

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ÉTÉ 2018



MISE EN FORME POUR AÎNÉS

POUR LE PLAISIR DE BOUGER

Activités adaptées à la condition physique de chacun

Âge: 50 ans et plus

Date: À compter du 26 juin (10 semaines)

Coût: 50\$

Lieu: Centre culturel

Cours: Conditionnement physique

Stretching

Jour: Mardi

Mardi

Heure: De 13 h 30 à 14 h 30

De 14 h 35 à 15 h 35

Inscription au www.ville.lorraine.qc.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription/tarif-et-programmation, ou à l'hôtel de ville



COURS DE GOLF POUR TOUS

COURS OFFERTS PAR STÉPHANE LA HAYE

professionnel enseignant, A.G.P. du Québec, C.P.G.A

Cours de • Junior 8 à 15 ans

groupe: • Adultes (16 ans et plus)

• Adultes (50 ans et plus)

Date: À compter du 9 juillet

Durée: 5 semaines

Lieu: Club de golf de Lorraine (60, boulevard De Gaulle)

Remarque: Bâtons inclus – (Ceux qui ont besoin de bâtons peuvent communiquer avec Stéphane La Haye au 514 998-0833.)

Balles en sus – Prévoir de 5\$ à 9\$/cours

Tarif, programmation et inscription au www.ville.lorraine.qc.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription/tarif-et-programmation, ou à l'hôtel de ville

À LA PISCINE

POUR TOUTE LA FAMILLE

22
JUN

BONJOUR L'ÉTÉ
de 13 h à 21 h

21
JUILLET

BEACH PARTY
de 13 h à 21 h

18
AOÛT

FÊTE DE CLÔTURE
de 13 h à 21 h



BAIN LIBRE – PISCINE ET PATAUGEOIRE

Du samedi 23 juin au dimanche 26 août

Lieu: Parc Albert-Clément (35, boul. d'Orléans)
Horaire: 16 et 17 juin (si le temps le permet)
1^{er}, 2 et 3 septembre (si le temps le permet)
Du lundi au vendredi, de 13 h à 20 h 45
Samedi et dimanche, de 11 h à 20 h 45

Note:

Les enfants âgés de 6 ans ou moins doivent être accompagnés en tout temps d'une personne responsable âgée de 16 ans ou plus. Gratuit pour les grands-parents de petits enfants lorrains et pour les petits enfants de grands-parents lorrains.



23
JUN

CORRIDORS DE NAGE

Du samedi 23 juin au dimanche 19 août

Du lundi au vendredi: De 7 h 30 à 8 h 30 et de 16 h 30 à 18 h 30

Samedi et dimanche: De 10 h à 11 h

Notez que les corridors de nage peuvent toutefois avoir été réservés pour différents cours offerts par le Service des loisirs et de la culture. Ces activités ont priorité sur la pratique libre.



NOUVEAU

VENDREDIS ANIMÉS

Tous les vendredis du 29 juin au 24 août de 18 h à 20 h

Une activité différente à chaque semaine: water-polo, plongeon, volleyball... Venez vous amuser avec les sauveteurs! **Programmation complète disponible à la piscine.**

À LA PISCINE

14
MAI

INSCRIPTIONS LOISIRS

Session 1 :
Du 14 mai au 13 juin

9
JUILLET

Session 2 :
Du 9 au 18 juillet



INFORMATION

450 965-1654, durant les heures
d'ouverture de la piscine

CROIX-ROUGE NATATION

Dès le 25 juin : Session 1
Dès le 23 juillet : Session 2

- Programme préscolaire avec parents (de 4 mois à 5 ans)
- Programme préscolaire sans parents (de 3 à 6 ans)
- Programme Junior (de 5 à 12 ans)
- Programme pour adolescents

TARIF, PROGRAMMATION ET INSCRIPTION

au www.ville.lorraine.qc.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription/tarif-et-programmation, ou à l'hôtel de ville.



25
JUN

COMPÉTITION ET FORMATION DE SAUVETAGE

Dès le 25 juin

- Équipe de compétition intermunicipale
- Médaille de bronze
- Croix de bronze
- Premiers soins généraux
- Sauveteur national



25
JUN

COURS POUR ADULTES ET AÎNÉS

Dès le 25 juin

- Aquajogging (en eau profonde)
- Aqua cardio (en eau peu profonde)
- Natation Débutant et Intermédiaire
- Introduction à la nage de triathlon – **NOUVEAU!**
- Aqua cardio senior – **NOUVEAU!**

TENNIS

SORTEZ VOS RAQUETTES !

14
MAI

INSCRIPTIONS LOISIRS

Session 1 :
Du 14 mai au 13 juin

Session 2 :
Jusqu'au 18 juillet

25
JUN

DÉBUT DE LA SESSION 1

23
JUILLET

DÉBUT DE LA SESSION 2

TARIF, PROGRAMMATION ET INSCRIPTION

au www.ville.lorraine.qc.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription/tarif-et-programmation, ou à l'hôtel de ville.



TENNIS LIBRE

Terrains: Parc Lorraine (4 terrains éclairés)

Parc Albert-Clément (4 terrains éclairés)

Horaire: Ouverture dès le début mai, selon le temps

Les terrains de tennis sont accessibles tous les jours jusqu'à 23 h.

Coût: Gratuit pour tous les usagers

Prenez note que des travaux de réfection auront lieu aux terrains du parc Lorraine. Ils devraient être complétés vers le 30 juin.



COURS ET LIGUES DE TENNIS

Les villes de Lorraine et de Bois-des-Filion, en collaboration avec l'école de tennis QUARANTE-ZÉRO, vous ont préparé une programmation estivale des plus diversifiées!

- Cours de groupe**
- Petit tennis (de 3 à 5 ans)
 - Programme Junior (de 6 à 14 ans)
 - Programme pour adultes (15 ans et plus)

- Ligues de tennis**
- Ligue de tennis intermunicipale junior des Laurentides
 - Ligue locale pour adultes
 - Ligue de tennis adultes interparc

Lieu: Parc Lorraine et Albert-Clément (Lorraine)
Parc des Artilleurs (Bois-des-Filion)

Aucun équipement requis (sauf pour les activités pour adultes). En cas de pluie, tous les cours seront remis selon les indications dans la programmation.

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ÉTÉ 2018

ADULTES ET AÎNÉS



Activités offertes par les associations et les organismes de Lorraine et de la région



CERCLE DE FERMIERES LORRAINE

Joignez-vous aux membres tous les mardis soir afin de participer à différentes activités et de partager des connaissances.

Âge: Femmes de 14 ans et plus
Horaire: Mardi de 19 h 30 à 21 h, jusqu'en juin
Lieu: Centre culturel
Coût: 25\$/an, comprenant la revue *L'Actuelle*

Information: 514 352-0357,
suzanne.tardif@bell.net



COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ ET D'ENTRAIDE DES MILLE-ÎLES

La Coopérative a pour mission de fournir aide et assistance à ses membres de façon à permettre à chacun de demeurer le plus longtemps possible dans son milieu de vie. Grâce à des partenariats, elle offre rabais et avantages pour de nombreux services: certains soins de santé, entretien à domicile, menus travaux domestiques, entretien du terrain... et plus encore!

Âge: 50 ans et plus

Information: 450 621-8134,
michel.lippe@videotron.ca



LE CLUB LORR« AÎNÉS »

Participez aux nombreuses activités offertes: conditionnement physique, *stretching*, jeux de cartes, billard, sorties culturelles et ateliers de création artistique.

Événements spéciaux des prochains mois

- 15 mai:** Rencontre du club de lecture, bibliothèque de Lorraine, 13 h 30
- 16 mai:** Début de la saison de pétanque, parc Lorraine, 12 h 45
- 29 juin:** Voyage en autobus: Repas à l'Auberge Le Baluchon et après-midi au village de Saint-Élie-de-Caxton
- 11 août:** *Laurel et Hardy*, Théâtre Hector-Charland, 15 h, covoiturage possible

Information: 450 621-4188,
f /Clublorraines

PROGRAMME D'ACTIVITÉS ÉTÉ 2018

CLUB D'ÉCHECS BARBACANE

Âge: 5 à 18 ans

Coût de la carte de membre:

Résidents de Lorraine
ou de Blainville: 5\$,
non-résidents: 55\$

Inscription: www.ville.lorraine.qc.ca

Information:

clubbarbacane@gmail.com



TOURNOI DE QUALIFICATION AU CHAMPIONNAT JEUNESSE

19 mai de 9 h à 13 h 30

Lieu: Parc équestre de Blainville

Coût: Membre: 15\$
(inscription en ligne),
non-membre et
inscription sur place: 20\$



CAMP D'ÉTÉ - ÉCHECS ET JEUX

Semaines du 16 juillet et du 20 août

Horaire: Au choix: de 9 h à 16 h,
de 9 h à 12 h, de 13 h à 16 h

Lieu: Centre Culturel
Laurent G. Belley

Coût: 180\$/semaine
pour journée complète;
120\$/semaine
pour demi-journée
(possibilité d'inscription
à la journée)

CHEVALIERS DE COLOMB

Brunch familial

Horaire: 13 mai de 10 h à 12 h,
relâche de juin à août
inclusivement.

Lieu: Église Saint-Maurice
(388, boul. Adolphe-
Chapleau, Bois-des-Filion).

Coût: 6\$/personne
Gratuit pour les enfants de
10 ans et moins

Information: 450 621-0579

Tournoi de golf annuel

Horaire : 9 juin

Lieu: Club de golf Bel-Air
(7410, chemin Verdon,
Mirabel)

Information: Luc Boulanger,
450 621-9980



MATINS MÈRES ET MONDE

Conférences pour parents, ateliers pour enfants

Offrez-vous un moment de répit!

Horaire: Un vendredi par mois, de 9 h à 12 h

Lieu: Centre culturel

Coût: 10\$, incluant la conférence pour parent, atelier et garderie pour enfant et collation

Inscription: Sur place, le matin même

25 mai: Conférence «Les difficultés sensorielles, leurs impacts au quotidien et des stratégies pratiques à la maison», par l'ergothérapeute Amélie Gosselin
Atelier Zumba pour enfant

15 juin: Gratuit - AGA et fête de clôture avec le clown Tchitchi

Information: 📧, lesmatins.ca