

AUTOMNE 2025



Programmation des loisirs



TABLE DES MATIÈRES

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX	4
INSCRIPTION	4
MODALITÉS DE PAIEMENT	5
MODALITÉS DE REMBOURSEMENT	5
AUTRES RENSEIGNEMENTS	5
INFORMATIONS GÉNÉRALES	5
SITE DE LA MRC DE LOTBINIÈRE	6
LOCATION — INFRASTRUCTURES.....	6
DES INFRASTRUCTURES DE LOISIRS DISPONIBLES POUR VOUS!.....	7
PARC CANIN.....	7
ESPACE PHILIPPE BOUCHER.....	8
ESPACE PHILIPPE BOUCHER- PICKLEBALL.....	8
ÉVÉNEMENTS À SURVEILLER	10
ACTIVITÉS SPORTIVES ET DE LOISIRS.....	11
ASSOCIATION DE SOCCER DE LOTBINIÈRE – 18 ANS ET MOINS.....	12
BASKETBALL (LIGUE AMICALE) – 18 ANS ET PLUS.....	12
EMBQ MINI-BASKET — ENFANTS DE 8 À 10 ANS.....	13
TAI-CHI TAOÏSTE – ADULTES.....	13
CPA LES DORISSEAUX	14
CPAL – ACTIVITÉS VARIÉES	14
KARATÉ — POUR TOUS.....	15
LIGUE DE PICKLEBALL RIVE-SUD DE QUÉBEC	15
L TSA – LIGUE DE TENNIS.....	16
SAUTE MOUTON ET RIBANBELLE	17
MIA CENTRE DE SANTÉ – GROUPES VARIÉS.....	18
MAISON DE LA FAMILLE	19
REGROUPEMENT DES JEUNES DE LOTBINIÈRE - NOUVEAUTÉ.....	19
ACTIVITÉS CULTURELLES.....	21
ABC LOTBINIÈRE — POUR TOUS.....	22
COURS D’ANGLAIS	22
BIBLIOTHÈQUE AU JARDIN DES LIVRES — POUR TOUS.....	22



ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET AUTRES	23
COURS DE MUSIQUE — POUR TOUS.....	24
LA FAMILLE ET SES TRÉSORS CACHÉS – POUR TOUS.....	24
JEUNES EN MUSIQUE.....	25
ORIENTATION ADO	25





RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Début de la période d'inscription

La période d'inscriptions peut varier. Référez-vous à l'information relative au cours qui vous intéresse pour les détails en communiquant directement avec l'organisation qui donne le cours/sport.

Assistance pour votre inscription

Jean-Michel Blouin — Technicien aux loisirs

jean-michel.blouin@st-apolлинаire.com

418 881-3996, poste 239

Réception du centre multifonctionnel : 418 881-3996, poste 237

INSCRIPTION

Cours offerts par la Municipalité de Saint-Apollinaire :

➔ **Inscriptions en ligne sur le site de la Municipalité au www.st-apolлинаire.com**

Dans votre dossier sur Qidigo.

Cours qui ne sont **pas offerts** par la Municipalité :

➔ Inscription et informations directement au professeur responsable des cours.

Voir la section « information et inscription » sous le cours de votre choix.



MODALITÉS DE PAIEMENT

- Les taxes sont INCLUSES dans la tarification.
- Des frais administratifs peuvent s'appliquer pour des non-présences à des locations ou des annulations de dernière minute.

SUR PLACE



EN LIGNE



MODALITÉS DE REMBOURSEMENT

Une personne peut annuler son inscription avant le début des activités. La demande doit être faite à la personne responsable de l'activité. **AUCUN** remboursement ne sera émis lorsque l'activité est débutée, sauf si la personne inscrite n'est pas en mesure de participer aux activités en raison de son état de santé.

AUTRES RENSEIGNEMENTS

Annulation d'activité et refus d'inscription : Un certain nombre de participants est requis pour plusieurs activités. Chaque responsable d'activité se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions minimal n'est pas atteint et de refuser des inscriptions si le nombre maximal de participants est atteint. En cas d'annulation, les personnes inscrites seront alors remboursées en totalité et en seront informées par téléphone ou par courriel.

Absence à un cours : Aucune reprise de cours n'est offerte en cas d'absence.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Pour toute question, communiquez avec le Service des loisirs de la Municipalité, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30 au : **418 881-3996 poste 237.**



SITE DE LA MRC DE LOTBINIÈRE

Découvrez les programmations des loisirs, les parcs et les installations sportives et culturelles des 18 municipalités de la MRC de Lotbinière en consultant le <https://www.vivreenlotbiniere.com/>.

LOCATION — INFRASTRUCTURES

Les demandes de locations doivent être transmises par courriel avec le formulaire dûment complété, disponible dans la section **Loisirs et culture** sur le site web de la Municipalité.

<https://www.st-apollinaire.com/ma-municipalite/loisirs-et-culture-locative-amenagements/>

Pour toute question, communiquez avec le Service des loisirs de la Municipalité du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30 au : **418 881-3996, poste 239**





DES INFRASTRUCTURES DE LOISIRS DISPONIBLES POUR VOUS!

PARC CANIN

Un parc canin est aménagé au parc Terry-Fox. Deux enclos sont disponibles. Un pour les chiens de 22 livres et moins et l'autre, pour les plus de 22 livres. La Municipalité n'est pas responsable des incidents pouvant survenir, tant dans les enclos, que sur le site. Les utilisateurs sont responsables de la propreté du site.

Responsable : Municipalité de Saint-Apollinaire

Durée : Ouvert à l'année

Horaire : de 7 h à 23 h

Emplacement : Parc Terry-Fox (20, rue Terry-Fox)

- RESPECTER** le fait que les seuls animaux admis dans le parc canin sont les chiens. Les chiens doivent être accompagnés de leur propriétaire-gardien, ce dernier devant obligatoirement être âgé de 14 ans et plus. La limite maximale est fixée à deux chiens par propriétaire-gardien pour assurer une surveillance adéquate.
- DEMEURER** en tout temps dans le parc canin avec son ou ses chiens, avoir une laisse en sa possession, demeurer en contrôle de son ou ses chiens et les avoir constamment à l'œil.
- ACCOMPAGNER ET SURVEILLER** ses enfants en tout temps lorsque ceux-ci vous accompagnent au parc canin.
- GARDER** son ou ses chiens en laisse jusqu'à ce qu'ils atteignent l'enceinte du parc canin, après la zone de transition. Les chiens seront libérés à cet endroit. Les portes doivent demeurer fermées en tout temps. Être vigilant afin qu'aucun autre chien ne sorte du parc lors des entrées ou sorties.
- S'ABSTENIR** d'amener son chien dans le parc canin si celui-ci montre des signes d'agressivité ou de maladie (diarrhée, vomissement, faiblesse, puces, etc.).
- AVOIR** en sa possession des sacs afin de ramasser, sans délai, les excréments de son ou ses chiens et en disposer de manière hygiénique dans les poubelles prévues à cet effet.
- ÉVITER** d'y nourrir son chien.
- RANGER** les jouets en cas de conflit.
- RESPECTER L'INTERDICTION :**
 - du port de collier décoratif à pics pour le ou les chiens dans les limites du parc canin;
 - de consommer de la nourriture ou de l'alcool dans le parc canin. Les contenants en verre sont interdits;
 - d'apporter bicyclettes et poussettes à l'intérieur du parc canin;
 - de fumer à l'intérieur du parc canin.



ESPACE PHILIPPE BOUCHER

Venez patiner seul ou en groupe. Profitez d'une glace de qualité, protégée par un toit pour prolonger la saison du patin et du hockey sur glace. Surveillez l'horaire chaque semaine pour identifier les périodes de hockey ou de patin libre !

Durée :	Mi-novembre à la mi-avril (en fonction de la durée de la saison)
Horaire :	9 h à 22 h - l'horaire de la semaine est publié chaque lundi sur la page Facebook et sur le site Internet de la Municipalité
Endroit :	20, rue Terry-Fox
Coût :	Gratuit

RÉSERVEZ L'ESPACE PHILIPPE BOUCHER POUR VOS ACTIVITÉS!

Saviez-vous qu'il est possible de réserver la patinoire de l'Espace Philippe Boucher ?

- Bloc de 1 h 30;
- Tarif de 280 \$ (taxes incluses);
- Le local 101 (salle des patineurs) est inclus dans la réservation;
- Limite de 3 événements par semaine;
- Maximum d'une location par saison et par personne/entreprise/organisation;
- Location disponible entre 20 h 30 et 22 h en semaine ou en après-midi le dimanche.

Pour des questions ou une réservation : 418 881-3996, poste 239.

ESPACE PHILIPPE BOUCHER- PICKLEBALL

Venez profiter de l'Espace Philippe Boucher avec les six terrains de pickleball disponibles gratuitement. Réservation des terrains sur place avec un code QR ou en ligne via le lien suivant - [Réservation - Terrains extérieurs - Saint-Apollinaire](#) (aucune réservation par téléphone).

Durée :	À compter de la mi-mai et jusqu'à la fin septembre
Horaire :	9 h à 22 h
Endroit :	Espace Philippe Boucher (20, rue Terry-Fox)
Inscription :	Inscription en ligne seulement



Vous avez un projet ou souhaitez offrir des cours dans la prochaine programmation des loisirs de Saint-Apollinaire ?

Communiquez directement avec nous au 418 881-3996, poste 239.

Le succès de notre programmation réside dans votre participation.

Bon cours à tous !





ÉVÉNEMENTS À SURVEILLER

SAINT-APO EN FÊTE

ÉDITION ESTIVALE

22

Août
Dès 19 h 30



Espace Philippe Boucher

GRATUIT

Soirée de danse country
(débutant, novice et intermédiaire)



23

Août
Dès 10 h



Parc Terry-Fox

- **Jeux gonflables, caricaturiste et maquillage**
- **Spectacles pour enfants**
- **Portes ouvertes de la caserne de pompiers**
- **Camions de cuisine de rue et microbrasseries de la région**
- **Challenge BBQ et bien plus!**

16 h **GRATUIT**

Gala de lutte

NSPW

NORTH SHORE PRO WRESTLING



TOUS LES DÉTAILS : ST-APOLLINAIRE.COM



ACTIVITÉS SPORTIVES ET DE LOISIRS





ASSOCIATION DE SOCCER DE LOTBINIÈRE – 18 ANS ET MOINS

Au mois de mai, c'est une autre saison de soccer qui s'entamera pour près de 900 jeunes sportifs issus de chacune des municipalités de la région de Lotbinière. L'ASL est affilié à l'association régionale de soccer du Québec (ARSQ) qui fait partie de la Fédération de soccer du Québec (FSQ).

Responsable :	Émilie Maltais – dg@soccerlotbiniere.com
Durée :	15 septembre au 21 décembre 2025
Endroit :	Gymnase – Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)
Coût :	À déterminer
Inscription :	https://www.soccerlotbiniere.com/fr/index.html

BASKETBALL (LIGUE AMICALE) – 18 ANS ET PLUS

Rassemblez-vous entre adultes pour jouer au basketball de façon amical. Aucun arbitre, aucun pointage et aucun classement. Le niveau de jeu d'adresse aux joueurs de calibre débutant/intermédiaire.

Responsable :	Christina Laflamme
Durée :	12 semaines du 1 ^{er} octobre au 18 décembre 2025
Horaire :	Jeudi soir de 18 h 30 à 20 h
Endroit :	Gymnase — École des sentiers (70, rue des vignes)
Coût :	85 \$
Inscription :	Dès maintenant par courriel : chlaflamme90@gmail.com



EMBQ MINI-BASKET — ENFANTS DE 8 À 10 ANS

L'École de mini-basket de Québec vise l'apprentissage du basketball chez les enfants, les adolescents et les adultes dans la ville de Québec et aux alentours.

Responsable :	Simon Morin-Robitaille, embq@embq.qc.ca , 581 746-6658
Durée :	9 séances – 28 septembre au 23 novembre 2025
Horaire :	Dimanche, de 10 h à 11 h 15
Endroit :	Gymnase — École des Sentiers (70, rue des Vignes)
Coût :	175 \$ 9 entraînements, 2 matchs au Festival de Noël au début du mois de décembre et un chandail.
Inscription :	Dès maintenant



TAI-CHI TAOÏSTE – ADULTES

Équilibre et harmonie dans une méditation en mouvement

Selon la tradition taoïste, la santé découle de l'harmonie globale du corps, du cœur et de l'esprit. Grâce aux arts TAI CHI taoïste MD, il est possible d'accéder à cette riche tradition et d'améliorer sa santé physique, mentale et spirituelle tout au long de sa vie. La pratique des arts TAI chi taoïste MD aide à cultiver le calme et la quiétude, à développer l'harmonie en soi et avec les autres, et à exercer le corps dans toutes ses dimensions.

Responsable :	Institut de taoïsme Fung Loy Kok
Durée :	2 septembre au 30 décembre 2025
Horaire :	Mardi de 13 h 30 à 15 h
Endroit :	Salle 201 — Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)
Coût :	À déterminer
Coordonnées:	Info au quebec@taoist.org / www.taoist.org — 418 688-1199



CPA LES DORISSEAUX

Programme de patinage artistique basé à Saint-Agapit.

Responsable :	CPA Les Dorisseaux — cpalesdorisseaux@gmail.com
Durée :	Septembre à mars 2026
Horaire :	Variable
Endroit :	Centre sportif GH Vermette de Saint-Agapit (1068, av. Bergeron)
Coût :	Variable
Inscription :	Dès le 12 août — Consultez la page Facebook du CPA les Dorisseaux : https://www.facebook.com/CPALesDorisseaux

CPAL – ACTIVITÉS VARIÉES

VIACTIVE est un programme d'initiation à l'exercice physique pour les personnes âgées de 50 ans et plus.

Responsable :	Colette Lamontagne et Marielle Bélanger
Responsable au CPAL :	Samantha Dostie 418-728-4825 #101 viactive@cpalotbiniere.com
Horaire :	Tous les mercredis dès 9 h 30
Endroit :	Salle de la FADOQ (8, rue Industrielle)
Coût :	Gratuit
Inscription :	Directement auprès de Mme Lamontagne ou au bureau du CPAL

Séance Viactive à St Apollinaire

OUI, c'est fait pour moi !

Garder le moral, la forme et stimuler la santé cognitive, c'est bien plus motivant en groupe !
Joins toi à nous, les mercredis à 9 h 30, Salle FADOQ.
C'est gratuit, adaptée et dynamique !
Début 24 septembre

« Bouger c'est santé, en groupe c'est inégalé! »

Information auprès de l'équipe d'animation Viactive ou au CPAL

418 728-4825
viactive@cpalotbiniere.com

CPAL
CLUB PARAOLYMPIQUE DES
PROVINCES CENTRÉES
DE LOYERSVILLE



KARATÉ — POUR TOUS

Le karaté Shaolin Kempo est un art martial axé sur l'autodéfense dont la priorité est le respect d'autrui. C'est un art facilement accessible autant pour les adultes que pour les enfants et il permet d'apprendre l'autodéfense tout en améliorant la souplesse, la force physique et mentale ainsi que l'agilité. Il vous permettra aussi d'atteindre une autodiscipline personnelle qui vous apportera une meilleure concentration et confiance en soi dans votre quotidien.

***** INSCRIPTIONS EN TOUT TEMPS *****

Responsable :	Régent Grenier (Ceinture noir 7e degré)
Coordonnées :	sensei.shaolin@hotmail.com 418 999-2000
Durée :	11 septembre au 4 décembre 2025
Horaire :	Horaire variable – Jeudi soir (selon le niveau du participant)
Endroit :	Salle 203-205 — Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)
Coût :	140 \$ (12 ans et moins) et 150 \$ (13 ans et plus)



LIGUE DE PICKLEBALL RIVE-SUD DE QUÉBEC

Le pickleball, aussi appelé tennis léger, est une variante du tennis traditionnel. Il est souvent présenté comme un sport de raquette nord-américain qui combine des éléments du tennis, du badminton et du tennis de table.

Responsable :	Angèle Bernier — bernierangele7@gmail.com
Durée :	Septembre à décembre 2025
Horaire :	Horaire variable
Endroit :	Gymnase — Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)
Coût :	À déterminer





LTSA – LIGUE DE TENNIS

La LTSA TENNIS offre à ses joueurs la possibilité de jouer à proximité selon leurs disponibilités, sur des terrains d'excellente qualité et de vivre une saison complète de tennis. La LTSA est une entreprise ayant comme but de regrouper les joueurs de tennis de la région et de promouvoir les saines habitudes de vie, la pratique du tennis et le plaisir de pratiquer de l'activité physique grâce à une saison de tennis organisée.

Responsable :	Jean-Philippe Fortin Lessard — 418-209-4397
Durée :	19 octobre au 23 novembre 2025
Horaire :	Dimanche de 13 h 30 à 21 h 30
Endroit :	Gymnase — Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)
Coût :	Variable (un 15 \$ de rabais s'applique aux nouveaux joueurs)
Inscription :	LTSA Tennis — Ligue de Tennis à Québec et Chaudière-Appalaches



VOTRE SPÉCIALISTE
TENNIS
ET PING-PONG





**L'INCONTOURNABLE
DU TENNIS**





TOURNOIS DE TENNIS
Simple et double
Extérieurs / intérieurs



COURS DE TENNIS
Cours de groupe
Enfants / Adultes



CORDAGE DE RAQUETTES
Service conseil et variété de choix
isacordage@hotmail.com



PING-PONG
Ligue et tournois
Automne / Hiver



**LA PLUS GRANDE
LIGUE DE TENNIS
AMATEURE
DU QUÉBEC**

LIGUE DE TENNIS

- ACCESSIBLE À TOUS: DÉBUTANT À AVANCÉ
- FINALES ARBITRÉES COMME LES PROS
- CLASSEMENT DYNAMIQUE
- SIMPLE / DOUBLE

**700
joueurs
DE TOUS LES NIVEAUX**

**RABAIS AUX
NOUVEAUX MEMBRES ***
ÉCRIVEZ-NOUS MAINTENANT PAR
COURRIEL
et mentionnez le code promo:
LTSA2025
LTSATENNIS@hotmail.com

**15\$
DE
RABAIS!**

**DEVENEZ MEMBRE
LTSA TENNIS**
Rejoignez des centaines de
membres satisfaits!

*Applicable sur les ligues et
tournois 2025 seulement

LTSATENNIS.COM / LTSATENNIS@HOTMAIL.COM / 418-209-4397



SAUTE MOUTON ET RIBANBELLE

Venez apprendre les rudiments de la cuisine en concoctant différentes recettes lors de ces ateliers culinaires. Les termes culinaires et les techniques de cuisine n'auront plus de secret pour vos enfants. Ils seront fin prêts à partir en appartement et ils ne mangeront pas de Kraft diner tous les jours. Nous cuisinerons différentes recettes que vous pourrez reproduire à la maison. Vous repartirez avec votre portion à chaque cours.

Responsable : Julie Ruel

Durée : Septembre à décembre 2025

Horaire : **Ados :** Jeudi de 18 h 30 à 20 h : 11 ans et plus (4 septembre, 2 octobre, 30 octobre, 4 décembre 2025)
Ados : Vendredi de 18 h 30 à 20 h : 11 ans et plus (5 septembre, 3 octobre, **mercredi 29 octobre**, 5 décembre 2025)
Enfants de 5 à 10 ans : Samedi de 9 h à 13 h 15 (6 septembre, 4 octobre, 1^{er} novembre, 6 décembre 2025)

Endroit : Cuisine — Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)

Coût : 48 \$ pour 4 cours

Inscription : info@saute-moutontribambelle.com — 418 575-2388

Ateliers de cuisine

Ados de 11 ans et plus : jeudi ou vendredi : 18:30 à 20:00

Enfants : 5 à 10 ans : samedi de 9:00 à 10:15, 10:30 à 11:45, 12:00 à 13:15

Jeudi :
4 septembre
2 octobre
30 octobre
4 décembre

Vendredi :
5 septembre
3 octobre
Exceptionnellement mercredi : 29 octobre
5 décembre

Samedi :
6 septembre
4 octobre
1 novembre
6 décembre

Endroit
Centre Multifonctionnel
20 Terry Fox
St-Apollinaire

Coût : 48\$ pour 4 ateliers
Infos : Julie Ruel
418-575-2388



MIA CENTRE DE SANTÉ – GROUPES VARIÉS

Cours d'intervalles à haute intensité comportant des exercices cardiovasculaires et musculaires, qui seront réalisés sous forme de circuit. Cet entraînement permet de développer l'endurance et la forme générale. Plaisir et dépassement de soi garantis !

*Tous les mouvements ont des alternatives avec ou sans impact et peuvent être adaptés en fonction de votre condition physique

Responsable : MIA Centre de santé | mouvementmia@gmail.com | 581 983-6468

Durée : Septembre à décembre 2025

Horaire : L'horaire est sujet à changements et un minimum d'inscriptions est nécessaire pour que ceux-ci aient lieu. Pour rester à jour, suivez la page Facebook du Mouvement MIA !

Endroit : Salle 201-204-206 — Centre multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)

Coût : 1 cours/semaine : 180 \$+taxes

Inscription : 4 août pour les anciens participants
18 août pour les nouveaux | Inscriptions via Qidigo

Session Automne 2025 Du 8 septembre au 7 décembre
*une semaine de pause en octobre

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
SPINNING * 9h30 - 10h20 Edith Salle 204-206	STEP 55+ 9h30 - 10h30 Magalie Salle 204-206	PILATES 55+ 9h30 - 10h30 Nathalie Salle 205	CIRCUIT MUSCU 55+ 9h30 - 10h15 Marie-Christine Salle 204-206		HATHA YOGA 55+ 9h30 - 10h30 Karine Salle 205	PILATES * 9h30-10h30 Audrey Salle 205
			YOGA SUR CHAISE 10h00 - 11h00 Andrée-Line Salle 205	ZUMBA 55+ * 10h00 - 11h00 ? Salle 205		
		PILATES 10h45 - 11h45 Nathalie Salle 205	MAMAN-POUSSETTE 10h30- 11h30 Marie-Christine Parc Terry-Fox		YOGA PRÉ-POSTNATAL 10h45 - 11h45 Karine Salle 205	
			MIDI EXPRESS 11h50 - 12h30 Marie-Christine Salle 204-206			
? 18h00 - 18h50 ? Salle 204-206	CIRCUIT EXTÉRIEUR 18h00 - 18h50 Mireille Parc Terry-Fox			SPINNING 18h00 - 18h50 Edith Salle 204-206		
YOGA TONIQUE 18h30 - 19h30 Andrée-Line Salle 201	MAMAN ACTIVE 18h30 - 19h30 Marie-Christine Salle 205	CORE EXPRESS 18h20-18h50 Magalie Salle 204-206		YOGA-PILATES 18h30 - 19h30 Marie-Christine Salle 201		
STEP 19h00 - 20h00 Edith Salle 204-206	ZUMBA ! 19h00 - 20h00 Myriame Salle 204-206	FIT & LIFT 19h00 - 20h00 Magalie Salle 204-206		CIRCUIT TABATA 19h00 - 19h50 Mireille Salle 204-206		



MAISON DE LA FAMILLE

La mission de la Maison de la Famille de Lotbinière est d'offrir des services de qualité dans les 18 municipalités avec une Vision Pro-Parents et la reconnaissance des grands-parents. Contribuer à l'enrichissement de l'expérience parentale en apportant valorisation et support aux parents, familles, etc.

Responsable : Danielle Sarrazin — 418 881-3486

Endroit : Maison de la famille de Lotbinière — (81, rue Rousseau)

REGROUPEMENT DES JEUNES DE LOTBINIÈRE - NOUVEAUTÉ

Plusieurs activités sont offertes pour tous les jeunes de 12 à 17 ans de Lotbinière. Ces activités sont suggérées et planifiées par les ados !

Dès l'automne, une Maison des jeunes ouvrira ses portes à Saint-Apollinaire, au chalet des loisirs. Un tout nouveau lieu de rassemblement pour les jeunes !

Endroit : Chalet des loisirs (80, rue des Vignes)

Inscription : <https://www.rjlotbiniere.com/activites>



PROGRAMMATION AUTOMNE-HIVER 2025-2026



f rjlotbiniere
t rjlotbiniere
i rjlotbiniere



rj ou

rjlotbiniere.com

OCTOBRE

11 octobre : Quilles InterMDJ
13 au 19 octobre : Semaine des MDJ
25 octobre : Village Hanté d'Antan

NOVEMBRE

8-9 novembre : Friperie
23 novembre : Journée au spa
Ateliers sur le vapotage
Semaine de prévention des dépendances
Fabrication des rubans blancs contre la violence faite aux femmes

DÉCEMBRE

Implication avec Opération Nez Rouge
Parade du Noël magique de St-Flavien
Mi-décembre : Préparation et distribution des paniers de Noël de Dosquet
6 décembre : Magasinage dans le Vieux-Québec & Marché Noël Allemand
20 décembre au 4 janvier : RJJ fermé

JANVIER

25 janvier : Remparts
Ateliers sur l'art numérique
Ateliers TOUSSUNIK offerts aux classes de 6e année

FÉVRIER

Mois «On s'love» pour la prévention du suicide & la promotion de la vie
1er et 15 février : Vente de hot-dog aux courses de bazous d'Issoudun
10 au 14 février : Journées de la persévérance scolaire

MARS

Début du programme de 6ième années :
« À la Conquête de ta MDJ »
Soirées de l'Efflo
21 mars : Bora Parc





ACTIVITÉS CULTURELLES



ABC LOTBINIÈRE — POUR TOUS

Technologie pour tous. Ateliers pratiques sur appareil électronique : ordinateur, téléphone intelligent, tablette électronique. Niveau débutant : Apprivoisez votre appareil, les applications de base (appareil photo, courriel, etc.) et la navigation sur Internet. Niveau débrouillard : Utilisez les services en ligne disponibles (commerces et gouvernementaux), écoutez de la musique, consultez les nouvelles.

Responsable :	ABC Lotbinière — Emmanuelle Chaloux
Durée :	Niveau débutant 6 semaines, Niveau débrouillard 12 semaines
Horaire :	Débutant : Mardi de 9 h 30 à 12 h Débrouillard : Jeudi après-midi Café Internet : Samedi de 10 h à 12 h
Informations :	Centre communautaire — 268, rue Principale, Issoudun (Québec) G0S 1L0

COURS D'ANGLAIS

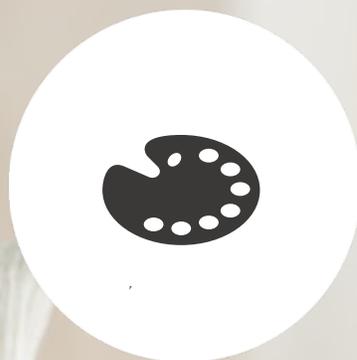
Cours d'anglais dynamique axé sur les discussions dans le but d'enrichir le vocabulaire. Le vocabulaire sera renforcé selon le niveau en conversant sur divers sujets du quotidien.

Responsable :	Josée Proulx, 418 834-4350, joseeteacher@hotmail.com
Durée :	10 semaines
Horaire :	Mardi de 9 h 30 à 11 h, 13 h à 14 h 30 ou de 14 h 45 à 16 h 15
Coût :	À confirmer.
Endroit :	Salle du conseil municipal Benoit Côté (94, rue principale)

BIBLIOTHÈQUE AU JARDIN DES LIVRES — POUR TOUS

Grâce à une équipe de bénévoles, la municipalité de Saint-Apollinaire a la chance de posséder une bibliothèque bien garnie, continuellement renouvelée et susceptible d'intéresser les plus érudits. La bibliothèque a pour mission de donner accès à l'information sous toutes ses formes, et à tous les citoyens selon leurs besoins. Notre collection actuelle s'élève à plus de 18 000 livres et une trentaine d'abonnements à diverses revues. L'abonnement gratuit à tous les résidents de Saint-Apollinaire donne accès à l'ensemble des services de la bibliothèque.

Responsable :	Élise Chenette
Horaire :	Lundi et mardi (fermée), mercredi (9 h à 18 h), jeudi et vendredi (14 h à 20 h) samedi et dimanche (9 h à 12 h)
Informations :	94, rue principale, suite 102, (dans l'édifice de Place Francoeur) téléphone : 418 881-3996, poste 250 ou par courriel au bibliotheque@st-apolinaire.com



ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET AUTRES



COURS DE MUSIQUE — POUR TOUS

Possibilité d'apprendre plus de 12 instruments (guitare, piano, saxophone, accordéon, batterie, basse, flûte, etc.) Réparation et accords des instruments (piano, guitare et accordéon). De plus, un studio d'enregistrement de haute qualité ainsi que d'autres commodités sont disponibles. Location de systèmes de son et lumière pour vos soirées.

Responsable : Réjean Demers, 418 881-2260 ou 418 931-7226

Horaire : Formule à la carte

Coût : À déterminer

Inscription : ecoledemusikrd@gmail.com

LA FAMILLE ET SES TRÉSORS CACHÉS – POUR TOUS

Vous êtes intéressé par tout ce qui touche la famille et la transmission des souvenirs, des expériences et de certaines blessures d'une génération à l'autre (les mémoires transgénérationnelles) ? Je vous propose cette approche qui se présente comme un processus dont l'objectif est de rétablir l'ordre dans le système familial et de réintégrer sa place par la mise en lumière des événements que l'on croit oubliés. Une fois le problème mis en lumière, il pourrait alors être réparé par des gestes ou des paroles précis qui soulagent les malaises et font évoluer le système familial vers une plus grande harmonie (votre famille n'a pas à être présente). Vous êtes conviés à participer à une ou plusieurs demi-journées de constellations familiales de groupe offertes une fois par mois. Votre présence n'est pas requise chaque mois.

Responsable : Dominique Fortier

Durée : 7 septembre, 19 octobre et 15 novembre 2025

Horaire : 8 h 30 à 13 h

Endroit : Salle 205 — centre Multifonctionnel (20, rue Terry-Fox)

Coût : 35 \$ par demi-journée

Inscription : Courriel : mariedo67@hotmail.com, téléphone : 581-993-9388



JEUNES EN MUSIQUE

Vous jouez d'un instrument ou aimez chanter ? Que vous soyez au primaire, au secondaire ou même un jeune adulte passionné, Jeunes en Musique vous invite à vivre l'expérience de la scène, à créer des liens et à rencontrer d'autres artistes de la région.

En mai dernier, notre concert a réuni pianistes, chanteurs, guitaristes électriques et auteurs-compositeurs. Cette diversité, c'est l'âme du projet : rassembler des talents variés pour partager la musique.

Portes ouvertes : lundi 15 et 29 septembre 2025

Vous pouvez venir jouer ou chanter, seul ou en groupe, avec vos instruments. Les adultes sont également bienvenus pour présenter une pièce maîtrisée.

Objectif : de septembre à décembre, préparer un grand spectacle qui aura lieu dimanche 7 décembre 2025, en après-midi, au Centre multifonctionnel de Saint-Apollinaire.

Facebook : Jeunes en Musique

Venez en famille ou entre amis musiciens — et faites salle comble avec nous !

Responsable : Danielle Martineau – Animation, création, diffusion

Responsable : Danielle Martineau (danimartineau16@gmail.com)

Durée : 15 septembre au 8 décembre 2025

Horaire : 1 lundi sur 2

Endroit : Salle du conseil municipal Benoit Côté (94, rue principale)

Coût : 70 \$

Inscription : Dans votre dossier Qidigo

ORIENTATION ADO

Inscrites dans une perspective humaniste, mes interventions en orientation s'appuient sur la prise en compte de nombreuses dimensions psychologiques de l'individu dans son développement tant professionnel que personnel. J'ai le souci d'accompagner mes clients de manière bienveillante dans un processus d'orientation visant l'autonomie.

Responsable : Annie Morin

Horaire : Sur rendez-vous : <https://calendly.com/orientation-ado>

Endroit : Centre multifonctionnel – Salle de réunion (20, rue Terry-Fox)

Informations : <https://orientation-ado.ca/>



Pour information :
418-881-3996, poste 239

