

LE RAWDONNOIS



MARS
2015

BULLETIN MUNICIPAL DE RAWDON



PROJETS
MUNICIPAUX
2015
en cours et à venir
(voir p. 2-3)



NOUVEAU

Le Rawdonnois s'est refait
une beauté, donnez-nous
vos commentaires à
communications@rawdon.ca

À LA UNE



SURVEILLEZ
VOTRE BOÎTE
AUX LETTRES

Dépliant spécial sur les activités
environnementales



PROCHAINES
SÉANCES
DU CONSEIL

14 AVRIL

12 MAI

9 JUIN



 Rawdon

Centre Metcalfe – 3597, rue Metcalfe à 19 h 30

ACTUALITÉS

- Les Bons Coups! 2
- Projets municipaux 2015 2-3
- Rappel – Licences de chiens 3
- Usage des bacs bleus et bruns 3
- Situation d'urgence – Êtes-vous prêt? 3
- Attention à la fraude, la SQ vous informe 3-4
- Achat de plantes riveraines 5

COMMUNAUTAIRE

- Un organisme à connaître 4
- Plusieurs politiques en cours de réalisation 4

LOISIRS & CULTURE

- Camp de jour 6
- Défi Santé 7
- Ouverture des parcs et espaces verts 7
- Programmation du printemps 7-8
- Festival Petits bonheurs 8
- Organismes 10

BIBLIOTHÈQUE

- Activités 9

RÉDACTION : Service des communications

COLLABORATION : Services municipaux

MISE EN PAGE : Jenny Garguilo

IMPRESSION : Imprimerie Pinard

TIRAGE : 6000

MUNICIPALITÉ DE RAWDON
HÔTEL DE VILLE
3647, rue Queen, Rawdon (Québec) J0K 1S0
450 834-2596

HEURES D'OUVERTURE :
lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE ALICE-QUINTAL
3643, rue Queen, Rawdon (Québec) J0K 1S0
450 834-2596, poste 7162

HEURES D'OUVERTURE BIBLIOTHÈQUE :
mardi, mercredi et vendredi de
13 h à 17 h et de 18 h à 20 h 30
samedi de 9 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h
dimanche de 13 h à 16 h

PROCHAINE PARUTION :
Juin 2015

Dépôt légal : BNQ1999
Parution le 18 mars 2015

AVIS IMPORTANT :
Les informations véhiculées par le biais du bulletin municipal ne remplacent aucunement les textes légaux des différents règlements de la Municipalité de Rawdon. Ces règlements peuvent être sujets à des modifications en tout temps.

LES BONS COUPS!

Une nouvelle rubrique...



ACTUALITÉS

Vous connaissez quelqu'un, un organisme, un groupe qui a reçu un prix ou qui a fait quelque chose de spécial? Faites-le nous savoir en envoyant un courriel à communications@rawdon.ca. On veut les faire connaître.

Les bons coups MUNICIPALS | Nominations – Toutes nos félicitations à :

- **Isabelle Ménard**, directrice du Service des loisirs et de la culture
- **Nicolas Chouinard**, directeur adjoint par intérim au Service de la planification et du développement du territoire en remplacement du congé de maternité de Marie-Lou P. Thomas
- **Flavie Robitaille**, adjointe au Service du greffe et responsable des projets spéciaux



Flavie Robitaille, Nicolas Chouinard et Isabelle Ménard

Renouvellement jusqu'en 2017 des membres du Comité consultatif d'urbanisme : Linda Stewart, Jerzy Pawulski et Luc Bédard.
Merci pour votre engagement.

Un merci particulier aux employés des services suivants :

- Travaux publics pour le beau et bon travail sur le déneigement fait au cours de la saison glaciale
- Parcs et Espaces verts pour cette belle patinoire sur le lac
- Fraternité des Pompiers de Rawdon grâce au tournoi de golf tenu au cours de la saison estivale 2014, les organismes suivants ont reçu un montant d'argent : Maison des Jeunes 500 \$ - Maison de parents 1 000 \$ - Fondation des maladies du cœur 500 \$ - Cancer du sein 500 \$ - Association des personnes handicapées 1 000 \$. Merci pour votre dévouement.

Les bons coups DE LA COMMUNAUTÉ

- La FADOQ de Rawdon célèbre son 40^e anniversaire de fondation le 25 mai.
- C'est le 25 janvier dernier que Mme Maureen Owen, maîtresse de poste de Rawdon, a pris sa retraite.
- Club Optimiste de Rawdon – Héma-Québec souligne sa participation depuis plus de 40 ans. Pour la municipalité, nous soulignons notre 10^e année.



Paul et Rollande Breault du Club Optimiste et Bruno Guilbault, maire



Maureen Owen

PROJETS MUNICIPAUX 2015

Les projets retenus par le conseil municipal pour l'année 2015 sont :

- Achat d'un panneau d'affichage numérique; cette acquisition permettra de réduire la pollution visuelle et installation de panneaux pour stationnements commerciaux
- Achat d'un camion 10 roues pour le Service des travaux publics
- Remplacement du moteur et de la batterie du zodiaque
- Patinoire extérieure

- Réparation de fondation et revêtement de sol du chalet de la plage
- Mise aux normes du centre Metcalfe
- Achat d'une zamboni
- Correction de la structure du toit et climatisation de l'hôtel de ville
- Achat de nouveaux modules pour le skate park
- Correction de l'érosion phases 2 et 3 du parc de la plage
- Réparation de trottoirs
- Réfection du pavage
- Agrandissement de la station d'eau potable Saint-Patrick

LE VIRAGE VERT SE CONTINUE DANS NOTRE MUNICIPALITÉ

Acquisition de bornes électriques

Une demande d'aide financière auprès du Fonds de protection de l'environnement matawinien a été présentée afin d'acquérir des bornes électriques; les véhicules électriques réduisent considérablement l'émission de gaz à effet de serre et permettent de lutter contre les changements climatiques. De plus, considérant le marché de la vente des véhicules automobiles qui évolue rapidement et qui est en forte hausse depuis 2009, ce projet d'implantation de bornes électriques sera jumelé à plusieurs activités d'éducation et d'essais de véhicules électriques pour ses citoyens. À surveiller!

Dans le même esprit, d'autres projets verts sont prévus, c'est à suivre!



RAPPEL LICENCES DE CHIENS

Nous vous rappelons que tout chien sur le territoire de la Municipalité de Rawdon doit être enregistré. La licence est valide du 1^{er} janvier au 31 décembre et est renouvelable chaque année. Présentez-vous à l'hôtel de ville.



USAGE DES BACS BLEUS ET BRUNS

Pour faciliter la participation aux collectes des matières recyclables et compostables, un bac bleu et un bac brun est mis à la disposition des citoyens à chaque résidence et certains commerces. Ces bacs sont la propriété de l'entrepreneur Compo Recycle et leur usage est réservé à la seule fin de ramasser les matières recyclables et compostables. Lors d'un déménagement, ces bacs doivent donc demeurer à la propriété où ils ont été livrés.

Tout bac peint utilisé pour la collecte des matières à enfouir est considéré non-conforme et ne peut être vidé à aucune des collectes. De plus, cette modification est considérée comme étant un dommage à la propriété d'autrui pour laquelle vous pourriez être tenu responsable.

Compte tenu d'un nombre accru de vols de bacs, nous vous rappelons également qu'il est recommandé de ramener ceux-ci à l'arrière de la propriété dès que possible suivant la collecte.

SITUATION D'URGENCE - ÊTES-VOUS PRÊT?

Dans plusieurs cas, nous sommes vulnérables lorsqu'une situation d'urgence se produit. La Municipalité vous informe des actions qui peuvent vous aider lors de ces situations. Ces actions proviennent du site du ministère de la Sécurité publique.

Une brochure, publiée en 2012, contient de l'information et des conseils pour assurer la sécurité des citoyens lors des situations d'urgence suivantes : inondation, incendie à la maison, panne de courant en hiver, tremblement de terre ou vents violents. Elle traite aussi de la préparation de son plan d'urgence et de l'importance d'avoir en tout temps chez soi des articles essentiels pour subsister pendant les trois premiers jours d'une situation d'urgence ou pour emporter en cas d'évacuation. On y indique également quoi faire si vous devez évacuer votre domicile ou y rester pendant le sinistre. Enfin, on y donne de l'information sur les assurances à la suite d'un sinistre.

Vous pouvez consulter le site du ministère de la Sécurité publique à

<http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres.html> ou se procurer la brochure à la réception de l'hôtel de ville.

ATTENTION À LA FRAUDE

N'importe qui peut être la proie de fraudeurs par Internet ou par téléphone. Soyez prudents, car présentement, il y a une vague de fraude par Internet concernant la vente d'un anti-virus.



Voici la façon dont les fraudeurs procèdent :

Alors que vous naviguez sur Internet, une fenêtre s'ouvre (pop up) et un anti-virus à bas prix vous est offert. On vous demande de fournir vos informations personnelles afin d'installer l'anti-virus à distance. Une fois que vous avez entré vos coordonnées sur Internet, certains vont même jusqu'à téléphoner chez vous en s'identifiant au nom d'une compagnie pour vous dire comment ils vont procéder.



La fraude se produit au moment du paiement par carte de crédit. Les gens font confiance et donnent leur numéro de carte à un inconnu dont ils n'ont aucunement validé l'identité. Par la suite, la transaction a lieu au compte mais, jamais, ils ne reçoivent l'anti-virus acheté. Certains fraudeurs ont même tenté de faire plusieurs transactions sur une même carte.

Les fraudeurs sont des gens qui s'expriment bien, mais demeurez sur vos gardes. Voilà trois façons de reconnaître des signes de fraude :

- Est-ce vous qui avez initié l'appel?
- Cela semble trop beau pour être vrai?
- Il y a vente à pression?

Autres conseils pratiques

- Confirmez la validité de la personne qui vous appelle en allant chercher les informations ailleurs (sur un site officiel).

- Avant de donner vos informations personnelles (numéro de carte de crédit, adresse, numéro d'assurance sociale) à qui que ce soit, assurez-vous d'avoir validé son identité et le nom de la compagnie pour qui la personne travaille.

- S'agit-il d'un site sécurisé (signe d'un cadenas ou présence d'un « s » dans l'adresse du site Internet <https://>)?

En résumé, si vous avez des doutes, attendez, faites vos vérifications et informez-vous.

Vous pouvez également contacter :

- L'Office de la protection du consommateur au 1 888 672-2556
- Le Centre antifraude du Canada (Phone Buster) au 1 888 495-8501
- La Sûreté du Québec au 310-4141

UN ORGANISME À FAIRE CONNAÎTRE

À chaque parution du bulletin municipal, nous ferons connaître, dans la mesure du possible, un organisme. Le choix de l'organisme est fait au hasard. C'est donc le Centre Communautaire Bénévole Matawinie, qui ouvre le bal.



Centre Communautaire
Bénévole Matawinie

La mission de cet organisme est de promouvoir l'action bénévole dans différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. Vous verrez donc souvent l'acronyme CCBM qui représente cet organisme. Ce centre communautaire a à cœur l'amélioration des conditions de vie des aînés et le développement de l'action communautaire en offrant des services de maintien à domicile, d'animation, de bénévolat et de formation sur le territoire de la MRC Matawinie. Visitez leur site Internet au www.ccbm.qc.ca ou contactez-les au 450 882-1089. Les programmes suivants sont offerts :

- Groupe de soutien pour les proches aidants
- Groupe Répit
- Programme Antidote VIT (VIS intensément tout de suite)
- Popote Montcalm Matawinie
- Programme Bonne Boîte Bonne Bouffe (en collaboration avec les producteurs agricoles du Québec – permet d'acheter des fruits et légumes frais)
- Programme PAIR (service gratuit et personnalisé d'appels automatisés qui rejoint les aînés quotidiennement pour s'assurer de leur bon état de santé)
- Programme PIED (prévention des chutes et séances d'exercices en groupe)
- Transport – accompagnement

PLUSIEURS POLITIQUES EN COURS DE RÉALISATION

MADA (Municipalité Amies des Aînés)

Un suivi des démarches entreprises est actuellement en cours suite aux consultations citoyenne et des organismes qui ont eu lieu en novembre dernier.

Charlène Guertin, chargée de projet pour toute la MRC Matawinie, est présentement à compiler et analyser tous les questionnaires complétés lors de ces consultations.

Dès le printemps, le comité de Rawdon fera un retour sur cette compilation et présentera un rapport en identifiant les enjeux. Les membres de ce comité se rencontreront à plusieurs reprises afin de prioriser les enjeux et objectifs qui serviront à présenter un plan d'action au conseil municipal cet automne.

SAINES HABITUDES DE VIE

En adoptant une politique de saines habitudes de vie, le conseil municipal souligne l'importance d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif. Le lancement officiel de

la politique des saines habitudes de vie aura lieu en mai prochain.

FAMILIALE

La municipalité a reçu une subvention de 6 000 \$ pour actualiser sa politique familiale, adoptée en 2005. Cette politique servira de soutien aux parents dans leur rôle et servira de guide dans la prise de décisions du conseil sur des sujets susceptibles d'avoir un impact sur la vie de famille. De plus, elle assure une cohérence et une permanence dans les orientations visant les familles.



ACHAT DE PLANTES RIVERAINES

La Municipalité de Rawdon considère que la renaturalisation des rives des cours d'eau est un enjeu majeur pour la protection de la qualité des cours d'eau. Elle offre donc la possibilité à ses citoyens d'acheter des arbres, des arbustes et des herbacées poussant spécifiquement dans la rive des cours d'eau, à prix réduit par l'achat regroupé, afin de protéger leur rive. La Municipalité espère susciter un intérêt marqué pour les riverains à protéger leurs cours d'eau et elle leur en donne les moyens.

Voici la liste des plantes offertes par la Municipalité :



Érable rouge (*Acer rubrum*)

- Préfère les milieux ensoleillés et moyennement ensoleillés
- Préfère les sols humides
- Localisation : bas et milieu de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive, comme écran solaire et comme protection contre l'érosion



Chêne rouge (*Quercus rubra*)

- Préfère les milieux ensoleillés
- Préfère les sols moyennement humides
- Localisation : replat de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive, comme écran solaire et comme protection contre l'érosion



Pin blanc (*Pinus strobus*)

- Préfère les milieux ensoleillés et peu ensoleillés
- Préfère les sols peu humides et bien drainés
- Préfère le sol sablonneux
- Localisation : replat de la rive
- Efficace comme écran solaire



Cornouiller à feuilles alternes (*Cornus alternifolia*)

- Préfère les milieux ensoleillés et peu ensoleillés
- Préfère les sols humides
- Hauteur : 3 m
- Localisation : bas et milieu de la rive
- Efficace comme écran solaire et comme protection contre l'érosion



Bleuet à feuilles étroites (*Vaccinium angustifolium*)

- Préfère les milieux semi-ombragés
- Préfère les sols sablonneux
- Hauteur : 0,15 m à 0,6 m
- Préfère les sols acides sous les peuplements de conifères



Iris Versicolore (*Iris versicolor*)

- Préfère les milieux ensoleillés à semi-ombragés
- Préfère les sols humides à très humides
- Hauteur : 0,5 m
- Localisation : milieu et bas de pente de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive



Anémone du Canada (*Anemone canadensis*)

- Préfère les milieux ensoleillés à semi-ombragés
- Préfère les sols moyennement humides à humides
- Hauteur : 0,4 m
- Localisation : bas, milieu et replat de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive
- Croissance rapide



Myrique baumier (*Myrica gale*)

- Préfère les milieux ensoleillés et peu ensoleillés
- Préfère les sols humides
- Hauteur : 0,6 m à 1,2 m
- Localisation : bas de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive



Ronce odorante (*Rubus odoratus*)

- Préfère les milieux autant ensoleillés qu'ombragés
- Préfère les sols sablonneux
- Hauteur : 1,5 m à 2 m
- Localisation : bas et milieu de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive



Vigne vierge (*Parthenocissus quinquefolia*)

- Préfère les milieux autant ensoleillés qu'ombragés
- Localisation : milieu et replat de la rive
- Efficace comme écran solaire
- Utilisé pour revégétaliser les murs de béton et les murets de roche



Sureau du Canada (*Sambucus canadensis*)

- Préfère les milieux autant ensoleillés qu'ombragés
- Préfère tous les types de sols (humides à sec; argileux à sablonneux)
- Hauteur : 1 m à 3 m
- Localisation : bas, milieu et talus de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive



Lobélie cardinale (*Lobelia cardinalis*)

- Préfère les milieux ensoleillés à semi-ombragés
- Préfère les sols moyennement humides à humides
- Hauteur : 0,9 m
- Localisation : bas de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la rive et comme écran solaire



Rudbeckie laciniée (*Rudbeckia laciniata*)

- Préfère les milieux ouverts et ensoleillés
- Préfère les sols humides
- Hauteur : 1,5 m
- Localisation : bas de la rive
- Efficace pour la stabilisation de la berge et comme écran solaire

Il sera possible pour les citoyens de connaître le prix des plantes et de passer leur commande sur le site Internet de la Municipalité (page d'accueil) avec paiement par carte de crédit, ou en personne à l'hôtel de ville en remplissant le bon de commande et en apportant un chèque avec la valeur exacte des achats. De plus, il sera également possible de commander par courrier postal en inscrivant votre nom et vos coordonnées (adresse et numéro de téléphone) et en jumelant un chèque de la valeur des plantes choisies. Le tout devra être envoyé à l'attention de Mme Marie-Pierre Thibeault, responsable de l'environnement, au 3647, rue Queen, Rawdon (Québec) JoK 1S0.

Une fois les commandes passées, il vous sera possible de venir chercher ces végétaux à la mi-juin sur le site municipal des chutes Dorwin. La date de livraison sera déterminée sous peu. Nous serons sur place pour vous distribuer vos végétaux commandés et vous donner quelques trucs de plantation.

CAMP DE JOUR EXPLORATION 2015



Au menu

Baignade
Atelier de danse
Jardinage
Activités sportives
Tennis
Atelier de science
Canot-kayak
Club des Aventuriers
Bricolage
Déguisement
et plusieurs autres...

Inscriptions

Résidents : 13 avril au 3 mai
Pour tous : 4 au 15 mai
Places limitées! Faites vite!

Horaire

Du lundi au vendredi
Service de garde de 7 h 30 à 9 h
Camp de jour de 9 h à 16 h
Service de garde de 16 h à 17 h 30

ACTIVITÉS SPÉCIALES ET SORTIES (sujet à des changements sans préavis)

Semaine 1 : Plage (25 juin) camp ouvert 2 jours
Semaine 2 : Animagerie - Journée thématique : le camping de M. Paquette (2 juillet)
Semaine 3 : Flash Boom et Patatra : les Pirates (8 juillet) / Expédition aux chutes Dorwin (9 juillet)
Semaine 4 : Escalade au Centre d'Amusement Action directe (16 juillet)
Semaine 5 : Camp Boute-en-train (23 juillet)
Semaine 6 : Équitation 1101 (30 juillet)
Semaine 7 : Olympiades et jeux d'eau avec les pompiers de Rawdon (6 août)
Semaine 8 : Arbraska (13 août)
Semaine 9 : Déjeuner de groupe (20 août) / Gala (21 août)

Tarifcation par semaine

Camp de jour pour résidents : 61,80 \$ (semaine 1 : 24,72 \$)
Service de garde pour résidents : 20,60 \$ (semaine 1 : 8,24 \$)
Camp de jour pour non-résidents : 87,55 \$ (semaine 1 : 35,02 \$)
Service de garde pour non-résidents : 36,05 \$ (semaine 1 : 14,42 \$)

RABAIS FAMILIAUX

Lors de l'inscription, les familles avec 3 enfants et plus bénéficieront d'un rabais de 25 % à chaque inscription à partir du 3^e enfant.

Chandail obligatoire*

Afin de bien identifier les jeunes lors des sorties, l'achat d'un chandail est obligatoire. Le coût est de 14,42 \$ (18,03 \$ pour les non-résidents). Vous devez payer le chandail lors de l'inscription, en personne ou en ligne.

*Les chandails sont remis lors de l'inscription à l'hôtel de ville et lors de la rencontre d'information (information ci-dessous).

Rencontre d'information des parents le 16 mai à 11 h, sur le terrain du Collège Champagneur. En cas de pluie, la réunion aura lieu au gymnase du centre Metcalfe.

Période d'inscription

Le nombre de places étant limité, les inscriptions prendront fin dès que le nombre maximum de places sera comblé. Pour faire l'inscription, suivre les instructions sur www.rawdon.ca ou vous présenter à la réception de l'hôtel de ville.



CAMP DE JOUR BILINGUE

Pour une deuxième année au camp ExplorAction de Rawdon, 2 groupes bilingues seront offerts (les enfants sont répartis selon l'âge).

Concept des groupes bilingues

Les activités comme le bricolage, les jeux sportifs, le kayak, etc., et tout échange avec l'animateur se font en anglais.

Les activités communes avec les autres groupes du camp de jour : activités spéciales, sorties, service de garde, bibliothèque, etc., sont en français.

Ce concept permettra à la fois aux anglophones et aux francophones de se familiariser avec la langue anglaise et française!

Important : Le mandat du camp bilingue n'est pas de reproduire les méthodes d'enseignement de type « école », mais plutôt d'introduire dans les activités quotidiennes, les notions de la langue anglaise et française.

DÉFI SANTÉ

Pour une 2^e année consécutive, Rawdon participe au **DÉFI SANTÉ 5/30/ÉQUILIBRE!**

Si votre inscription au Défi Santé 5/30/Équilibre est faite avant le 1^{er} mars, nous vous rappelons de participer aux activités gratuites de la municipalité. Visitez notre site Internet ou procurez-vous un dépliant à l'hôtel de ville.

Pour les personnes inscrites au Défi Santé, profitez du tirage d'un crédit pour un cours à la session automne 2015 / hiver 2016 de la programmation municipale (réservé aux résidents de Rawdon) Sur présentation d'une preuve d'inscription au Défi Santé au Service des loisirs et de la culture (en personne à l'hôtel de ville), vous courez la chance de gagner un crédit pour un cours à la session automne 2015 / hiver 2016!

Tirage : 11 avril 2015

Information : Service des loisirs et de la culture, 450 834-2596, poste 7160

www.rawdon.ca/loisirs@rawdon.ca



OUVERTURE DES PARCS ET ESPACES VERTS

16 mai 2015 – Ouverture des parcs Dorwin et Cascades et du bureau d'accueil touristique (fins de semaine seulement. Ouverts 7 jours à partir du 20 juin)

20 juin 2015 – Ouverture de la plage municipale

Venez profiter de vos magnifiques parcs avec la belle saison qui débute!

Information : 450 834-2596, poste 7160

PRIVILÈGE POUR LES RÉSIDENTS :
entrée gratuite, avec preuve de résidence.

Non-résidents :

• 15 ans et plus : 7 \$

• 7 à 14 ans : 3 \$

• Moins de 7 ans : gratuit

PROGRAMMATION DU PRINTEMPS

TENNIS

Abonnement de tennis

Jeune 14 ans et - : 15 \$ / saison

15 ans et + : 55 \$ / saison

Famille : 100 \$ (3 personnes et +) / saison

Non-résident : 30 \$ / semaine, 70 \$ / saison

Pour tout abonnement : 10 \$ de dépôt pour la clé, remboursable au retour de la clé au cours de la même année

Cours de tennis récréatifs

Mini tennis (5 à 8 ans) mardi 17 h

Tennis jeune (9 à 14 ans) débutant - mardi 18 h

Tennis jeune (9 à 14 ans) intermédiaire - mardi 19 h

Tennis adulte (15 ans et +) débutant et intermédiaire - mardi 20 h à 21 h 30 (90 minutes)

Cours de groupe de 4 à 8 personnes

Professeur : Julien St-François

Durée : 6 semaines

Début : 5 mai

Coût : 14 ans et - : 45 \$, 15 ans et + : 73 \$

ACTIVITÉS SPORTIVES JEUNESSE

Gymnastique | 5-12 ans

L'enfant développe son potentiel gymnique dans des cours adaptés à son âge et à son niveau et ce, dans une atmosphère amusante et inspirante!

5 à 7 ans : samedi 10 h 15 à 11 h 15

Inscriptions

Priorité aux Rawdonnois :

7 au 12 avril

Pour tous : 13 au 17 avril

Par Internet : www.rawdon.ca

En personne : hôtel de ville (3647, rue Queen)

450 834-2596, poste 7160 / loisirs@rawdon.ca

8 à 12 ans : samedi 11 h 30 à 12 h 30

École des Cascades, pavillon Sainte-Anne

Matériel requis : vêtements confortables, pas de jeans

Coût : 40 \$ (6 semaines)

Professeure : Marie-Claire Bouchard

Initiation à la planche à roulettes | 7 à 12 ans

Cours d'initiation à la planche à roulettes

7 à 8 ans : vendredi 17 h à 18 h

9 à 12 ans : vendredi 18 h à 19 h

Skate park du centre Metcalfe

Matériel requis : planche, casque et protège-genoux obligatoires

Coût : 40 \$ (6 semaines)

Début de la session : 1^{er} mai

Professeur : Maison des jeunes de Rawdon

En cas de pluie, l'activité est remise à la semaine suivante.

ACTIVITÉ CULTURELLE ADULTES 15 +

Vitrail

Cours débutant et intermédiaire adapté à chaque niveau.

Centre Metcalfe

Jeu 19 h à 22 h

Coût : 73 \$ (6 semaines) + matériel

Matériel pour débutant : 85 \$

Matériel pour intermédiaire : 20 \$

Professeur : Patrice Potvin

PROGRAMMATION DU PRINTEMPS (SUITE)

ACTIVITÉS SPORTIVES ADULTES 15 +

Body fitness général

C'est une combinaison variée d'étirements, de musculation et de mouvements cardio. Tout votre corps sera sollicité. Accessible pour tous les âges.

Mardi de 18 h 30 à 19 h 30 et/ou

Jeudi de 18 h 30 à 19 h 30

Centre Metcalfe

Matériel requis : poids de 2 à 5 livres et un matelas de sol

Coût : 38 \$ (6 semaines)

Professeure : Gail Lukian

Cardio-poussette

Conçu pour les nouvelles mamans qui poussent leur enfant à l'aide d'une poussette, ce programme d'entraînement cardiovasculaire et musculaire ne comporte aucun saut. Il est à noter que les bébés doivent être âgés d'au moins 2 semaines (si accouchement sans complications) ou de 6 à 8 semaines (si accouchement par césarienne ou avec complications), jusqu'à environ 12 mois. Nous suggérons également que les bébés soient allaités avant ou après la séance.

Vendredi de 10 h 15 à 11 h 15

Plage municipale

Matériel requis : être convenablement habillé pour l'extérieur, une poussette, un matelas de sol et un élastique

Coût : 65 \$ (8 semaines)

Professeure : Marjolaine Laporte (bannière Cardio Plein Air)

Cardio-Vitalité

À votre rythme pour une progression en douceur! Le programme Cardio-Vitalité représente une excellente initiation à l'entraînement à ciel ouvert et vous permet de vous mettre en forme en toute sérénité.

Vendredi de 9 h à 10 h

Plage municipale

Matériel requis : être convenablement habillé pour l'extérieur, un matelas de sol et un élastique

Coût : 65 \$ (8 semaines)

Professeure : Marjolaine Laporte (bannière Cardio Plein Air)

Yoga

Tous les cours comprennent étirements, techniques de renforcement, postures, mouvements, techniques respiratoires, techniques de concentration, de relaxation et de méditation. Vous y développerez graduellement souplesse, force, vitalité, sérénité de l'esprit ainsi qu'une meilleure connaissance de soi.

Yoga pour tous

Ce style de yoga s'adapte selon la capacité physique de chacun.

Lundi 13 h à 14 h 30 ou 19 h à 20 h 30

Pilates-Yoga

Ce cours de mise en forme combine la forme classique du Pilates et le Yoga. Ce programme complet d'exercices vise à mettre en action tous les groupes musculaires. On insistera particulièrement sur les exercices pour tonifier les muscles abdominaux et fessiers. Nous utiliserons à l'occasion certains accessoires.

Ce cours en Pilates-Yoga est enseigné par Julie Arseneault, diplômée de Peak Pilates et de plusieurs écoles en Yoga et en naturopathie.

Lundi 15 h à 16 h 30

Yoga dynamique

Ce style de yoga est une discipline fluide et dynamique. L'enchaînement y est continu. Le yoga dynamique donne très chaud afin d'éliminer les toxines.

Lundi 17 h à 18 h 30

Centre Metcalfe

Matériel requis : tapis de sol

Coût : 90 \$ (8 semaines)

Professeure : Julie Arseneault

Possibilité de faire des reprises de cours en cas d'absence et de participer à certains cours de perfectionnement supplémentaires gratuitement.

Zumba®

Êtes-vous prêt à faire la fête pour être en forme? Le programme Zumba®, c'est une fête de conditionnement physique et de danse latine, efficace, facile à suivre, pour brûler des calories et maintenir la forme.

Mardi 19 h 45 à 20 h 45

Vendredi 18 h 30 à 19 h 30

Centre Metcalfe

Coût : 38 \$ (8 semaines)

Professeure : Émilie Pesant (certifiée Zumba®)

Zumba Gold®

La Zumba Gold® s'adresse surtout aux débutants de tous âges, désireux de reprendre une activité physique, tout en s'amusant! C'est une activité idéale pour les seniors ou pour les participants qui sont physiquement limités ou inactifs. Nul besoin de savoir danser pour suivre ce cours. La musique est latine et ensoleillée!

Mercredi 10 h à 11 h

Centre Metcalfe

Coût : 38 \$ (8 semaines)

Professeure : Émilie Pesant (certifiée Zumba®)

Petits
bonheurs

Le rendez-vous culturel des tout-petits

LE FESTIVAL PETITS BONHEURS S'ARRÊTE À RAWDON!

Brico-musique Harpe-Maracas | Daphné Bisson | Jeunesses musicales du Canada
Au centre Metcalfe (3597 rue Metcalfe) | 3 mai dès 10 h (55 minutes)

Munis d'éléments de recyclage ou d'items inusités, les enfants créeront eux-mêmes un instrument de musique à plusieurs sonorités. Cet atelier de bricolage imaginaire permettra aux enfants de s'initier à l'univers de la musique et de découvrir le son mélodieux de la harpe. En laissant aller leur créativité, ils fabriqueront une harpe du Madagascar unique, unissant cordes et percussions. Une œuvre colorée interprétée par les enfants conclura l'atelier. Attention, fanfare au rendez-vous! **Cette activité s'adresse aux enfants de 3 à 6 ans.**

8

Activité gratuite, places limitées (16 enfants + leur parent), inscriptions obligatoires par téléphone au 450 834-2596, poste 7160. Programmation complète à www.petitsbonheurslanaudiere.com.



BIBLIOTHÈQUE ALICE-QUINTAL

BIBLIOTHÈQUE

ACTIVITÉS

**POUR TOUTES LES ACTIVITÉS, L'INSCRIPTION EST OBLIGATOIRE
AU COMPTOIR DU PRÊT OU PAR TÉLÉPHONE AU 450 834-2596, POSTE 7162.**

JEUNESSE

Heure du conte | 3 à 6 ans

Avec ta doudou ou ton toutou, viens te faire raconter une belle histoire. La soirée se terminera par un bricolage.

Les vendredis 27 mars, 10 et 24 avril, 8 et 22 mai, et 5 juin à 19 h

Histoire inventée | 7 ans et +

Maintenant que tu sais écrire, c'est à ton tour d'inventer une histoire!

Les vendredis 20 mars, 17 avril, 1^{er}, 15 et 29 mai, et 12 juin à 19 h

ADULTES

Book Club

Rencontre d'échange pour partager l'amour de la lecture.

Les mercredis 18 mars, 15 avril, 20 mai et 17 juin à 13 h 30

Ateliers d'écriture

Ateliers donnés par Mme Florence Hally qui vous accompagne dans votre parcours de création littéraire.

Les mercredis 13, 20 et 27 mai à 13 h 30

POUR TOUS

Vente de livres usagés

Les premiers samedis du mois : 4 avril, 2 mai et 6 juin de 9 h 30 à midi

Initiation Internet

Sur rendez-vous seulement, sans frais.

Accompagné de M. Cristian Stratica, faites vos premiers pas sur le Net.



Dates Lundis	Heures 9 h à midi	Activités Activités diverses	Organismes Maison de Parents de la Matawinie Ouest	Tarifs Gratuit	Endroits Maison de Parents de la Matawinie Ouest 3615, rue Queen, local 2	Infos 450 834-5179
Mardis	13 h	Scrabble	Club de scrabble Écristôt	3 \$ / partie	Restaurant Le Tournesol - 3217, 1 ^{er} Avenue	450 834-1142
Mardis et mercredis	19 h	Fléchettes	Légion Royale Canadienne	5 \$ - pour tous	Légion Royale Canadienne - 3604, rue Albert	450 834-2373
Mardis et jeudis	13 h	Billard	Légion Royale Canadienne	1 \$ / partie pour tous	Légion Royale Canadienne - 3604, rue Albert	450 834-2373
Mardi et vendredi	13 h	Marche	La Marche des Rawdonneurs	0,50 \$ / marche 20 \$ / année 5 \$ / carte de membre	Stationnement de l'église Marie-Reine-du-Monde 3763, rue Queen	450 834-4560
Mercredis, du 18 mars au 27 mai	9 h	ViActive	FADOQ et Municipalité	Gratuit pour tous	Sous-sol de l'église Marie-Reine-du-Monde 3763, rue Queen	450 834-4234
Mercredis	12 h 45	Bridge	Club de bridge Duplicata	4 \$	Église Unie - 3253, 4 ^e Avenue	450 834-6629
Jeudis	18 h 30	Scouts : Castors (7 à 9 ans)	45 ^e Groupe Scout de Rawdon	45 \$ et +	Chalet plage municipale - 3304, 8 ^e Avenue	450 834-4978
Vendredis	19 h	Cribble	Légion Royale Canadienne	5 \$ - pour tous	Légion Royale Canadienne - 3604, rue Albert	450 834-2373
Vendredis	14 h à 16 h	Vendredi après-midi dehors	Association d'Enfants Scolarisés à la Maison (AESM)	Gratuit	Divers parcs de Rawdon www.ecolemaisonlanaudiere.org	450 882-2123, poste 5026
Vendredis	9 h à midi	Popotte Montcalm Matawinie (bénévoles recherchés)	Centre communautaire bénévole Matawinie	Prix variés	Groupe Solidarité Sociale 3625, rue Queen	450 882-1089 1 888 882-1086
Vendredis et dimanches		Cours de musique (instruments et chant)	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	À déterminer	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	450 834-3334 mail@cimrawdon.info
Vendredis, sauf 3 avril et fin le 26 juin pour l'été	10 h à 15 h	Activités diverses (anglophones)	Friday Friends (Les amis du vendredi)	7,50 \$ - dîner et transport inclus	Église Unie Mid Laurentian Hall 3217, 4 ^e Avenue	450 834-6604
19 mars	9 h à 16 h	Ski ou glissade sur tube pour les 17 ans et moins, avec preuve de résidence OBLIGATOIRE.	Club Optimiste de Rawdon	3 \$ inscription sur place	Ski Montcalm 3294, rue Park	Info seulement 450 834-2943
21 mars	10 h à midi	Salon du gardiennage	La Maison de Parents de la Matawinie Ouest	Gratuit. Réservation requise	Maison de Parents de la Matawinie Ouest 3615, rue Queen, local 2	450 834-5179
24 mars	19 h	Tournoi intérieur (3D = 2 x 10)	Les Archers de Rawdon	Membre : 10 \$ N-membre : 20 \$	Gymnase de l'école secondaire des Chutes 3144, 18 ^e Avenue	450 834-2753 450 834-7558
28 mars	9 h à 14 h	Atelier de courtpointe	Guilde de Patchwork Rawdon	Gratuit, dîner 3 \$	Salle paroissiale de l'église Christ Church 3537, rue Metcalfe	450 834-2235
29 mars	9 h à 11 h 30	Inscription Baseball 2015 et baseball intérieur	Association Baseball Mineur Rawdon	Entre 60 \$ et 135 \$ pour la saison	Gymnase de l'école secondaire des Chutes 3144, 18 ^e Avenue	450 834-7874 abmr@hotmail.ca
3 avril	19 h à 21 h 45	Disco pour les 7 à 14 ans (recherche de bénévoles)	Club Optimiste de Rawdon	Entrée : 3 \$ Casse-croûte : tout est à 1 \$	Pavillon Sainte-Anne 3790, ch. du Lac-Morgan	450 834-4270
Du 3 au 26 avril		Activité et événements sur la Russie	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	À déterminer	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	450 834-3334 mail@cimrawdon.info
3-4-5 avril	3 : 18 h 30 à 20 h 4 : 12 h 30 à 20 h 5 : 12 h 30 à 19 h 30	Soccer intérieur	Soccer Rawdon	Prix variés pour la saison	Gymnase de l'école secondaire des Chutes 3144, 18 ^e Avenue soccerrawdon@gmail.com	Après 18 h : 450 834-8628
18 avril	13 h 30	Assemblée générale annuelle	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	Ouvert à tous	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	450 834-3334 mail@cimrawdon.info
25 avril	9 h à 14 h	Atelier de courtpointe	Guilde de Patchwork Rawdon	Gratuit, dîner 3 \$	Salle paroissiale de l'église Christ Church 3537, rue Metcalfe	450 834-2235
1 ^{er} mai	19 h à 21 h 45	Dernière disco avant les vacances	Club Optimiste	Entrée : 3 \$ Casse-croûte : tout est à 1 \$	Pavillon Sainte-Anne 3790, ch. du Lac-Morgan	450 834-4270
2 mai	20 h	Spectacle du Maire avec en vedette Bernard Simard	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	Prix à déterminer	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	450 834-3334 mail@cimrawdon.info
2 mai	11 h à 13 h	Dîner et vente de printemps	A.C.W. Église Anglicane Christ Church	Dîner : 10 \$	Salle paroissiale de l'église Christ Church 3537, rue Metcalfe	450 834-2235
6 mai	14 h	Assemblée générale annuelle	FADOQ	Ouvert à tous	Sous-sol de l'église Marie-Reine-du-Monde 3763, rue Queen	450 834-5576
16 mai	10 h à 16 h	Fête familiale annuelle	Maison de Parents de la Matawinie Ouest	Admission : 2 \$ / enfant, adulte gratuit	Cours du collège Champgneur 3713, rue Queen	450 834-5179
17 mai	12 h 30	Tournoi de golf annuel	Chevaliers de Colomb	À déterminer	Club de golf Rawdon - 3999, Lakeshore drive	450 834-3549 450 834-3718
23 mai	9 h à 14 h	Atelier de courtpointe	Guilde de Patchwork Rawdon	Gratuit, dîner 3 \$	Salle paroissiale de l'église Christ Church 3537, rue Metcalfe	450 834-2235
28 mai	11 h 30 à 15 h	Levée de fonds	Rescousse Amicale	1 \$ / hot dog et 1 \$ / boisson gazeuse	Rescousse Amicale 3689, rue Albert	450 834-3151
6 et 7 juin	5 h à 17 h	Tournoi de pêche	Chambre de commerce de Rawdon	À déterminer	Plage municipale de Rawdon	450 834-2282
6 juin	10 h à 13 h	Vente d'occasion	A.C.W. Église Anglicane Christ Church	Gratuit, dîner 3 \$	Salle paroissiale de l'église Christ Church 3537, rue Metcalfe	450 834-2235
Du 15 au 21 juin		Plusieurs activités pour la Semaine Québécoise de la Paternité	Maison de Parents de la Matawinie Ouest		Cours du collège Champgneur 3713, rue Queen	450 834-5179
27 juin	11 h à 13 h	Dîner et vente de courtpointes	Guilde de Patchwork Rawdon	Gratuit, dîner 3 \$	Salle paroissiale de l'église Christ Church 3537, rue Metcalfe	450 834-2235