

Les activités printanières :

5 avril : 6 à 8 réseautage à l'Ange Vagabond.
Conférence de la SQ sur la prévention des fraudes.

8 avril : Soirée bingo

17 mai : 6 à 8 réseautage au Salon Imagine coiffure: tout sur la coiffure et les produits qui peuvent maintenir vos cheveux en santé.

15 juin : réseautage inter-municipalités, à la marina. Pontons et paysages seront au rendez-vous.

Information : www.st-adolphe.com

 **Chambre de commerce de Saint-Adolphe-d'Howard**
chambredeccommerce@st-adolphe.com

CONFÉRENCE SUR LA PRÉVENTION DES MALADIES NEUROLOGIQUES TROUBLES COGNITIFS (Parkinson, Alzheimer)

Le mercredi 12 avril, de 13h30 à 15h, au Centre récréatif (110, rue du Collège)

Conférenciers : Dr Paquin, François Guérin et Guylaine Labonté

Avec période de questions.

Coût : gratuit. Information : 819 327-3534



ACTIVITÉS À VENIR

BRUNCH - HOMMAGE AUX BÉNÉVOLES: SAMEDI 22 AVRIL, DE 10H À 13H AU CHALET DU MONT AVALANCHE

La municipalité de Saint-Adolphe invite ses bénévoles à partager un brunch en leur honneur. Chaque année, des centaines de bénévoles offrent leur temps et leur énergie dans nos diverses activités et événements. Nous désirons leur souligner toute notre gratitude. Veuillez confirmer votre présence avant le 10 avril prochain auprès du Service loisirs, culture et vie communautaire.

Info : 819 327-2626 | loisirs@stadolphedhoward.qc.ca

JOURNÉE DES ÂÎNÉS : « PLACE AUX 50 ANS ET MIEUX » LÈVE-TOI, ON BOUGE, AVEC JOSÉE LAVIGUEUR

Le 8 mai, de 8h45 à 16h, à l'Hôtel SPA Mont-Gabriel, 1699, ch. du Mont-Gabriel, Sainte-Adèle

Kiosques, conférence de Josée Lavigueur, pause santé, dîner buffet, atelier au choix et plus. Places limitées.

Billets obligatoires, 17 \$, en vente du 3 au 21 avril. Places limitées.

Info : Service loisirs, culture et vie communautaire. 819 327-2626 | loisirs@stadolphedhoward.qc.ca



TOUR DU LAC SAINT-JOSEPH: DIMANCHE 11 JUIN AU PROFIT DE LA SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

Accueil des participants à partir de 9h30, départ à 10h30. Contribution demandée de 8 \$ par participant. Qui d'entre vous n'a pas été touché de près ou de loin par le cancer? Prenez le temps de marcher, courir et danser avec nous afin d'amasser des fonds pour cette cause. Ne manquez pas le BBQ du retour tout en musique. Les dons sont acceptés à la pharmacie Lucie Savard en tout temps.

Information : 514 519-3252, 450 602-4262 | letourdulac@gmail.com | facebook.com/letourdulac



COLLECTE DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

UN PLAN POUR RÉDUIRE L'ENFOUISSEMENT



LA COLLECTE DES MATIÈRES RÉSIDUELLES SE FAIT MAINTENANT DE FAÇON ROBOTISÉE

Il est donc essentiel de disposer adéquatement vos bacs roulants au bord du chemin, les roues et poignées vers votre résidence, couvercle fermé et sans aucun objet sur le bac, à une distance maximale de 1,5 m (5 pi) de la rue et en laissant un espace libre d'environ 50 cm (20 po) autour de chacun des bacs.



DES LIEUX D'APPORT VOLONTAIRE ONT ÉTÉ AMÉNAGÉS

À LA CASERNE DU VILLAGE, À LA CASERNE GÉMONT AINSI QU'À L'INTERSECTION DU CHEMIN DES QUATRE-LACS ET DE LA 329.

On y retrouve trois contenants de type semi-enfouis dans lesquels vous pourrez déposer vos matières recyclables, déchets et matières organiques.

Les matières acceptées dans ces conteneurs sont les mêmes que celles que l'on dépose dans les bacs roulants, en plus des matières organiques. D'autres lieux d'apport volontaire seront aménagés dans les mois à venir afin de mieux desservir la population. Ces lieux de dépôt sont réservés en priorité aux résidents qui n'ont pas collecte de porte à porte. Les entrepreneurs et commerçants doivent utiliser leurs conteneurs ou les services de l'écocentre.



Les autres matières (pneus, bois, meubles, résidus domestiques dangereux, électroménagers...) ne sont pas acceptées dans ces contenants. Merci de vous rendre à l'**ÉCOCENTRE** pour vous en départir.



HORAIRE DE L'ÉCOCENTRE

L'écocentre est ouvert les mardis, jeudis et samedis de 13h à 16h.

À compter du 1er mai, l'écocentre est aussi ouvert en avant-midi, ces mêmes jours, de 10h à 12h.

COLLECTE

DES MATIÈRES RECYCLABLES ET DES DÉCHETS



La collecte des déchets (bacs noirs) se poursuit aux deux semaines, les vendredis, jusqu'au 2 juin. À partir du 16 juin, elle s'effectuera chaque semaine et ce, jusqu'au 6 octobre. La collecte des matières recyclables (bacs verts) s'effectue aux deux semaines, les jeudis.

COLLECTE

DES GROS OBJETS (ENCOMBRANTS)



Les prochaines collectes auront lieu dans les semaines du 8 mai, 10 juillet, 11 septembre et 9 octobre 2017. Déposez les encombrants près de la chaussée le dimanche soir précédant la semaine de collecte spéciale ou apportez-les à l'écocentre.

POUR DE PLUS D'INFORMATION

lespaysdenhaut
recyclent.com



INFO-COLLECTE
1 888 482-6676

VENTE D'IMMEUBLES POUR NON-PAIEMENT DES IMPÔTS FONCIERS

La MRC des Pays-d'en-Haut tiendra la vente des immeubles pour non-paiement des impôts fonciers à 9h30 le matin, le mercredi 21 juin 2017, en la Place des Citoyens sise au 999, boulevard de Sainte-Adèle à Sainte-Adèle. Pour des renseignements supplémentaires concernant cette procédure, consultez le site web de la MRC des Pays-d'en-Haut:

<http://www.lespaysdenhaut.com/services-aux-citoyens/ventes-pour-taxes/>