



CANTLEY

# BULLETIN

Automne 2018

Fall 2018

Service des loisirs,  
de la culture et des parcs  
Recreation, culture and parks

# Service des loisirs de la culture et des parcs

Maison des Bâisseurs  
Municipalité de Cantley  
8, chemin River  
Cantley (Québec) J8V 2Z9

Heures d'ouverture  
Lundi au vendredi  
de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h



[www.cantley.ca](http://www.cantley.ca)



[facebook.com\municipalité de cantley](https://facebook.com/municipalite.de.cantley)



[@Mun\\_de\\_Cantley](https://twitter.com/Mun_de_Cantley)



[youtube.com\municipalité de cantley](https://youtube.com/municipalite.de.cantley)



**Suivez-  
nous !**

## LISTE DES SITES

- Maison des Bâisseurs (Mairie) (8, ch. River)
- Ecole Sainte-Elisabeth (51, ch. Sainte-Elisabeth)
- Ecole de la Rose-des-Vents (112, rue du Commandeur)
- Ecole de l'Orée-des-bois (79, rue du Mont-Joël)
- Salle paroissiale (47, ch. Sainte-Elisabeth)
- Amerispa (5, ch. Sainte-Elisabeth)

## LÉGENDE DES TARIFS

- R : Résident  
NR : Non-résident  
TR : Tarif réduit pour 55 ans+, étudiants ou personnes à mobilité réduite. Les étudiants à temps plein de 18 ans+ doivent communiquer avec le Service des loisirs pour s'inscrire.

**Inscrivez-vous  
EN LIGNE ▶▶▶**

**www.cantley.ca**

**Période d'inscription pour les résidents : du 22 août, dès 9 h, au 9 septembre  
Inscription pour les non-résidents à partir du 29 août seulement**

### **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

Visitez notre site Web, créez votre profil d'utilisateur (dossier famille) et suivez les instructions pour vous inscrire et effectuer votre paiement en ligne. Tous nos tarifs prévoient l'ajout des taxes lorsqu'applicables.

### **MODES DE PAIEMENT**

Par carte de crédit en ligne. Au comptoir de la Mairie en argent comptant, par débit ou par chèque. Par la poste, le chèque (libellé au nom de la Municipalité de Cantley) doit nous parvenir dans les 5 jours ouvrables suivant l'inscription.

### **POLITIQUE D'ANNULATION ET DE REMBOURSEMENT**

La Municipalité peut annuler l'activité si le nombre de participants n'est pas suffisant et les frais seront remboursés. Le cas échéant, nous communiquerons avec les personnes concernées.

Après la période d'inscription, toute annulation par un participant avant le premier atelier entraînera des frais administratifs de 10 \$. Aucun remboursement ne sera effectué pour une annulation en cours de session.



### **QUESTIONS?**

819 827-3434 poste 6816

#### **ENGLISH**

Please note that, at any time, we would be pleased to inform you about our activities in English.

To do so, we kindly invite you to call directly the Municipality of Cantley.



## YOGA DOUX ET MÉDITATION

Accessible à tous, peu importe le niveau de flexibilité. Permet de se familiariser avec les postures et ainsi progresser à son rythme en respectant ses propres limites. Suivi d'une courte séance de méditation.

*Offert par : Solange Mattar*

## YOGA DOUCEUR

Accessible à tous, peu importe le niveau de flexibilité. Permet de se familiariser avec les postures et ainsi progresser à son rythme en respectant ses propres limites.

*Offert par : Alexandra Ienco*

## YOGA FLOW

Une séquence de postures dynamiques mettant l'accent sur la respiration et la présence. Ce cours vous mettra au défi tout en respectant vos limites et vous aidera à maîtriser votre stress.

*Offert par : Marianne Ouellet*

## HATHA YOGA AVANCÉ

Classe avancée pour les gens en bonne forme physique ayant déjà suivi plusieurs séances de yoga. Vise à approfondir sa pratique de respiration (Pranayama) et améliorer les postures physiques permettant la relaxation et une meilleure compréhension de soi-même.

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Dim | 23 sept. au 9 déc. | 12 sem.

**Choisissez votre heure :**

9h - 10h ou 10h15 - 11h15

## PAR COURS

**180\$ - R**

270\$ - NR

135\$ - TR

(+taxes)

## SALLE PAROISSIALE

16 ans+, POUR TOUS

Lun 10h30-11h45 | 17 sept. au 10 déc. | 10 sem.

(congé : 24 sept., 8 oct. et 3 déc.)

**92\$ - R**

138\$ - NR

69\$ - TR

(+taxes)

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Lun 12h30-13h45 | 24 sept. au 10 déc. | 11 sem.

(congé : 8 oct.)

**182\$ - R**

273\$ - NR

137\$ - TR

(+taxes)

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Lun 18h45-19h45 | 24 sept. au 10 déc. | 11 sem.

(congé : 8 oct.)

**165\$ - R**

248\$ - NR

124\$ - TR

(+taxes)

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, AVANCÉ

Lun 17h-18h | 24 sept. au 10 déc. | 11 sem.

(congé : 8 oct.)

**165\$ - R**

248\$ - NR

124\$ - TR

(+taxes)

*Offert par : Solange Mattar*

## YOGA DOUCEUR

Accessible à tous, peu importe le niveau de flexibilité. Permet de se familiariser avec les postures et ainsi progresser à son rythme en respectant ses propres limites.

*Offert par : Solange Mattar*

## YOGA PRÉNATAL

Le yoga prénatal permet d'approvoiser toutes les transformations occasionnées par la grossesse sur les plans physique et spirituel. Vise à apporter un sens de bien-être et de relaxation et créer un lien fort avec bébé. Tous niveaux.

*Offert par : Solange Mattar*

## HATHA YOGA (ENGLISH CLASS)

This class is opened to anyone who has an interest in yoga and **some experience**. While Hatha yoga is gentle in nature, the benefits to the mind, body and soul are significant. This class will remove stress and calm the mind.

*Offered by : Michelle Honerman*

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Mar 15h30-16h30 | 25 sept. au 11 déc. | 12 sem.

**180\$ - R**

270\$ - NR

135\$ - TR

(+taxes)

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+

Mer 12h30-13h30 | 26 sept. au 12 déc. | 12 sem.

**240\$ - R**

360\$ - NR

180\$ - TR

(+taxes)

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, INTERMEDIATE

Wed 18:00-19:15 | Sept 26 to Dec 12 | 12 wks.

**198\$ - R**

297\$ - NR

149\$ - TR

(+taxes)



*Accès aux bains après les cours, peignoir et serviette inclus pour tous les cours offerts chez Amerispa Cantley. Places limitées. Inscrivez-vous rapidement !*



# YOGA



## INTRO À LA MÉDITATION

Apprenez à méditer. Une introduction vous permettant de débiter et entretenir une pratique de méditation. Tous sont les bienvenus.

*Offert par : Michael Hutkins*

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Mer 19h30-20h15 | 26 sept. au 24 oct. | 5 sem.

**(English Introduction to meditation)**

Wed 19:30-20:15 | Nov 7 to Dec 5 | 5 weeks

## PAR COURS

**75\$ - R**

113\$ - NR

56\$ - TR

(+taxes)

## QI GONG

Forme d'exercices chinois visant l'équilibre du corps et la promotion de saines habitudes de vie. Ce cours, permettant d'améliorer la flexibilité, la force et l'endurance du corps, est suivi par une courte séance de méditation.

*Offert par : Kasia Skabas*

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Jeu 18h30-20h | 27 sept. au 22 nov. | 8 sem.

*(congé : 25 oct.)*

## 143\$ - R

215\$ - NR

107\$ - TR

(+taxes)

## YOGA DOUCEUR (BILINGUE)

Accessible à tous, peu importe le niveau de flexibilité. Permet de se familiariser avec les postures et ainsi progresser à son rythme en respectant ses propres limites.

*Offert par : Michael Hutkins*

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, POUR TOUS

Mer 14h-15h | 26 sept. au 12 déc. | 12 sem.

Ven 10h15-11h15 | 28 sept. au 14 déc. | 12 sem.

## PAR COURS

**180\$ - R**

270\$ - NR

135\$ - TR

(+taxes)

## HATHA YOGA CLASSIQUE (BILINGUE)

S'adresse aux personnes déjà familières avec le yoga ou qui pratiquent des exercices régulièrement. Mouvements vigoureux et emphase mise sur la méditation pendant les postures.

*Offert par : Michael Hutkins*

## AMERISPA CANTLEY

18 ans+, INTERMÉDIAIRE-AVANCÉ

Ven 11h30-12h45 | 28 sept. au 14 déc. | 12 sem.

## 198\$ - R

297\$ - NR

149\$ - TR

(+taxes)

## BRÛLE-KILOS

Mouvements cardio permettant d'éliminer efficacement des kilos. Des exercices avec poids et au sol permettant de tonifier les muscles. Excellent pour un retour à la mise en forme ou pour augmenter sa capacité cardiovasculaire et sa résistance.

---

## CARDIO-BOXE

Programme de mise en forme combinant l'aérobique à des mouvements de boxes intégrés.

*Offert par : Lisa Hurst*

---

## PiYo

Un entraînement complet, dynamique et efficace. Brûlez des calories à l'aide d'exercices nécessitant des mouvements en continus. Inspiré du **pilates** pour définir et raffermir et du **yoga** pour la force et la flexibilité.

*Offert par : Manon Côté*

---

## PILATES

La méthode Pilates est programme de conditionnement physique accessible à tous et comprend des exercices au sol et debout visant à obtenir un corps plus fort, plus tonique et plus souple. Les séances sont variées et adaptées à la condition physique et aux objectifs des participants.

*Offert par : Magali Renault*

## ÉCOLE STE-ELISABETH

16 ans+, POUR TOUS  
Lun 19h30-20h20 | 24 sept. au 10 déc. | 10 sem.  
(congés : 1<sup>er</sup> et 8 oct.)  
*Offert par : Geneviève Harel*

---

## ÉCOLE DE L'ORÉE-DES-BOIS

16 ans+, POUR TOUS  
Jeu 19h-19h50 | 27 sept. au 13 déc. | 12 sem.  
*Offert par : Christine Grégoire*

---

## ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS

16 ans+, POUR TOUS  
Mer 19h30-20h20 | 26 sept. au 12 déc. | 12 sem.

---

## ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS

16 ans+, intermédiaire  
Lun 18h30-19h20 | 24 sept. au 10 déc. | 11 sem.  
(congés : 1<sup>er</sup> et 8 oct.)

---

## ÉCOLE DE L'ORÉE-DES-BOIS

16 ans+, intermédiaire  
Jeu 18h-18h50 | 27 sept. au 13 déc. | 12 sem.

---

## ÉCOLE STE-ELISABETH

18 ans+, POUR TOUS  
Lun 18h20-19h20 | 24 sept. au 10 déc. | 10 sem.  
(congés : 1<sup>er</sup> et 8 oct.)

**65\$ - R**

98\$ - NR  
49\$ - TR  
(+taxes)

---

**78\$ - R**

117\$ - NR  
59\$ - TR  
(+taxes)

---

**90\$ - R**

135\$ - NR  
68\$ - TR  
(+taxes)

---

**75\$ - R**

113\$ - NR  
56\$ - TR  
(+taxes)

---

**90\$ - R**

135\$ - NR  
68\$ - TR  
(+taxes)

---

**75\$ - R**

113\$ - NR  
56\$ - TR  
(+taxes)

**ÉCRITURE CRÉATIVE**

De l'idée au livre. Vous avez le goût de publier vos écrits et d'être lu par de nombreux lecteurs? La chance vous en est offerte. Devenez un auteur publié!

*Offert par : Michel Lavoie*

**LEARN SPANISH**

*(English/Spanish workshops)*

**Spanish for beginners**

Introduction to the fundamental elements of the Spanish language within a latinamerican cultural context. The module is intended for people (especially francophones) who have little or no previous knowledge of Spanish and want to travel. The course provides the tools to understand and begin basic communications, to acquire vocabulary and to read and speak with good pronunciation

**Spanish basics**

This course is a continuation of the first module beginners, intended for people with previous basic knowledge of Spanish. Upon completion students should be able to communicate about the present tense, immediate future tense and present continuous tense. Continue on new vocabulary and new verbs acquisition.

**Spanish conversation**

This practice provides an opportunity for intensive communication in spoken Spanish. Students should be able to discuss different topics, express ideas and opinions, and engage in informal conversations about past experiences, new technology and daily life. No grammar but new vocabulary and verbs acquisition.

*Offered by : Fernando Acevedo*

**7 FENÊTRES SUR L'ÂME**

Atelier de travail psycho-corporel. Cet atelier vous initiera aux Chakras, à l'exploration de vos patterns de vie et de votre santé physique et énergétique en combinant des exercices de yoga, de méditations guidées, de dessin et de la théorie.

**BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE****Ateliers pour adultes, 18 ans+**

Sam 10h30-12h30 | 22 sept. au 27 oct. | 6 sem.

**Ateliers pour adolescents, 12-17 ans**

Sam 10h30-12h30 | 3 nov. au 8 déc. | 6 sem.

**90\$ - R**

135\$ - NR

68\$ - TR

(+taxes)

**70\$ - R**

105\$ - NR

**ORÉE-DES-BOIS ELEMENTARY SCHOOL****Spanish for beginners**

16 years+, beginner

Mon 18:00-20:00 | Sept 24 to Dec 17 | 11 wks.

*(Holidays: Oct 1 and 8)*

**220\$ - R**

330\$ - NR

165\$ - TR

(+taxes)

**ORÉE-DES-BOIS ELEMENTARY SCHOOL****Spanish basics**

16 years+

Wed 18:00-20:00 | Sept 26 to Dec 12 | 12 wks.

**240\$ - R**

360\$ - NR

180\$ - TR

(+taxes)

**MUNICIPAL LIBRARY****Spanish conversation**

16 years+

Fri 18:00-20:00 | Sept 28 to Dec 14 | 12 wks.

**150\$ - R**

225\$ - NR

113\$ - TR

(+taxes)

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

18 ans+

Dim 14h30-16h30 | 14 oct. au 2 déc. | 8 sem.

*Offert par : Elise Bohémier*

**180\$ - R**

270\$ - NR

135\$ - TR

(+taxes)

**ACUPRESSURE (English workshop)**

Acupressure and natural solutions to relieve headaches and migraines. Learn to find appropriate acupressure points and practice different pressure techniques for prevention and pain control.

**MUNICIPAL LIBRARY**

18 years+

Tuesday October 2 | 17:30-20:00

*Offered by : Kasia Skabas*

**35\$ - R**

52\$ - NR

26\$ - TR

(+taxes)

**TRICOT POUR ADULTES**

S'adresse aux adultes ayant déjà une base de tricot ou crochet. Entreprendre ou terminer un projet au choix tout en apprenant de nouvelles techniques. Ateliers à connotation sociale encourageant les échanges.

*Matériel requis: Accessoires de base, aiguilles à tricoter/corchet, laine, patron (non obligatoire).*

**BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE**

18 ans+, intermédiaire

Mer 14h-16h | 26 sept. au 12 déc. | 12 sem.

*Offert par : Michèle Roger*

**62\$ - R**

93\$ - NR

47\$ - TR

(+taxes)

**MAÎTRISEZ VOTRE APPAREIL PHOTO**

Découvrez toutes les fonctions de base de votre appareil ainsi que leur utilisation en situations réelles - de la prise de vue jusqu'au tirage de l'image finale.

*Matériel requis : Appareil reflex numérique, compacte ou bridge. L'appareil doit comporter un mode d'exposition manuel.*

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

14 ans+

Jeu 19h-21h | 4 oct. au 1<sup>er</sup> nov. | 5 sem.

*Offert par : Gilles Comtois*

**75\$ - R**

113\$ - NR

57\$ - TR

(+taxes)

**RECONNAITRE ET INTERVENIR AUPRÈS D'UN AÎNÉ VULNÉRABLE**

Comment reconnaître la maltraitance chez les aînés? Comment intervenir? Pourquoi est-ce si difficile de dénoncer? L'accompagnement au travers du processus.

**BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE**

18 ans+

Mer 17 oct. | 17h30-19h30

*Offert par : Monique Albert*

**GRATUIT**

*\*Inscription obligatoire*

**ATELIERS**

**INITIATION INTENSIVE AU VÉLO DE MONTAGNE  
MATINÉE PARENT-ENFANT**

Une matinée d'initiation pour les parents qui cherchent à s'assurer de partir sur le bon pied dans la pratique du sport de vélo de montagne avec leurs enfants. Techniques de base et défis audacieux.

**INITIATION AU DESSIN**

Dans ces ateliers, les participants expérimenteront différentes thématiques de dessin. Les médiums utilisés comprennent les pastels secs et gras, le fusain et la fabrication d'une recette maison de peinture.

*Matériel requis: crayons à mine, efface, crayons de couleur de bois, aiguisoir, cahier à dessin.*

**INITIATION AUX ARTS DU CIRQUE**

Le cirque, c'est plus qu'une histoire de nez de clown ! Vos enfants s'amuseront tout en apprenant de petites chorégraphies des disciplines des arts du cirque.

**SAMEDI DE CHANTER** (bilingue)

Chant choral. Viens t'amuser en chantant des chansons populaires avec tes amis. Aucune expérience requise.

**ATELIERS DE MUSIQUE** (bilingue)

Activités visant à développer l'oreille musicale et le sens rythmique par le jeu, les chansons, l'écoute active, le mouvement et les instruments de musique. Initiation à la flûte à bec, au djembe et au xylophone.

**STATIONNEMENT ÉCOLE STE-ELISABETH****7-9 ans, parent-enfant**

Sam 9h-11h | 22 sept. ou 29 sept.

*Offert par : Dominique Larocque*

**40\$ - R**  
60\$ - NR  
(+ taxes)

**BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE****8-12 ans**

Sam 12h30-14h | 22 sept. au 17 nov. | 8 sem.

*(congé : 6 oct.)*

*Offert par : Milène Gendron*

**60\$ - R**  
90\$ - NR

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS****5-8 ans**

Mer 18h30-19h20 | 26 sept. au 5 déc. | 10 sem.

*(congé : 31 oct.)*

*Offert par : Milène Gendron*

**75\$ - R**  
113\$ - NR

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

## 7-11 ans

Sam 11h-12h 30 | 22 sept. au 1<sup>er</sup> déc. | 10 sem.

*(congé : 6 oct.)*

*Offert par : Johanne Marcil*

**90\$ - R**  
135\$ - NR

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

## 5-7 ans

Sam 10h-11h | 22 sept. au 1<sup>er</sup> déc. | 10 sem.

*(congé : 6 oct.)*

*Offert par : Johanne Marcil*

**97\$ - R**  
146\$ - NR

*\* Le coût inclus une flûte à bec.*

Une nouveauté cet automne !  
Des programmes multisports pour les  
tout petits. Conçus pour promouvoir la  
connaissance physique et bâtir la confiance en soi.

**Nouveau!**



ENFANTS

**SPORTBALL - Exploration**

Les tous petits et les parents apprennent les habiletés fondamentales du sport et participent à des jeux créatifs, des chansons, des histoires et bien plus. Ce programme de 30 minutes initie les enfants à un sport différent chaque semaine.

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

**16 mois à 2 ans, accompagné d'un parent**

Dim 9h-9h30 | 23 sept. au 2 déc. | 10 sem.  
(congé : 7 oct.)

**67\$ - R**  
101\$ - NR

**SPORTBALL - Parent-enfant**

Avec la participation de leur parent, les enfants pourront raffiner leurs compétences et poursuivre leur développement, tels que l'équilibre et la coordination en participant à huit sports populaires : hockey, soccer, football, baseball, basket-ball, volley-ball, golf et tennis. Programme d'une durée de 45 minutes.

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

**2-3 ans, accompagné d'un parent**

Dim 9h45-10h30 | 23 sept. au 2 déc. | 10 sem.  
(congé : 7 oct.)

**90\$ - R**  
135\$ - NR

**SPORTBALL - Multisports**

Permet aux enfants de développer leur indépendance et construire la confiance en soi en participant aux cours tout seuls comme des grands. Les entraîneurs engagent les enfants dans des scénarios créatifs et des thèmes spéciaux. Programme d'une durée de 60 minutes.

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

**3-6 ans**

Dim 10h45-11h45 | 23 sept. au 2 déc. | 10 sem.  
(congé : 7 oct.)

**120\$ - R**  
180\$ - NR

**ZUMBA®**

Entraînement cardio-vasculaire et musculaire se pratiquant sur des chorégraphies et musiques latines (Salsa, Merengue, Bachata, Cumbia, Reggeaton, etc.). Tous peuvent pratiquer cette activité (sauf avis contraire d'un médecin).

**ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

16 ans+, POUR TOUS  
Lun 19h30-20h20 | 24 sept. au 10 déc. | 10 sem.  
(congés : 1<sup>er</sup> et 8 oct.)

**58\$ - R**  
87\$ - NR  
44\$ - TR  
(+taxes)

*Offert par : Andrée East*

**ÉCOLE DE L'ORÉE-DES-BOIS**

16 ans+, POUR TOUS  
Mar 18h30-19h20 | 25 sept. au 11 déc. | 12 sem.

**70\$ - R**  
105\$ - NR  
53\$ - TR  
(+taxes)

*Offert par : Magali Gravel*

**STRONG BY ZUMBA®**

Entraînement par intervalles haute intensité. La musique et les mouvements se synchronisent afin que vous puissiez dépasser votre seuil de tolérance limite et atteindre vos objectifs de remise en forme plus rapidement.

**ÉCOLE DE L'ORÉE-DES-BOIS**

16 ans+, INTERMÉDIAIRE  
Mar 19h30-20h30 | 25 sept. au 11 déc. | 12 sem.

**80\$ - R**  
120\$ - NR  
60\$ - TR  
(+taxes)

*Offert par : Andrée East*

**INTRODUCTION À LA SALSA**

Apprenez les bases de la danse latine sur des rythmes cubains et épatez vos amis lors des prochaines soirées !

**ÉCOLE SAINTE-ELISABETH**

16 ans+, POUR TOUS  
Mer 18h30-19h20 | 26 sept. au 12 déc. | 11 sem.  
(congé : 31 oct.)

**99\$ - R**  
149\$ - NR  
74\$ - TR  
(+taxes)

*Offert par : Magui Morffi*

**SALSA EN COUPLE**

Pour les gens ayant une base de Salsa. Les gens non accompagnés seront jumelés à un partenaire.  
*Offert par : Magui Morffi*

**ÉCOLE SAINTE-ELISABETH**

16 ans+  
Mer 19h30-20h20 | 26 sept. au 12 déc. | 11 sem.  
(congé : 31 oct.)

**99\$ - R**  
149\$ - NR  
74\$ - TR  
(+taxes)

**SALSA 55+**

Apprenez les bases de la danse latine sur des rythmes cubains. Une façon amusante de garder la forme !

**SALLE PAROISSIALE**

**55 ans+**  
Jeu 10h30-11h30 | 27 sept. au 29 nov. | 10 sem.  
*Offert par : Magui Morffi*

**90\$ - R**  
121\$ - NR  
(+taxes)

### **BAMINTON FAMILIAL**

Activité libre surveillée. Les enfants ne peuvent s'inscrire sans un parent. Jeu en double obligatoire. Trois terrains, 24 joueurs maximum. Rotation des joueurs lorsque nécessaire.

*Matériel requis: volants et raquettes*

### **ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

8 ans+ pour tous

Dim 12h-13h | 23 sept. au 2 déc. | 10 sem.  
(congé : 7 oct.)

Dim 13h-14h | 23 sept. au 2 déc. | 10 sem.  
(congé : 7 oct.)

11\$ - R  
17\$ - NR  
(+taxes)

11\$ - R  
17\$ - NR  
(+taxes)

---

### **BADMINTON ADULTE**

Activité libre surveillée. Parties amicales pour tous les niveaux. Trois terrains, 24 joueurs maximum. Rotation des joueurs ou jeux en double lorsque nécessaire.

*Matériel requis: volants et raquettes*

### **ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

16 ans+, intermédiaire

Mar 20h-21h30 | 25 sept. au 11 déc. | 12 sem.

**83\$ - R**  
124\$ - NR  
62\$ - TR  
(+taxes)

---

### **VOLLEY-BALL INTERMÉDIAIRE**

Activité libre surveillée. Préalable : volleyball avec smash et services au-dessus de la tête, jeu rapide et de niveau plus élevé, esprit d'équipe. 14 joueurs maximum. Rotation des joueurs lorsque nécessaire.

### **ÉCOLE DE LA ROSE-DES-VENTS**

18 ans+, intermédiaire-avancé

Jeu 20h-21h30 | 27 sept. au 13 déc. | 12 sem.

**82\$ - R**  
124\$ - NR  
62\$ - TR  
(+taxes)

*Note : les cours de type « familial » permettent l'inscription gratuite d'un enfant avec l'inscription d'un parent. Tous les cours en gymnase requièrent le port de chaussures multisports avec semelles non marquantes.*



SPORTS



# Et... ACTION !

Le monde de la télévision  
Offert par l'entreprise Vire Voltage



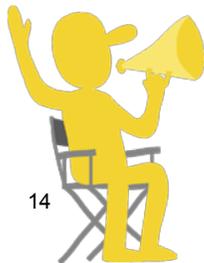
## Enfin ta chance d'explorer le monde de la télévision !

Découverte des métiers techniques et artistiques. Création de bulletins de nouvelles, films sur place. Effets spéciaux et entrevues.

Un rôle à ta mesure : caméraman, animateur, régisseur ou assistant au son.

On t'attend !

**Ateliers pour les 9 à 16 ans**  
**Samedi 27 octobre | 12 h à 15 h**  
**Ecole de la Rose-des-Vents**  
**Coût : 14 \$ (R), 23 \$ (NR)**





# CUISINE COLLECTIVE

(Cuisine, entraide et économie)

Dans la foulée de la popularité des cuisines collectives, la Société St-Vincent de Paul de Cantley offre des ateliers ouvert à tous les citoyens de Cantley et, dans un esprit rassembleur et de partage, se rencontrer pour cuisiner santé deux vendredis par mois.

Les choix des menus pour chaque activité, comprenant une entrée, quatre repas principaux et un dessert, vous seront envoyés deux semaines avant l'activité ainsi que la demande de confirmation de votre participation pour bien préparer la liste d'épicerie. Tout le matériel et les ingrédients seront déjà sur place à la salle paroissiale de l'Église Ste-Élisabeth.

Vous n'aurez tout simplement qu'à fournir votre tablier et vos contenants pour repartir avec vos mets cuisinés.

Des contenants réutilisables sont disponibles sur place au coût 1\$ l'unité. À un coût modique de 10 \$/ personne pour le menu complet, la distribution des plats se fera selon les besoins de chaque participant et les repas supplémentaires seront offerts dans la communauté à une clientèle ciblée.

L'activité se déroule de 9 h à 12 h et est suivie d'un dîner partage pour discuter des prochaines rencontres.

**Inscription** : Chantal Poliquin | [gitane844@hotmail.com](mailto:gitane844@hotmail.com)

# Biblio Cantley



## Heures d'ouverture

Lundi	9 h à 13 h 30
Mardi	13 h 30 à 20 h
Mercredi	13 h 30 à 20 h
Jeudi	9 h à 13 h 30
Vendredi	13 h 30 à 20 h
Samedi	10 h à 16 h
Dimanche	Fermée





*Redécouvrez  
votre bibliothèque...*

## *Heure du conte*

15 septembre : Le retour en classe

27 octobre : Boo ! C'est l'Halloween

17 novembre : Le jour du souvenir

15 décembre : Noël c'est magique !

L'activité débute à 10h 15.

*L'enfant doit être abonné à la bibliothèque  
afin de participer. L'abonnement est gratuit.*

Réservez votre place au  
819 827-3434, poste 6825

## *Club de lecture*

Joignez-vous au Club de lecture  
pour les adultes de 18 ans+.

Le groupe se rencontre les lundis  
à 18h30 à la bibliothèque municipale.

Les inscriptions se font à la bibliothèque.

Plus de détails au  
819 827-3434, poste 6825

# Cantley en fête

Samedi le

**8 septembre**

de 10 h à 18 h

Terrain de la Mairie (8, chemin River)

[www.cantley.ca](http://www.cantley.ca)



# Activités gratuites pour toute la famille !



**Billard foot géant** Ateliers de trapèze **Jumpai trampolines**  
**Exposition d'artisans** **Tour d'escalade** **Baby foot géant**  
**Structures gonflables** Activités en plein air\*

\*Venez faire l'essai de nos activités de loisirs: Zumba, yoga, PiYo, Sportball et bien plus!  
Nos formateurs seront sur place pour répondre à vos questions.

## CLUB DE SOCCER DES COLLINES (CANTLEY)

Notre mission est d'offrir du soccer pour tous.

Michel Charron, président  
819 827-5151  
info@soccerdescollines.com



7 à 12 ans : Programme « Local / Développement » en gymnase  
9 à 18 ans : Programme « Compétitif / CISO » sur surface synthétique

Tous les détails au [www.soccerdescollines.com](http://www.soccerdescollines.com)

## JUDO CANTLEY RESPECT-DISCIPLINE-AUTODÉFENSE

Le judo est le sport par excellence pour la motricité, la discipline et la concentration. Dojjo au gymnase de l'École Ste-Elisabeth. Venez essayer!

Sensei Louis Raymond, PNCE 2  
819 208-4431  
judo.cantley@videotron.ca  
Page Facebook : Judo@Cantley

Horaire 2018/2019  
Mardi et jeudi : 18h30-21h  
Samedi : 9h-12h

Cours de judo pour tous : parents et enfants (3 à 5 ans), U6, U8, U10, U12, U14, U16, U18 et adultes.

Cours d'autodéfense (judo jujitsu) 14 ans+  
Coûts : variables selon l'âge et le niveau  
Inscriptions par courriel en tout temps



## KARATÉ SHOTOKAN CANTLEY

Cours de karaté Shotokan traditionnel dans un cadre familial. Gymnase de l'École communautaire de la Rose-des-Vents

Joël Deschênes (Sensei)  
819 827-9337  
karate.cantley@videotron.ca



## Horaire

Mardi 18 h 30 – 19 h 45 (tous)  
Jeudi 18 h 30 – 19 h 45 (tous)  
Samedi 9 h 15 – 10 h 30 (ceintures brune+)  
Samedi 10 h 30 – 11 h 45 (tous)  
Age minimum requis : **6 ans**

Inscriptions sur place : du 4 septembre au 6 octobre  
Tous les détails au [www.karatecantley.ca](http://www.karatecantley.ca)

## ASSOCIATION ART DE L'ORDINAIRE

Notre mission est de promouvoir les artistes et artisans de la région de Cantley.

Gérald Lanoix, président  
artdelordinaire@hotmail.ca  
www.artdelordinaire.com



## CLUB FADOQ LES ÉTOILES D'ARGENT DE CANTLEY

Le club des aînés de Cantley vous invite à leurs activités culturelles, sociales et sportives durant toute l'année. Venez socialiser avec nous!

Richard Matte, président  
819 827-0398

## COMITÉ DE JUMELAGE

Louis St-Cyr, président  
819 827-3284  
jumelage.cantley@gmail.com

## LES ARCHERS DE CANTLEY

Nous sommes un club à but non lucratif, ouvert à tous les passionnés du tir à l'arc.

Informations disponibles sur notre page Facebook  
Nous rejoindre via Messenger @lesarchersdecantley

## Tournée des artistes et artisans 2018

Les 29 et 30 septembre 2018  
ainsi que les 6 et 7 octobre 2018  
Samedi 10 h à 17 h – Dimanche 10 h à 17 h  
Sur le territoire de la municipalité de Cantley

Inscription et information :  
artdelordinaire@hotmail.com

Salle paroissiale (47, Ste-Elisabeth)

### Activités

Club de marche, tous les mardis à 10 h  
Baseball-poche, cartes 500, tous les mercredis à 13 h  
Déjeuner, premier mercredi du mois à 9 h 30, endroit à déterminer  
Quilles, troisième mercredi du mois à 9 h 30 à la Salle de quilles Gréber

Promouvoir et organiser des échanges d'ordre social, culturel, touristique et économique entre la population des municipalités de Cantley et d'Ornans dont un étudiant qui irait travailler dans la municipalité jumelle pour l'été.

Tir intérieur de Septembre à Avril de 18 h 30 à 20 h 30  
à l'école de l'Orée-des-Bois  
Cours d'initiation disponibles

Carte de membre disponible sur place  
ou chez Précision Archerie



ORGANISMES

## LE CLUB LIONS DE CANTLEY

Notre mission est d'aider notre communauté.  
Nous servons !

Kristina Jensen, présidente  
cantley.lions@gmail.com



Pour les détails de nos activités, visitez le  
[www.e-clubhouse.org/sites/cantley](http://www.e-clubhouse.org/sites/cantley)

## CONFÉRENCE ST-VINCENT-DE-PAUL DE CANTLEY

Josée Fortin, présidente  
819 665-3819

## Paroisse St-Elisabeth de Cantley

Organisme à but non lucratif ayant pour objectif de  
venir en aide aux personnes les plus démunies de  
notre communauté.

## CANTLEY PROSPÈRE - ASSOCIATION DES GENS D'AFFAIRES DE CANTLEY

Notre mission : veiller, par implication de nos  
membres, à la croissance économique de la  
communauté de Cantley.

Mathieu Vaillant, président

info@cantleyprospere.com  
[www.cantleyprospere.com/agac](http://www.cantleyprospere.com/agac)

Activités de réseautage et de formation pour la  
communauté d'affaires.

Suivez-nous sur Facebook  
pour connaître nos activités ponctuelles :  
[facebook.com/cantleyprospere](https://facebook.com/cantleyprospere)

## LA SOURCE DES JEUNES

Lieu de rassemblement dynamique, animé et  
sécuritaire pour les jeunes de 8 à 17 ans.

Frédérique Laurin, directrice générale  
819 607-0871  
info@lasourcedesjeunes.com

Situé au 100, rue du Commandeur

Heures d'ouverture:  
Mercredi 17h à 20h  
Jeudi 18h à 21h  
Vendredi 18h à 21h



### **CHORALE STE-ELISABETH DE CANTLEY**

La chorale paroissiale compte quatre voix mixtes où les jeunes et les musiciens sont les bienvenus. Aucune expérience n'est requise. Accessible à tous les groupes d'âges.

Suzanne Steiner, Chef de chœur  
819 671-5785  
suzanne\_steiner@hotmail.com

### **FAMILLES D'ABORD**

Activités gratuites parents-enfants. Jeux et plaisir au rendez-vous!

Joëlle Gauthier  
819 457-4918

### **CANTLEY 1889**

#### **Notre passé Notre futur**

Découvrir, inventorier, protéger et promouvoir notre patrimoine. Fondé par des bénévoles intéressés à découvrir les racines de Cantley. Nous accueillons toujours des histoires, des photos et l'aide de bénévoles. L'adhésion est une façon de nous appuyer.

### **ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR DES COLLINES**

Bob Gravel, président  
bob@hockeydescollines.com



### **Eglise Ste-Elisabeth (jubé)**

Pratiques : mercredi de 19h 15 à 21h 30  
Messes : dimanche de 11h à 11h 45  
Septembre à juin

Inscriptions en tout temps à partir de la fin août en joignant Suzanne Steiner par téléphone, par courriel ou à l'église à la fin de la messe.

### **Bibliothèque municipale**

Les lundis de 9h 30 à 11h 30,  
à compter du 10 septembre

### **Découvrez votre histoire familiale:**

des ressources généalogiques  
le 4 novembre à 13 h 30 (bienvenue à tous)

www.cantley1889.ca  
info.cantley1889@gmail.com

facebook.com/Cantley 1889



Joignez-vous à nous!

Pour inscription et information, communiquez avec  
helene@hockeydescollines.com



CANTLEY