

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS – HIVER 2011

### SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES



#### Université du Troisième Âge

Via l'Université de Sherbrooke, l'Université du Troisième Âge offre des causeries et des cours.

#### *Les Mardis de 13 h 30 à 16 h 30 du 1<sup>er</sup> au 15 février*

Cours : L'environnement - Maintenir notre qualité de vie tout en réduisant l'utilisation des ressources et nos émissions de gaz à effet de serre par Pierre Bourget, ingénieur et président du comité environnement de Mont-Tremblant (durée : 9 heures)

Centre sportif et Culturel de la Vallée de la Rouge Coût : 50\$  
1550, chemin du Rapide, Rivière-Rouge

#### *Les Mardis de 13 h 30 à 16 h - Les 1<sup>er</sup> et 8 mars*

Causeries 1<sup>er</sup> mars L'Ordre de Jacques-Cartier, une société secrète canadienne-française  
8 mars *La Femme de Berlin* a-t-elle vraiment existé?

par Pauline Vincent, écrivaine, journaliste et présidente de l'Association des auteurs des Laurentides (durée de 5 heures)

Auditorium de l'hôpital de Rivière-Rouge Coût : 30\$

Renseignements : Louise Seguin – 819-275-5047  
Jocelyne Lacroix – 819-275-7720

#### Semaine de relâche

Pour la semaine de relâche, la bibliothèque présente  
Mercredi 2 mars à 13 h 30 au centre communautaire  
« Le Théâtre Mobilus » Marionnettes géantes  
Activité pour tous.

#### Pour Renseignements :

Marie-Christine Lévesque  
Responsable des loisirs, de la culture et du tourisme  
Municipalité de Nominique  
Téléphone : 819-278-3384 poste 246  
2110, chemin du Tour-du-Lac  
Courriel : loisirs.nominique@tlb.sympatico.ca



#### Cours de danse – École As-en-danse

Jazz, funky, cheerleading, hip-hop, pré-danse

Durée de 1 heure/semaine/groupe

*Mardi de 17 h 30 à 21 h* (horaire selon le groupe), *début le 4 janvier*

Centre communautaire, salle A.-Ardouin

Coût : à déterminer pour la session (janvier à mai)

Réf : Sylvie Gamache – 819-275-2809



#### Danse en ligne

Dispensés par Rollande et Pierre Gendron. Cha-cha, triple swing, country, valse et autres sur des musiques variées

*Jeu*di de 13 h 30 à 15 h 30, *début le 13 janvier jusqu'au 31 mars*

*Relâche le 3 mars*

Centre communautaire, salle A.-Ardouin

Coût : 40\$ pour la session (10 semaines)

Réf : Jacqueline Pépin – 819-278-4227



#### Dards

Ligue de dards organisant des soirées de jeux

*Jeu*di dès 18 h, *début le 6 janvier*

Centre communautaire, salle R.-Jetté

Coût : 3\$ par soir

Réf : Michel Jorg – 819-278-3453

#### Gymnastique holistique

Par des mouvements doux en position debout, assise ou couchée, apprenez à prendre contact avec votre corps dans ses différentes dimensions.

*Lun*di de 19 h à 20 h 30, *du 7 février au 28 mars*

Centre communautaire, salle R.-Jetté

Coût : À confirmer (min. de 3 personnes et max. de 7 personnes)

Réf : Lyne Bérardelli – 819-278-4714



## Glissade

Apportez vos traîneaux !  
Parc Hervé-Desjardins



## Hockey mineur - ASMN

Parties structurées de hockey mineur pour les 6-9 ans et les 10-13 ans.

**Samedi de 13 h à 15 h**

Janvier à mars, selon les conditions de glace  
Patinoire extérieure, Place Grégoire-Charbonneau  
Gratuit

Réf : André Dussault – 819-278-3901 ou Annie Dussault–819-278-0626



## Karaté et Tai-chi

Cours de karaté dispensés par Luc Lafleur, 16 ans d'expérience et affilié à Karaté Québec.

**Tous les mercredis**

**(début 12 janvier)**

**Karaté parascolaire : 15 h à 16 h**

**Karaté 12 ans et plus : 18 h à 19 h 30**

**Tai-chi adulte : 19 h 30 à 21 h 30**

**Relâche le 2 mars 2011**

Gymnase de l'école Saint-Rosaire (parascolaire)  
Centre communautaire, salle A.-Ardouin (adultes et tai-chi)  
Coût à déterminer selon le cours (session de 10 cours)

Réf : Luc Lafleur – 819-808-0756



## Patinoire et promenade de glace

**Lundi au vendredi 13 h à 21 h 30**

**Samedi et dimanche 10 h à 17 h et 18 h à 21 h 30**

À certaines occasions, la patinoire peut être réservée  
L'horaire est sujet à changement selon la température  
Place Grégoire-Charbonneau  
Stationnement sur le côté du centre communautaire



## Raquette

1 piste au Parc Le Renouveau (accessible par le chemin des Marronniers) et plusieurs sentiers dans la réserve faunique Papineau-Labelle (départ au bout du chemin des Buses)

## Club de l'Âge d'Or

Regroupement qui vise à développer une vie sociale active et à briser l'isolement par l'organisation d'activités pour les personnes du 3e âge. Avoir 50 ans et plus pour devenir membre. La carte annuelle est de 25 \$.

Réf : Claude Castonguay – 819-278-4862



### Baseball poches et sacs de sable

**Lundi et jeudi de 13 h à 16 h**

Local du Club de l'Âge d'Or. Doit être membre

**Coût : 2.00\$**



### Bingo

Ouvert aux 18 ans et plus.

**Mercredi à 13 h 30 toutes les semaines. 200\$ en prix**

**Vendredi à 19 h au deux semaines 500\$ en prix**

Local du Club de l'Âge d'Or



### Cartes et jeux intérieurs

**Dimanche de 13 h à 16 h**

Local du Club de l'Âge d'Or

Pour tous



### Dards

**Mardi à 13 h**

Local de l'Âge d'Or



### Marché aux puces – Linge usagé

**Mardi de 9 h à 16 h**

2<sup>e</sup> étage du Local de l'Âge d'Or

Pour tous



### Pétanque intérieure

**Mercredi à 18 h 30**

Local du Club de l'Âge d'Or. Doit être membre



### Soirée dansante avec animateur

**3<sup>e</sup> samedi du mois**

Local du Club de l'Âge d'Or

**Coût : 6,00\$ membre et 7,00\$ non membre**



### Vie active et culture physique (50 ans et plus)

**Lundi et mercredi 9 h 45 à 10 h 45**

Local du Club de l'Âge d'Or. Doit être membre

## CULTURE ET MÉTIERS D'ART



### Bibliothèque

**Horaire :** Mardi et mercredi : 13 h à 17 h  
Jeudi et vendredi : 13 h à 21 h  
Samedi : 9 h à 12 h

Animation autour de la lecture de contes avec différents thèmes pour les 0 à 5 ans.

#### Heure du conte

**Mercredi à 10 h** 19 janvier: *Bientôt j'écrirai*  
16 février: *Les Fêtes d'anniversaire*  
16 mars: *Mon livre préféré*  
20 avril: *La Mer*



### Sculpture de papier

Ateliers de fabrication de sculptures de papier en 3 dimensions.

**Lundi du 10 janvier au 18 avril, de 18 h à 22 h**

**Relâche :** Les 24 janvier, 28 février et 28 mars

Centre communautaire, salle A.-Ardouin

**Les jeudis en après-midi, 15 h à 15 h au sous-sol de l'Église St-Ignace**

Réf : Lyse Lachaine – 819-278-4865



### Peinture sur bois

Les Amis des Arts décoratifs des 3 vallées offrent différents cours dispensés par des artistes régionaux et par des membres de la Guilde de Montréal

**Journées portes ouvertes : jeudi & vendredi 27-28 janvier de 15 h à 16 h**

Présentation des cours lors des journées portes ouvertes

Centre communautaire, salle R.-Jetté

Coût : selon le cours

Réf : Bernadette Boucher – 819-274-1524



### Peinture sur toile

Cours de peinture sur toile dispensés par Thérèse Charette

**Lundi et vendredi de 9 h à 15 h, début le 10 janvier**

Centre communautaire, salle A.-Ardouin

Gratuit (vous devez fournir votre matériel)

Réf : Thérèse Charrette 819-278-4387



### Scrabble

Après-midi libre de scrabble. Quelques jeux sont fournis

**Mardi dès 15 h, début en octobre**

Bibliothèque de Nominiguingue

Réf : Nicole Ardouin – 819-278-0768

## ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX



### Parties amicales intermunicipales

Parties amicales de hockey mineur à l'extérieur entre les équipes de Nominiguingue et des municipalités avoisinantes. **Samedi 5 février 13 h à 14 h et**

**Dimanche 6 février de 13 h à 16 h ...**

Venez encourager nos glorieux !

Réf : Association de sports mineurs de Nominiguingue – 819-278-3901



### Nomineige en fête

Activités et festivités pour toute la famille. Disco sur glace, tournoi de hockey, déjeuner du maire, soirée dansante et bien plus. Surveillez la publicité.

**Du 4 au 6 février**

Patinoire et centre communautaire



### Conférence

« Un père...c't'un père » est un vidéo documentaire qui aborde la paternité de façon contemporaine avec honnêteté et tendresse. Le vidéo (d'une durée de 35 minutes) a été produit par le CSSS d'Antoine-Labelle né de la volonté de promouvoir la paternité. Le documentaire présente 17 pères qui témoignent de ce que la paternité signifie pour eux.

**Le vendredi 11 mars à 19 h 30**

Centre communautaire, salle A.-Ardouin



### Concert bénéfice

Concert bénéfice de Louise Sanche pour la Maison des jeunes avec piano, harpe et guitare

Maison des jeunes de Nominiguingue

Date et coût à venir

## ORGANISMES ET CLUBS – CLIENTÈLES CIBLÉES

### **Association de pêche à la mouche**



Regroupement organisant des activités de promotion de la pêche à la mouche : sortie de pêche, montage de mouches, technique de lancer et cours.  
Membership à 30\$ par adulte

Réf : Réal Martel – 819-278-0037

### **Chevaliers de Colomb**



Regroupement qui œuvre au sein de la communauté et des jeunes en les supportant dans l'organisation de diverses activités (souper, sortie, etc.). Rencontre le quatrième lundi de chaque mois

Réf : André Campeau – 819-278-4707

### **Comité de citoyens de Nominique**

Les buts du comité sont de défendre et promouvoir les intérêts des citoyens, d'améliorer la qualité de vie, de les représenter auprès des autorités.

Rencontre tous les mercredis suivant la réunion du conseil municipal à 19h00 à la salle intermédiaire.

Réf : Réjeanne Péladeau – 819-278-1587

### **Maison des jeunes**



La maison des jeunes est un milieu de vie et un lieu de rencontre animé pour les jeunes de 12 à 17 ans. Une grande variété d'activités s'offre à eux telles que billard, salle de musique, tennis de table, sorties, etc.

*L'horaire pour l'hiver 2011 sera confirmé en janvier*

Réf. : André Poirier – 819-278-0560

### **Papillons de Nominique**



Organisme s'occupant des loisirs pour les personnes déficientes intellectuelles de la Vallée de la Rouge. Plusieurs activités hebdomadaires et spéciales sont proposées.

*Ouvert les mardis, jeudis et vendredis de 9 h à 15 h.*

Réf. : Claudette Perreault – 819-278-4748



### **Ski de fond – pas classique**

2 pistes au Parc Le Renouveau (accessible par le chemin des Marronniers) et plusieurs sentiers dans la réserve faunique Papineau-Labelle (départ au bout du chemin des Buses)



### **Ski de fond – pas de patin**

1 piste au Parc Le Renouveau (accessible par le chemin des Marronniers)  
NOUVEAU - REFUGE CHAUFFÉ ACCESSIBLE AUX SKIEURS!

### **Stretching**

Cours d'étirements avec Maryvonne Berthault

*Mardi de 14 h à 15 h, début le 11 janvier*

*Jeudi de 19 h à 20 h, début le 13 janvier*

Centre communautaire, salle Adolphe-Ardouin

Coût : à déterminer pour 10 cours (min. de 10 personnes)

Réf : Maryvonne Berthault 819 425-9575 maryvonne@berthault.ca



### **Sentier de glace**

Patinoire éclairée de 5 km

7 jours par semaine de 10 h à 22 h

Club de golf Nominique

Coût : voir site web ([www.hotelgolfnominique.qc.ca](http://www.hotelgolfnominique.qc.ca))

Réf. : Club de golf Nominique – 819 278-3836



### **Tennis de table**

Entraînement avec Robert Chénier. Équipement disponible sur place

*Mardi, mercredi et vendredi de 18 h 30 à 21 h 30, début le 4 janvier*

Centre communautaire, salle R.-Jetté

Gratuit

