Actualité Adéloise

PHOTO : ALEXE ROOT

PLACE DES CITOYENS programmation 13

ACTIVITÉS LOISIRS programmation 17

SAINTE ADÈLE

BULLETIN MUNICIPAL | MARS 2025

MOT DE LA MAIRESSE

Chères Adéloises,
chers Adélois,

Le « développement immobilier », voilà un sujet qui anime les passions et qui génère une multitude de préjugés, tels que : « c'est juste l'argent qui compte », « on favorise les promoteurs », « on ne se préoccupe pas de ce que veulent les citoyens »... et ainsi de suite. Mais soyons clairs : on ne fait pas du développement immobilier n'importe où, n'importe quand et n'importe comment.

Ceci pouvait être vrai jusqu'au début des années 80 alors qu'il n'y avait ni MRC, ni loi sur l'aménagement du territoire et, conséquemment, aucun schéma d'aménagement du territoire. C'est en 1979 que le gouvernement du Québec adopte la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme, soit la Loi 125. C'est dans ce contexte que sont créées les Municipalités Régionales de Comté (MRC), qui avaient pour mandat d'élaborer un schéma d'aménagement devant être mis à jour périodiquement afin de se conformer aux réalités d'un territoire en évolution.

La Loi sur l'aménagement et l'urbanisme a ainsi amené les municipalités et villes à se doter d'un service d'urbanisme dont la tâche était notamment de mettre en place un plan d'urbanisme qui définit les grandes règles de planification du territoire et la vision qui est sous-jacente. Ce plan doit faire l'objet de consultations publiques avant de mettre en place la règlementation appropriée, laquelle doit tenir compte de la volonté et des orientations citoyennes. Cette règlementation définit ce qui est permis de faire à travers divers zonages sur le territoire. Finalement, le tout doit recevoir le sceau de conformité au schéma d'aménagement par le Conseil des maires de la MRC.

Le territoire de la Ville de Sainte-Adèle est très grand, soit quelque 125 km^2, et il est fort possible que le tout ne soit pas parfait. De plus, la situation évoluant, il faut revoir ce plan occasionnellement afin qu'il demeure conforme à la réalité. Lorsqu'un projet est présenté au Service de l'urbanisme, puis analysé et soumis au Comité consultatif d'urbanisme (CCU), il est ensuite recommandé pour approbation au Conseil s'il est conforme à la règlementation.

Ainsi, on ne peut refuser un projet s'il est conforme à la règlementation. Si, toutefois, le projet ne nous convient pas et qu'il ne correspond pas à notre vision du développement, le Conseil peut remettre en question la règlementation et y apporter les modifications souhaitées pour l'avenir. C'est ainsi qu'en 2021, le Conseil municipal a approuvé une refonte du plan d'urbanisme présentée par le Service de l'urbanisme et de l'environnement. Cette refonte, couvrant les années 2021 à 2036, s'appuie sur différentes études, plans directeurs et stratégiques, rencontres, groupes de discussion et consultations auprès des acteurs du milieu et des citoyens.

La Ville de Sainte-Adèle vit, depuis la pandémie, une croissance démographique quasi-exponentielle, qui se traduit par l'émergence d'une multitude de nouveaux projets résidentiels. Selon l'Institut de la statistique du Québec (ISQ), on prévoit une augmentation de la population de 20 % d'ici à 2041 dans la MRC des Pays-d'en-Haut. Au regard de ces chiffres bien au-delà des prévisions, peut-être y aurait-il lieu de se pencher sur une nouvelle refonte qui reflèterait davantage notre réalité et nos enjeux actuels?

Votre mairesse,
Michèle Lalonde

AFFAIRES MUNICIPALES

TAXES MUNICIPALES
Échéances pour l'année 2025

Tous les contribuables adélois devraient avoir reçu leur compte de taxes 2025 par la poste. Il est de votre responsabilité de vous en assurer et de procéder aux versements selon l'échéancier établi.

Les contribuables peuvent acquitter leur compte de taxes en 6 versements, sans intérêts, pour les comptes de 300 $ et plus.

- **1er versement : le 6 mars**
- **2e versement : le 17 avril**
- **3e versement : le 29 mai**
- **4e versement : le 10 juillet**
- **5e versement : le 21 août**
- **6e versement : le 2 octobre**

Modalités de paiement
Nous privilégions les paiements par **internet sur les sites des institutions financières** participantes mais acceptons également les paiements par :

- **Guichet automatique** ou **au comptoir** des caisses Desjardins et de la Banque Nationale
- **Paiement direct (Interac)** ou en **argent comptant** au comptoir de perception de l'hôtel de ville
- **Chèque** ou **chèques postdatés** (en inscrivant à l'endos des chèques le numéro de matricule) directement à nos bureaux ou par la poste.

VOUS VOULEZ EN SAVOIR PLUS SUR LE BUDGET 2025?

Balayez ce code QR pour consulter la présentation visuelle et l'enregistrement audio.

LA VILLE DE SAINTE-ADÈLE JOIGNABLE 24/7 !

Un seul numéro

311

DE L'EXTÉRIEUR DE SAINTE-ADÈLE :
450 229-2921

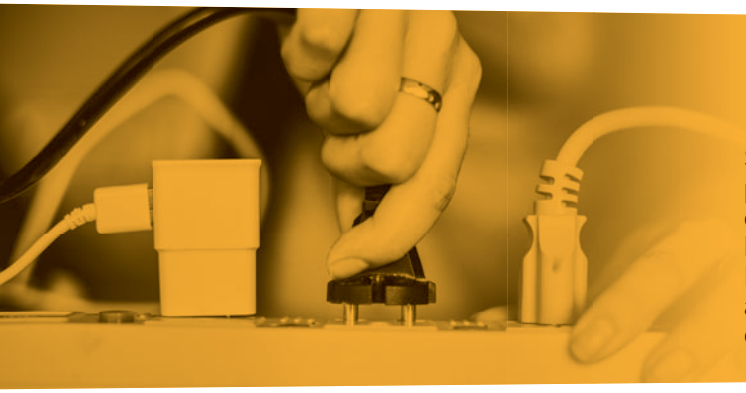
ENTREPOSAGE ET MANIPULATION **DE PRODUITS INFLAMMABLES**

La plupart des gens savent que le liquide à fondue et l'essence pour la tondeuse sont potentiellement dangereux, en raison des vapeurs toxiques qui s'en dégagent et qui peuvent s'enflammer ou exploser. Cependant, saviez-vous qu'il en est de même pour le fixatif à cheveux, certaines peintures, ou encore des produits d'entretien de piscine et ce, même s'ils sont entreposés en petites quantités à des températures ambiantes? Même un chiffon imbibé d'un produit tel que du diluant à peinture pourrait s'enflammer s'il est laissé en plein soleil sur un balcon. Mieux vaut le déposer dans un contenant à l'épreuve du feu, comme il est également recommandé de le faire pour les cendres du feu de foyer.

Une manipulation sécuritaire de ces produits doit se faire à l'extérieur ou dans une pièce bien aérée, en les éloignant de toute source de chaleur comme, par exemple, une cigarette allumée. Il est recommandé d'avoir à proximité un extincteur portatif de type ABC afin d'éteindre un début d'incendie, car il est déconseillé de tenter d'éteindre ce type de feu avec de l'eau.

Idéalement, entreposez les liquides inflammables ou combustibles loin des sources de chaleur, comme dans un garage ou un cabanon, en évitant de les placer près d'une fenêtre ou d'une porte. Conservez-les dans leur contenant d'origine avec l'étiquette ou, pour l'essence, dans un bidon étiqueté, hermétique et conçu à cet effet.

Pour disposer de ce type de produits ou de liquides, consultez l'Écocentre ou l'application « Ça va où? ». Ne versez jamais le produit dans une toilette ou un évier, car il peut accumuler une charge d'électricité statique capable de créer une étincelle. Sans parler de l'effet polluant dommageable pour l'environnement, évidemment!



MULTIPRISE

Si vous utilisez une multiprise, assurez-vous qu'elle est munie d'une protection contre la surintensité, afin d'éviter les surcharges du circuit d'alimentation. La présence d'un bouton rouge qui coupe l'alimentation électrique est un indice de la présence de ce dispositif. De plus, en cas de panne de courant, cette fonction protège vos appareils électriques. Branchez uniquement des appareils à faible consommation d'électricité dans une telle prise.

SOYEZ PRÊTS POUR 72 h

TROUSSE D'URGENCE

ADOPTER UN COMPORTEMENT SÉCURITAIRE **LORS D'UN FEU DE FORÊT**

Lors d'un feu de forêt, les pompiers forestiers de la Société de protection des forêts contre le feu (SOPFEU) sont requis pour intervenir au sol et, la plupart du temps, par les airs, soit avec un hélicoptère ou un avion-citerne. Ce sont eux qui sont responsables de l'intervention, même s'ils combattent l'incendie avec les pompiers de la Ville.

Pour votre sécurité et pour ne pas nuire au travail des équipes d'intervention d'urgence, ne vous approchez pas des zones de combat de feu.

Si vous êtes sur un plan d'eau :

- Regagnez immédiatement la rive. Bien que le travail de ces avions soit spectaculaire, il ne faut pas s'en approcher.

Si vous vous trouvez près d'un brasier sur lequel des avions-citernes larguent de l'eau :

- Quittez les lieux, si c'est possible. Le largage d'un avion-citerne représente la chute de six tonnes d'eau. Cela constitue un risque important pour une personne.

- Si vous ne pouvez sortir à temps de la zone de largage, abritez-vous derrière un arbre, du côté opposé d'où l'avion arrive, et accrochez-vous solidement. En l'absence d'arbre, couchez-vous au sol, face contre terre, la tête orientée du côté d'où vient l'avion.

Et surtout :

- Ne faites pas voler un drone au-dessus d'un feu de forêt puisque sa présence met en péril le travail des avions-citernes.

BRÛLAGES DE REBUTS **EST-CE LA BONNE SOLUTION?**

Chaque année, 75 incendies de forêt sont causés par des brûlages de rebuts, ce qui en fait l'une des principales causes de feux de forêt. Ce qu'il faut savoir :

- Les flammes peuvent rapidement se propager aux zones boisées et causer des incendies de grande envergure. Les conséquences peuvent être désastreuses, tant pour les écosystèmes naturels que pour les communautés avoisinantes.

- Avant de faire un feu de brûlage, il faut s'assurer que le ministère des Ressources naturelles et des Forêts (MRNF) n'a pas décrété d'interdiction de faire des feux à ciel ouvert. Pour le vérifier, consultez les restrictions en vigueur sur le site web de la SOPFEU.

- Il est également important de consulter la réglementation municipale sur notre site internet.

- Il existe d'autres alternatives écologiques et sécuritaires pour disposer des rebuts : le compostage, la collecte des matières organiques et l'Écocentre.

Source : SOPFEU

JOURNÉE *verte*

- Distribution de compost
- Distribution de végétaux
- Déchiquetage de papier

SAMEDI
24 MAI
DE 9 H À 12 H

PLACE *des citoyens*

SAINTE ADÈLE

VENTES DE GARAGE ET BAZARS

Les 17, 18 et 19 mai entre 8 h et 18 h

Vous faites le grand ménage? Vous voulez vous départir d'articles personnels en bon état ou donner une 2e vie à certains objets qui pourraient faire le bonheur d'une autre personne? Organisez une vente de garage pendant la fin de semaine du 17, 18 et 19 mai et débarrassez-vous de certains items tout en faisant quelques sous.

Maximisez la visibilité de votre vente de garage en complétant notre formulaire en ligne. Votre adresse figurera ainsi dans la liste des adresses participantes, qui sera diffusée à l'approche de la fin de semaine des ventes de garage et bazars.

Nous vous rappelons qu'à Sainte-Adèle, les ventes de garage sont gratuites et ne requièrent pas de permis ou d'autorisation de la part de la Ville.

Inscrivez-vous à la liste des adresses participantes sans tarder via notre site internet!

LE SEL :
À utiliser avec modération!

Qu'il soit utilisé l'hiver comme fondant sur le pavé, ou l'été dans le système de traitement de l'eau de piscine, le sel a un fort impact sur les lacs. Malheureusement, à Sainte-Adèle, certains lacs dépassent déjà de beaucoup la limite naturelle.

QUELS SONT LES IMPACTS?

- La présence de trop de sel dans un lac change son équilibre de différentes façons; il limite ou empêche entre autres le brassage de l'eau au printemps et à l'automne, ce qui diminue l'apport en oxygène au lac et relâche des cyanobactéries et du phosphore dont se nourrissent les algues;
- La salinité de l'eau nuit au zooplancton qui se nourrit de phytoplancton et de cyanobactéries. Moins il y a de zooplancton, plus il y a d'algues et de cyanobactéries.
- L'excès de sel provoque le vieillissement prématuré des lacs et abîme également vos végétaux et vos pavés.

COMMENT FAIRE VOTRE PART?

- Réduire le plus possible l'utilisation de fondant comme le sel pendant l'hiver;
- Utiliser des produits antidérapants comme le gravier ou le sable, également beaucoup moins dommageables pour vos aménagements;
- Prévenir la formation de glace en évitant d'orienter les gouttières vers les aires de circulation (piétonnière ou automobile);
- Pour l'entretien des rues municipales, la Ville privilégie l'utilisation d'abrasifs (sable, petites roches) plutôt que l'épandage de fondants comme le sel, et n'utilise ce dernier que pour certains segments de rues, soit les fortes pentes;
- Lors du lavage à contre-courant de la piscine (communément appelé *backwash*), ne pas rejeter l'eau vers les fossés, les cours d'eau ou les lacs.

BARRAGE DE CASTOR 101

Le castor, emblème officiel du Canada, est un travailleur infatigable... qui peut parfois causer des maux de tête lorsqu'il est trop vaillant!

Présent sur la grande majorité du territoire québécois, le castor est reconnu pour sa capacité à modifier le paysage et les cours d'eau par la construction de barrages. Périodiquement, ces constructions peuvent menacer les infrastructures humaines ou inonder des terres privées.

QUOI FAIRE EN PRÉSENCE D'UN BARRAGE?

Tout d'abord, il faut savoir qu'il est illégal pour un citoyen d'intervenir sur les barrages, à moins d'avoir obtenu un permis du ministère des Ressources naturelles et des Forêts (MRNF). Une intervention sans permis peut faire l'objet d'une enquête par les agents de la faune. Si vous constatez la présence d'un barrage de castor, il faut plutôt contacter la technicienne à l'environnement de la Ville, qui évaluera si une intervention est requise.

Il faut également savoir qu'il existe une procédure bien établie de surveillance des barrages de castor connus de la Ville :

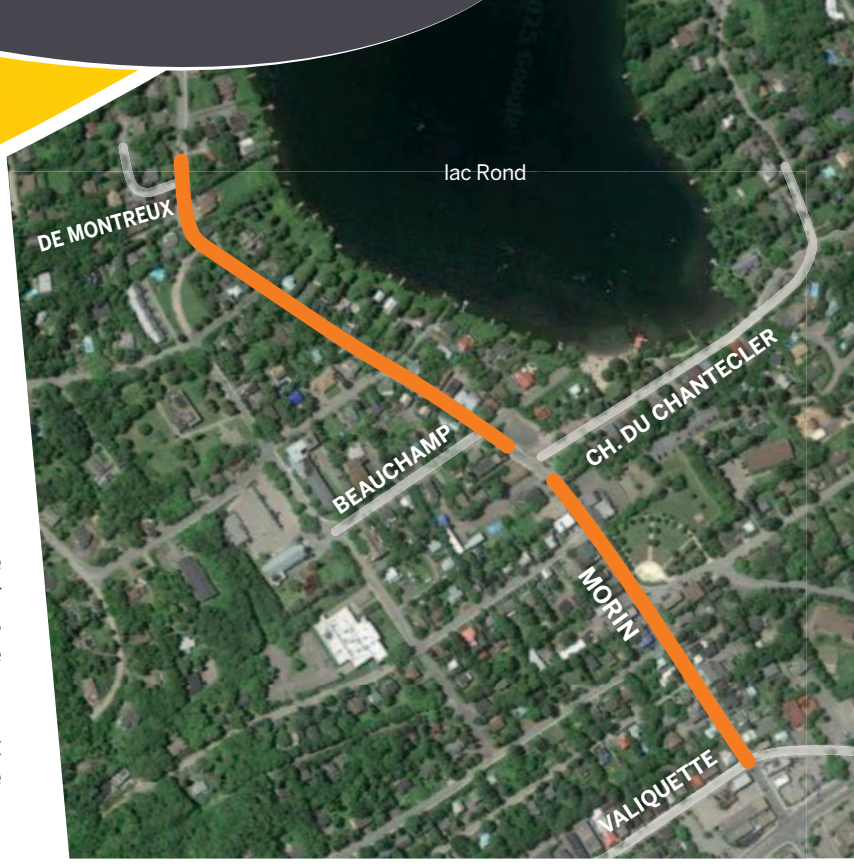
- Une inspection biannuelle est effectuée par la technicienne à l'environnement pour évaluer le barrage et son environnement. Pour les barrages qui présentent un risque plus élevé, un suivi plus fréquent ou au besoin est réalisé.
- La technicienne à l'environnement évalue la situation et le danger potentiel (inondation ou dommage aux propriétés et infrastructures municipales). Une intervention est possible quand la sécurité des personnes et des biens est menacée. Cependant, les démarches sont très légiférées et toute intervention n'est pas possible.
- La Ville tente d'intervenir le moins possible sur le milieu naturel.
- Les seules interventions effectuées par la Ville consistent à faire une brèche pour réduire la pression et assurer la libre circulation de l'eau. Au préalable, une visite des lieux en amont et en aval du barrage est réalisée pour s'assurer qu'il y aura un impact limité sur les propriétés et les infrastructures. Lorsqu'un ponceau est bouché, l'intervention est faite conjointement avec le Service des travaux publics.

Dans tous les cas, si vous voyez une situation qui vous semble anormale ou si vous avez des questions à ce sujet, n'hésitez pas à communiquer avec notre technicienne en environnement.

PARC DU MONT
LOUP-
GAROU
LÀ OÙ LE
BEAU TEMPS
ILLUMINE CHAQUE INSTANT!
1970, CH. DU PAYSAN, SAINTE-ADÈLE

Destination
4 SAISONS
PARC de la
Rivière Doncaster
4672, CH. DE LA DONCASTER, SAINTE-ADÈLE

PROJET DES PENTES 40/80 - PHASE 3 **TRAVAUX MAJEURS SUR LA RUE MORIN**



Il y aura encore beaucoup d'action au cœur de Sainte-Adèle cet été en raison de travaux majeurs qui se dérouleront sur la rue Morin, entre les rues Beauchamp et de Montreux dans un premier temps, et entre le chemin du Chantecler et la rue Valiquette dans un 2e temps.

Ce nouveau chantier, qui constitue la phase 3 du projet des pentes 40/80, est la suite des travaux réalisés dans le secteur depuis 2023.

QU'EST-CE QUE LE PROJET DES PENTES 40/80?
Ce projet d'envergure, de loin le plus grand projet d'infrastructure réalisé par la Ville à ce jour, consiste à mettre en place un réseau sous-terrain qui permettra la séparation des eaux pluviales et des égouts sanitaires. L'objectif de ce projet majeur est d'arrêter d'acheminer l'eau de pluie vers l'égout sanitaire afin de réduire le traitement des eaux effectué à l'usine d'épuration. Il est ici question d'une diminution, au terme du projet, de 500 000 m³/an à l'usine, soit 20 % des eaux traitées actuellement.

POURQUOI CE PROJET EST SI IMPORTANT POUR SAINTE-ADÈLE?
- Il comporte des bénéfices environnementaux majeurs
- Il aura des impacts significatifs sur le développement de la Ville
- Il offre l'opportunité de mettre à niveau les infrastructures de surface
- La Ville bénéficie d'une aide financière gouvernementale importante

COMMENT ON CIRCULE LORSQUE L'ARTÈRE PRINCIPALE EST EN CHANTIER?
On ne se le cachera pas, c'est le cœur de Sainte-Adèle - incluant ses commerces, ses parcs, ses lieux de rassemblement et un secteur résidentiel – qui seront touchés par ces travaux. Comme on dit, on ne fait pas d'omelette sans casser des œufs! Toutefois, nous comptons faire tout ce qui est en notre pouvoir pour mettre en place des moyens qui permettront de limiter les contraintes et les désagréments.

Pour en savoir davantage sur ces travaux et les incidences qu'ils auront sur ce secteur, nous vous convions à une **soirée d'information, qui aura lieu le 20 mars à 18 h 30 à la Place des citoyens.**

PLAN DE PROTECTION DES SOURCES D'EAU POTABLE

La Ville de Sainte-Adèle multiple les efforts et les projets afin de protéger l'environnement et de s'assurer que la qualité de l'eau potable soit irréprochable, tant sur son territoire qu'en aval. C'est pourquoi nous participons activement à l'élaboration du *Plan de protection des sources d'eau potable*, une initiative d'Abrinord, l'Organisme de bassin versant de la rivière du Nord, qui regroupe neuf municipalités des Laurentides.

Nous sommes fiers de prendre part à cet engagement collectif et d'unir nos efforts pour veiller à protéger cette ressource inestimable qu'est l'eau potable. Il est inspirant de collaborer avec autant de municipalités motivées à changer les choses, ensemble.

SPCA
LAURENTIDES-LABELLE

ASSUREZ LA SÉCURITÉ de pitou et minou

L'identification de votre chien ou chat au moyen d'une licence est un règlement municipal (et une loi provinciale pour le chien).

Au-delà de ce caractère obligatoire, enregistrer votre animal et lui faire porter sa licence, c'est assurer sa sécurité.

La licence est valide pour la période d'une année allant du 1er janvier au 31 décembre pour le chien et permanente (à vie) pour le chat qui va à l'extérieur.

POUR VOUS PROCURER UNE LICENCE

- spcall.ca/licences
- 1 866 960-7722
- 355, rue Demontigny, Sainte-Agathe-des-Monts J8C 3S5

SAINTE ADÈLE

EMPLOIS SAISONNIERS

PLUSIEURS POSTES DISPONIBLES

TU ES PRÉSENTEMENT AUX ÉTUDES?

TU CHERCHES UN EMPLOI?

La Ville de Sainte-Adèle est en recrutement pour la période estivale.

- Sauveteur·se
- Manœuvre
- Préposé·e aux loisirs
- Adjoint·e administratif·ve
- Et plusieurs autres

ENVOIE-NOUS RAPIDEMENT TON CV!

SERVICE DES RESSOURCES HUMAINES

450 229-2921, poste 1188 | rh@vdsa.ca |

LA SÉCURITÉ AVANT TOUT!

AFFICHEURS DE VITESSE
Vroum! Vroum! Les automobilistes ont souvent le pied lourd et ce, même en zone urbaine. Malgré les limites de vitesse en place à Sainte-Adèle, il n'est pas rare de voir des voitures défiler à des vitesses bien au-delà de la limite permise.

Le Service des travaux publics reçoit régulièrement des demandes de citoyens pour l'installation d'afficheurs de vitesse en temps réel afin de sensibiliser les usagers de la route à respecter les limites permises.

Bonne nouvelle! La Ville a récemment fait l'acquisition d'un afficheur de vitesse mobile ainsi que d'une remorque. Selon des études, les afficheurs de vitesse ont un réel impact sur la conduite plus responsable des automobilistes mais l'efficacité demeure généralement de courte durée, soit de deux semaines à un mois. Il est donc recommandé d'opter pour des afficheurs mobiles plutôt que des modèles fixes afin de maximiser les impacts sur les différents secteurs de la Ville. Ces appareils mobiles permettent également de recueillir des données de circulation, un avantage supplémentaire pour la gestion de la sécurité routière.

À l'heure actuelle, la Ville possède 2 afficheurs de vitesse mobiles et compte en acquérir d'autres au fil du temps.

Ouvrez l'œil et surtout, levez le pied, pour votre sécurité et celle des autres!

NOUVELLE TRAVERSE PIÉTONNE
En cours d'année, une nouvelle traverse piétonne électronique clignotante sera aménagée sur la rue Saint-Joseph, à proximité du stationnement du parc Zénon-Alary. Plusieurs usagers du parc du Barrage s'y stationnent pour aller prendre une marche et profiter de ce magnifique sentier riverain. Cette nouvelle traverse facilitera ainsi l'accès des utilisateurs au parc du Barrage, en plus de sécuriser leurs déplacements sur cette rue fort achalandée.

PAVAGE DE TRONÇONS TRÈS ENDOMMAGÉS
À l'instar de toutes les routes et rues du Québec, celles de Sainte-Adèle sont endommagées par l'usure et surtout, par les périodes de gel et de dégel... une réalité annuelle à laquelle on n'échappe pas!

Autre bonne nouvelle! En 2025, des travaux de pavage seront effectués sur une superficie de plus de 34 611 m^2. Ces travaux, évalués à 1 million de dollars, permettront la reconstruction et le resurfaçage de tronçons de rue qualifiés de très endommagés et ce, sur plus d'une vingtaine de rues. De plus, les côtes des rues de l'Orée-des-Bois et du Belvédère seront pavées en cours d'année.

LIMITES DE VITESSE	
Grande majorité du territoire	40 km/h
Zones scolaires et abords des parcs	30 km/h
Routes collectrices à d'autres villes	50 km/h

ÉVÈNEMENTS 2025 DE LA CHAMBRE DE COMMERCE ET DE TOURISME DE SAINTE-ADÈLE

INFORMATION : SAINTE-ADELE.NET

Clair de lune

7 mars

Parc Doncaster

ÉVÉNEMENT ANNULÉ

Gala de la Nuit Adèloise

26 avril

Hôtel Mont Gabriel

Petits entrepreneurs

7 juin

Place des citoyens

Belles d'Autrefois

12 juillet

Parc Claude Henri-Grignon

Festival Haut en couleur

27 septembre

Parc Doncaster & Mont Loup-Garou

Oktobierfest

3-4 & 5 octobre

Place des citoyens

Marché de Noël

6 & 7 décembre

Place des citoyens

Desjardins Caisse de la Vallée des Pays-d'en-Haut
metro PLUS Joanne Dubé
IGA
Les Indécis
INNOV PROMOTIONS
Chez Milot
LAURENCE ÉQUIPE INGÉNIERIE CIVILE
AMYOT GÉLINAS
LES MACHINES BOYS
SAINTE ADÈLE
cime 103.9 101.3 LES LAURENTIDES DANS TA RADIO
DESJARDINS MARINE Ste-Adèle
FAMILLE JASMIN Marché du Chalet Sainte-Adèle
RIOPEL Centre de rénovation
Tiger PRODUCTION VIDÉO
BPS BRUNO PAQUIN SONORISATION
SHAWBRIDGE
ACCÈS INFORMER • INSPIRER
MÉDIALO

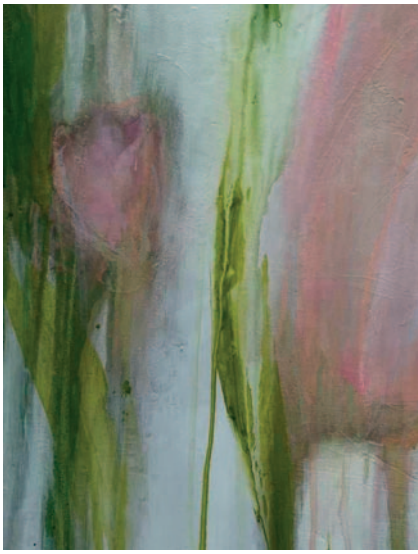
PLACE des citoyens

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2025

ACHAT DE BILLETS

EN LIGNE
www.ville.sainte-adele.qc.ca

À LA PLACE DES CITOYENS
999, boulevard de Sainte-Adèle
450 229-2921, poste 8300



– CONFÉRENCES –

10 000 KM SUR LA VOIE DU BONHEUR

AVEC YANNICK PROULX | TOUS

12 MARS | 19 H

Yannick Proulx a réalisé son rêve un peu fou de traverser le Canada à pied, pour à la fois redonner un sens à sa vie et mieux connaître son pays. De Terre-Neuve à la Colombie-Britannique, son périple de 10 000 km en dix mois lui aura fait découvrir de fabuleux paysages, vivre des épreuves salvatrices et rencontrer des personnes inspirantes qui, au fil des pas, lui auront fait comprendre la richesse d'une vie axée sur la simplicité, l'essentiel. Venez écouter cet aventurier hors du commun se raconter en images et en émotions. Qui sait, peut-être éveillera-t-il en vous l'envie de voyager autrement et de découvrir le monde à votre façon!

Carte citoyenne : 12 $ | Tarif régulier : 17 $

BAC OU PLEINE TERRE; QUOI SAVOIR POUR JARDINER SANS SE PLANTER

AVEC SERGE FORTIER | TOUS

10 AVRIL | 19 H

Amateurs de jardinage, voici l'occasion de faire le plein de conseils pour choisir le meilleur mode de culture selon vos besoins et vos attentes. Présentée par Serge Fortier, cette conférence vous aidera à développer une plus grande compréhension des besoins des végétaux et ainsi choisir la méthode de culture appropriée. Pourquoi la culture en contenants devient-elle si populaire? Est-ce une révolution dans la manière de faire pousser des plantes? Qu'advient-il des jardins en pleine terre? Formidable vulgarisateur, M. Fortier vous mènera vers la voie de la compréhension des lois environnementales qui gèrent de façon autonome le monde végétal sur Terre. C'est ce qui le distingue des autres conférenciers.

Carte citoyenne : 12 $ | Tarif régulier : 17 $

– ATELIERS –

LUDI-MUSIQUE

JEUNESSES MUSICALES CANADA
ENFANTS DE 4-5 ANS

22 MARS | 10 H 30

Dans cet atelier, parents et enfants sont invités à découvrir le langage universel et rassembleur de la musique. À partir de leur environnement sonore quotidien, les participants bougent et s'amusent à travers différents jeux rythmiques et mélodies variées, dans un esprit créatif et collaboratif. Cet atelier est présenté par Jeunesses Musicales Canada, un organisme qui encourage la relève musicale au Canada depuis 75 ans et qui donne plus de 630 ateliers annuellement. Ces activités musicales sont destinées à faire connaître et permettre la compréhension des musiques classiques sous plusieurs formes auprès des jeunes.

Carte citoyenne : 12 $ | Tarif régulier : 17 $
Adulte accompagnateur obligatoire : gratuit

PORTO, CHOCO ET CRÉATION

TRILOGIE DE SAVEURS ET DE COULEURS
ADULTES

27 MARS | 19 H À 21 H

Cet atelier savoureux et coloré est axé sur la découverte et les bienfaits de la création à travers des exercices artistiques simples et ludiques influencés par des notions de pleine conscience et d'art thérapie. Animée par l'artiste et coach en créativité Annie Murphy, cette activité conviviale et chaleureuse vous permettra de découvrir et d'intégrer des trucs et des astuces pour relaxer à travers l'art. **Tout le matériel est fourni, ainsi que la dégustation d'un porto et de chocolats**.

Carte citoyenne : 20 $ | Tarif régulier : 25 $

– SYMPHONIES –

AMANDA DARVEAU TRIO

23 MARS | 13 H 30

Autrice-compositrice-interprète au cœur gitan, Amanda nous amène, avec ses amis Vincent Delorme à l'alto et Dominic Gauthier à la contrebasse, en voyage jusqu'aux racines du jazz manouche avec des folklores roms, russes, klezmer, en passant par le swing et la chanson française. Tantôt instrumental, tantôt chanté, en français autant qu'en de multiples autres langues plus rarement entendues, le répertoire de ce trio sait éveiller le nomade qui sommeille en chacun de nous…

Carte citoyenne : 15 $ | Tarif régulier : 20 $

MÔNICA FREIRE

15 MAI | 19 H 30

Dans Ilhada, son nouvel album cosigné par le prestigieux réalisateur Jean Massicotte, Mônica Freire propose un voyage musical où son Brésil natal rencontre le Proche-Orient. Reflet du parcours d'une artiste qui se nourrit de ses diverses influences, les chansons, tour à tour dansantes et percutantes, naviguent entre le portugais et le français. Ce nouvel opus est une occasion pour l'artiste d'explorer ses racines diversifiées, la guitare brésilienne y côtoyant les percussions orientales, africaines et brésiliennes, ainsi que le kanun et l'oud, des instruments à cordes orientaux traditionnels. Ce spectacle rassemble des pièces délicates et poétiques, où il est question d'identités et d'exil, mais aussi de force et de joie.

Carte citoyenne : 15 $ | Tarif régulier : 20 $

MERCI À NOS PARTENAIRES

ACCÈS cime 103.9 101.3 LA COULEUR MUSICALE DES LAURENTIDES NousTV

– SPECTACLE JEUNESSE –

LA FORÊT DES MÉLOMANES

3 À 7 ANS

12 AVRIL | 10 H 30

Bienvenue dans cette forêt fantastique où les animaux parlent et jouent de la musique! Au rythme du Boléro de Ravel, les concierges Zikmu et Hélène dévoilent sous nos yeux un espace merveilleux : la forêt des mélomanes. Sous les incantations magiques d'Hélène, et avec l'aide de son collègue gazouillant, la forêt s'anime et prend vie. La musique créée par nos deux amis colorés réveille les habitants de ce bois fait de balais, de gants de vaisselle et de plumeaux. Ils y rencontrent Sergueï, le chat chanteur, Sarabuga, le géant aux grosses larmes, et l'ami le petit-suisse. Sensibles et curieux, Zikmu et Hélène découvrent à travers leur aventure des sons et des instruments de toutes sortes. Entrez avec eux dans ce monde magique où le réel laisse place à l'imaginaire!

Gratuit | Réservation obligatoire

– ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX –

TOURNÉE DES FINISSANT.ES 2025

ÉCOLE NATIONALE DE L'HUMOUR | 16 ANS+

2 MAI | 20 H À 21 H 30

La tournée 2025 des humoristes de l'École nationale de l'humour s'arrête à Sainte-Adèle pour présenter la crème de la relève humoristique! Les univers des 13 finissants.es **Mélodie Bujold-Henri, Gabriel Côté, Jade Gagné-Lavoie, Audrey Gagnon, Marc-Olivier Gladu, Théo Labbé, Marie-Ève Lasalle, Delphine Lestage-Archambault, Salem Mesri, Florent Montmigny, Eugénie Notomb, Étienne Petit** et **Félix Wagner** sont définitivement à découvrir dans ce dernier spectacle de leur parcours scolaire! Venez à eux, vous divertir et rire avec ces humoristes de l'École nationale de l'humour qui sont prêt.es à sortir de nos murs et parcourir le Québec (et même plus qui sait?)! **Alcool sur place ($).**

Carte citoyenne : 20 $ | Tarif régulier : 25 $

– EXPOSITIONS –

ENTRÉE LIBRE

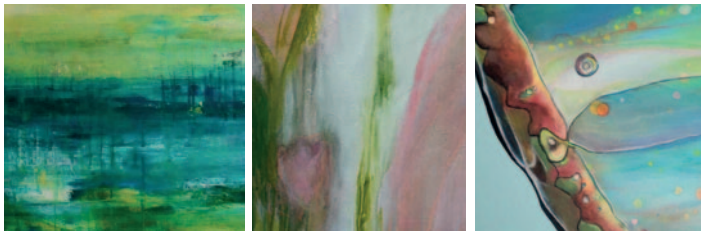
VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE | 11 H À 16 H

JULIE DESMARAIS

FIGURER LA BEAUTÉ DES LIEUX

14 AU 30 MARS

Julie Desmarais présente des œuvres récentes inspirées principalement par le territoire laurentien. Sa pratique artistique centrée sur la figuration et la nature l'amène à se promener partout sur le territoire québécois et à documenter ses recherches par la photographie, qui se transforme en œuvres peintes à l'huile; un processus de création entrepris il y a plus de 25 ans. L'exposition *Figurer la beauté des lieux* témoigne d'un intérêt choisi pour la figuration par le déploiement de mises en scène immersives de facture picturale très détaillée qui souvent confondent le spectateur. « *Un arbre, un lac, un champ m'habitent. J'aime me mesurer à ce qui est plus grand que moi…* » - Julie Desmarais



LES BARBOUILLEUSES

ÉCLOSION PRINTANIÈRE

4 AU 20 AVRIL

Ce projet créatif s'inscrit dans le désir de partager avec le public les fruits du travail de création de quatre artistes issues du collectif *Les Barbouilleuses*, soit Manon Bastien, Sylvie Giroux et Pascale Poudrette. Le thème proposé, *Éclosion printanière*, prend sa source dans la comparaison entre la stimulante éclosion printanière de la nature et le processus créatif vécu par les artistes. De la volonté et la détermination d'une idée qui veut germer, à la nécessaire période d'incubation et de préparation où tout semble en dormance, jusqu'à l'éclosion et la réalisation d'une œuvre, le printemps appelle définitivement la saison des couleurs.

ANNIE-CLAUDE PICARD

IMAGINE POUR VOIR

2 AU 25 MAI

Série de dessins grands formats réalisés au fusain et au pastel qui racontent en images plus ou moins abstraites une vie faite de passions, de combats, de révélations et de beautés. On se croirait être devant des fresques chevaleresques où la poésie, la rêverie, l'imagination, le mouvement et l'émotion s'entrelacent. Ces images nous ouvrent à la curiosité de l'être. Elles engagent un face à face, une intériorité, une sensation de déjà-vu qui nous invite à prendre conscience que la vie peut être extraordinaire et, aussi, extrêmement fragile. Des ateliers de création et de portraits au fusain seront offerts sur place.

CENTRE SPORTIF
Pays-d'en-Haut

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2025

Pour connaître tous les détails de la prochaine session printanière 2025, rendez-vous sur :
www.centresportifpaysdenhaut.com

Et suivez toute l'actualité concernant les activités du Centre sportif sur notre **page Facebook**

Abonnez-vous à
L'INFOLETTRE!

Page d'accueil de notre site internet,
à droite, vers le bas de la page.

AIMEZ
NOTRE PAGE

BA
BILL
ARD

HORAIRE FÊTE DE PÂQUES

BUREAUX ADMINISTRATIFS
Les bureaux de l'hôtel de ville, du Service des loisirs, du Service de sécurité incendie, des Services techniques et Hygiène du milieu, ainsi que des travaux publics seront **FERMÉS** à l'occasion de la fête de Pâques, le **vendredi 18 avril et le lundi 21 avril**.

BIBLIOTHÈQUE
La bibliothèque Claude-Henri-Grignon sera **OUVERTE** le **vendredi 18 avril** mais **FERMÉE du samedi 19 avril au lundi 21 avril inclusivement**.

PLACE DES CITOYENS ET BUREAU D'ACCUEIL TOURISTIQUE
La Place des citoyens sera OUVERTE le vendredi 18 avril de 14 h à 19 h, ainsi que le samedi et dimanche selon l'horaire régulier, de 10 h à 17 h.
Elle sera **FERMÉE le lundi 21 avril**.

ÉCOCENTRE
L'écocentre sera ouvert du jeudi au dimanche, selon l'horaire régulier d'hiver.

Joyeuses
Pâques!

INSCRIPTIONS

PAR INTERNET
(résidents seulement)

Du 15 mars (10 h)
au 31 mars (23 h)

Balayez ce code QR OU
Allez sur la page d'accueil de notre site internet (www.ville.sainte-adele.qc.ca) et cliquez sur « inscription aux activités du Service des loisirs »

PAR TÉLÉPHONE OU EN PERSONNE AU SERVICE DES LOISIRS

Du 17 au 31 mars

450 229-2921, poste 7244
Lundi au jeudi de 9 h à 12 h
et de 13 h à 16 h
vendredi de 9 h à 12 h

1200, Claude-Grégoire, Sainte-Adèle

La Ville se réserve le droit de modifier les tarifs sans préavis et d'annuler ou de fusionner les cours advenant un nombre de participants insuffisant.

Noter qu'un nombre minimal d'inscriptions pour la session complète est requis pour que le cours ait lieu et qu'il soit offert à la carte.

Carte citoyenne valide obligatoire pour obtenir le tarif résident. Preuve de résidence obligatoire pour les activités de l'entente intermunicipale.

Les taxes applicables sont incluses dans le prix.

SAINTE ADÈLE

PROGRAMMATION
PRINTEMPS 2025

ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire

ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES

BADMINTON FAMILIAL 8 ANS +

25 AVRIL AU 13 JUIN - 6 SEM.

HORAIRE/ COÛT : Lundi 18 h 45 à 19 h 45 - 70 $
Lundi 19 h 45 à 20 h 45 - 70 $
Vendredi 18 h 45 à 19 h 45 - 70 $

LIEU : ANM-G

Réservez votre terrain en double ou en simple pour la session et profitez des installations pour jouer au badminton en famille ou entre amis. Le tarif inclut les autres joueurs. Raquette et volant non fournis. Entrée par la cour arrière, porte #9. ***Relâche : lundi 19 mai, vendredi 2 et 16 mai***

KARATÉ DÉBUTANT 5 ANS +

18 AVRIL AU 6 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Vendredi 18 h à 19 h
COÛT : 68 $ (15 ans et moins)
94 $ (16 ans et plus)
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Lorenzo D'Anna

Venez profiter de cette activité familiale, rassembleuse et sécuritaire qui s'adresse à tous. Prévoir les frais pour l'achat du kimono. Assurances incluses.

KARATÉ INTERMÉDIAIRE 10 ANS +

18 AVRIL AU 6 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Vendredi 19 h à 20 h
COÛT : 68 $ (15 ans et moins)
94 $ (16 ans et plus)
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Lorenzo D'Anna

Venez profiter de cette activité familiale, rassembleuse et sécuritaire qui s'adresse à tous. Prévoir les frais pour l'achat du kimono. Assurances incluses.

KARATÉ AVANCÉ 13 ANS +

18 AVRIL AU 6 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Vendredi 20 h à 21 h
COÛT : 68 $ (15 ans et moins)
94 $ (16 ans et plus)
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Lorenzo D'Anna

Venez profiter de cette activité familiale, rassembleuse et sécuritaire qui s'adresse à tous. Prévoir les frais pour l'achat du kimono. Assurances incluses.

ACTIVITÉS ENFANTS

CRÉATIVITÉ ARTISTIQUE 6 À 12 ANS

1ER MAI AU 19 JUIN - 8 SEM.

CI

HORAIRE/ COÛT : Jeudi
16 h 15 à 17 h 15 - 85 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Nathalie Candelon

Petites expériences artistiques en dessin, peinture, collage. Cours adapté en fonction de l'âge de l'enfant. Matériel fourni.

HOCKEY COSOM MIXTE 6 À 13 ANS

23 AVRIL AU 11 JUIN - 8 SEM.

CI

HORAIRE/ COÛT : Mercredi (6 à 9 ans)
18 h 15 à 19 h 15 - 115 $
Mercredi (10 à 13 ans)
19 h 15 à 20 h 15 - 115 $
LIEU : ESTJ-G
PROFESSEUR : Vise l'excellence

Match de hockey joué dans un gymnase avec une balle. L'activité est supervisée par un animateur pour former les équipes et arbitrer les parties. Équipement obligatoire : casque avec grille, bâton avec palette de plastique et espadrilles. Équipement recommandé : jambières, gants et coquille.

INITIATION À LA DANSE 4 À 14 ANS

16 AVRIL AU 11 JUIN - 9 SEM.

HORAIRE/ COÛT : Mercredi (4 à 6 ans)
18 h 15 à 19 h - 99 $
Mercredi (7 à 9 ans)
19 h à 20 h - 99 $
Mercredi (10 à 14 ans)
20 h à 21 h - 99 $
LIEU : ESTJ-P
PROFESSEUR : Studio danse +

Viens découvrir trois styles de danses différents : le ballet, le jazz/ contemporain et le hip hop te seront enseigné durant la même session!

MINI-BASKET 5 À 11 ANS

26 AVRIL AU 14 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE/ COÛT : Samedi (5 à 8 ans)
8 h à 9 h - 105 $
Samedi (9 à 11 ans)
9 h à 10 h - 105 $
LIEU : ESTJ-G
PROFESSEUR : Benito Junior Jean

Viens apprendre les rudiments de ce sport! Parties organisées avec la Ville de Saint-Sauveur!

ACTIVITÉS ADULTES

ANGLAIS - CONVERSATION 16 ANS +
14 AVRIL AU 16 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Lundi 14 h à 16 h
COÛT : 287 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Laurianne Chartier

Un cours axé sur la conversation et sur la pratique telle que la lecture, l'écriture et la compréhension audio. Pour l'amélioration du vocabulaire, des temps de verbes et l'application de notions comme les pronoms directs/indirects. Pour toute personne capable de s'exprimer en anglais. ***Relâche : 21 avril et 19 mai***

BADMINTON LOCATION 16 ANS +
25 AVRIL AU 13 JUIN - 6 SEM.

HORAIRE/COÛT : Lundi 20 h 45 à 21 h 45 - 70 $
Vendredi 19 h 45 à 20 h 45 - 70 $
Vendredi 20 h 45 à 21 h 45 - 70 $
LIEU : ANM-G

Réservez votre terrain en double ou en simple pour la session et profitez des installations pour jouer au badminton en famille ou entre amis. Le tarif inclut les autres joueurs. Raquette et volant non fournis. Entrée par la cour arrière, porte #9. ***Relâche : Lundi 19 mai, vendredi 2 et 16 mai***

CHORALE - MUSIQUES POPULAIRES 16 ANS +
22 AVRIL AU 10 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Mardi 19 h à 21 h
COÛT : 179 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Audrey Nobili

Vous adorez chanter et vous rêvez de faire partie d'une chorale? Venez chanter avec nous de belles chansons populaires francophones et anglophones. Pas d'audition, aucun prérequis, pour adultes qui ont envie de chanter en harmonie des chansons inspirantes qui nous font vibrer et nous élèvent l'âme. Chants, rires, bienveillance et collaboration sont au programme - vous participerez même au choix des chansons! Au plaisir de chanter ensemble!

DESSIN, PEINTURE ET MODELAGE 16 ANS +
24 AVRIL AU 12 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Jeudi 13 h 30 à 16 h
COÛT : 193 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Nathalie Candelon

Ateliers de pratique accompagnée tous niveaux en peinture à l'huile, peinture acrylique, dessin et modelage en argile. Suivi individuel et personnalisé pour débuter, cultiver, affiner et enrichir son style personnel. Liste de matériel fournie lors de l'inscription. Prévoir l'achat d'argile.

ESPAGNOL - DÉBUTANT 1 16 ANS +
14 AVRIL AU 16 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Lundi 17 h à 19 h
COÛT : 287 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Laurianne Chartier

Cours de base pratique. Thèmes abordés : vocabulaire de voyage, structure grammaticale et verbes importants. ***Relâche : 21 avril et 19 mai***

ESPAGNOL - DÉBUTANT 2 16 ANS +
14 AVRIL AU 16 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Lundi 10 h à 12 h
COÛT : 287 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Laurianne Chartier

Prérequis : Avoir suivi le cours Débutant 1 ou connaître la base grammaticale de premier niveau. ***Relâche : 21 avril et 19 mai***

ESSENTRICS 18 ANS +
16 AVRIL AU 13 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE/ COÛT : Mercredi 17 h à 18 h - 97 $
Vendredi 9 h 30 à 10 h 30 - 97 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Isabel Ladouceur

Entraînement dynamique et complet pour tous les niveaux de fitness, qui combine l'étirement et le renforcement, tout en engageant les 650 muscles. Cette classe augmentera la flexibilité et la mobilité pour un corps sain, tonifié et sans douleur. Apporter une bouteille d'eau et un tapis de yoga (facultatif).
Relâche : mercredi 30 avril

HATHA YOGA 16 ANS +
5 MAI AU 16 JUIN - 6 SEM.

HORAIRE : Lundi 17 h à 18 h 15
COÛT : 115 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Stéphanie Scherrer

Le Hatha yoga est une pratique moyennement active où l'on enchaîne des postures physiques de yoga et des exercices de respiration afin de ramener l'équilibre dans le corps et l'esprit. Avec une attention particulière sur l'alignement du corps, vous serez amené à bouger de façon à développer votre force et votre mobilité pour ensuite vous détendre et relaxer. (Multi-niveaux)
Relâche : 19 mai

CI COURS INTERMUNICIPAL, AC ACTIVITÉS À LA CARTE

LÉGENDE : ANM-G : École ANMorin - gymnase (258, boul. de Sainte-Adèle), **CCJBR** : Centre communautaire Jean-Baptiste-Rolland (1200, rue Claude-Grégoire), **ESTJ** : École Saint-Joseph (491, ch. Pierre-Péladeau) **G** - gymnase, **P** - salle polyvalente

PICKLEBALL LOCATION 16 ANS +
22 AVRIL AU 15 JUIN - 6 ET 8 SEM.

Réservez votre terrain pour la session et profitez des installations pour jouer au pickleball en famille ou entre amis. Le tarif inclut les autres joueurs. Raquette et balles non fournis. ***Un seul terrain de disponible (ce qui explique le tarif). Relâche : lundi 19 mai***

LIEU : ESTJ-G

HORAIRE/COÛT :

Lundi	20 h 30 à 22 h	- 209 $
Merc.	18 h 15 à 19 h 45	- 249 $
	19 h 45 à 21 h 15	- 249 $
Sam.	10 h 30 à 12 h	- 249 $
	12 h à 13 h 30	- 249 $
	13 h 30 à 15 h	- 249 $
	15 h à 16 h 30	- 249 $
	16 h 30 à 18 h	- 249 $
Dim.	9 h à 10 h 30	- 249 $
	10 h 30 à 12 h	- 249 $
	12 h à 13 h 30	- 249 $
	13 h 30 à 15 h	- 249 $
	15 h à 16 h 30	- 249 $
	16 h 30 à 18 h	- 249 $
	18 h à 19 h 30	- 249 $
	19 h 30 à 21 h	- 249 $

PICKLEBALL LOCATION 16 ANS +
22 AVRIL AU 12 JUIN - 8 SEM.

Réservez votre terrain pour la session et profitez des installations pour jouer au pickleball en famille ou entre amis. Le tarif inclut les autres joueurs. Raquette et balles non fournis. Quatre terrains de disponibles. Entrée par la cour arrière, porte 9 de l'école ANM

LIEU : ANM-G

HORAIRE/COÛT :

Mardi	20 h 30 à 22 h	- 145 $
Jeudi	18 h 45 à 20 h 15	- 145 $

PILATES 18 ANS +
16 AVRIL AU 11 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Mercredi 12 h 30 à 13 h 30
COÛT : 90 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Isabelle Tessier

Le pilates est une méthode d'entraînement physique qui s'inspire du yoga, de la danse et de la gymnastique. Elle se pratique debout et au sol, sur un tapis. ***Relâche : 30 avril***

TAI-CHI DÉBUTANT 16 ANS +
22 AVRIL AU 10 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Mardi 10 h 45 à 11 h 45
COÛT : 97 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Nathalie Candelon

Apprentissage de l'art de se mouvoir par l'exécution d'une série de mouvements. Pour améliorer son équilibre, gérer son souffle et canaliser son énergie. Tenue décontractée et chaussures plates.

TAI-CHI INTERMÉDIAIRE 16 ANS +
22 AVRIL AU 10 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Mardi 10 h 45 à 12 h 15
COÛT : 145 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Nathalie Candelon

Revision de la 1ère partie et poursuite de l'apprentissage de la forme. Pré-requis avoir suivi le cours débutant.

VITRAIL 18 ANS +
DÉBUTANT ET AVANCÉ
22 AVRIL AU 10 JUIN - 8 SEM.

HORAIRE : Mardi 12 h 30 à 15 h 30
COÛT : 255 $
LIEU : CCJBR - salle B
PROFESSEUR : Catherine Allard

Offert aux débutants et avancés. Méthode du vitrail traditionnel ainsi que la mosaïque de verre, la baguette de plomb, petite initiation à la fusion de verre, 3D en verre etc. Outillage fourni. Prévoir l'achat de matériel (environ 150 $) achat en ligne ou à la boutique de Saint-Sauveur. Ce cours demande une certaine force dans les mains.

YIN YOGA 16 ANS +
5 MAI AU 16 JUIN - 6 SEM.

HORAIRE : Lundi 18 h 30 à 19 h 45
COÛT : 115 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Stéphanie Scherrer

Le YIN YOGA est une pratique douce et passive durant laquelle nous maintenons des postures d'étirements pendant de longues périodes. À la fois relaxant et énergisant, le YIN YOGA permet de développer la flexibilité et est un excellent complément à nos activités plus actives et à nos modes de vie effrénés. ***Relâche : 19 mai***

ACTIVITÉS
50 ANS +

ÉTIREMENTS AVEC CHAISE — 50 ANS +

16 AVRIL AU 11 JUIN - 8 SEM. CI

HORAIRE : Mercredi 13 h 45 à 14 h 45
COÛT : 90 $ AC
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Isabelle Tessier

Séance d'entraînement d'intensité faible à modérée qui combine différents exercices dans le but d'améliorer la souplesse, la coordination et les habilités motrices de base en travaillant assis et debout avec une chaise pour aider l'équilibre. ***Relâche : 30 avril***

GYM DOUCE AVEC CHAISE — 50 ANS +

22 AVRIL AU 13 JUIN - 8 SEM. CI

HORAIRE/ COÛT : Mardi 9 h 30 à 10 h 30 - 90 $
Ven. 13 h 45 à 14 h 45 - 90 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Isabelle Tessier

La gym pour seniors sur chaise est aussi idéale pour travailler le sens de l'équilibre, et estomper les douleurs et tensions (dos, cervicales ...). Travaille les muscles en profondeur sans les brusquer. Permet aussi d'améliorer sa posture.

TONUS ET SOUPLESSE — 50 ANS +

23 AVRIL AU 18 JUIN - 6-8 SEM. CI

HORAIRE/ COÛT : Lundi 9 h à 10 h - 60 $
Mer. 9 h à 10 h - 80 $ AC
10 h 15 à 11 h 15 - 80 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Sandra Smith

Exercices variés pour musculation, cardio (Tabata léger), souplesse et flexibilité, en utilisant des ballons pilates, des haltères, des élastiques et des bâtons. Ambiance relax et agréable. ***Relâche : mercredi 30 avril et lundi 19 mai***

MISE EN FORME — 50 ANS +

22 AVRIL AU 13 JUIN - 8 SEM. CI

HORAIRE/ COÛT : Mardi 8 h 15 à 9 h 15 - 90 $
Vendredi 12 h 30 à 13 h 30 - 90 $
LIEU : CCJBR AC
PROFESSEUR : Isabelle Tessier

Ce cours est adapté pour les gens de 50 ans et plus. Il comprend des exercices cardiovasculaires modérés combinés avec de la musculation. Vous serez dirigés vers des exercices qui favorisent la stabilisation afin d'acquérir plus de force, de résistance et de flexibilité.

YOGA DOUCEUR — 50 ANS +

24 AVRIL AU 12 JUIN - 8 SEM. CI AC

HORAIRE/ COÛT : Jeudi 9 h à 10 h - 90 $
10 h 15 à 11 h 15 - 90 $
LIEU : CCJBR
PROFESSEUR : Isabelle Frenette

Cours en douceur qui travaille en profondeur. Belle opportunité de s'imprégner des fondements du yoga et de la détente, tout en s'initiant aux techniques respiratoires et aux postures de base. Exercices adaptés aux capacités et aux limites des participants.

CI **COURS INTERMUNICIPAL,** AC **ACTIVITÉS À LA CARTE**

LÉGENDE : ANM-G : École ANMorin - gymnase (258, boul. de Sainte-Adèle), **CCJBR** : Centre communautaire Jean-Baptiste-Rolland (1200, rue Claude-Grégoire), **ESTJ** : École Saint-Joseph (491, ch. Pierre-Péladeau) **G** - gymnase, **P** - salle polyvalente

ENTENTE INTERMUNICIPALE

Une entente intermunicipale conclue entre six municipalités soit Saint-Adolphe-D'Howard, Morin-Heights, Piedmont, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et Saint-Sauveur permet aux citoyens de celles-ci de s'inscrire aux activités offertes dans cette entente et de bénéficier de la tarification résidente.

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.

LÉGENDE

SADH - Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard
MH - Municipalité de Morin-Heights
P - Municipalité de Piedmont
SADL - Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs
SMLM - Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
VDSA - Ville de Sainte-Adèle
VSS - Ville de Saint-Sauveur

PRINTEMPS 2025

ADULTES

- Abdos-fesses-cuisses | **P**
- Anglais - conversation | **VDSA**
- Atelier d'arts créatifs | **MH**
- Atelier d'écriture de chansons | **SADH**
- Atelier d'écriture ludique et créative | **MH**
- Atelier de jeu réaliste | **VSS**
- Badminton | **SADH**
- Cardio-Latino | **MH**
- Cardio-Tonus | **MH**
- Chorales - Musiques populaires | **VDSA**
- Conférence atelier sur les champignons | **SADH**
- Cours de français débutant 1 | **MH**
- Cours de français débutant 2 | **MH**
- Cours de français intermédiaire | **MH**
- Danse gitane (pour tous) | **P**
- Danse gitane (intermédiaire) | **P**
- Danse Orientale-baladi (avancé) | **P**
- Dessin | **VSS**
- Dessin, peinture et modelage | **VDSA**
- Espagnol (débutant 1 et 2) | **VDSA**
- Espagnol niveau 1 | **MH**
- Espagnol club de conversation | **MH**
- Espagnol club de conversation avancé | **MH**
- Essentrics | **VDSA**
- Étirements avec chaise 50+ | **VDSA**
- Flexi-danse | **MH**
- Gym douce avec chaise 50+ | **VDSA**
- Hatha yoga | **VDSA**
- Karaté | **SMLM**
- Maitrisez votre iPad et iPhone | **SADL**
- Marche nordique | **MH**
- Mise en forme 50+ | **VDSA**
- Musculation | **SMLM**
- Nordic Power | **MH**
- Pickleball | **SADH**
- Pilates | **MH, VDSA, SMLM**
- Pilates sur chaise | **MH**
- Préparation à la scène/Baladi (intermédiaire/avancé) | **P**
- Préparation à la scène/Danse Gitane (intermédiaire/avancé) | **P**
- Qi-Gong | **SADL**
- Qi Gong-Do In Méditation | **MH**
- Solo-Latino | **MH**
- Stretching et tonus | **SADL**
- Tai chi chuan | **MH**
- Tai chi chuan Débutant | **SADL**
- Tai chi (débutant et intermédaire) | **VDSA**
- Tai chi chan (Intermédiaire) | **SADL**
- Tennis 55+ découverte à intermédiaire | **MH**
- Tennis cliniques | **MH**
- Tennis découverte à intermédiaire | **MH**
- Théorie musicale | **VSS**
- Volleyball | **SADH**
- Yin yoga | **VDSA**
- Yoga débutant | **MH, SADL, P**
- Yoga douceur 50+ | **VDSA**
- Yoga doux | **SADL**
- Yoga doux 65 ans et + | **MH**
- Yoga intermédiaire | **MH, SADL, P**
- Yoga pour tous | **MH**
- Yoga reconnection | **SADH**
- Yoga sur chaise | **SADL**
- Yoga vinyasa | **SMLM**
- Zumba | **P**

JEUNES

- Atelier d'écriture de chansons | **SADH**
- Ballet 3-5 ans | **MH**
- Cours d'art | **SADH**
- Créativité artistique (6-7 ans et 8-10 ans) | **VDSA**
- Danse 6-11 ans | **SADL**
- Danse-Mix 6-10 ans | **MH**
- Éveil à la musique | **SADH**
- Gymnastique 10 ans + | **VSS**
- Hockey cosom mixte (6-9 ans, 10-13 ans) | **VDSA**
- Karaté | **SMLM**
- Théâtre musical 5-8 ans | **VSS**
- Théâtre musical 9-12 ans | **VSS**

PARENT-ENFANT

- Éveil musical | **VSS**
- Karaté (avancé) | **P**
- Karaté (débutant) | **P**

POUR INFORMATION

Sainte-Adèle
450 229-2921, poste 7244
ville.sainte-adele.qc.ca

Municipalité de Piedmont
450 227-1888, poste 230
piedmont.ca

Ville de Saint-Sauveur
450 227-0000, poste 4000
vss.ca

Morin-Heights 1855
450 226-3232, poste 132
morinheights.com

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

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

Saint-Adolphe-d'Howard
819 327-2044, poste 241
stadolphedhoward.qc.ca

MODALITÉS

POLITIQUE DE TARIFICATION FAMILIALE :

ENFANTS :

1er enfant : tarification indiquée
2e enfant : moins 15 %
3e enfant : moins 20 %
4e enfant et plus : gratuit

L'inscription simultanée, en ligne, par téléphone ou en personne, de deux enfants ou plus, résidant sous le même toit, donne droit à un rabais de 15 % sur les frais d'inscription du 2e enfant, de 20 % pour un 3e enfant, et à la gratuité pour un 4e enfant et plus, et ce, pour toutes les activités (cours et ateliers seulement). Le plein tarif est applicable à l'enfant qui s'inscrit à l'activité la plus coûteuse. Cette offre s'adresse uniquement aux familles de Sainte-Adèle possédant des cartes citoyennes valides pour chacun des membres.

PARENT/ENFANT :

Si un parent s'inscrit au même cours que son enfant âgé de moins de 14 ans, le parent bénéficie du tarif enfant. Dans le cas où deux personnes adultes (plus de 14 ans) d'une même famille (lien parent/enfant) s'inscrivent au même cours, le parent bénéficie d'un rabais de 20 %.

COUPLE :

Le participant s'inscrivant avec son (sa) conjoint(e) bénéficie d'une réduction de 20 %.

60 ANS ET PLUS : Moins 20 % de la tarification indiquée.

NON-RÉSIDENT : Ajout de 35 % à la tarification indiquée.

Un seul tarif préférentiel est applicable par participant (résident seulement), soit le plus avantageux.

MODALITÉS DE PAIEMENT

En ligne : carte de crédit et chèque électronique.
Par téléphone : carte de crédit.
En personne : carte de crédit, argent comptant, paiement direct ou chèque émis à l'attention de la Ville de Sainte-Adèle.

POLITIQUE D'ANNULATION ET REMBOURSEMENT

La personne inscrite à un cours et qui désire annuler sa participation, peu importe la raison, a droit à un remboursement (ou un crédit au dossier) :

- Avant le début de l'activité : remboursement de 100 % du montant de l'inscription;
- Si le cours est débuté, un montant équivalent au coût des services déjà rendus sera retenu sur le remboursement, malgré la présence ou non du participant. Le calcul du remboursement est réalisé en fonction de la date/heure de réception de la demande. À partir du 3e cours, aucun remboursement possible;
- Des frais d'annulation de 10 $ seront facturés.

Lorsque la personne présente un billet médical.

- Remboursement équivalant au coût de l'inscription moins le coût des services déjà rendus;
- Des frais d'annulation de 10 $ seront facturés.

Un remboursement de 10 $ et moins est inscrit à titre de crédit au dossier.

La Ville rembourse la totalité du montant de l'inscription à un cours lorsque :

- Le Service des loisirs annule le cours pour insuffisance de participants;
- Le cours ne peut être réalisé pour toute raison hors du contrôle du Service.

DÉLAI DU REMBOURSEMENT

- Inscription en personne (peu importe le mode de paiement) : délai de 4 à 6 semaines. La Ville émet un chèque et l'envoie à l'adresse postale indiquée au dossier.
- Inscription en ligne : remboursement sur la carte de crédit dans les meilleurs délais.

CARTE CITOYENNE OBLIGATOIRE

TOUTES LES TAXES APPLICABLES SONT INCLUSES (15 ANS ET PLUS)

AVIS

La Ville se réserve le droit de modifier les tarifs sans préavis et d'annuler ou de fusionner les cours advenant un nombre de participants insuffisant. Noter qu'un nombre minimal d'inscriptions pour la session complète est requis pour que le cours ait lieu et qu'il soit offert à la carte.

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
450 229-2921, poste 7244

COMMENT **S'INSCRIRE?**

ÉTAPE 1 : OBTENIR VOTRE CARTE CITOYENNE

(SI VOUS L'AVEZ DÉJÀ, PASSEZ À L'ÉTAPE 2)

Chaque personne (adulte ou enfant) qui souhaite s'inscrire à une activité et bénéficier du tarif « résident » doit avoir en sa possession une carte citoyenne VALIDE. **Chaque** membre de la famille doit faire parvenir une preuve d'identité **ET** de résidence valides ainsi que le numéro de téléphone de la famille à l'adresse courriel **loisirs@vdsa.ca**, ou se présenter à l'un des endroits suivants pendant les heures d'ouverture : centre communautaire Jean-Baptiste-Rolland, Place des citoyens ou bibliothèque Claude-Henri-Grignon. La carte est gratuite. Il sera ensuite possible de s'inscrire par Internet, au téléphone ou en personne.

ÉTAPE 2 : INSCRIPTION

PAR INTERNET

Balayez ce code QR

OU

1. Aller sur la page d'accueil du site de la Ville : www.ville.sainte-adele.qc.ca
2. Cliquer sur l'encadré « inscription aux activités du Service des loisirs ».
3. Vous connecter et créer votre code d'utilisateur (nº de votre carte citoyenne) et votre mot de passe.
4. Suivre les étapes suivantes.

PAR TÉLÉPHONE

1. Contacter le Service des loisirs durant les heures de bureau avec votre carte citoyenne en main.

EN PERSONNE

1. Vous présenter au Service des loisirs (1200, rue Claude-Grégoire) avec votre carte citoyenne pendant la période d'inscription.
2. Si votre carte est expirée, elle pourra être renouvelée sur place, sur présentation de preuves de résidence et d'identité valides.

MODES DE PAIEMENT

- Inscription en ligne : carte de crédit et chèque électronique.
- Inscription par téléphone : carte de crédit
- Inscription en personne : carte de crédit, argent comptant, paiement direct ou chèque émis à l'attention de la Ville de Sainte-Adèle.

TARIFICATION

- Les taxes applicables sont incluses dans le prix. La Ville se réserve le droit de modifier les tarifs des cours sans préavis.
- Carte citoyenne valide obligatoire pour obtenir le tarif résident.
- Les non-résidents peuvent s'inscrire à tous nos cours en payant le tarif non-résident.
- Cours offerts dans le cadre de l'entente intermunicipale : une preuve de résidence est exigée afin de bénéficier du tarif résident.

ACCÈS GRATUIT À INTERNET

Nous vous rappelons que les abonnés à la bibliothèque ont accès gratuitement à Internet durant les heures d'ouverture.

SERVICE DES LOISIRS, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE
450 229-2921, poste 7244 – loisirs@vdsa.ca

TARIF NON-RÉSIDENT REMBOURSEMENT POUR LES ENFANTS

Saviez-vous qu'il est possible d'obtenir un remboursement pour la portion tarifaire « non-résident » lorsque votre enfant s'inscrit à un club de patinage artistique, un club de natation ou une ligue de baseball d'une autre ville des Laurentides?

En effet, puisque la Ville de Sainte-Adèle ne dispose pas des installations sportives requises pour offrir ces activités, les jeunes Adélois âgés de 17 ans et moins peuvent se faire rembourser les frais chargés aux non-résidents, jusqu'à concurrence de 175 $ par année, par enfant.

Associations et clubs reconnus :

- Club de patinage artistique de Sainte-Agathe
- Club de natation de Saint-Jérôme ou de Sainte-Agathe
- Ligue de baseball mineur de Prévost ou de Sainte-Agathe

Noter que l'Académie Lafontaine ne charge pas de frais supplémentaire pour les non-résidents.

COMMENT FAIRE UNE DEMANDE DE REMBOURSEMENT?

Le formulaire, disponible sur le site internet de la Ville, doit être accompagné du reçu original. Vous devez faire parvenir les documents au Service des loisirs :

- Par courriel : loisirs@vdsa.ca
- Par la poste : Service des loisirs, 1381, boul. Sainte-Adèle, Sainte-Adèle, QC, J8B 1A3
- Dans la chute à courrier au 1200, rue Claude-Grégoire à Sainte-Adèle

La demande de remboursement doit être faite dans l'année en cours ou, au plus tard, 1 an suivant la date de l'inscription. Les chèques sont émis une fois par année, au mois de novembre.

ACTIVITÉS À LA CARTE

Vous êtes incapable de faire un choix dans notre abondante offre de cours ou prévoyez déjà ne pas être disponible pour un cours donné pendant toute la session? Optez pour des activités à la carte, en vous procurant une **carte de pratique libre** qui vous permettra de choisir des séances d'entraînement occasionnelles parmi une sélection de **près de 10 cours**, identifiés dans le tableau de programmation.

La carte, au coût de 75 $ taxes incluses, donne droit à 5 séances et est disponible au Service des loisirs. Vous n'avez ensuite qu'à vous présenter au cours de votre choix muni de votre carte.

Noter qu'un **nombre minimal d'inscriptions pour la session complète est requis** pour que le cours ait lieu et qu'il soit offert à la carte.

ACCÈS-LOISIRS PAYS-D'EN-HAUT

Des activités gratuites pour les personnes à faible revenu

Accès-Loisirs Québec

Le programme Accès-loisirs offre aux personnes vivant une situation de faible revenu la possibilité de participer à des activités de loisir gratuitement et ce, dans le respect et la confidentialité.

Pour bénéficier du programme, vous devez présenter une preuve de revenu lors de votre inscription.

Noter que les cours offerts dans le cadre du programme Accès-Loisirs seront annoncés au moment de l'inscription.

INSCRIPTION SESSION PRINTEMPS 2025

QUAND : Lundi 31 mars
de 13 h à 16 h

OÙ : Garde-Manger des Pays-d'en-Haut
100, rue Morin
à Sainte-Adèle

INFORMATION :
450 229-2921, poste 7244

FC BORÉAL 2009

SAISON ÉTÉ 2025

Les inscriptions pour la saison estivale sont en cours.

Ne manquez pas cette opportunité de rejoindre la grande famille du FC Boréal et de vivre une saison remplie de passion, de plaisir et de performance sur le terrain.

www.fcboreal.ca

Pour les 4 à 12 ans

Du 25 juin au 15 août 2025

CAMP DE JOUR

Les Louveteaux

Camp Taloup

PÉRIODE D'INSCRIPTION
RÉSIDENTS SEULEMENT

EN LIGNE :
À compter du 26 avril

EN PERSONNE OU AU TÉLÉPHONE :
À compter du 28 avril
Au Service des loisirs ou 450 229-2921, poste 7244

TARIFS
(RÉSIDENT) :

Semaine 1 (3 jours) :
69 $ /semaine

Semaines 2 à 8
(5 jours) : 115 $ /semaine

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT

La Ville de Sainte-Adèle et Air en Fête sont fiers d'offrir un programme d'accompagnement afin de favoriser l'intégration d'enfants ayant des besoins particuliers.

Si vous souhaitez faire une demande d'accompagnement, veuillez remplir le formulaire en ligne.

Pour toute question concernant notre programme d'accompagnement, écrivez à l'adresse suivante : info@airenfete.com

SOYEZ À L'AFFÛT DE LA PROGRAMMATION DÉTAILLÉE!

Consultez notre site internet, abonnez-vous à notre infolettre hebdomadaire et suivez notre page Facebook pour découvrir notre programmation complète au cours des prochaines semaines!

l'Air en Fête
Créateur de sourires

ACQ CAMP DE JOUR MUNICIPAL CONFORME 2025

CLUB DE PICKLEBALL DE SAINTE-ADÈLE

INSCRIPTIONS*

par courriel : registraire@pbsteadele.ca

RÉSIDENTS	**Du 1er au 15 mars**	**45 $**
TOUS	**Du 16 au 31 mars**	**55 $** non-résident

*** Adhésion à la Fédération québécoise de pickleball OBLIGATOIRE**

Pour compléter votre inscription au Club de pickleball de Sainte-Adèle, vous devez fournir votre numéro de membre de la Fédération québécoise de pickleball. L'adhésion à la Fédération québécoise de pickleball est désormais obligatoire pour faire partie du Club de pickleball de Sainte-Adèle. Vous pouvez faire votre adhésion dès maintenant, en contactant Debbie Goodz : debbiegoodz77@gmail.com. Le coût annuel pour être membre de la Fédération est de 23 $.

Avantages d'être membre de la Fédération québécoise de pickleball :

- Accès à des experts (conseils par courriel ou téléphone)
- Accès à des formations
- Infolettre et événement
- Un membre bénéficie automatiquement d'une couverture assurance-accident.
- Accès à des tournois

COURS DE PICKLEBALL

INSCRIPTION EN LIGNE du 15 mars au 27 avril

Venez apprendre les rudiments de ce sport populaire et accessible.

Sous la supervision des instructeurs qualifiés de Marcotte Sports, apprenez les techniques de base et les règles du jeu, développez vos habiletés, perfectionnez votre technique et jouez des matchs amicaux.

Catégorie	Session : début d'été (6 cours)	Horaire	Terrain	Coût/ par élève (tx inc.)	Description
Adulte débutant	14 mai au 11 juin	Mercredi 18 h à 19 h 30	Parc Claude-Cardinal	**104 $**	Ce cours s'adresse aux personnes qui souhaitent apprendre la base du pickleball : prise de raquette, pointage, règles du jeu, etc. L'objectif est de développer des bonnes bases pour permettre aux participants de jouer des matchs amicaux.
Adulte intermédiaire	14 mai au 11 juin	Mercredi 19 h 30 à 21 h	Parc Claude-Cardinal	**104 $**	Ce cours s'adresse aux personnes qui connaissent la base du jeu, mais qui souhaitent développer leurs habiletés avant de disputer des matchs plus compétitifs. Perfectionnement et match amicaux.

* Tous les prix indiqués pour les cours de pickleball correspondent au tarif résident

CAMP DE JOUR SAINTE-ADÈLE

l'Air en Fête
Créateur de sourires

ON RECHERCHE des **Animateurs collectionneurs** de SOUVENIRS

ON RECHERCHE des **Accompagnateurs collectionneurs** de SOUVENIRS

TU AS 15 ANS OU PLUS? VIENS T'AMUSER AVEC NOUS!

Travailler à SAINTE-ADÈLE, c'est des grands jeux, ce sont des activités trippantes et des thématiques stimulantes, mais surtout les plus beaux souvenirs de ton été.

Postule ici!

FÊTE NATIONALE
Bénévoles recherchés

L'organisme à but non lucratif Festivités au cœur des saisons est à la recherche de bénévoles désirant s'impliquer sur le conseil d'administration et lors de la Fête nationale le 24 juin prochain.

Votre aide précieuse est requise pour couvrir plusieurs volets de la fête et assurer la réussite de cet événement rassembleur et festif!

Communiquez avec nous rapidement pour vous joindre à notre belle équipe et faire partie de la fête : spelletier@vdsa.ca

LA FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC

SAMEDI 10 MAI

DÉFI "JE BOUGE"

À SAINTE-ADÈLE

12e ÉDITION

Fondation des gens heureux

La Ville de Sainte-Adèle est fière de présenter la 12e édition du DÉFI JE BOUGE, un événement de course à pied organisé par la Fondation des Gens heureux de l'école Saint-Joseph. Les profits réalisés aideront à soutenir le programme JE BOUGE de l'école St-Joseph.

4 CIRCUITS (ENFANTS ET ADULTES)
- 1, 3 et 5 km (course et marche)
- 10 km (course)

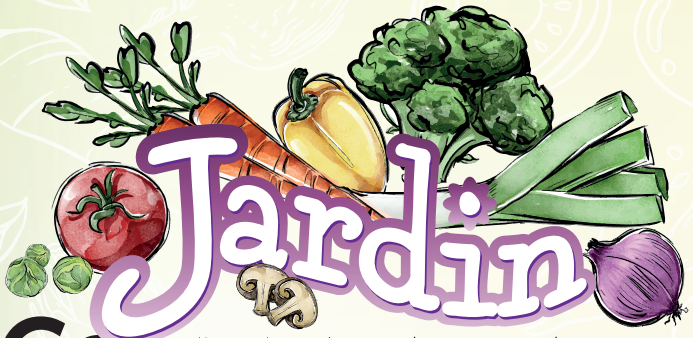
DÉPARTS ET ARRIVÉES
Place des citoyens

INSCRIPTIONS
www.fondationdesgensheureux.com

INFORMATIONS
fondationgensheureux@gmail.com
450 240-6223, poste 33060 | **f**

À VOS SEMIS!!!!

CET ÉTÉ, aménagez votre propre potager au



Jardin COMMUNAUTAIRE DE SAINTE-ADÈLE

PARC CLAUDE-CARDINAL | 125, RUE DES CANTONNIERS

INSCRIVEZ-VOUS DÈS LE SAMEDI 15 MARS

pour avoir votre propre jardinet et y cultiver fruits, légumes, fleurs et fines herbes.

Vous devez choisir votre lot lors de l'inscription. Consultez le plan du jardin pour connaître les différents emplacements.

35$ PAR JARDINET

POUR LA SAISON ESTIVALE 2025

Tous les détails ici!

INSCRIPTION* :
EN LIGNE ou
450 229-2921, poste 7244

* CARTE CITOYENNE OBLIGATOIRE

SAINTE ADÈLE

SAINTE ADÈLE

JOUR de la Terre

MARDI 22 AVRIL
PLACE DES CITOYENS

18 h | KIOSQUE *RUCHER, LE MARCHÉ*

- Partage de livres usagés en lien avec l'environnement
- Escouades pissenlit, 1000 fleurs et 1000 feuilles
- Échanges et information
- Atelier de coloriage

Le Rucher Collectif

19 h | ZÉRO DÉCHET – GASPILLAGE ALIMENTAIRE

L'atelier-conférence abordera différents sujets : solutions concrètes, astuces pratiques, valorisation des restes et habitudes simples à adopter.

LE PROJET ZÉRO DÉCHET

ACTIVITÉ GRATUITE POUR TOUS

INSCRIPTION OBLIGATOIRE – PLACES LIMITÉES
À compter du 15 mars

EN LIGNE | AU TÉLÉPHONE 450 229-2921, poste 7244

TON CJE EST LÀ POUR TOI !

Tu es âgé.e entre 15 et 35 ans ?
Et tu habites la MRC des Pays-d'en-Haut ?

Le CJE des Pays-d'en-Haut peut t'accompagner et te soutenir dans la réalisation de TES projets de vie.

- Tes études
- Ton emploi
- Tes implications
- Ton projet entrepreneurial
- Tes finances
- Ta vie en région

Et tout ça GRATUITEMENT !

TU VEUX SAVOIR TOUT CE QUE L'ON PEUT FAIRE POUR TOI ?
Consulte notre site web www.cjepdh.ca

@CJEPDH @cje_pdh cjepdh.ca 450.227.0074

MAISON DE LA FAMILLE
des Pays-d'en-Haut

PROGRAMMATION PRINTANIÈRE

Nous vous invitons à parcourir notre site internet afin de découvrir notre programmation printanière, qui sera disponible au début du mois d'avril. La session du printemps débute le 14 avril – inscrivez-vous sans tarder!

PIQUE-NIQUE EN FAMILLE

Participez à notre pique-nique annuel qui souligne *La semaine des Familles*. Cet évènement aura lieu le mercredi 14 mai, au parc Claude-Henri-Grignon. Nous vous attendons à partir de 16 h 30, jusqu'à 19 h. Venez manger avec nous et participer à notre super bingo des familles! Plaisir garanti et beaux prix à gagner!

Au plaisir de vous voir au pique-nique ou à une de nos activités !

TAXIBUS

NOUVEAU
SERVICE DE RÉSERVATION ET PAIEMENT EN LIGNE

Taxibus Sainte-Adèle
PRATIQUE, ABORDABLE ET DISPONIBLE SUR DEMANDE!

Simplifiez vos déplacements grâce à notre service de taxibus! Pour seulement 6 $ par trajet, profitez d'un transport collectif économique, local et intermunicipal.

Réservez au moins 24 heures à l'avance en composant le 1-877-604-3377 ou 819-774-0485 ou en ligne via notre site web. Profitez d'un service fiable pour vos cours, rendez-vous ou loisirs.

Un service de transport écologique, abordable et adapté à vos besoins!

Pour plus d'informations et pour consulter les itinéraires :
www.transportlaurentides.ca

Taxibus : pour une mobilité simplifiée !

UNE HISTOIRE D'ENTRAIDE
entre la collectivité et les abeilles

À l'aube de sa 7e saison, c 'est sous le signe de l'entraide et de la collectivité que les bénévoles s'activent déjà pour partager la mission qui les anime. Saviez-vous que l'objectif premier du Rucher n'est pas la production de miel, bien que sa vente tant attendue serve de levée de fonds? L'intention première est plutôt d'offrir aux citoyens et municipalités de la MRC des Pays-d'en-Haut des occasions concrètes et accessibles de collaborer à la préservation de la biodiversité et d'agir en faveur d'une collectivité solidaire, à l'image des abeilles.

Un essaim d'activités pour 2025

Grande nouveauté cette année : la création du Rucher école! Accompagnés par notre apiculteur-formateur, des bénévoles recevront les enseignements en apiculture et auront l'occasion de parfaire leurs connaissances pratico-pratiques à même nos dix colonies. Cette transmission du savoir constitue un investissement dans le développement des compétences apicoles, en les rendant accessibles à la collectivité. Ces personnes formées au Rucher école pourront à leur tour donner au suivant, en partageant leurs compétences avec d'autres futurs passionnés de l'apiculture, de l'avenir de nos abeilles et de la biodiversité.

Surveillez nos escouades pissenlit, 1000 fleurs et 1000 feuilles, qui auront une nouvelle image et un nouveau nom, pour vous mobiliser au fil des saisons.

L'organisme mettra également en ligne un site internet afin d'améliorer la communication avec la collectivité et de favoriser la diffusion d'informations utiles et d'outils pertinents; bonifiant ainsi son impact positif dans la MRC des Pays-d'en-Haut.

Le Rucher collectif sera toujours aussi présent dans la communauté, puisque chaque rendez-vous est une occasion précieuse pour vous partager notre passion des abeilles et vous encourager à poser des gestes pour la biodiversité.

Suivez-nous sur Facebook pour être au fait de toutes nos activités!

Collaboration :
Michel Bélanger, Rucher collectif

QUELLE ANNÉE 2024

Fidèle à sa mission d'entretenir, de développer et de pérenniser les sentiers de ski, de marche et de vélo sur le territoire de Sainte-Adèle, Plein Air Sainte-Adèle (PASA) a connu toute une année 2024!

Parmi les nombreuses réalisations, on peut souligner :

- L'inauguration d'une piste d'apprentissage des sauts en vélo de montagne au parc des Pentes 40/80.
- L'aménagement d'un nouveau secteur familial pour la pratique du vélo de montagne dans le secteur de Mont-Rolland avec près de 3 km de nouveaux sentiers (sentiers *Chasseur* et *Lièvre*).
- La mise à niveau du sentier de ski *Alexis* dans le parc du Mont Loup-Garou et la réouverture du sentier de ski nordique *Golf* à Mont-Rolland.
- La réfection des ponts du sentier de ski *Adéloise Ouest* reliant le lac Millette au parc du Mont Loup-Garou.
- La complétion de la mise à niveau du sentier de vélo *Fat Garou*, maintenant reconnu comme l'un des plus beaux sentiers de vélo de montagne et de *fatbike* des Laurentides.
- L'amorce d'un rebalisage complet des sentiers du Chantecler.
- La présentation de la première édition du *Festival du film de Plein air des Laurentides*.

Ces réalisations viennent compléter plus de 210 km de sentiers de randonnée (70 km), de vélo (60 km), de ski de fond nordique (60 km) et classique (20 km). Elles ont été rendues possibles grâce à une force bénévole et une mobilisation de la communauté qui fait notre marque depuis longtemps, ainsi qu'au très important soutien financier offert par nos membres privilège PASA, nos grands commanditaires corporatifs, la Ville de Sainte-Adèle et les organismes subventionnaires.

UNE PASSE PASA 2025 POUR SE FAIRE PLAISIR!

Pourquoi ne pas s'offrir une passe PASA 2025 et profiter des magnifiques sentiers de la ville, ainsi que des parcs du Mont Loup-Garou, Durocher et de la rivière Doncaster? Que ce soit en randonnée, à la course, en vélo ou en ski de fond, tous les prétextes sont bons pour s'évader dans la nature et vivre des moments de bien-être.

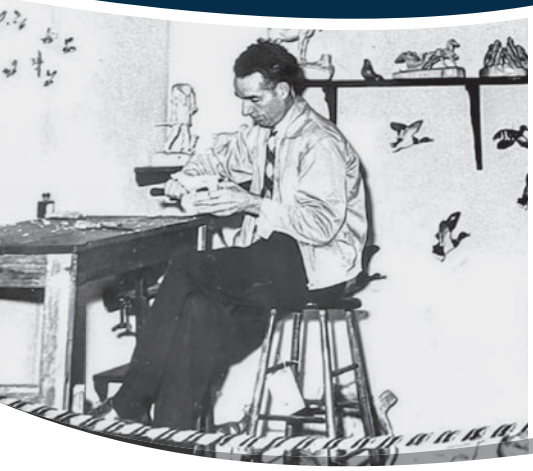
En plus d'avoir accès gratuitement aux sentiers, votre passe vous permet de profiter de rabais exclusifs allant jusqu'à 15 % chez nos partenaires privilège. De cette façon, vous encouragez aussi les commerces locaux et votre contribution permettra de soutenir directement le développement, l'entretien et la pérennisation de nos sentiers de plein air. Tous les détails sur notre site internet.

À votre agenda : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE (AGA)

Vous désirez en savoir plus sur les activités de PASA? Les orientations, les réalisations et les projets en cours? Vous êtes invités à vous joindre à nous lors de notre prochaine Assemblée Générale Annuelle (AGA).

25 mars 2025 à 19 h | Place des citoyens

Au plaisir de vous rencontrer !



Zénon Alary dans son atelier
Collection : Musée Zénon-Alary

Un des totems devant la maison de Zénon Alary à Sainte-Adèle
Collection : Musée Zénon-Alary

Musée Zénon-Alary
1425, rue Claude-Grégoire, Sainte-Adèle

SI ZÉNON ALARY m'était conté

Cinquante ans déjà que le coup de maillet sur le ciseau ne résonne plus dans l'atelier de Zénon Alary. Aujourd'hui, ses œuvres sont recherchées par les collectionneurs, admirées par les sculpteurs animaliers et les visiteurs du Musée. Mais que reste-il de sa mémoire, de son histoire?

Zénon Alary, fils de Léa Aubry et de Louis *dit Louison* Alary, est né en 1894 à Saint-Sauveur-des-Monts. À la petite école de rang, son institutrice remarque que le jeune Zénon démontre de grandes aptitudes pour le dessin. Un don que ne partage pas son père, qui souhaite que son fils l'aide plutôt à la survie de la ferme familiale.

À 16 ans, Zénon part travailler sur les chantiers. En observant un confrère « gosser dans un morceau de bois », il décide de l'imiter et taille avec son canif sa première pièce dans un petit billot de pin. Il se dit qu'elle n'était pas très belle, mais au moins il savait qu'il était capable et que les prochaines seraient mieux.

À la fin de la vingtaine, un passant remarque son aigle sculpté et l'invite à se diriger plutôt vers la sculpture de pierre. Il devient apprenti puis compagnon tailleur, et multiplie les emplois dans les églises et les grands bâtiments. Alors que le krach boursier de 1929 met fin aux importants travaux de construction, il décide de retourner chez lui, emménage à Sainte-Adèle, et s'investit dans la sculpture à temps plein.

Plusieurs personnages célèbres entrent dans sa vie dont Estelle McNeil Monty, veuve du renommé peintre Louis-Eustache Monty, qui jouera un rôle déterminant dans sa carrière. Pour améliorer sa technique, Alary s'inscrit à l'École du meuble, dirigée par Jean-Marie Gauvreau. Il suit les enseignements de sculpteurs réputés, dont Alfred Laliberté et Elzéar Soucy.

Au milieu des années 1930, on s'intéresse davantage au savoir-faire canadien-français. Rapidement, Alary est invité à se produire à une importante exposition à l'ile Sainte-Hélène, notamment aux côtés des frères Bourgault de Saint-Jean-Port-Joli. Sa carrière est lancée.

« [Zénon Alary] est l'un des meilleurs animaliers qui soient. Ses études de bisons, d'orignaux, de chevreuils, de chevaux ou d'indiens à cheval sont simplement merveilleux. Alors que Rosa Bonheur peint sur toile ses amis les animaux, [...] Alary les fait ressortir d'une simple pièce de bois qu'il taille, sculpte ou cisèle avec une maitrise parfaite de son art[1]. »

Pendant que plusieurs artisans de cette époque cherchent à standardiser leur production et produire plus rapidement, Zénon apporte le temps nécessaire à sa production. Avant d'amorcer une nouvelle sculpture, il tapisse les murs de son atelier d'images, qu'il contemple durant des heures tout en sirotant son thé. Il s'en imprègne longuement avant de prendre son ciseau et d'amorcer son travail.

Zénon Alary aurait réalisé près de deux cents pièces par année, principalement entre 1931 et 1963. On estime donc sa production à plus de 6 000 œuvres, allant du petit bijou à la sculpture de grande taille. À l'époque, devant sa maison située sur la route 11 (démolie lors de la construction de l'autoroute), on pouvait observer ses totems de plus de 20 pieds ou encore trois orignaux grandeur nature. Bien qu'à sa mort, en 1974, Zénon Alary n'ait laissé aucune note des œuvres qu'il a réalisées, les dirigeants du musée Zénon-Alary – qui ont réuni à ce jour plus de 350 de ses pièces -, tentent de répertorier dans un catalogue numérique ses œuvres inspirées en grande partie de la faune canadienne et de nos magnifiques paysages laurentiens.

Tiré du texte de Félix Benfort, du Musée Zénon-Alary

[1] De Saint-Georges, Hervé, « L'art paysan », journal La Patrie, Montréal, 17 juin 1939, p. 45.

une naissance un LIVRE©

Vous aimeriez introduire votre tout-petit au monde de la lecture? Ça tombe bien! La trousse du parfait bébé-lecteur est maintenant arrivée à votre bibliothèque! Il suffit d'y abonner votre enfant de moins de 18 mois et elle vous sera remise gratuitement. Vous y découvrirez un livre exclusif, des outils de stimulation au monde de l'écrit, un magazine spécial *Naître et grandir* abordant différents thèmes, et plus encore!

BORNE LIBRE-SERVICE

Ce printemps, vous verrez apparaître une borne libre-service à la bibliothèque! Grâce à cette borne, les usagers pourront effectuer leurs prêts de façon autonome et compter sur une plus grande disponibilité des employés pour les aider dans leurs recherches.

UNE NAISSANCE UN ARBRE

La Ville de Sainte-Adèle est fière de souligner la naissance d'enfants adélois en plantant un arbre au nom des nouveau-nés dans l'un de ses parcs. Une cérémonie annuelle rassemblera les familles pour célébrer les naissances. Comment inscrire votre enfant de 18 mois et moins pour l'an prochain? Présentez-vous à la bibliothèque pour obtenir sa carte citoyenne et faire un abonnement à son nom. Vous pourrez alors compléter le formulaire pour participer au programme *Une naissance, un arbre*.

La bibliothèque de semences est de retour! Nous vous invitons à apporter des semences que vous avez à la maison pour les partager avec les autres jardiniers. Vous pouvez aussi récolter vos semences à la fin de la saison et les apporter à la bibliothèque. La collection se construira au fil des saisons grâce à votre participation.

Pour plus d'information sur cette collection, contactez le technicien en documentation à catalogage@vdsa.ca ou au 450-229-2921, poste 7242

LIVRES NUMÉRIQUES

Vous souhaitez accéder à la collection de plus de 22 000 livres numériques de Ma biblio à moi, mais vous avez besoin d'aide?
Prenez rendez-vous avec le technicien en documentation pour une initiation individuelle.
catalogage@vdsa.ca ou 450 229-2921, poste 7242

journée du poème à porter

PARTAGEONS la poésie!

Procurez-vous une carte postale poétique, écrivez-en une de votre propre cru, ou encore, participez à un atelier de poésie !

ATELIER DE POÉSIE, *avec Rosette Pipar*

24 avril | 10 h à 11 h 30

Vous aimeriez?

- **CRÉER** des poèmes
- exprimer ou libérer vos **ÉMOTIONS**
- laisser une **TRACE**

Voici l'occasion d'apprendre à jouer avec les mots.

L'atelier, à la fois introspectif et partagé en groupe, permet de sonder l'écho de nos mots au cœur de notre être mais aussi à travers le regard de l'autre, en toute confiance. À partir de poèmes sur la nature et l'écriture, vous créerez vos propres poèmes. Vous serez surpris des beaux résultats! Une belle forme de communication qui stimule, suscite la joie en vous et autour de vous.

Cet atelier est accessible à tous. Aucun prérequis si ce n'est l'ouverture du cœur et le désir de se connecter à soi-même.

Réservation obligatoire | Places limitées
450 229-2921, poste 7238 | biblio@vdsa.ca

L'HEURE DU CONTE

Ce printemps, viens écouter les fabuleuses histoires de Mlle J accompagnée de M. Mot!

- **Samedi 15 mars**
  10 h 30
- **Samedi 24 mai**
  10 h 30

Pour la rencontrer, tu dois être abonné à la bibliothèque et t'inscrire pour réserver ta place (les places sont limitées).
450 229-2921, poste 7238

**** Il est possible pour les non-abonnés d'y participer moyennant des frais de 7 $ par enfant par animation. L'abonnement pour 1 an est aussi offert au coût de 30 $ par enfant, donnant droit ainsi à tous les privilèges d'un abonné.*

Lettres attachées

Ateliers de création littéraire

L'atelier aura lieu de 14 h à 16 h, par visioconférence
Salle Cécile Paradis, Centre communautaire Jean-Baptiste-Rolland

Réservation obligatoire | Places limitées
450 229-2921, poste 7238 | biblio@vdsa.ca

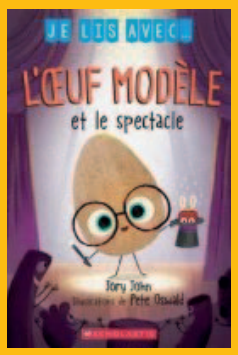
15 MARS

Yves P. Pelletier, humoriste

SUGGESTIONS POUR UNE 1ÈRE LECTURE

Les histoires de Mini-Jean et Mini-Bulle! Les devoirs, c'est malade!
Alexandra Larochelle

Regarde le fantôme
David Larochelle



L'œuf modèle et le spectacle
Jory John

Les héros de 1re année Au pays des rêves
Natacha Godeau

Les superpouvoirs des animaux
Andrea Silen

Mes lectures de 1re année avec Loup Des écrans dans la forêt
Orianne Lallemand

EXPOSITION

Visag'Inaires

CLAUDINE GILBERT

19 MARS AU 3 MAI

à la bibliothèque Claude-Henri-Grignon

BIBLIOTHÈQUE CLAUDE-HENRI-GRIGNON

SAINTE ADÈLE

BIBLI EN folie

Bibli en folie propose des rendez-vous littéraires, des activités créatives, des ateliers d'apprentissage, des rencontres inspirantes et plus encore! Gratuites pour les détenteurs de la carte citoyenne, ces activités charmeront les petits comme les plus grands!

Carte citoyenne : gratuit | Tarif régulier : enfant 7 $, adulte 10 $

Conférence *Marcelle Ferron, révolutionnaire*

Par Éric Perron
17 avril | 19 h 30

Retracez le parcours de Marcelle Ferron de 1940 à 2000. Femme libre, artiste avant-gardiste, citoyenne engagée : la détermination de cette femme d'exception est mise en lumière tout au long de la présentation composée d'une iconographie souvent exclusive et agrémentée de témoignages vidéo (Sébastien Ricard, Louise Beaudoin, Denis Marleau, etc.). De plus, Marcelle Ferron se fait entendre à quelques reprises...

Conférence *Dose ta vie* de Marie-Ève Morin

En collaboration avec *s'Unir pour lire*
8 mai | 18 h 30 à 20 h 30
Salle Rousseau-Vermette

Voici l'occasion d'en apprendre davantage sur les dépendances et les drogues chez les jeunes. La conférence sera animée par la Dre Marie-Eve Morin, clinicienne en dépendances et autrice du livre *Dose ta vie*, un ouvrage destiné aux adolescents et aux jeunes adultes. Il sera notamment question des effets et des risques des substances qui peuvent se retrouver dans les cours d'école et qui sont accessibles aux jeunes, ainsi que leurs impacts sur la santé physique et mentale.

Atelier d'origami

6 - 8 ans (accompagnés d'un parent)
3 mai | 9 h à 10 h 30

Plie, crée et amuse-toi! Découvre l'art fascinant de l'origami lors de cet atelier spécialement conçu pour les jeunes. Ensemble, nous transformerons de simples feuilles de papier en animaux, fleurs et formes originales! Une activité ludique et créative qui développera ton imagination et ta dextérité.

Atelier d'introduction à la BD

9 - 12 ans
23 mai | 18 h 30 à 20 h

Découvre les différentes étapes de création d'une bande dessinée, depuis la création d'un personnage, jusqu'à l'élaboration d'une histoire, puis d'un scénarimage découpé. Plans, cases, bulles, dialogue, expression des visages, position, ton personnage en action, l'esquisse, l'encrage, puis la colorisation, puis le montage graphique d'une planche de BD. Plaisir garanti!

RÉSERVATION OBLIGATOIRE | PLACES LIMITÉES

450 229-2921, poste 7238 | biblio@vdsa.ca | Comptoir de prêt de la bibliothèque Claude-Henri-Grignon

Politique MADA & FAMILLE

FAITES-NOUS PART DE VOS RÉFLEXIONS!

La Ville de Sainte-Adèle souhaite actualiser sa politique MADA (Municipalité amie des aînés) et famille, qui avait précédemment été mise à jour en 2020.

À cet effet, les citoyens sont invités à participer à une consultation en ligne et/ou à prendre part à une consultation publique, qui sera l'occasion de discuter des enjeux, des priorités, des besoins et des préoccupations des ainés et des familles adélois.

Les informations recueillies lors de ces consultations permettront d'élaborer une politique MADA et famille qui bénéficiera à l'ensemble de la collectivité.

Consultez notre site internet pour tous les détails concernant cette démarche importante pour la collectivité.

SAINTE ADÈLE

CONSULTATION EN LIGNE
10 au 24 mars

CONSULTATIONS PUBLIQUES
INSCRIPTION OBLIGATOIRE

FAMILLES | 18 mars
18 h 30 à 20 h 30
Place des citoyens

AÎNÉS | 20 mars
9 h à 12 h
Centre communautaire
Jean-Baptiste-Rolland

COORDONNÉES DES SERVICES

311 ou 450 229-2921
www.ville.sainte-adele.qc.ca

HÔTEL DE VILLE
1381, boulevard de Sainte-Adèle
Sainte-Adèle (Québec) J8B 1A3

BIBLIOTHÈQUE CLAUDE-HENRI-GRIGNON
555, boulevard de Sainte-Adèle,
porte 118

PLACE DES CITOYENS
999, boulevard de Sainte-Adèle

SERVICE DES LOISIRS
1200, rue Claude-Grégoire

SERVICE DES TRAVAUX PUBLICS ET SERVICES TECHNIQUES
2815, rue Rolland

SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE
100, rue des Cantonniers

URGENCE
911

APPELS NON URGENTS (SQ)
310-4141

Le bulletin municipal « L'Actualité adéloise » est une publication distribuée par la Ville de Sainte-Adèle

Graphisme : Pixel Créatif