

VIE CULTURELLE

Les Artistes de chez-nous

Ateliers libres. Peinture à l'huile, à l'acrylique ou autres. Les ateliers sont offerts à tous, peu importe le niveau (aide disponible sur place).

Quand : Lundi de 9 h à 16 h, du 14 janvier au 22 avril 2019

Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (Centre communautaire)

Coût : Gratuit et contribution volontaire de 1\$ par atelier (vous devez fournir votre matériel)



Surveillez les informations diffusées et la date de l'atelier spécial sur Facebook : www.facebook.com/Les-Artistes-de-chez-Nous-857441220960605

Information : Madame Claudette Meilleur 819 278-3188

Madame Francine Courtemanche 819 278-0843

Concert de la Chorale Harmonie

Le dimanche 5 mai 2019, à 19 h 30, la Chorale Harmonie présentera son concert à l'église St-Ignace-de-Loyola.

Information : Madame Denise St-Denis 819 808-9730



Université du Troisième Âge (UTA)

L'Université du Troisième Âge offre un atelier et des conférences au Centre sportif et culturel de la Vallée de la Rouge, salle Jeanne-Gariépy (1550 chemin du Rapide, Rivière-Rouge). À l'agenda cet hiver :



Inscription et atelier

Mardi le 19 février 2019, de 13 h 30 à 16 h

Atelier : « Des jeux à découvrir »

Mercredi, 10 avril 2019, de 13 h 30 à 16 h Droits de scolarité : 20 \$

Conférence : Qu'est-ce qu'une vague politique?

Par Monsieur Dominic Desroches

Judi, 25 avril 2019, de 13 h 30 à 16 h Droits de scolarité : 20 \$

Conférence : Les baby-boomers vont-ils ruiner le système de santé?

Par Monsieur Gaétan Breton

Information : Madame Ginette Gagné 819 275-7692

Les renseignements contenus à la présente programmation étaient exacts au moment d'envoyer sous presse. Avant de vous rendre à une activité, il est fortement conseillé de vous renseigner. Nous vous recommandons de consulter le bulletin municipal qui est distribué une fois par mois pour de plus amples informations ou précisions quant aux activités.

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS

HIVER 2019



Municipalité de Nominique

L'objectif du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire est de soutenir les organismes mais demeure malgré tout responsable de certaines activités, dont notamment celles ci-après. N'hésitez pas à apporter vos suggestions ou à nous contacter si vous êtes intéressés à prendre en charge une activité.

Information : Audrey-Anne Richer 819 278-3384, poste 246

Courriel : loisirs@municipalitenominique.qc.ca

Site Internet : www.municipalitenominique.qc.ca

Facebook : www.facebook.com/municipalitenominique

Bibliothèque

Plus de 10 000 livres et périodiques disponibles sur place. Accès aux livres des autres bibliothèques membres ainsi qu'aux prêts numériques.

Horaire

Mardi au jeudi : 10 h à 12 h et 13 h à 17 h

Vendredi : 13 h à 20 h

Samedi : 9 h à 12 h

Information : 819 278-3384, poste 234

2 postes informatiques disponibles et signal sans fil (WiFi). **GRATUIT**

❖ Heure du conte

Activité gratuite offerte aux enfants de 0 à 5 ans, tous les 3^e mercredis du mois. Pour information ou pour confirmer la présence de votre enfant, vous pouvez communiquer avec la responsable de la bibliothèque, Madame Sylvie Gendron au poste 234.



shutterstock.com • 746027686

Hommage aux bénévoles

La semaine de l'Action bénévole du Québec se tiendra du 7 au 13 avril 2019. Le conseil municipal soulignera et honorera les bénévoles de notre communauté, le jeudi 11 avril 2019. Une invitation officielle suivra.



RÉSEAU DE
L'ACTION BÉNÉVOLE
DU QUÉBEC

Patinoires extérieures (hockey et patin libre)

Les patinoires seront ouvertes dès que possible! N'oubliez pas de surveiller l'horaire spécial des fêtes. Cet horaire pourrait être modifié selon la température ou les disponibilités (réservation).

L'horaire régulier sera comme suit :

Lundi au vendredi : 13 h à 17 h et de 18 h à 21 h 30
Samedi : 10 h à 17 h et de 18 h à 21 h 30
Dimanche : 10 h à 17 h et de 18 h à 21 h 30
Fermé le 25 décembre 2018 et le 1^{er} janvier 2019



Endroit : Complexe municipal – Parc Grégoire-Charbonneau

Coût : **GRATUIT**

Parc Hervé-Desjardins

Glissade pour tous, ouverte 7 jours sur 7 en période hivernale, et ce, de **9 h à 21 h environ**. Accès au coin des rues Sacré-Cœur et Saint-Pierre. Abri sur place afin de permettre aux utilisateurs de se réchauffer.

Coût : **GRATUIT**



Parc Le Renouveau Rosaire-Senéal

Parc écologique de 400 acres, avec refuge, situé entre le chemin des Marronniers et le chemin du Tour-du-Lac, offrant aux amateurs de la nature plusieurs sentiers pour y pratiquer diverses activités de plein air dont la randonnée pédestre ou en raquettes et le ski de fond.



Sentier de ski de fond simple : 0,7 km
Sentier de ski de fond double : 3,9 km
Sentier de raquettes : 12,6 km
Piste multi-usages : 0,7 km

Par mesure de sécurité et à moins d'une activité spéciale organisée, les départs après 16 h ne sont pas recommandés.

Coût : **GRATUIT**



Randonnée de raquettes aux flambeaux

Randonnée en raquettes, avec un guide et sur pistes balisées. Feu sur place ainsi que café et chocolat chaud. Apportez votre vin et collations pour l'après randonnée.

Quand : **Samedi, le 9 mars 2019, départ à 20 h**

Endroit : Parc Le Renouveau Rosaire-Senéal, entrée chemin des Marronniers

Coût : **GRATUIT** - Inscription obligatoire avant le vendredi 1^{er} mars 2019

Information et inscription : Madame Audrey-Anne Richer 819 278-3384, poste 246.

VIE CULTURELLE

Place de la gare (Comité des Gares)

Devenez membre « Amis de la gare » au coût de 10 \$. Notez qu'à moins d'un événement spécial, la gare sera fermée jusqu'au 31 mai 2019. Le Comité des gares est actuellement à la recherche :

- de bénévoles pour compléter son conseil d'administration
- d'artistes et d'artisans pour 2019



Information :

Madame Francine Létourneau 819 278-3384, poste 240

garedenominique@hotmail.com

❖ Hameau de la Gare

Hameau de dix maisonnettes disponibles en location pour les artisans qui souhaitent exposer leurs œuvres. Une gloriette est également aménagée sur le site afin de permettre la tenue de différents spectacles ou événements.

Information : Madame Micheline Allard 819 278-4537

Madame Francine Létourneau 819 278-3384, poste 240

garedenominique@hotmail.com



Art Amérindien



Exposition d'art amérindien par Madame Francine Daniel, qui crée ses pièces originales composées de dents de castors, de bois de chevreuils et d'originaux ainsi que de fourrures de toutes sortes, de masques en glaise, de colliers et autres parures. L'atelier d'exposition est généralement ouvert tous les jours de la semaine et est situé au : 184, chemin de la Pointe-Manitou (un appel au préalable vous assurera de l'ouverture).

Information : Madame Francine Daniel 819 278-0995

VIE COMMUNAUTAIRE

Maison des Jeunes

Les maisons des jeunes sont des associations de jeunes et d'adultes qui se sont données la « mission », sur une base volontaire, de tenir dans leur communauté, un lieu de rencontres animées où les jeunes de 12 à 17 ans, accompagnés d'adultes significatifs, pourront devenir des citoyens critiques, actifs et responsables. La Maison des Jeunes est située au 2113, chemin du Tour-du-Lac. Elle sera fermée pour la période des Fêtes, soit du 23 décembre au 1^{er} janvier, mais ouverte pour les jeunes en congé des Fêtes le 2 janvier à 13 h.

Heures d'ouverture habituelles :

Judi, de 15 h à 20 h
Vendredi, de 15 h à 22 h
Samedi, de 13 h à 22 h



Surveillez les informations diffusées sur Facebook, par courriel ou autres.

Information : Monsieur André Poirier 819 278-0560 ou mdj.valleedelarouge@gmail.com

❖ Cueillette de consignes

Le projet d'apprentissage au travail de la Maison des jeunes de Nominique consiste à recueillir les bouteilles, canettes et autres contenants consignés, afin d'aider financièrement l'organisme. Les jeunes doivent en effectuer le triage et peuvent ainsi se procurer de l'argent MDJ pour effectuer diverses sorties ou activités. En laissant vos bouteilles et canettes vides dans les bacs verts à l'avant du bâtiment, vous contribuez et encouragez les jeunes de Nominique.

❖ Cuisine collective



Venez cuisiner, seul(e) ou en groupe.
Expérience d'apprentissage à la cuisine, etc.
Un emplacement équipé est à votre disposition à la Maison des Jeunes.

Quand : les lundis et mardis, plage horaire flexible.

Ski de fond au Club et Hôtel Golf Nominique

Venez profiter des petits plaisirs d'hiver! Il est maintenant possible de faire du ski de fond sur un parcours de 7.8 km au Golf. De plus, la salle des patineurs du Complexe municipal est accessible pour laisser vos effets personnels le temps de votre randonnée.



Information : 819 278-3384, poste 246
Courriel : loisirs@municipalitenominique.qc.ca

Ciné-cadeau

Présentation GRATUITE du film pour tous : « Les Incroyables 2 ».

Quand : Vendredi le 11 janvier 2019, à 19 h
Endroit : Église St-Ignace-de-Loyola, rue Sacré-Cœur
Information : Madame Audrey-Anne Richer
819 278-3384, poste 246



Nomineige en fête

La programmation officielle de cet événement sera distribuée en janvier 2019. Ajoutez les 25, 26 et 27 janvier 2019 à votre calendrier!

Vendredi le 25 janvier : Disco sur glace à 19 h

Samedi le 26 janvier : Activités pour toute la famille! Glissade sur neige, jeux gonflables, course à relais et sculpture sur glace.

Dimanche le 27 janvier : Tournoi de 500 à 13 h

Information: Madame Audrey-Anne Richer
819 278-3384, poste 246



NOMICAMP hivernal – semaine de relâche

Le Nomicamp hivernal se tiendra du 4 au 8 mars 2019 pour les enfants de 4 à 12 ans. Toutes les informations seront distribuées au début du mois de février par le biais de l'école et seront de plus affichées sur notre site Internet et notre page Facebook.

Déjeuner du maire

Au profit de Centraide Gatineau-Labelle-Laurendides, dans le cadre des activités de Nomineige. Remise des prix du concours « Le Flocon d'Or ».

Quand : Dimanche le 27 janvier 2019, de 10 h à 13 h
Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (Centre communautaire)
Information : 819 278-3384, poste 246



RASSEMBLER
POUR AIDER • AIDER POUR
RASSEMBLER

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Activités physiques

Flexibilité et détente : Activité physique pour tous. Favorise la flexibilité, la détente, la posture saine et le bien-être. Exercices d'étirement et de renforcement du tronc.

Quand : Jeudi à 17 h, du 17 janvier au 28 mars 2019

Endroit : Salle de l'Âge d'Or de Nominique

Bouger à Rivière-Rouge : Activité physique, accessible à tous.

Étirements et détente à 9 h 45

Bouger et musculation à 10 h 45

Bouger dehors à sur demande.

Quand : Mardi et jeudi, du 15 janvier au 28 mars 2019

Endroit : Aréna de Rivière-Rouge – 1550, chemin du Rapide, Rivière-Rouge

Possibilité de nouveaux groupes sur demande.

<u>Coûts pour l'une ou l'autre des activités ci-dessus:</u>	1 cours/semaine	100 \$
	2 cours/semaine	190 \$
	3 cours/semaine	280 \$

Information et inscription : Madame Maryvonne Berthault 514 730-1663
maryvonne@berthault.ca

Aquaforme

Conditionnement physique aquatique à la piscine de Labelle. Saviez-vous que les résidents de Nominique bénéficient du même tarif que les résidents de la Municipalité de Labelle.

Session : Janvier 2019 (date à confirmer)

Endroit : Piscine de Labelle (co-voiturage organisé)

Coût pour la session établi en fonction du nombre de participants

Information : Madame Julie Blanchard 819 278-3904



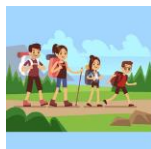
Groupe de randonneurs « Les chemineaux »

Randonnée pédestre en groupe, tous les lundis, avec départ de la gare à 10 h.

Les randonnées durent entre deux heures et deux heures et demie, en plus d'une pause repas ou collation, d'environ 30 minutes.

Apportez votre lunch.

Information : leschemineaux@gmail.com



VIE COMMUNAUTAIRE

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 3^e âge (50 ans et plus).

Endroit : Toutes les activités ci-dessous se déroulent au local du Club de l'Âge d'Or, situé au : 2241 rue Sacré-Cœur.

Début des activités : Semaine du 7 janvier 2019

Information : Monsieur Claude Castonguay
819 278-4862

Baseball poche

Lundi, de 13 h à 16 h **information** : Madame Johanne Bonamie 819 278-4777

Pétanque-Atout

Jeudi de 13 h à 16 h **information** : Monsieur Albert Paiement 819 278-4777

Tournoi 5000 (poches)

Activité organisée 3^e dimanche/mois à 13 h

Information : Madame Réaline Sansemat 819 275-7218

Vie active (exercices)

Lundi/mercredi : 9 h 45 à 10 h 45 **information** : Madame Thérèse Desroches 819 278-3971

Marché aux puces (membres et non-membres)

Mardi, de 9 h 00 à 16 h **information** : Madame Yvette Trudel 819 278-0854

Bingo (membres et non-membres)

Mercredi, de 13 h 30 à 16 h

Les vendredis aux 2 semaines, de 19 h à 21 h 30

Information : Madame Monique Lalonde 819 278-4862

Monsieur Jean-Claude Van Der Bulck 438 831-4173

Whist militaire

Mardi aux 2 semaines, de 13 h à 16 h

Information : Madame Réaline Sansemat 819 275-7218

Souper des fêtes 13 janvier 2019

Souper de l'amitié 10 mars 2019

Souper des jeux II 13 avril 2019

Souper des bénévoles 18 avril 2019

VIE COMMUNAUTAIRE

Chevaliers de Colomb

Regroupement qui œuvre au sein de la communauté organisant diverses activités (souper, sortie, etc.).

Mission de l'organisme : venir en aide aux jeunes, aux familles et aux gens dans le besoin de Nominique.

Information : Monsieur Jean-Pierre Gauthier 819 278-0494
Monsieur André Campeau 819 278-4707



❖ Déjeuners

Tous les premiers dimanches du mois, des déjeuners sont servis de **8 h à 12 h** au centre communautaire, à la salle J-Adolphe-Ardouin.

6\$/adulte; 3\$/enfant de moins de 12 ans et gratuit pour enfant de moins de 5 ans



Papillons de Nominique



Milieu de vie pour personnes handicapées de la région de la Vallée de la Rouge. Activités éducatives et socialisantes offertes sous forme de centre de jour, ateliers de travail, activités en soirée et activités estivales.

Quand : **Mardi au vendredi, de 9 h à 15 h**
Endroit : 2252 rue Sacré-Cœur, Nominique
Information : Madame Nathalie Plante 819 278-4748

Entr'Aide Nominique

Organisme visant à mieux faire connaître les services communautaires offerts aux citoyens de Nominique, et ce, par la tenue d'un kiosque bimensuel, un mardi sur deux, en avant-midi et en après-midi en alternance, au local de l'Âge d'Or situé au 2241, rue Sacré-Cœur.

Quand : **Mardi le 22 janvier 2019, de 9 h 30 à 11 h 30**
Mardi le 12 février 2019, de 13 h 30 à 15 h 30
Mardi le 12 mars 2019, de 9 h 30 à 11 h 30

Information : 819 278-5427

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Cours de karaté

Karaté de style non-traditionnel adapté aux besoins d'aujourd'hui. Discipline, confiance en soi, respect, technique d'autodéfense efficace, simulation de combat contrôlé. Hommes, femmes, enfants de plus de 6 ans. Parce que savoir se défendre n'a pas de prix!

Facebook : Karaté URBAIN – Nominique

Quand : Jeudi à **17 h 10**, à compter du **10 janvier 2019**
Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (centre communautaire)
Information et inscription : Madame Stephany Carruthers 819 623-1944

*Tarif multi-abonnement disponible.

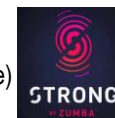


Cours de STRONG

Cours de groupe mixte hommes et femmes de tous les niveaux. Idéal pour la remise en forme, raffermir et tonifier les muscles et aussi pour perdre le surplus de calories du temps des Fêtes! Reprenez votre santé en mains! « Tout accomplissement commence par la décision d'essayer ». Facebook : STRONG – Nominique

Quand : Jeudi à **18 h 15**, à compter du **10 janvier 2019**
Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (centre communautaire)
Information et inscription : Madame Stephany Carruthers 819 623-1944

*Tarif multi-abonnement disponible.



Cours de danse avec Marjolaine - École As-en-danse

Jazz/Pop, pré-danse, Jazz/Acrobatique.

Groupe des tout-petits : 45 minutes - Autres groupes : 60 minutes

Quand : Mardi de **17 h à 20 h** (horaire selon le groupe)
Durée : **8 janvier au 28 mai 2019** (pas de cours le 5 mars 2019)
Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (centre communautaire)

Coûts pour la session hiver : 120 \$ (45 min.) 150 \$ (60 min.)



Cours de ZUMBA – École As-en-danse

Programme d'entraînement de danse/exercice pour ados et adultes, sur des rythmes de musique latine.

Quand : Mercredi, de **19 h à 20 h**
Durée : **9 janvier au 24 avril 2019** (pas de cours le 6 mars 2019)
Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (centre communautaire)
Coûts : 10 \$/cours - 45 \$/carte de 5 cours - 85 \$/carte de 10 cours

Information : Madame Sylvie Gamache - 819 275-2809
Facebook – www.ecoleasendanse.com

Sentiers de randonnées au Lac des Grandes-Baies

Accès au bout du chemin des Buses, à plus de 50 km de sentiers de ski de fond, de raquettes et de randonnée pédestre dans la réserve faunique Papineau-Labelle. Refuge sur place, à 1,6 km du départ. Un poêle à bois et du bois sont mis à votre disposition. Pour des raisons de sécurité, les départs après 16 h ne sont pas recommandés.

Coût : GRATUIT
Information : Monsieur Luc Rousseau 819 278-0163
Courriel : lucchalet@hotmail.com ou sur Facebook

ACTIVITÉS

Tennis de table

Entraînement avec Monsieur Robert Chénier. Équipement disponible sur place.

Quand : Les **mardis, mercredis et vendredis** de 18 h 30 à 21 h 30
Début : 8 janvier 2019
Endroit : Salle Roch-Jetté (centre communautaire)
Coût : GRATUIT
Information : Monsieur Robert Chénier 819 278-0945



Activité de dards (ligue)

Des équipes sont déjà formées. Toutefois les personnes qui désirent s'inscrire pour des remplacements occasionnels peuvent le faire.

Quand : **Jeudi**, de 18 h 30 à 21 h 30
Session : 10 janvier au 16 mai 2019
Endroit : Salle Roch-Jetté (centre communautaire)
Coût : GRATUIT
Information : Monsieur Normand Meilleur 819 278-4066



Scrabble

Après-midi libre de scrabble. Quelques jeux sont fournis.

Quand : **Mardi**, de 13 h à 16 h
Session : 15 janvier au 28 mai 2019
Endroit : Salle J.-Adolphe-Ardouin (centre communautaire)
Information : Madame Nicole Ardouin 819 278-0768



« Chassomaniak »



Plus de deux heures de visionnement de vidéos pris en pleine scène d'abattage. Cette activité est offerte par les pompiers du Service des incendies de la municipalité de Nominigüe.

Surveillez la publicité à venir et réservez à votre calendrier la date du **29 mars 2019 à 19 h.**

OBNL

La Nature au Renouveau

Organisme constitué dans le but de protéger l'environnement, dont plus précisément celui du parc écologique Le Renouveau Rosaire-Senéal.

Information : Monsieur Réal Martel 819 278-0037
Monsieur Serge Fouquereau 819 278-3814



Association de développement Nominigüe

Organisme visant la promotion du développement économique, touristique, culturel et communautaire à Nominigüe, notamment par le biais de l'implication citoyenne.

Pour rejoindre l'équipe et devenir membre : adnominigüe.ca/impliquez-vous/

Courriel : adnominigüe@gmail.com
Facebook : www.facebook.com/AssociationDeveloppementNominigüe



Association de Développement
de Nominigüe