

Le Noblet

Volume 33.3
Septembre 2023



Contrecœur
sur le fleuve

SPORT ET PLEIN AIR

**NOUVEAU
BULLETIN
MUNICIPAL!**

On bouge au parc Henri-Lacroix!

URBANISME ET ENVIRONNEMENT

**L'écosystème du parc
Barbe-Denys-De La Trinité :
essentiel à la biodiversité**

LOISIRS POUR TOUS

**Plusieurs nouveautés à la
programmation d'automne
des cours socioculturels**

Message de la mairesse

« Contrecœur devient une référence pour la qualité de ses milieux naturels protégés. »

Maud Allaire
Mairesse de Contrecœur



Chères concitoyennes, chers concitoyens!

Contrecœur est une ville à échelle humaine! C'est le constat que je fais lorsque je discute avec les Contrecœuroises et les Contrecœurois. Ce n'est peut-être pas le terme utilisé, mais j'entends de bien belles choses lors de mes passionnantes discussions. Nous avons la capacité à générer du bien-être tout en favorisant le vivre-ensemble. Les gens aiment la taille de la ville ainsi que le décor champêtre dans lequel ils vivent. Ils aiment aussi les nombreuses activités que nous offrons, tout comme l'excellente prestation de services de nos employées et employés, que je veux d'ailleurs remercier et féliciter. Ces aspects ressortent également de notre démarche de planification stratégique, dont le plan d'action 2024-2028 sera bientôt présenté.

Des heures de plaisir sur la piste de *pumptrack* (piste à rouleaux)

Le parc Henri-Lacroix étant l'un des plus anciens parcs de Contrecœur, nous sommes particulièrement fiers qu'il soit le site de notre toute nouvelle piste de *pumptrack*. Il s'agit vraiment d'une cure de rajeunissement pour cet espace public. Grâce à cette nouvelle installation, petits et grands peuvent s'amuser sur la piste. De plus, des modules de jeux viennent s'ajouter, ce qui rend ce parc encore plus attrayant. Le mode de vie récréatif est l'un des traits caractéristiques que nous souhaitons mettre davantage en évidence. Ce beau projet s'inscrit dans cette démarche en plus de respecter les objectifs de la Politique des familles et des aînés ainsi que ceux du Plan directeur des parcs et des espaces verts.

Un parc canin amélioré

Je me réjouis de l'aménagement de notre nouveau parc canin au terminus Exo à proximité de l'autoroute 30. Alors que l'accroissement de la population est un phénomène toujours d'actualité à Contrecœur, nous croyons important de proposer des services diversifiés. Pour la Ville, il était donc tout à fait logique d'offrir aux citoyennes et aux citoyens un lieu agréable et ludique pour promener leurs compagnons.

Parc Barbe-Denys-De La Trinité : un boisé d'exception en plein cœur de la ville

La Ville de Contrecœur devient une référence pour la qualité de ses milieux naturels protégés. Notre projet intégré de mise en valeur du parc Barbe-Denys-De La Trinité est essentiel à la biodiversité. Sa localisation en plein cœur de la ville en fait un endroit idéal pour les loisirs en plein air et l'observation de la nature. J'invite la population à se balader dans les sentiers et à emprunter les nouvelles passerelles tout en s'informant grâce aux panneaux d'interprétation.

Le *Noblet* se refait une beauté!

Notre bulletin municipal est l'un des outils de communication les plus appréciés. C'est ce qui ressort d'un sondage réalisé préalablement à la refonte de la publication. Le *Noblet* se veut résolument plus moderne, accessible, inclusif et humain. La présente édition est donc la toute première à arborer sa nouvelle identité visuelle avec une grille graphique renouvelée et une facture visuelle dynamisée et harmonisée en toute cohérence avec le nouveau site Internet.

Bonne lecture!

Maud Allaire
Mairesse de Contrecœur
mairesse@ville.contrecoeur.qc.ca



SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL

Les séances du conseil ont lieu le 1^{er} mardi de chaque mois à 19 h. La population est invitée à assister aux séances du conseil à la mairie de Contrecœur au 5000, route Marie-Victorin. Lors des séances publiques, les citoyennes et citoyens présents peuvent poser leurs questions au micro devant un lutrin.



CONSULTEZ LE CALENDRIER DES SÉANCES, LES ENREGISTREMENTS ET LA DOCUMENTATION
ville.contrecoeur.qc.ca/ville/democratie/seances-du-conseil

DIFFUSION

Les séances du conseil municipal sont disponibles pour visionnement en différé sur la chaîne YouTube de la Ville.

Les ordres du jour, les procès-verbaux et les liens d'enregistrement des séances sont accessibles sur notre site Internet.

Votre conseil municipal 2021-2025



Claude Bérard
Conseiller | District n° 1
berardc@ville.contrecoeur.qc.ca



Pierre-Olivier Roy
Conseiller | District n° 2
roypo@ville.contrecoeur.qc.ca



Pierre Belisle
Conseiller | District n° 3
belislep@ville.contrecoeur.qc.ca



Karine Messier
Conseillère | District n° 4
messierk@ville.contrecoeur.qc.ca



Maggy Bissonnette
Conseillère | District n° 5
bissonnettem@ville.contrecoeur.qc.ca



Claude Dansereau
Conseiller | District n° 6
dansereauc@ville.contrecoeur.qc.ca

Mairesse suppléante
(jusqu'en octobre 2023)



Inauguration de la nouvelle piste de *pumptrack* au parc Henri-Lacroix

La Ville de Contrecoeur a inauguré sa nouvelle piste de *pumptrack* au parc Henri-Lacroix (4550, rue L'Heureux), le samedi 17 juin dernier. Une trentaine d'enfants ont participé à l'événement.

Subvention

La Ville de Contrecoeur a obtenu une subvention de 100 000 \$ du gouvernement du Québec pour l'ajout de modules de jeux et l'aménagement d'une piste de *pumptrack* au parc Henri-Lacroix. La ministre déléguée à l'Éducation et ministre responsable de la Condition féminine, M^{me} Isabelle Charest, a annoncé l'an dernier l'attribution d'une enveloppe de 20 millions de dollars pour soutenir 250 projets dans des municipalités de moins de 10 000 habitants. Lors de la demande, Contrecoeur comptait moins de 10 000 habitants. L'aide financière maximale par projet est de l'ordre de 100 000 \$. C'est dans le cadre du nouveau Programme de soutien aux infrastructures sportives et récréatives de petite envergure (PSISRPE) que la Ville a déposé sa demande. Ce programme vise à soutenir la présence de ce type d'infrastructures dans des collectivités de plus petite taille.



PHOTO : FLOW PARK

Qu'est-ce que le *pumptrack*?

Il s'agit d'une piste à rouleaux pour les vélos composée de bosses arrondies et de virages relevés. La piste sert aussi aux BMX, trottinettes, planches à roulettes et aux patins à roues alignées.



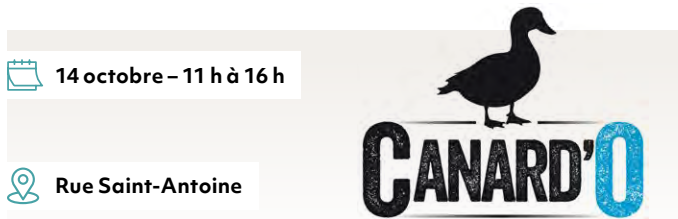
Le Chef de division des plateaux récréatifs au Service loisir et culture, **Dominic Samson**, le conseiller **Claude Bérard**, la mairesse **Maud Allaire**, la ministre de la Famille, ministre responsable de la Montérégie et députée de Verchères, **Suzanne Roy**, les conseillers **Pierre Belisle** et **Claude Dansereau**, la conseillère **Karine Messier** et les jeunes utilisateurs de la piste inaugurée.

Événements de l'automne à ne pas manquer!



Exposition et Programme d'achat d'œuvres d'art – 21^e édition

La Ville de Contrecoeur, en partenariat avec l'organisme Culture C, invite la population à découvrir de magnifiques œuvres des artistes locaux lors d'une exposition présentée à la Maison Lenoblet-Du Plessis. Assistez au dévoilement des œuvres sélectionnées le dimanche 1^{er} octobre 2023, à 16 h, à la Maison Lenoblet-Du Plessis dans le cadre des Journées de la culture et d'un événement de réseautage.



Canard'O

Le traditionnel événement contrecœurois, réalisé en collaboration avec le Quartier des affaires, est de retour au centre-ville pour une 6^e édition. De nombreux exposants seront au rendez-vous sur la rue Saint-Antoine (entre la route Marie-Victorin et la rue Hurteau) pour vous proposer une grande variété de produits locaux et uniques. Voilà une belle occasion de faire découvrir aux nouveaux résidents cet événement toujours aussi populaire!



Skatefest

La Ville de Contrecoeur, en partenariat avec la Maison des Jeunes de Contrecoeur, est fière d'accueillir Technical skateboards pour une nouvelle édition enlevante! L'événement se déroulera le 10 septembre, de 12 h à 16 h, et de nombreuses activités sont au programme : initiation au skate, course de skate, compétition amicale sans inscription, démonstration par des athlètes, dîner hot-dog et prix de présence offerts.



On fête l'Halloween!

Une soirée colorée vous attend au parc Cartier-Richard de 17 h à 20 h 30! Ne manquez pas ce rendez-vous familial lors de votre tournée costumée! De nombreuses surprises attendent les petits comme les plus grands dont des hot-dogs offerts par la MDJ. Cette activité est une collaboration entre la Ville de Contrecoeur, Culture C, la Maison des Jeunes, la Maison de la Famille et le Club Optimiste.

NOUVEAU

Culture et patrimoine

Découvrez le parcours historique au parc Cartier-Richard et le parcours de photographies au parc du Belvédère!

Organismes du milieu

23 septembre
Marché aux puces
Maison de la Famille Joli-Cœur

30 septembre
Souper-bénéfice de la Fondation
Centre d'Accueil Contrecoeur

28 octobre
Guignolée du CAB

11 et 12 novembre
Marché de Noël du Cercle de fermières

CONSULTEZ dans cette édition les activités jeunesse et adultes d'automne de la bibliothèque, la programmation de Culture C et les nombreuses activités présentées par les organismes du milieu!



TOUT SAVOIR SUR
LES ÉVÉNEMENTS
ville.contrecoeur.qc.ca



16^e édition des Diableries de Contrecœur



Ni la pluie ni le mauvais temps n'auront eu raison des festivités lors de cette 16^e édition des Diableries de Contrecœur ! Près de 7000 personnes se sont réunies au parc Antoine-Pécaudy pour prendre part aux activités et aux spectacles offerts pendant la grande fin de semaine de l'événement. Du 5 au 12 août, la population contrecœuroise et régionale n'a connu aucun temps mort en profitant d'une programmation diversifiée qui a été réalisée en collaboration avec les organismes locaux.

Le comité organisateur remercie ses généreux partenaires qui permettent d'offrir des festivités gratuites et à la hauteur des attentes. Le festival ne pourrait également pas se tenir sans la contribution exceptionnelle d'une trentaine de bénévoles dévoués.



Embarque avec nous !

Vends ton âme aux Diableries, dès maintenant, et joins une équipe passionnée tout en participant à l'organisation de ce festival rassembleur ! Le comité organisateur t'invite à assister à l'assemblée annuelle qui aura lieu cet automne. Suivez notre [page Facebook Les Diableries de Contrecœur](#) !

Un parcours actif dans la mousse au parc Antoine-Pécaudy

Il y avait foule et fébrilité à la ligne de départ de la Course dans la mousse au parc Antoine-Pécaudy en juillet dernier. Rires, sourires et plaisir en famille étaient au rendez-vous. Plus de 200 personnes ont pris part à cette activité en parcourant les amas de mousse et les nombreux jeux gonflables installés dans le parc pour l'occasion. Ce nouvel événement, organisé par la Ville de Contrecœur, a généré un réel engouement auprès des plus petits comme des plus grands. Prévue en mai dernier, dans le cadre du mois de l'activité physique, la course avait été reportée à cause de la température.



Semaine québécoise des familles

Grande marche de la famille : un vif succès

La Ville de Contrecoeur a organisé, le samedi 13 mai dernier, une Grande marche de la famille sous la thématique du cirque et du carnaval. Après avoir assisté à un spectacle de magie au parc Cartier-Richard, les citoyennes et citoyens venus festoyer se sont dirigés au parc Antoine-Pécaudy pour prendre part à de nombreuses activités.



PHOTOS : S. BLANCHE PHOTOGRAPHE

La rue Saint-Antoine renoue avec le Marché du printemps



1500 personnes étaient de passage au Marché du printemps le samedi 27 mai dernier sur la rue Saint-Antoine pour visiter une cinquantaine d'exposants présents!

Merci aux exposants qui ont participé à la confection des cinq paniers cadeaux offerts! Fleuriste Hamel, La Dame de Cœur, Turgeon Couture, Guylaine Paul, conseillère en élixirs floraux, Eventia, Opto-Réseau Contrecoeur, Mary Kay, Ferme de l'Étang, Les délices de Solange, Érablière Maurice Jeannotte, Lèslî Soap, Tupperware avec Isa et son équipe, Tabliers Thématiques, Tocara, CAB Contrecoeur, Les Merveilles d'Avant, JoeeEtSonPinceau, Esthétique Andréa Jalbert, Josée Gagnon, conseillère EPICURieuse futée, Anthony Desmarais, Le Petit Maraîcher, Panda les Deux-Rives, Le Vieux Balsamique, Domaine Kildare, Oracle des pierres, LM ses doigts, Gem Créations, Daya Cosméti-K, Les peintures d'Annie, Massothérapie Contrecoeur, Dépanneur Maxi, Coworking Contrecoeur, L'Échoppe du Métalleux, Les Événements Diable Au Cœur, La ferme du village et K ados.

Merci à l'organisme Le Quartier des affaires pour sa belle collaboration à cet événement incontournable qui encourage l'achat local!

La Rencontre annuelle des acteurs du milieu : riche en partage d'idées

Pour souligner la Semaine de l'action bénévole, qui a eu lieu du 16 au 22 avril 2023, le Service loisir et culture a invité les bénévoles des différents organismes de Contrecœur à la 2^e édition de la Rencontre annuelle des acteurs du milieu.

La soirée s'est déroulée autour d'un atelier sur l'intelligence collective, animé par M. Stéphane Parent d'Espace OBNL. En groupe, les participants se sont penchés sur différentes problématiques afin de trouver collectivement des solutions aux enjeux fréquemment vécus.

Par la collaboration, la mise en commun d'idées et le partage, les bénévoles ont su trouver plusieurs pistes de solutions efficaces. « Le bénévolat tisse des liens », comme l'exprime si bien le thème de la Semaine de l'action bénévole 2023.



Nous remercions tous les bénévoles qui œuvrent au sein de nos organismes ainsi que le IGA Marché Emily et Philip de Contrecœur pour leur généreuse commandite.

Vous désirez vous impliquer au sein d'une association ou d'un organisme? Nous sommes toujours à la recherche de nouveaux bénévoles. N'hésitez pas à vous présenter ou à téléphoner au Centre d'Action Bénévole ou au secrétariat du Service loisir et culture.

Un livre ayant appartenu à un personnage historique de Contrecœur remis à la Ville



Le collectionneur Denis St-Martin de Sorel-Tracy a remis à la Ville de Contrecœur un livre historique, imprimé en 1806, ayant appartenu à Alexis-Carme Lenoblet du Plessis. Né en 1781, Alexis-Carme Lenoblet du Plessis, de la paroisse Sainte-Trinité de Contrecœur, exerce la profession de notaire de 1811 à 1840. Il meurt en 1840 à l'âge de 59 ans.

Pendant près de cent ans, la Maison Lenoblet-Du Plessis de Contrecœur a été habitée par la famille Lenoblet du Plessis, dont Alexis-Carme est le membre le plus marquant. Ce livre traite des valeurs chrétiennes, de la foi et de l'importance de redonner au suivant. La Ville de Contrecœur s'engage à protéger ce livre historique et à le rendre éventuellement accessible à la population.

Contrecœur honore M. Jacques Hamel

Lors de la séance ordinaire du conseil municipal du 6 juin dernier, la Ville de Contrecœur a adopté une résolution de félicitations à l'intention de M. Jacques Hamel. Résident de Contrecœur depuis 42 ans, M. Hamel a reçu la médaille d'argent du Lieutenant-gouverneur du Québec, l'honorable J. Michel Doyon, pour son implication pendant plus de 50 ans dans la promotion de la radio amateur ainsi que pour ses nombreuses réalisations pendant toutes ces années d'engagement.

Jacques Hamel a marqué l'histoire de la radio amateur dans la région de Sorel-Tracy et Contrecœur. Il s'est démarqué à l'échelle du Québec et même au-delà, jusqu'à la Station spatiale internationale. Il a participé à l'organisation d'une exposition unique au Canada qui attire dans la région plus de 700 personnes en provenance de partout en Amérique du Nord et même d'Europe. Jacques Hamel a aussi lancé le projet de création du « Musée québécois de la radio », dont il accepte et assume la présidence de son incorporation en 2002 jusqu'à sa dissolution en 2017.

Il a aussi participé à de nombreuses expositions, dont plusieurs ont eu lieu sur le territoire de Contrecœur, notamment le « 70^e anniversaire de la Société Radio-Canada », à la Maison Lenoblet-Du Plessis, qui a fait la joie de près de 4 000 visiteurs de juin à octobre 2006.





Première pelletée de terre officielle pour la construction du Maxi à Contrecoeur

En mai dernier avait lieu la première pelletée de terre du supermarché Maxi, qui se situera dans la Cité 3000, près du magasin Canac. Dès l'été 2024, les consommateurs découvriront le concept 3.0 de la bannière : une expérience de magasinage simplifiée et conviviale dans un environnement des plus modernes.

Le cap des 10 000 habitants

Consciente des besoins grandissants des citoyens, la Ville salue l'ouverture prochaine du Maxi chez nous. Ce projet permettra à la population de trouver tout ce qu'elle cherche localement quant à l'alimentation et à davantage de produits.

D'une superficie totale de 33 250 pieds carrés, la construction du magasin représente un investissement de plusieurs millions de dollars pour la bannière québécoise et conduira à la création d'une centaine d'emplois dans le secteur. Les membres du conseil municipal souhaitent un franc succès à toute l'équipe de Maxi!



Une participation enthousiaste à la consultation citoyenne sur l'avenir de Contrecoeur

Plus de 300 citoyennes et citoyens se sont prononcés sur l'avenir de Contrecoeur lors du sondage en ligne et de la consultation citoyenne en présentiel dans le cadre de la planification stratégique. Des groupes de discussion composés d'employés municipaux, de membres des organismes et de gens d'affaires locaux ont aussi été sondés quant à leur vision du développement de la ville et des priorités à concrétiser dans le futur plan d'action. L'avancement des travaux se poursuit jusqu'à l'automne. Nous remercions sincèrement tous les citoyens de leur contribution à la démarche pour bâtir le Contrecoeur de demain.

À la recherche d'une entreprise?

Saviez-vous que *Le Quartier des affaires* est un regroupement de gens d'affaires locaux composé de plus de 75 entreprises membres vous offrant des services et des produits diversifiés à deux pas de chez vous?

Construction, rénovation et design, couturière, vêtements personnalisés, sexologue, automobile, quincaillerie, location, magasins et boutiques, alimentation et restaurants, animalerie, soins de santé, sports et loisirs, photographes, organismes communautaires, entreprises de services et bien plus encore!

- Consultez le nouveau répertoire de nos membres au www.lequartierdesaffaires.ca et trouvez des entrepreneurs passionnés prêts à vous accueillir.
- Suivez notre page Facebook au www.facebook.com/LeQuartierDesAffaires afin de ne rien manquer des activités du réseau entrepreneurial.

Vous êtes entrepreneurs et aimeriez rejoindre notre regroupement de gens d'affaires passionnés?

Contactez-nous au info@lequartierdesaffaires.ca ou au 450 587-5588. Nous travaillerons avec vous en équipe afin de faire briller votre entreprise!

LE QUARTIER
DES AFFAIRES
CONTRECOEUR
RASSEMBLER • PROMOUVOIR • ANIMER



Prêts pour la saison hivernale?

Opérations de déneigement et stationnement de nuit

Le stationnement sur rue durant la nuit n'est pas autorisé, de minuit à 7 h, **lors des opérations de déneigement**, entre le 1^{er} décembre et le 31 mars.

Il est strictement interdit de stationner tout véhicule sur la voie publique lors d'opérations de déneigement. Il appartient à tout propriétaire de véhicule de s'assurer quotidiennement de l'existence d'une levée d'interdiction avant de laisser son véhicule stationné sur un chemin public, entre minuit et 7 h, en appelant, après 17 h, à la ligne téléphonique dédiée au stationnement hivernal.

Du 1^{er} décembre 2023 au 31 mars 2024
TÉLÉPHONEZ, après 17 h, au
450 587-2886.

Toute personne qui contrevient à l'une ou l'autre des dispositions du présent règlement commet une infraction et est passible d'une amende de 50 \$ à 200 \$. Les personnes chargées de l'application du règlement ont le pouvoir de procéder au remorquage et au remisage d'un véhicule stationné. Les frais exigibles pour le remorquage sont de 75 \$. Les voitures remorquées seront remises au garage municipal, situé au 2050, rue Saint-Antoine.

Stationnements publics

Lorsqu'il y a une opération de déneigement, il est possible de stationner son véhicule dans les stationnements publics, dans le respect de la signalisation en place, et pour une période n'excédant pas 24 h :

- Stationnement du terrain de baseball sur la rue des Érables, au parc Antoine-Pécaudy;
- Stationnement public au coin des rues L'Heureux et Lajeunesse, en face de la piscine municipale;
- Stationnement public sur la route Marie-Victorin, entre le Dépanneur Maxi (5041, route Marie-Victorin) et la Papeterie Panoplie (5013, route Marie-Victorin).



- Vérifiez la signalisation en place puisqu'il y a un mode alternatif de stationnement à ces emplacements, soit un côté est autorisé les lundis, mercredis et vendredis et l'autre les mardis, jeudis, samedis et dimanches.

Stationnement des véhicules récréatifs et des remorques

Il est interdit, du 1^{er} novembre au 14 avril de l'année suivante, de stationner dans les zones résidentielles ces véhicules ou équipements, sauf dans l'espace situé en arrière de l'alignement des résidences.

Abris d'auto temporaires

- Vous pourrez installer votre abri d'auto temporaire à partir du 15 octobre prochain.
- L'abri d'auto temporaire est autorisé jusqu'au 15 avril 2023.
- À la fin de cette période, tout élément d'un abri d'auto temporaire doit être enlevé afin de respecter la réglementation municipale en vigueur.
- Seuls les abris d'auto temporaires de fabrication reconnue et certifiée sont autorisés.
- Un abri d'auto temporaire doit être situé à une distance minimale de 2 mètres d'un trottoir, d'une bordure de rue ou d'une piste cyclable. Il doit également respecter une superficie maximale de 35 mètres carrés.

Retour des collectes aux deux semaines en novembre



Dès le 22 novembre, c'est le retour de la collecte de l'Organibac toutes les deux semaines. N'oubliez pas que les matières acceptées sont, entre autres, les résidus alimentaires, le papier et le carton souillés.

Tous les détails sur le site Internet de la MRC au margueritedyouville.ca.



Collecte de feuilles, chaume et brindilles

Il est important de se rappeler que les feuilles, le chaume et les brindilles ne sont pas acceptés dans l'Organibac. Ils doivent plutôt être déposés lors des collectes spécialement destinées à ces matières afin d'être valorisés en un riche compost.

Il y a plusieurs collectes durant l'année et les dates se trouvent sur votre calendrier de collectes. Les contenants admissibles sont les sacs compostables de papier, les poubelles d'une capacité maximale de 100 l avec un couvercle et les sacs de plastique certifiés compostables.

Pour connaître les règles à suivre ou consulter le calendrier de collectes sur notre territoire par la MRC de Marguerite-D'Youville, rendez-vous au margueritedyouville.ca.

Horaire hivernal de l'Écocentre

L'Écocentre est ouvert toute l'année pour tous les résidents de la MRC de Marguerite-D'Youville. Il vous permet de disposer adéquatement d'une variété de matières non acceptées lors de nos différentes collectes.

Horaire du secteur nord de Contrecoeur

4111, route Marie-Victorin

- Mercredi au samedi : 8 h à 16 h (jusqu'au 28 octobre 2023)
- Les samedis 4, 11 et 18 novembre 2023 : 8 h à 16 h
- Période hivernale : fermé à partir du 19 novembre 2023

NOUVEAU

Les demandes de permis en ligne simplifiées!

Vous désirez déposer une demande de permis pour effectuer des travaux?

Plusieurs demandes de permis peuvent être soumises sur notre site Web et l'application mobile *Voilà*.

Le dépôt d'une demande de permis est une étape importante vers la réalisation de vos projets et le Service de l'urbanisme et de l'environnement vous encourage à utiliser ce service maintenant bonifié!

Une solution pratique et efficace

- L'acquiescement des frais de permis se fait directement en ligne.
- L'état de votre demande fait l'objet de mises à jour régulières.
- La communication est facilitée avec la personne responsable de votre dossier.
- Votre demande est réalisée dans le confort de votre foyer, au moment qui vous convient le mieux.



FAIRE UNE DEMANDE DE PERMIS EN LIGNE

ville.contrecoeur.qc.ca/services/services-en-ligne/demandes-de-permis

Un projet intégré de mise en valeur des milieux naturels essentiel à la biodiversité

Le parc de conservation Barbe-Denys-De La Trinité de la Ville de Contrecoeur a fait l'objet d'un projet intégré de mise en valeur de ses milieux naturels. Pour réaliser des travaux d'harmonisation des usages dans une optique de conservation des milieux naturels, le programme Hydro-Québec s'est avéré un levier financier intéressant. Les randonneuses et les randonneurs sont aujourd'hui nombreux à bénéficier des services rendus par les écosystèmes de cette zone.

Nouveaux aménagements

- Le parc regorge maintenant d'arbres nouvellement plantés et les sentiers jugés problématiques ont été fermés.
- De nombreuses plantations ont été ajoutées ayant pour effet d'améliorer la biodiversité.
- L'éradication de certaines espèces envahissantes a été entreprise afin de protéger la biodiversité et les usages.
- L'aménagement de passerelles, l'installation de panneaux d'interprétation et l'amélioration de la signalisation viennent agrémenter la zone de conservation.

Ce milieu naturel a une valeur écologique élevée considérant la grande biodiversité qui s'y abrite et la présence d'espèces à statut précaire. Les milieux humides sont nombreux avec des marécages arborescents et arbustifs. Les sections forestières sont d'ailleurs très diversifiées en espèces représentatives du domaine de l'érablière de l'est.

Ce projet a été rendu possible grâce au programme d'Hydro-Québec, la Fondation de la faune du Québec et l'organisme Arbre-Évolution.

« Étant donné le grand potentiel écologique de ce parc, nous avons instauré des mesures de mitigation, dont la création d'une programmation d'activités écoéducatives réalisée en collaboration avec nos deux écoles primaires. »

Maud Allaire, mairesse de Contrecoeur



45 actions pour ancrer l'alimentation au cœur de la collectivité

Le plan d'action 2023-2028 du Plan de développement d'une communauté nourricière (PDCN) a été dévoilé en avril dernier. Avec un historique agricole important, rappelons que la Ville s'est lancée en 2021, en collaboration avec l'organisme Vivre en Ville, dans l'élaboration du PDCN afin de renouer avec ses racines agroalimentaires.



Contrecœur, se nourrir ici pour croître ensemble

« Contrecœur ambitionne de créer une véritable solidarité nourricière par une mobilisation de sa communauté en priorisant les initiatives visant les populations vulnérables aux prises avec des enjeux croissants d'insécurité alimentaire. Nous visons à sensibiliser la population aux enjeux sociaux, environnementaux et économiques rattachés à l'accessibilité aux aliments sains pour tous », souligne la mairesse Maud Allaire.

Pour mener le projet, divers comités regroupant un maximum d'acteurs issus des différentes composantes du système alimentaire ont été mis en place. La population, dont plusieurs citoyennes et citoyens, organismes et entreprises, a participé aux activités de consultation publique.

Mise en œuvre du plan d'action

Le mandat du comité de gouvernance est d'assurer le leadership d'une mise en œuvre efficace du plan d'action en mobilisant les parties prenantes. Des engagements concrets sont recherchés pour tendre, ensemble, vers une communauté nourricière.

Le chef et chroniqueur gastronomique Philippe Mollé, et président du comité de gouvernance, est inspiré par le projet : « C'est une vision à court et à long terme qui s'implante chez nous et qui améliorera la qualité de vie et la santé des citoyennes et des citoyens de toutes les conditions socioéconomiques. Il faut assurément donner de l'élan à cette mobilisation naissante d'un Contrecœur nourricier. »

La Ville de Contrecœur remercie tous les acteurs ayant travaillé sur ce projet : les membres du comité de gouvernance, du comité de coordination et du comité élargi ainsi que ses partenaires, l'organisme Vivre en Ville et le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation qui a offert un soutien financier dans le cadre du Programme d'appui au développement de l'agriculture et de l'agroalimentaire en région.



CONSULTEZ LES ORIENTATIONS, LES CHANTIERS, LES STRATÉGIES ET LES ACTIONS DU PDCN
ville.contrecoeur.qc.ca/services/environnement/ville-nourriciere

Fête de l'environnement

Animation musicale et ateliers de jardinage

La toute première édition de la Fête de l'environnement s'est déroulée le dimanche 4 juin dernier au parc Cartier-Richard dans le cadre de la Journée mondiale de l'environnement. Les familles contrecœuroises étaient invitées à prendre part à cette célébration! Il était alors possible de visiter des kiosques, de rencontrer des exposants et de participer à des ateliers de jardinage, et ce, tout en profitant de l'animation musicale de River & Blocks. Des petites pousses ont aussi été remises gratuitement aux visiteurs.



Une centaine de bénévoles ont participé au grand nettoyage des berges

116 bénévoles étaient réunis le 6 mai dernier à la place François-De Sales-Gervais pour le traditionnel ramassage de déchets le long des berges du Saint-Laurent et sur les îles. Lors de cet événement phare pour notre ville, c'est 1660 kg de déchets qui ont été récupérés, dont 38 pneus! Merci à tous les bénévoles qui ont pris part à cette grande corvée et un merci spécial à nos précieux partenaires : Arcelor Mittal, le Port de Montréal, le Comité pour la protection des berges du Saint-Laurent, G.C. Aventures... Au Fil de l'eau, ZIP des Seigneuries, Mission 1000 tonnes, EBI – Services environnementaux inc, IGA Extra – Le marché Emily & Philip, Restaurant Au Vieux Philippe et Caisse Desjardins des Patriotes.

Le temps des récoltes

L'équipe d'horticulture vous encourage à faire la cueillette des produits frais dans l'un ou l'autre des points nourriciers du circuit comestible. Carotte, navet, épinard, chou kale, chou rouge, bette à carde, chou de Bruxelles, oignon, poireau, betterave, laitue, aubergine, piment fort, céleri pourpre, panais, basilic, aneth, ciboulette, persil, origan, thym, estragon et bleuet sont prêts à être récoltés dans les bacs des jardins urbains. En fin de saison, les surplus seront offerts au Centre d'action bénévole de Contrecoeur.



PHOTO: CAROLANNE LAMONTAGNE PHOTOGRAPHE



Prévenir les intoxications au monoxyde de carbone

Saviez-vous que plus de 100 personnes ont dû être évaluées dans la grande région de Montréal en lien avec une exposition au monoxyde de carbone lors de l'épisode de verglas et de pluie verglaçante en avril dernier? De ce nombre, 82 d'entre elles ont été transportées à l'hôpital.



Le monoxyde de carbone est un gaz particulièrement malin, puisqu'il est incolore, inodore et il peut même prendre la place de l'oxygène dans le sang!

Votre Service de sécurité incendie tient à vous rappeler l'importance de ne pas utiliser d'appareils à combustible à l'intérieur, et ce, même si une panne d'électricité se prolonge. Si vous utilisez une génératrice, placez-la à l'extérieur dans un endroit ventilé et loin des portes et des fenêtres. Les appareils à combustible, comme certaines cuisinières, des chaufferettes ou des barbecues, génèrent du monoxyde de carbone. Une maison fermée va emmagasiner le gaz à l'intérieur.

Les signes à observer

Les symptômes peuvent, dans certains cas, être très légers, comme des maux de tête et des étourdissements. Dans les cas plus graves, on parle plutôt de perte de conscience, de convulsions ou même de décès. Parmi les autres signes possibles, on relève la fatigue, des troubles visuels, la nausée et les vomissements.

Si on soupçonne la présence de monoxyde de carbone dans son logement, il faut sortir immédiatement pour cesser d'être exposé à ce gaz et contacter le 911.

En cas de panne prolongée, vérifiez les options offertes par la Ville de Contrecoeur. Divers locaux municipaux pourraient être mis à la disposition de la population, de même que l'ouverture d'un centre d'hébergement temporaire si les conditions s'avéraient extrêmes. Vous pourriez vous y rendre pour assurer votre sécurité et celle de vos proches.

N'oubliez pas de vous prémunir d'un avertisseur de monoxyde de carbone si vous possédez un appareil de chauffage à combustion ou un garage attaché à votre résidence. Ce dernier doit être installé à plus de 5 mètres des chambres à coucher et sur le même étage de l'appareil de chauffage en question.

Tout comme l'avertisseur de fumée, l'avertisseur de monoxyde de carbone sauve des vies!



Formation en premiers soins pour les animaux domestiques

En juin dernier, le personnel du Service de sécurité incendie de Contrecoeur a reçu une formation spéciale en soins d'urgence pour les animaux domestiques lors d'incendies par Jo-Annie Letendre, vétérinaire, clinicienne enseignante en urgentologie et soins intensifs au CHUV de Saint-Hyacinthe. La formation se voulait un complément essentiel à l'acquisition du nouvel appareil d'oxygène spécialement conçu pour les animaux domestiques en cas d'inhalation de fumée. Plusieurs notions ont été enseignées, notamment la réanimation cardio-respiratoire, la prise de pouls et l'administration d'oxygène.



Autocollants disponibles gratuitement



De nouveaux autocollants permettant d'indiquer aux pompiers la présence d'animaux dans votre résidence sont maintenant disponibles.

Les citoyens peuvent se procurer gratuitement ces autocollants dans les lieux suivants :

- Clinique vétérinaire de Contrecoeur (4850, rue des Ormes)
- Animalerie La Patte de Velours (295, rue Saint-Antoine)
- Animalerie Chico (4945, rue des Patriotes)

Communications citoyennes lors de mesures d'urgence

En cas de situation d'urgence, il est important de porter une attention particulière aux communications réalisées par la Ville qui véhiculent le logo de la sécurité civile.

Dans le but d'informer rapidement la population, différentes mesures sont mises de l'avant, dont l'activation d'un bandeau d'alerte citoyenne en page d'accueil du site Internet de la Ville. Consultez aussi les différentes plateformes numériques de communications citoyennes (page Facebook, ComAlerte, panneaux numériques, infolettre municipale, etc.).





LES COURS



SOCIOCULTURELS

Programmation

AUTOMNE 2023

Le comité des cours socioculturels est un **organisme à but non lucratif (OBNL)** dûment incorporé qui a pour rôle l'élaboration, la planification et la réalisation d'une programmation de loisir et de cours socioculturels offerte à la population contrecoeuraise. Les membres du comité des cours socioculturels sont fiers de vous présenter une programmation variée. Bonne session !

MEMBRES BÉNÉVOLES :

Jenny Durocher, Nadine Ombang et Ginette Therrien

Si vous avez de l'intérêt à vous joindre au comité des cours socioculturels ou si vous avez des commentaires ou suggestions, vous pouvez communiquer avec Laurie-Anne Gaudet au 450 587-5901, poste 210.

Inscription en ligne

Avez-vous votre nom d'utilisateur et votre mot de passe?

Vous avez peut-être un dossier ouvert, mais sans ces renseignements reliés à votre dossier. Pour vous en assurer et éviter les doublons, acheminez-nous un courriel à info@ville.contrecoeur.qc.ca.

Vous n'avez aucun dossier ouvert?

Créez votre dossier en ligne en cochant la case *Je suis intéressé(e) à participer à des programmes de loisirs* et faites parvenir une photo de votre permis de conduire à info@ville.contrecoeur.qc.ca afin que l'on valide votre nom, votre date de naissance et votre adresse. Vous devez le faire **au moins 72 heures** avant le début des inscriptions pour que votre demande soit traitée à temps.

Vous avez tout ce qu'il faut? Inscrivez-vous!

Rendez-vous au ville.contrecoeur.qc.ca, à la page « Inscription aux loisirs » sous l'onglet Services et Services en ligne.

Il sera possible de vous inscrire 24 h sur 24, à partir du **lundi 28 août 2023, dès 8 h 30** jusqu'au 15 septembre.

Modalités d'inscription

Païement

Le paiement doit être effectué par carte de crédit (Visa ou Mastercard).

Politique de tarification

Lorsqu'applicable, les taxes sont incluses dans le prix.

Réduction de 50 % sur les droits d'inscription pour le deuxième enfant d'une même famille et les suivants.

- Le coût le plus élevé sera considéré pour le premier enfant qui utilise le plus de services au plus haut tarif.
- La famille regroupe le(s) parent(s) qui habite(nt) sous le même toit que leur(s) enfant(s) de moins de 18 ans.

Non-résidents

Les droits d'inscription sont majorés de 1,5 fois.

Politique de remboursement

AUCUN REMBOURSEMENT NE SERA EFFECTUÉ APRÈS le début de la session d'activités, soit le 23 septembre 2023, sauf si la personne inscrite ne peut participer à l'activité pour cause de maladie ou d'accident. Si c'est le cas, elle devra présenter, le plus rapidement possible, un certificat médical pour être remboursée. Évidemment, la période de cours avant la date du certificat médical sera déduite et un montant équivalent à 10 % du prix du cours annulé sera prélevé pour frais d'administration. Aucun remboursement n'est fait en espèces ou sur carte de crédit. Un chèque sera émis par le Service des finances (délai d'environ trois semaines).

Pour obtenir des renseignements seulement, composez le 450 587-5901, poste 201, ou envoyez un courriel à info@ville.contrecoeur.qc.ca.

Kaboum

(3* à 5 ans)

* L'enfant doit avoir 3 ans au 30 septembre 2023.

ANIMATRICES : Frédérique Doucet et Béatrice Geoffrion

- **GROUPE 1** : samedi, de 8 h 30 à 9 h 30 dès le 23 septembre (10 cours)
- **GROUPE 2** : samedi, de 9 h 45 à 10 h 45 dès le 23 septembre (10 cours)
- Gymnase de l'école Mère-Marie-Rose (351, rue Chabot)
- 65 \$ par participant

L'objectif du cours Kaboum est de stimuler le développement moteur complet de l'enfant, tout en l'amusant. En utilisant des thèmes rigolos, les tout-petits travaillent leur équilibre, leur coordination, leur proprioception et leur motricité. Ils grimpent, sautent, rampent et courent, et ce, de façon structurée. Les enfants développeront leur sociabilité en participant à des jeux de groupe avec divers objets. Kaboum est une belle occasion de se faire des amis, de socialiser à travers le jeu et de perdre un peu sa gêne.

Initiation au patin

(4* à 8 ans)

* L'enfant doit avoir 4 ans au 30 septembre 2023.

ANIMATEURS : Olivier Bouchard, Karine Leclaire et Samuel Perreault

- **GROUPE 1** : dimanche, de 9 h à 10 h dès le 24 septembre (10 cours)
- **GROUPE 2** : dimanche, de 10 h à 11 h dès le 24 septembre (10 cours)
- Centre sportif régional de Contrecoeur (1555, rue des Saules)
- 65 \$ par participant

L'objectif du cours est d'initier l'enfant à la surface glacée et de lui faire prendre confiance sur ses patins. Il apprendra à patiner en participant à des jeux. La glace sera séparée en deux pour les débutants et les intermédiaires. *Équipement obligatoire* : casque avec grillage, protection au cou, aux coudes et aux genoux, gants de protection et patins. *Condition d'admissibilité* : première fois sur patin.



Initiation hockey

(5* à 12 ans)

* L'enfant doit avoir 5 ans au 30 septembre 2023.

ANIMATEURS : Olivier Bouchard et Samuel Perreault

- Dimanche, de 11 h à 12 h dès le 24 septembre (10 cours)
- Centre sportif régional de Contrecoeur (1555, rue des Saules)
- 65 \$ par participant

Ce cours est basé sur des jeux éducatifs pour favoriser l'apprentissage des règles du hockey. Le participant améliorera son équilibre, développera le maniement de la rondelle, apprendra à patiner avec celle-ci et aura la chance de disputer des miniparties de hockey. La glace sera séparée en deux pour ceux qui commencent. *Équipement obligatoire* : équipement de hockey complet. *Condition d'admissibilité* : avoir fait le cours Initiation au patin ou savoir patiner.

Labo en folie

(5 à 12 ans)

ANIMATEUR : Science en folie

- Dimanche, de 10 h à 11 h dès le 1^{er} octobre
- 40 \$ par participant, par atelier
- À l'achat des 4 ateliers, un rabais de 35 \$ sera applicable.

Atelier A : 1^{er} octobre

Atelier B : 8 octobre

Atelier C : 15 octobre

Atelier D : 22 octobre

Soyez prêt pour un voyage flyé dans un monde excitant! Venez explorer le côté merveilleux de l'aérodynamique et du vol aérien. Venez faire des réactions chimiques avec nous. La base scientifique de certains de vos tours de magie préférés vous sera révélée.

Aventure Laser tag

(7 à 14 ans)

ANIMATEUR : Yanick Métayer

- Samedi, de 11 h à 12 h 30 dès le 23 septembre (8 cours)
- Gymnase de l'école Mère-Marie-Rose (351, rue Chabot)
- 120 \$ par participant

Le Laser tag est une activité similaire au paintball et au airsoft, mais avec des taggers laser sécuritaires, adaptés, performants, et surtout, sans projectiles! Divers modèles de taggers avec une possibilité de programmation variée sont utilisés pour créer des scénarios de jeu et des classes de joueurs (Spectre, Titan, Cyborg, Cyclone, Pulsar, Sentinelle et Éclipse). Venez vivre l'Aventure Laser tag!

NOUVEAU

La p'tite chorale

(6 à 12 ans)

Cours offerts par l'école de musique La Chasse-Galerie

ANIMATRICE : Magalie Bélanger

- Mercredi, de 15 h 30 à 16 h 45 dès le 27 septembre (10 cours)
- 70 \$ + 5 \$ de frais de matériel par participant

C'est un rendez-vous après l'école pour se faire des amis qui ont la même passion que toi : chanter! Au programme : des chansons de tous les styles, des jeux musicaux, des exercices vocaux et de l'initiation au langage musical. Les chanteurs de tous les niveaux sont les bienvenus!

Danse en ligne débutant et intermédiaire

(15 ans et plus)

ANIMATRICE : Nicole Vallières Auclair

- Vendredi, de 13 h 30 à 15 h 30 (selon le niveau), dès le 22 septembre (10 cours)
- Débutants de 13 h 30 à 14 h 30 et intermédiaires de 14 h 30 à 15 h 30
- 74,75 \$ par participant

Vous désirez vous mettre en forme tout en vous amusant. Venez danser dans une ambiance de plaisir. Aucun retardataire ne sera accepté.

NOUVEAU

Cours de danse country

(15 ans et plus)

ANIMATION : Long Live Cowboy

- Lundi, de 19 h à 20 h 45 dès le 25 septembre (10 cours)
- 97,75 \$ par participant

Venez danser aux rythmes des danses country rétro des années 1990 à 2010 ainsi que quelques nouveautés. La première partie du cours est dédiée aux débutants et la deuxième partie aux débutants +. Venez vous amuser avec nous!

Cardio-muscu

(16 ans et plus)

Cours offerts par le Centre de Conditionnement Physique KinéCible

ANIMATION : Entraîneur

- Mardi, de 18 h à 18 h 45
dès le 26 septembre (10 cours)
- 80,50 \$ par participant

Cardio-muscu est un entraînement de 45 minutes en intervalles d'intensité qui optimise l'amélioration cardiovasculaire et l'endurance de tous les groupes musculaires de votre corps. Principalement composé d'exercices nécessitant le poids du corps, des élastiques et de petits équipements, ce cours, varié et adapté pour tous, vous sortira de votre zone de confort tout en vous permettant d'y aller à votre rythme.

NOUVEAU

Plaisir de chanter !

(18 ans et plus)

Cours offerts par l'école de musique La Chasse-Galerie

ANIMATRICE : Magalie Bélanger

- Mercredi, de 14 h à 15 h 15
dès le 27 septembre (10 cours)
- 115 \$ + 5 \$ de frais de matériel par participant

Venez découvrir et développer votre voix dans ces cours variés où le plaisir de chanter est à l'honneur. À travers différents ateliers, nous allons explorer la technique vocale, l'oreille musicale et devenir de meilleurs chanteurs karaoké ! Il ne s'agit pas d'une chorale mais d'un groupe de personnes qui apprennent à travers des jeux, des chansons et des défis personnels à prendre confiance en leur voix tout en ayant du plaisir.

Initiation au Qi gong

(18 ans et plus)

ANIMATRICE : Maude Roux-Pratte

- Mardi, de 10 h 15 à 11 h 15
dès le 26 septembre (10 cours)
- 108 \$ par participant

Le Qi gong est un art énergétique qui combine des mouvements lents, une respiration et des visualisations. Le Qi gong fait partie de la médecine chinoise. Chaque mouvement ou posture vise à faire circuler l'énergie de manière plus fluide dans tout le corps ou dans un organe spécifique, pour une meilleure santé globale. Aide à entretenir la souplesse, la force et l'équilibre tout en favorisant la paix intérieure. Excellent contre l'anxiété, pour mieux dormir et avoir une plus grande vitalité.

Entraînement

(50 ans et plus)

Cours offerts par le Centre de Conditionnement Physique KinéCible

ANIMATION : Entraîneur

- Vendredi, de 9 h à 9 h 45
dès le 29 septembre (10 cours)
- 80,50 \$ par participant

Le cours d'entraînement 50 ans et plus est un entraînement qui sollicite l'endurance musculaire et cardiovasculaire, tout en étant adapté à une clientèle âgée de 50 ans et plus. Des intervalles de marche et des exercices nécessitant le poids du corps et de petits équipements seront intégrés aux routines d'entraînement.

Zumba

(15 ans et plus)

ANIMATRICE : Marie-Claude Fulham

- GROUPE 1 : lundi, de 19 h 40 à 20 h 40
dès le 25 septembre (10 cours)
- GROUPE 2 : mercredi, de 19 h 40 à 20 h 40
dès le 27 septembre (10 cours)
- 92 \$ par participant*

Vous avez envie de vous amuser, danser, vous entraîner sur des rythmes latinos, internationaux avec une instructrice super dynamique, énergique et certifiée Zumba ? Ce cours est pour vous ! Une heure de plaisir, de rire et d'entraînement (sans s'en rendre vraiment compte), c'est la magie du cours !

Strong

(15 ans et plus)

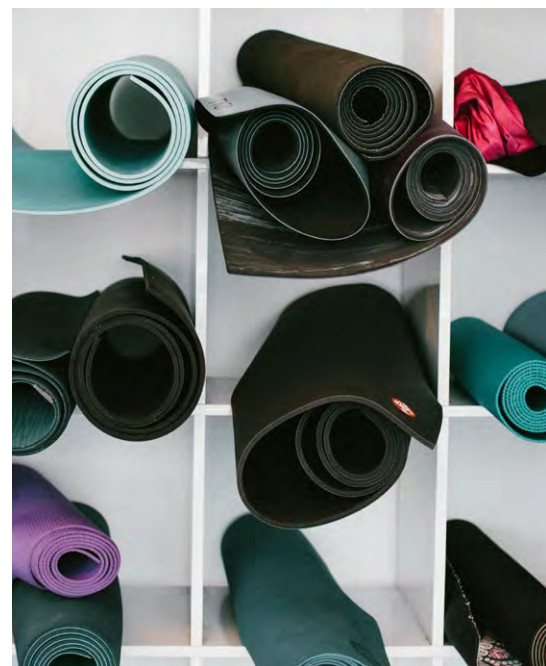
ANIMATRICE : Marie-Claude Fulham

- GROUPE 1 : lundi, de 18 h 30 à 19 h 30
dès le 25 septembre (10 cours)
- GROUPE 2 : mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30
dès le 27 septembre (10 cours)
- 92 \$ par participant*

Développé par les créateurs de la Zumba, ce cours est basé sur le principe de l'entraînement par intervalle qui alterne des efforts intenses avec des périodes de repos. L'originalité du concept **STRONG by Zumba** est de synchroniser chaque mouvement avec la musique qui rythme ainsi l'intensité de la séance et booste votre motivation.

* Spécial Zumba et Strong

- Si vous vous inscrivez à plus d'un cours de Zumba et/ou Strong, le deuxième sera réduit de 10 \$.



Yoga détente

(18 ans et plus)

ANIMATRICE : Ginette Blanchard

- Lundi, de 19 h à 20 h 15
dès le 25 septembre (10 cours)
- 115 \$ par participant

Ce cours s'adresse à toute personne qui désire faire du yoga en douceur. Les postures de yoga abordées dans ces cours sont accessibles à tous. Les séances sont un heureux mélange de yoga, d'hatha yoga, de Qi gong, de méditation, de pranayama, de cohérence cardiaque et de technique de libération émotionnelle (EFT).

Yoga

(50 ans et plus)

ANIMATRICE : Ginette Blanchard

- Mardi, de 17 h 30 à 18 h 45
dès le 26 septembre (10 cours)
- 115 \$ par participant

Ce cours de yoga permet aux personnes de 50 ans et plus d'augmenter leur vitalité, leur souplesse et d'acquiescer un meilleur équilibre. Dans le respect du corps de chacun(e), des postures simples seront exécutées, visant à soulager les tensions et à acquiescer une certaine souplesse. Des exercices de détente et de respiration apporteront calme et sérénité et, selon les besoins des participants, des exercices thématiques (articulations, foie, insomnie, anxiété, etc.) seront proposés.

Hatha yoga, tout niveau

(18 ans et plus)

ANIMATRICE : Ginette Blanchard

- Mardi, de 19 h à 20 h 15
dès le 26 septembre (10 cours)
- 115 \$ par participant

L'hatha yoga vise à développer la force et la souplesse et améliorera votre stabilité physiologique et émotionnelle. Ce cours présente des postures assises, au sol et debout. Pour faciliter l'apprentissage des mouvements et des postures, nous aurons recours à des accessoires comme des blocs et des couvertures.

Yin yoga

(18 ans et plus)

ANIMATRICE : Ginette Blanchard

- Mercredi, de 15 h 15 à 16 h 30
dès le 27 septembre (10 cours)
- 115 \$ par participant

Les postures de yoga abordées sont accessibles à tous. Le yin yoga est un style de yoga qui travaille le corps plus en profondeur (tendons et ligaments). Il permet notamment d'améliorer l'amplitude naturelle des mouvements dans les articulations. Le maintien de la posture pendant 3 à 5 minutes est favorisé par l'utilisation d'équipements tels que bloc, sangle et traversin. Il favorise le relâchement musculaire, la libération des tensions, la circulation du prana (force vitale) dans les tissus autour des articulations où l'énergie stagne souvent.

Yoga antistress

(18 ans et plus)

ANIMATRICE : Ginette Blanchard

- Jeudi, de 17 h 30 à 18 h 45,
dès le 28 septembre (10 cours)
- Centre Aristide-Arpin (272, rue de l'Église, Saint-Laurent-du-Fleuve)
- 115 \$ par participant

Cette pratique de yoga est accessible à tous. Elle s'adresse aux personnes qui désirent apprendre à gérer leur stress. Ce type de yoga est axé sur le relâchement musculaire (cou, épaules, nuque, omoplates, bas et haut du dos). Les séances sont basées sur l'ouverture et sur la détente du corps pour déloger les tensions dues au stress. Vous apprendrez également à apaiser votre esprit par la méditation et par diverses techniques respiratoires. Équipement requis : tapis de yoga, sangle (ou ceinture de robe de chambre), 2 blocs de yoga et couverture.

Processus de guérison et méditation

(16 ans et plus)

ANIMATRICE : Michelle Roy

- Samedi 16 septembre, de 9 h 30 à 16 h 30
(1 atelier)
- 100 \$ par participant

Lors de cette journée, vous apprendrez de nombreuses informations novatrices sur le rôle des émotions dans le processus de guérison. Vous serez informé de manière simple sur les découvertes en lien avec les deux hémisphères du cerveau et les mémoires. De plus, vous serez initié à une fabuleuse méthode de méditation facile qui donne des résultats notables pour la santé et le mieux-être.



NOUVEAU

Dégustation : les vins du Nord du Portugal

(18 ans et plus)

ANIMATEUR : Serge Leduc

- Mardi 3 octobre, de 19 h à 21 h 30
(1 atelier)
- 57,50 \$ par participant

Le Portugal est divisé en 14 régions viticoles. Pour la portion Nord, nous découvrirons les régions du Vinho Verde et dégusterons deux vins avec des cépages typiques de cette région. Suivra la célèbre région du Douro, producteur du Porto, où nous dégusterons l'un de ses vins secs. Nous terminerons avec la région du Dao, moins connue, mais offrant des vins d'une grande qualité, et ce, à très bon prix. De belles surprises en perspective!

NOUVEAU

Vins pour la période des Fêtes

(18 ans et plus)

ANIMATEUR : Serge Leduc

- Mardi, de 19 h à 21 h 30, le 21 novembre
(1 atelier)
- 57,50 \$ par participant

Avec l'arrivée des Fêtes, nous vous présenterons des vins offrant un beau rapport qualité/prix. Lors de cet atelier, nous dégusterons un vin mousseux pour l'apéro et un vin blanc pour accompagner une entrée de poisson ou de fruits de mer. Nous dégusterons aussi un vin rouge qui mettra en valeur la traditionnelle dinde et autres plats goûteux et nous terminerons avec un vin liquoreux accompagnant le dessert. Des suggestions d'accords mets et vins pour le temps des Fêtes vous seront proposées ainsi que plusieurs vins à différents prix.





Gymnases et patin libre



Activités aux gymnases

Deux gymnases pour la population

- Gymnase école des Cœurs-Vaillants
5200, rue Bourchemin
- Gymnase école Mère-Marie-Rose
351, rue Chabot

RENSEIGNEMENTS :

450 587-5901, poste 201
durant les heures d'ouverture du
Service loisir et culture.

Pour vos activités sportives

Louez les gymnases

Les équipements et les installations des gymnases permettent la pratique d'activités sportives variées pour toutes les clientèles. Que ce soit avec la famille ou des amis, avec des collègues de travail ou entre membres d'un organisme, venez sur le plateau sportif vous dépenser physiquement en jouant, entre autres, au hockey cosom, au basketball, au badminton, au volleyball, au pickleball ou au soccer.

Tarifs en vigueur pour une location horaire

- Pour les organismes sans but lucratif (O.S.B.L.) accrédités
 - Partenaires 1 et 2 : 26 \$ / heure
 - Partenaires 3 : 31 \$ / heure
- Pour les ligues sportives ouvertes au public : 34 \$ / heure
- Résident : 39 \$ / heure
Non-résident : 58,50 \$ / heure



Réservation

Elle est obligatoire et doit être effectuée au moins 5 jours ouvrables à l'avance en téléphonant au Service loisir et culture (450 587-5901, poste 201) selon les heures d'ouverture du bureau, du lundi au jeudi de 8 h 15 à 12 h et 13 h à 16 h 45, puis le vendredi, de 8 h 15 à 12 h.

Règlements à respecter aux gymnases

- Les gymnases sont prévus à des fins sportives et pour des fêtes d'enfants.
- Pour toutes les activités, seules les espadrilles avec semelles non marquantes sont acceptées.
- Bâton de hockey sans ruban adhésif.
- Il est strictement interdit de fumer sur les lieux et aucune consommation d'alcool ne sera tolérée à l'intérieur de ces bâtiments.
- Il est interdit de se promener dans les corridors des écoles. Seul l'accès aux gymnases et aux vestiaires est permis.
- Aucun spectateur n'est permis sur les lieux lors des activités libres organisées par la Ville. Seuls les participants sont admis.
- Les usagers des gymnases ont accès à un vestiaire avec casiers et douches (les douches sont accessibles à l'école Mère-Marie-Rose seulement). Les cadenas barrés et oubliés sur les casiers seront enlevés.
- Les bottes d'hiver doivent être laissées dans le corridor à l'extérieur des vestiaires et du gymnase.

Activités libres

Badminton libre	Mardi	19 h à 21 h 30	Des Cœurs-Vaillants	Dès le 12 septembre 2023
Badminton libre	Mercredi et vendredi	18 h 30 à 21 h 30	Mère-Marie-Rose	Dès le 13 septembre 2023
Pickleball intérieur	Jeudi	19 h à 21 h 30	Des Cœurs-Vaillants	Dès le 14 septembre 2023

Les joueurs doivent apporter leur balle, raquette et volant.

Basketball libre (15 ans et +)	Vendredi	18 h 30 à 20 h	Des Cœurs-Vaillants	Dès le 15 septembre 2023
--------------------------------	----------	----------------	---------------------	--------------------------

Ballon fourni. Preuve de l'âge obligatoire.

NOUVEAU

Tennis de table libre	Dimanche	9 h à 11 h 30	CMF (4865, rue Legendre)	Dès le 17 septembre 2023
-----------------------	----------	---------------	--------------------------	--------------------------

Les joueurs doivent apporter leur balle et leur raquette.

Basketball libre (12 à 17 ans)	Samedi	14 h à 15 h 30	Des Cœurs-Vaillants	Dès le 16 septembre 2023
--------------------------------	--------	----------------	---------------------	--------------------------

Ballon fourni. En collaboration avec la Maison des Jeunes de Contrecoeur.

TARIFS : Résidents : GRATUIT avec preuve de résidence présentée au surveillant du gymnase.

Non-résident : Enfant 3 \$ | Adulte 5 \$

Ligues sportives

Ligue hockey cosom Francis Charbonneau	Lundi	21 h 05 à 22 h 05	Mère-Marie-Rose	Dès le 11 septembre 2023 charbonneau.incendie@hotmail.com
Ligue hockey cosom Francis Desaulniers	Lundi	19 h à 21 h	Mère-Marie-Rose	Dès le 18 septembre 2023 francis.desaulniers@gmail.com
Ligue hockey cosom Mathieu Guinard	Mardi	20 h 05 à 21 h 35	Mère-Marie-Rose	Dès le 12 septembre 2023 underoath_mat@hotmail.com
Ligue hockey cosom Chantal Handfield	Mardi	19 h à 20 h	Mère-Marie-Rose	Dès le 12 septembre 2023 450 587-5728
Ligue hockey cosom Chantal Handfield	Jeudi	18 h 30 à 19 h 30	Mère-Marie-Rose	Dès le 14 septembre 2023 450 587-5728
Ligue volleyball (18 ans et +) Michel Métivier	Jeudi	19 h 35 à 21 h 35	Mère-Marie-Rose	Dès le 14 septembre 2023 450 808-2134
Ligue hockey cosom Roger St-Onge	Dimanche	9 h à 11 h	Mère-Marie-Rose	Dès le 1 ^{er} octobre 2023 438 499-3763
Ligue hockey cosom (35 ans et +) Benoît Routhier	Dimanche	12 h 30 à 14 h	Mère-Marie-Rose	Dès le 17 septembre 2023 benr99@hotmail.com

Pour le hockey cosom, vous devez avoir en votre possession un hockey sans ruban adhésif. L'équipement de protection est fortement recommandé.

Prochaine saison de hockey mineur à Contrecoeur

Pour obtenir les renseignements sur la saison 2023-2024 de l'Association de hockey mineur du Bas-Richelieu (AHMBR), consultez le site Internet de l'organisme au www.ahmbr.ca. Vous y trouverez les coûts et les détails concernant la période d'inscription.

Patinage libre

Au Centre sportif régional de Contrecoeur
(1555, rue des Saules)

Seules des personnes portant des patins sont admises sur la glace. Le port du casque protecteur est fortement recommandé.

Du 23 septembre 2023 au 24 mars 2024

Samedi : de 18 h 35 à 19 h 55

Dimanche : de 12 h 05 à 13 h 25

Résident* : gratuit

Non-résident : Enfant 3 \$ | Adulte 5 \$

* Une preuve de résidence sera exigée par le préposé. Apportez votre permis de conduire ou un autre document avec votre adresse et votre photo.





INSCRIVEZ-VOUS À L'UNE OU L'AUTRE DES ACTIVITÉS :
ACTIVITES.BIBLIO@VILLE.CONTRERCOEUR.QC.CA OU 450 587-5901, POSTE 238

ACTIVITÉS JEUNESSE

Heure du conte en pyjama 3 à 6 ans

L'heure du conte en pyjama permet aux enfants de découvrir des histoires amusantes et inspirantes et de créer un bricolage thématique en groupe. Une belle façon d'introduire votre enfant à la bibliothèque et à la lecture, il en ressortira avec de beaux souvenirs !



- Les heures du conte ont lieu à la bibliothèque.
- Un minimum de quatre enfants est requis pour que l'activité ait lieu.
- Résident : Gratuit | Non-résident : 3 \$
- Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte.
- Inscription obligatoire au moins une semaine avant chaque conte.
- Places limitées.

Jeudi de 18 h 30 à 19 h 15

14 septembre | 28 septembre | 12 octobre |
26 octobre | 9 novembre | 23 novembre |
7 décembre



Atelier bricolage « Spécial Halloween »

Atelier de bricolage à la bibliothèque

- Dimanche 29 octobre, 10 h à 11 h 5 à 9 ans
- Inscription à partir du 3 octobre.
- Résident : Gratuit | Non-résident : 3 \$
- Places limitées.

Viens fêter l'Halloween avec nous en confectionnant un joli bricolage !



Atelier bricolage « Spécial Noël »

Atelier de bricolage à la bibliothèque

- Dimanche 10 décembre, 10 h à 11 h 5 à 9 ans
- Inscription à partir du 14 novembre.
- Résident : Gratuit | Non-résident : 3 \$
- Places limitées.

Fabriquer avec nous un joli bricolage pour te mettre dans l'ambiance de Noël !

Décoration d'une tasse

Atelier de créativité à la bibliothèque



- Samedi 14 octobre 13 h 30 à 14 h 30 8 à 12 ans
- Inscription à partir du 19 septembre.
- Résident : Gratuit | Non-résident : 3 \$
- Places limitées.

Que ce soit pour l'offrir en cadeau ou pour l'utiliser toi-même, cette tasse sera la préférée à la maison !

Activité avec ArtisCréatifs.



LA GRANDE
SEMAINE DES
TOUT-PETITS

Béatrice l'exploratrice et le petit dinosaure

Une captivante histoire d'amitié au temps des dinosaures

- Spectacle à la bibliothèque
- Dimanche 26 novembre, 10 h à 10 h 45 2 à 7 ans
- Inscription à partir du 31 octobre.
- Résident : Gratuit | Non-résident : 3 \$
- Places limitées.

Une aventure extraordinaire et magique, pleine d'interactions et de surprises, présentée par les Productions Baluchon magique.



Les belles rencontres

Conférences présentées à la bibliothèque

Pour de plus amples renseignements et pour réservation :

activites.biblio@ville.contrecoeur.qc.ca ou 450 587-5901, poste 238



Jeudi 21 septembre | 19 h à 20 h 15

Billets en vente à la bibliothèque au coût de 5 \$ à partir du 24 août.

Les 4 formes de méditation

Découvrez le style de méditation qui convient à votre type de personnalité : dirigé, douceur, distraction, déprogrammé.

Conférence présentée par **Paul-Hubert Legault**, thérapeute spécialisé, coach et formateur.

paulhubertlegault.com



Jeudi 19 octobre | 19 h à 20 h 15

Conférence gratuite

Réservation à partir du 21 septembre.

Bien manger tout en économisant

Découvrez comment il est possible d'économiser en faisant la gestion des achats d'aliments tout en optimisant les éléments nutritifs des repas. Voyez également plusieurs solutions économiques qui favorisent une saine alimentation : planification des repas, congélation, déshydratation, germination, micro-pousses et encore plus. Un livret de recettes sera remis aux participants.

Carole Nadeau s'est engagée à trouver des solutions aux défis de la vie. Bien qu'elle soit diplômée dans plusieurs spécialités, elle est également une autodidacte passionnée. Elle cuisine depuis plus de 50 ans. C'est une conférencière qualifiée de niveau or (*Toastmasters International*).



Jeudi 16 novembre | 19 h à 20 h 30

Billets en vente à la bibliothèque au coût de 5 \$ à partir du 19 octobre.

Idées pour un Noël festif

Les idées proposées dans cette conférence peuvent s'adapter autant pour les événements de famille, les réceptions entre amis ou même les parties d'équipes de travail.

Diane Girouard, animatrice, formatrice et conceptrice, vous présentera de nombreux trucs et astuces afin d'organiser un Noël mémorable et dans la bonne humeur : thématiques, jeux, échanges de cadeaux emballants.

Lettres attachées

Ateliers d'écriture dédiés à la promotion du français offerts aux 18 ans et plus.

Les ateliers seront diffusés en simultanée à la bibliothèque de Contrecoeur. Chacune des rencontres commencera par une entrevue inspirante entre l'animateur Nicolas Ouellet et l'artiste invité. Puis, un atelier permettra aux participants de plonger dans l'écriture grâce à différents exercices suggérés par l'artiste.

- Inscription gratuite obligatoire avant chaque vendredi à 17 h précédant l'atelier.
- Places limitées.

Samedi 23 septembre 2023 | 14 h à 16 h

ARTISTE INVITÉ : **Michel Rabagliati**

GENRE LITTÉRAIRE : Bandes dessinées



PHOTO : ERIC LA JEUNESSE

Samedi 21 octobre 2023 | 14 h à 16 h

ARTISTE INVITÉ : **Jocelyne Saucier**

GENRE LITTÉRAIRE : Roman



PHOTO : ARIANE OUELLET

Samedi 25 novembre 2023 | 14 h à 16 h

ARTISTE INVITÉ : **Marie-Andrée Gill**

GENRE LITTÉRAIRE : Poésie



PHOTO : SOPHIE GAGNON-BERGÉRON

Projet présenté par la Fédération québécoise des municipalités (FQM) et Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BANQ), avec la collaboration de l'Association des bibliothèques publiques du Québec et du Réseau BIBLIO du Québec). En partenariat avec le ministère de la Langue française.



Livres emballants... à déballer!

Les livres bonbons sont de retour à la bibliothèque pour tout le mois d'octobre!

Venez découvrir nos collections pour adultes d'une autre façon en empruntant un livre bonbon que vous déballez et dévorez à la maison.



Concours pour tous « Je lis québécois »

Du 14 au 21 octobre

Tout au long de la Semaine des bibliothèques publiques, chaque livre québécois emprunté à la bibliothèque vous permettra de participer au concours.

À gagner : 25 \$ à dépenser chez un commerçant local.

Le tirage aura lieu le 24 octobre et la personne gagnante sera jointe par téléphone.

PROGRAMMES ET SERVICES

Deux nouveaux services pour les familles!



Biblio-Parents est une plateforme de sélection d'ouvrages de qualité sur le thème de la grossesse. Il vise à outiller les parents dans leur sélection de livres adaptés à leurs besoins d'informations. Son utilisation est simple et gratuite! La bibliothèque ne possède pas le livre souhaité? Faites-en la demande!



BIBLIOPARENTS.CA

Projet de l'Association des bibliothèques publiques du Québec, en partenariat avec Naître et grandir.



Le **Trouve-Livre** est une plateforme de découverte d'ouvrages jeunesse qui sont destinés aux enfants de 0 à 5 ans. Cet outil soutient les familles ainsi que le personnel œuvrant auprès des tout-petits dans leur recherche de lectures appropriées. La plateforme met à la disposition de tous une large sélection de livres pertinents et ludiques, choisie par du personnel qualifié.



TROUVELIVRE.CA

Projet de l'Association des bibliothèques publiques du Québec.



Pour connaître tous les programmes et services offerts par la bibliothèque, consultez la page de la bibliothèque au ville.contrecoeur.qc.ca

Programme *Une naissance un livre*

Ce programme offre un **ensemble-cadeau du bébé-lecteur** aux nouveaux parents de Contrecoeur qui abonnent leur bébé. Tous les bébés d'un an et moins sont admissibles. Petit lecteur deviendra grand! Faites-nous part de la naissance de votre enfant.



UNENAissanceUNLIVRE.CA

Pretnumerique.ca

Faites votre choix de livres numériques parmi près de 3 500 titres disponibles à partir de la plateforme.



pretnumerique.ca

Vous avez consulté la rubrique d'aide de Pretnumerique.ca, mais n'avez pas réussi à télécharger votre premier livre? Prenez rendez-vous et nous vous offrirons du soutien : 450 587-5901, poste 241.



TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION, C'EST SIMPLE ET RAPIDE!
pretnumerique.ca

Collection numérique

La collection numérique de la bibliothèque comprend plusieurs ressources consultables en tout temps. Parcourez-la!



ACCÉDEZ À LA COLLECTION NUMÉRIQUE

ville.contrecoeur.qc.ca/services/services-en-ligne/bibliotheque-en-ligne



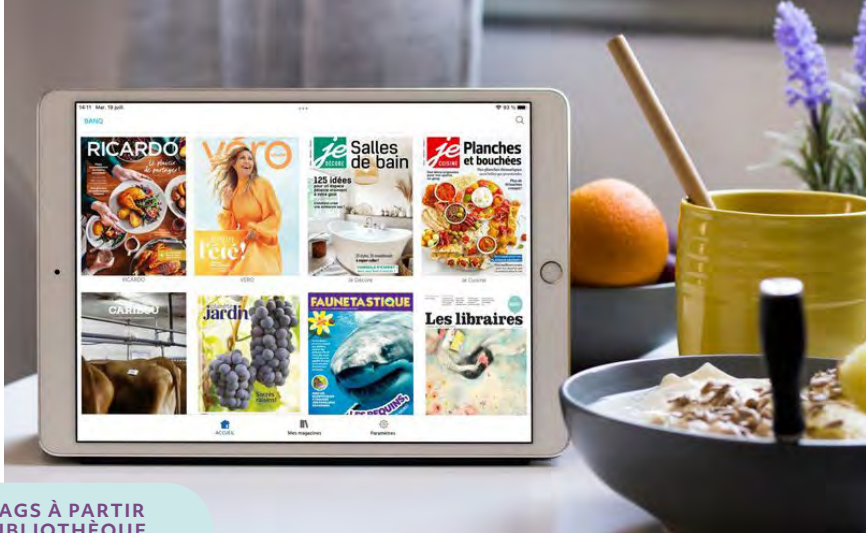
Magazines numériques

Vous êtes abonné à la bibliothèque ?

Accédez gratuitement à plus de 7 000 magazines numériques, des plus populaires aux plus spécialisés dans de nombreuses catégories et dans 60 langues.



RENDEZ-VOUS À BIBLIOMAGS À PARTIR
DU CATALOGUE DE LA BIBLIOTHÈQUE
OU AU [BIBLIOMAGS.CA](https://bibliomags.ca)



Formations gratuites en compétences numériques

La bibliothèque s'associe à **AlphaNumérique** afin de permettre à toutes et à tous de développer ou de mettre à jour vos compétences numériques. AlphaNumérique met à votre disposition gratuitement des formations et des exercices interactifs adaptés à votre niveau.

an alpha numérique

Se former
au numérique



POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS
ET POUR CONNAÎTRE LES ATELIERS DISPONIBLES



CONSULTEZ LE SITE
ALPHANUMERIQUE.CA

NOUVEAU SERVICE

exo

La bibliothèque est maintenant un point de vente et service pour les titres de transport Exo

Afin de faciliter l'accès aux citoyennes et aux citoyens à se procurer des titres de transport Exo, la bibliothèque offre désormais différents services comme l'achat et la recharge d'une carte OPUS, ainsi que l'achat de titres de transport avec une carte à usage unique.

- Le paiement peut être fait en argent comptant ou par carte de débit.
- Le service est offert durant les heures d'ouverture de la bibliothèque.



POUR PLUS D'INFORMATION SUR
LES SERVICES DE TRANSPORTS EXO
exo.quebec/fr

Horaire de la bibliothèque

Du 15 juin au 14 septembre, la bibliothèque est fermée le dimanche.

	AVANT-MIDI	APRÈS-MIDI	SOIRÉE
Dimanche	Fermé	13 h à 17 h	Fermé
Lundi	Fermé	Fermé	Fermé
Mardi	9 h à 12 h	13 h à 17 h	18 h à 20 h
Mercredi	Fermé	13 h à 17 h	18 h à 20 h
Jeudi	9 h à 12 h	13 h à 17 h	Fermé
Vendredi	Fermé	13 h à 17 h	18 h à 20 h
Samedi	9 h à 13 h	Fermé	Fermé

La bibliothèque reçoit une aide financière du ministère de la Culture et des Communications pour le développement de ses collections.



Le 31 octobre, on se retrouve tous au parc Cartier-Richard pour l'Halloween !



La grande fête de l'Halloween organisée l'an dernier par Culture C, la Maison des Jeunes de Contrecœur, la Ville de Contrecœur, les Costumières du coin ainsi que les partenaires et les collaborateurs fut un franc succès. Vous avez été nombreux à demander que cette activité s'inscrive dans la tradition contrecœuroise.

Nous travaillons donc d'arrache-pied pour revenir en force cette année avec la plus colorée des soirées d'Halloween de tous les temps ! Le 31 octobre prochain, planifiez en famille votre passage au parc Cartier-Richard (4752, route Marie Victorin).

Les détails de la programmation seront dévoilés sous peu. Il y aura assurément de quoi divertir petits et grands... et bien sûr, des bonbons à distribuer !

Le souper de la famille simplifié pour l'occasion

Une cantine, un bar à mocktails et un remuant pour les vaillants parents sont même prévus. Apportez de l'argent comptant.

Venez nous voir avant, pendant ou après votre tournée de bonbons !

Culture C, ancré dans sa collectivité



Si vous ne le saviez pas, Culture C est le principal organisme de diffusion culturelle à Contrecœur. Expositions, spectacles, ateliers d'art... tout y passe en matière de culture afin de plaire au plus grand nombre possible. Bien que la plupart de nos activités aient lieu à la Maison Lenoblet-Du Plessis (4752, route Marie Victorin), nous ne nous gênons pas pour nous promener dans la ville afin d'amener les arts et la culture directement à vous.

Cet été, nous avons pu vous offrir une formation de maître-feu, des films au four à pain et des mini-séances photos au parc du Moulin Chaput. Ensemble, nous avons écouté des heures du conte autour du feu et assisté à des spectacles en plein air lors des Rendez-vous au parc Cartier-Richard. Puis, *Les Ruches d'art* ont été lancées le 15 juin au parc Antoine-Pécaudy. N'oublions pas notre magnifique exposition *Il était une fois nos commerces* qui a attiré des centaines de visiteurs avides d'en savoir plus sur la petite histoire qui se cache derrière les commerces de Contrecœur.



À venir cet automne!

Bien que l'été tire à sa fin, Culture C ne s'arrête pas! D'autant plus que nous inaugurerons notre salle de spectacle, La Cache des Patriotes, fraîchement rénovée.

Nous vous invitons à consulter, dans les prochaines semaines, le site Web culturec.net ou notre [page Facebook](#) afin de connaître tous les détails de la programmation automnale.

Nos expositions

Les samedis et dimanches,
de 10 h à 17 h à la Maison
Lenoblet-Du Plessis.

Programme d'achat d'œuvres d'art de la Ville de Contrecœur

2 septembre au 1^{er} octobre
Venez voter pour votre coup
de cœur!

Saba Gaud

7 octobre au 12 novembre



La Beauté sous tous ses angles (par l'artiste Suzanne Knuckle)

18 novembre au 17 décembre



Nos traditions

Ruches d'art, présentées par le Port de Montréal

7 et 21 septembre, 5 et 19 octobre,
2 et 16 novembre de 17 h à 19 h.

Nouveau lieu pour l'automne :
la Maison Lenoblet-Du Plessis.



Journées de la culture

29 septembre au 1^{er} octobre
Programmation complète à venir.

5 à 7 MicroS

29 septembre, 13 octobre
et 27 octobre de 17 h à 19 h.
Maison Lenoblet-Du Plessis

Concert de Noël, une initiative de Grantech

Date : à confirmer en décembre.
Parc Cartier-Richard

Et bien plus encore !

Concert du pianiste Serhiy Salov

15 septembre à 20 h
La Cache des Patriotes

Présenté dans le cadre de la Tournée
montréalaise des Salons de musique.



PHOTO: JULIE BEAUCHEMIN

D'autres spectacles, activités et
nouveauautés vous seront dévoilés.
Restez à l'affût, car vous ne voudrez
certainement rien manquer!

Merci à nos partenaires

Ville de Contrecœur, Grantech
et Arcelor Mittal.

Exposition des œuvres du Programme d'achat d'œuvres d'art



PHOTO : CAROLANNE LAMONTAGNE PHOTOGRAPHE

Dans le cadre de la 21^e édition du Programme municipal d'achat d'œuvres d'art, la Ville de Contrecoeur, en partenariat avec l'organisme Culture C, invite la population à découvrir de magnifiques œuvres lors d'une exposition qui aura lieu du 2 septembre au 1^{er} octobre 2023 à la Maison Lenoblet-Du Plessis.

Au cours du printemps et de l'été, les artistes locaux ont été invités à soumettre leurs œuvres lors de l'appel de candidatures pour participer à l'exposition. Les membres du jury feront leur sélection pour les volets jeunesse et adultes et la population pourra également voter pour son œuvre « coup de cœur ».

Le dévoilement des œuvres sélectionnées se déroulera le dimanche 1^{er} octobre 2023, à 16 h, à la Maison Lenoblet-Du Plessis lors des Journées de la culture de Contrecoeur et d'un événement de réseautage. Bienvenue à tous !

NOUVEAU

Un parcours historique qui regorge de dates et de faits marquants de l'histoire de la ville

Saviez-vous que le parc Cartier-Richard (4752, route Marie-Victorin) vous propose un tout nouveau parcours qui relate plusieurs moments clés et événements historiques de Contrecoeur ?

Découvrez les legs des bâtisseurs de notre communauté en sillonnant ce parcours instructif dans l'un des plus beaux parcs de la ville.

Ce projet est réalisé grâce au soutien financier du gouvernement du Québec et de la Ville de Contrecoeur dans le cadre de la Politique culturelle et en partenariat avec la Société d'Histoire de Contrecoeur.



Les plus beaux points de vue de Contrecoeur

Des structures permanentes d'exposition de photographies sont maintenant installées au parc du Belvédère (5230, route Marie-Victorin). Dix photographies gagnantes issues du concours « Les plus beaux points de vue de Contrecoeur » illustrent la diversité des plus beaux attraits de la ville, le patrimoine bâti et la vie communautaire. L'initiative s'inscrit dans les objectifs de la Politique culturelle de rendre accessibles les arts visuels à la population puisque la culture se vit dans de nombreux lieux et sous différentes formes.



PHOTO : CAROLANNE LAMONTAGNE PHOTOGRAPHE



Une Fête nationale vibrante de fierté

Merci d'avoir été parmi nous, en grand nombre, pour célébrer la Saint-Jean, le 23 juin dernier! Nous espérons que vous avez passé une aussi belle soirée que nous. La planification pour la prochaine année commencera sous peu et comme toujours, nous avons un grand besoin de bénévoles. Plus nous sommes de fêtes et plus l'événement se déroule bien! Avec ou sans expérience en événementiel, nous vous accueillerons avec plaisir pour planifier toutes les étapes nécessaires pour offrir à nouveau un événement contrecoërois digne de la Fête nationale.



Il est là le bonheur en chantant tous en chœur avec Expressio!

L'ensemble vocal **Expressio** reprend ses répétitions le 7 septembre avec un nouveau chef de chorale, André Lacombe; un musicien et enseignant reconnu dans la région. Pianiste à **Expressio** depuis 7 ans, les choristes pourront maintenant bénéficier de sa vingtaine d'années d'expérience comme chef de chorale.

À la recherche de nouveaux choristes

Nous souhaitons accueillir de nouveaux choristes : voix de femme et voix d'homme.

- Écrivez-nous sur la page Facebook **Ensemble vocal Expressio** pour nous informer de votre intérêt.
- À la rentrée, vous passerez une audition avec le chef de la chorale. Vous pourrez participer à trois répétitions avant de nous confirmer votre inscription.

Expressio, c'est chanter dans un ensemble pour la création d'un travail commun et la beauté des harmonies vocales avec la présentation, au printemps 2024, de leur version de l'opéra-rock, **Starmania**.

L'engagement des répétitions hebdomadaires de la chorale et les liens tissés entre les choristes dynamiseront votre vie sociale.

- Répétitions: les jeudis, de 19 h à 21 h 30 au Centre multifonctionnel.

Saviez-vous que le chant libère des endorphines qui réduisent les niveaux de stress et d'anxiété et que chanter régulièrement augmente notre niveau d'énergie et aussi notre espérance de vie?



Retour sur le spectacle du mois de mai 2023

Les choristes remercient les 450 spectateurs, les précieux bénévoles et commanditaires, dont le marché IGA Emily et Philip, la Ville de Contrecoeur et la mairesse Maud Allaire, présidente d'honneur de ce spectacle 10^e anniversaire de **Expressio**.

Le chef de chorale, Éric Bernier, qui a fondé cet organisme en 2012 a annoncé qu'il passait le flambeau. Les anciens, actuels et futurs choristes, de même que tous les spectateurs, lui seront toujours reconnaissants de cet immense legs, qu'est **l'ensemble vocal Expressio**!



Club FADOQ Contrecoeur
Richelieu-Yamaska

Le club est situé au Centre multifonctionnel de Contrecoeur, local 202 (4865, rue Legendre). Vous pouvez vous impliquer, c'est très valorisant!

Activités à l'agenda!

- Scrabble, billard, cartes et crible
 - Baseball poche, palet américain, babette et curling intérieur
 - Soirées de danse
 - Exercices cardiovasculaires via la danse en ligne
 - Cours sur tablette informatique
- NOUVEAUTÉ!**

Être membre de la FADOQ

Carte annuelle (nombreux rabais et privilèges) : 25 \$

Nous joindre au
450 587-5705.



Horaires et informations, suivez-nous!

Facebook: facebook.com/fadoqcontrecoeur
Site Web: club.fadoq.ca/M039

Au service de la communauté

Milieu de vie

Le CAB, situé au 4956, rue Legendre, est un lieu de rencontre chaleureux pour échanger et se divertir. Notre intervenante, Cynthia Léveillé, anime les après-midis ludiques et propose une variété d'activités du lundi au vendredi, de 13 h à 16 h. La programmation est disponible à la friperie ou sur notre page Facebook. Une collation et du café sont offerts.

Dîners communautaires mensuels

- Dates : 12 septembre, 17 octobre, 21 novembre et 12 décembre.
- Lieu : au Centre multifonctionnel de Contrecœur (475, rue Chabot)
- Le dîner inclut soupe, salade, repas principal, dessert et thé ou café.
- Les billets, au coût de 10 \$, sont disponibles au CAB ou au local de la cuisine (4865, rue Legendre).

La popote roulante

- Tous les lundis.
- Le repas inclut la soupe, le repas principal (deux choix) et le dessert. Le coût d'un repas est de 7,50 \$ s'il est livré ou 7 \$ si vous allez le chercher à la cuisine du CAB.
- Pour commander, téléphonez du lundi au vendredi à la cuisine au 450 587-7059.

Guignolée : samedi 28 octobre 2023

Nous sommes à la recherche de bénévoles lors de cette journée: porte-à-porte, tri des denrées ou accueil. Contactez-nous au 450 587-8227.

Paniers de Noël

- Inscrivez-vous au CAB entre le 1^{er} novembre et le 15 décembre.
- Une preuve de résidence ainsi qu'une preuve de revenu doivent être présentées.

Service de transports médicaux et de petites courses

Le CAB offre le service de transports médicaux. La réservation doit être faite 24 h à l'avance et le coût est de 0,52 \$ par kilomètre. Il y a aussi le transport pour les petites courses à Contrecœur (trois endroits maximum) pour 10 \$. Information et réservation : téléphonez au 450 587-8227.

Bénévolat au CAB

Vous pouvez faire une différence dans votre communauté! Venez nous rencontrer et nous vous guiderons dans ce processus. Le CAB est à la recherche de personnes pour les visites d'amitié et pour les livraisons. Contactez-nous au 450 587-8227.

Besoin de bénévoles

Vous êtes un organisme ou une entreprise et vous recherchez des bénévoles? Contactez notre coordonnatrice des bénévoles, Nadine Désy, au 450 587-8227, poste 102.

Questions et informations

Téléphone : 450 587-8227

Courriel : info@cabcontrecœur.ca

Site Internet : cabcontrecœur.ca

Facebook : [@cabcontrecœur](https://www.facebook.com/cabcontrecœur)

Une saison animée pour les jeunes

Nous avons bien hâte de vous retrouver pour une nouvelle saison remplie d'activités pour les jeunes. Surveillez notre page Facebook pour la programmation complète. Vous désirez vous impliquer comme bénévole? Contactez-nous au clubopticoncontrecœur@outlook.fr ou sur notre page Facebook.



Un automne de feu!



Hey toi le jeune! Je sais très bien que ce sont tes parents qui lisent cette publication, mais jouons le jeu. Tu as envie de t'amuser, dans un cadre sécuritaire, car la sécurité c'est ta priorité! Alors viens à la Maison des Jeunes de Contrecœur, nous avons *full* de cool activités pour toi! Je n'en ai aucune à te proposer pour l'instant, car on est deux mois avant la publication, mais je sais qu'il y'aura de chouettes trucs à faire et des anims sympas avec qui tu pourras *chiller* (dans le sens de s'amuser pas *Netflix and chill*, ça serait criminel pis ce n'est pas notre *vibe*)!

Horaire

- Mardi au jeudi : de 18 h à 21 h
- Vendredi : de 18 h à 23 h
- Vendredi : de 15 h à 17 h, ouvert aux 6^e années
- Samedi : de 14 h à 17 h et 18 h à 23 h
- Samedi : de 14 h à 15 h 30, basketball MDJ à l'école des Cœurs-Vaillants



Programmation d'automne 2023

- Ateliers amusants et stimulants pour des moments agréables, parents et enfants.
- Halte garderie disponible pour la fratrie pendant les ateliers.
- Carte de membre annuelle au coût de 20 \$.
- Des places à contributions réduites sont disponibles pour toutes les familles dans l'impossibilité de participer aux ateliers pour des raisons financières.

Informations au **450 587-2965** ou sur notre [page Facebook](#).

Inscriptions au [maisondelafamiliejolicoeur.ca](#) dès le 21 août 2023.

Horaire

Les ateliers débutent à la mi-septembre

Lundi

3-4 ANS | Les pirates, 9 h à 11 h, 10 ateliers au coût de 60 \$*

4-5 ANS | Les alpagas, 13 h à 15 h, 10 ateliers au coût de 60 \$*

Mardi

12-24 MOIS | Les bateaux, 9 h à 11 h, 10 ateliers au coût de 60 \$*

Mercredi

2-3 ANS | Les souris, 9 h à 11 h, 10 ateliers au coût de 60 \$*

Jeudi

6-12 MOIS | Les licornes, 9 h à 11 h, 10 ateliers au coût de 60 \$*

0-6 MOIS | Les hiboux, 13 h à 15 h, 10 ateliers au coût de 60 \$*

Vendredi

4-5 ANS | ANIMAJEUX Les grenouilles

Préparation à la maternelle, 9 h à 14 h,

10 ateliers au coût de 150 \$*

* Le coût inscrit est le coût pour les membres.

Horaire à venir

• Ça commence avec des mots

Atelier de stimulation de langage parent-enfant (un atelier en présence d'un orthothérapeute).

• Marché aux puces : 23 septembre

• Discos thématiques pour les 5 à 12 ans



Une nouvelle saison débute

Le jeu d'échecs permet d'acquérir une certaine discipline tout en améliorant grandement la mémoire.

- Nos activités se déroulent au Centre multifonctionnel (4865, rue Legendre, local 209) de septembre à juin.
- Nos soirées du mercredi, de 19 h à 22 h, attirent de plus en plus de joueurs de tous les niveaux : tournois, conférenciers, parties amicales et parties simultanées.
- Le club offre des cours gratuits pour les novices le samedi matin de 10 h 30 à midi ainsi qu'une période libre pour les membres de 13 h à 16 h.

Découvrez le Club d'échecs de Contrecoeur au [lepionfringant.com](#).



Marché de Noël 2023

Le Cercle de Fermières de Contrecoeur présentera le Marché de Noël, les 11 et 12 novembre, de 10 h à 16 h. Pour l'occasion, un concours de la plus belle maison du village de Noël est organisé (prérequis, fait main ou technique au choix). Le vote du public déterminera la maison élue.

Vous cherchez un dernier cadeau pour remplir le bas de Noël ou tout simplement pour vous gâter? Venez nous voir et trouvez ce dont vous avez besoin auprès des 40 marchands présents. Nous vous attendons en grand nombre.

Artisans et commerçants inscrits : Amalgam, Aux p'tits cados, Barre-Bee, Diane Papin, Élane Bégin, Épicure, Laugau céramiste, Les peintures d'Annie, Lyse Jussaume, Lyda Feoli, Magalie Nicole, Planette, Raymond Caissee et plusieurs autres à venir.





Vous avez un projet de jardinage en tête?

Vous souhaitez vous mettre au jardinage, mais vous manquez d'espace sur votre terrain? Le jardin communautaire, situé au parc Henri-Lacroix, est la solution pour vous! Impliquez-vous au conseil d'administration ou obtenez des informations en nous écrivant au lesbonslegumes@gmail.com.

Activité annuelle de financement

Fondation Centre d'Accueil Contrecœur



Notre traditionnel « Souper spaghetti » a connu l'an dernier un succès spectaculaire et nous visons à le surpasser cette année. L'activité aura lieu le samedi 30 septembre 2023, dès 17 h 30, au Centre multifonctionnel. L'appui de la population contrecœuroise est grandement sollicité puisque cet événement est la principale source de revenus de la Fondation. Les profits amassés permettent d'offrir, aux 68 résidents du Centre, ces petits plus qui améliorent leur qualité de vie.

Une soirée exceptionnelle animée sous le thème de « La télévision » vous attend. À la demande générale, vos artistes préférés seront de retour. Carmen et Michel Huard solliciteront votre participation pour vous amuser et pour danser sur des airs d'autrefois et les rythmes d'aujourd'hui. Il y aura vente de boissons alcoolisées.

Assistez à ce « souper-bénéfice » et soutenez la Fondation en encourageant les administrateurs bénévoles à poursuivre leur œuvre.

Prix par personne :
adulte 25 \$, enfants 12 ans et moins : 12 \$

Les billets sont disponibles auprès des membres de la Fondation :

Lise Bonin 450 587-2223,
Jean Chrétien 514 823-2986,
Isabelle Chrétien 514 928-4713,
Gilles Lacroix 514 208-6679,
Ghislaine Langevin 450 587-5576,
Rita Langevin 514 742-6770,
Danielle Lapointe 450 587-2919,
Ghislaine Lessard 514 773-9320 et
Fernand Léveillé 514 576-4560.

Information: Fernand Léveillé, président
au 514 576-4560.

Capsule historique

Un important marqueur historique

Le passant qui s'arrête devant la petite église de Saint-Laurent-du-fleuve peut remarquer, depuis l'an dernier, un monument de marbre installé tout près du perron. Cette stèle a été offerte à la communauté par les propriétaires du Grand-Saint-Ours où elle avait été érigée en 1922.

Quand la Société d'histoire de Contrecœur a approché les propriétaires, M^{me} Marthe Briand et M. Michel Laurence pour leur présenter le projet de mise en valeur et de conservation du plus vieux monument commémoratif à Contrecœur, nous avons reçu un accueil favorable et enthousiaste. Le petit monument avait été érigé par les citoyens des Saint-Ours à l'initiative de leur seigneuresse, M^{me} Marie Dorion Taschereau.

On y avait gravé le texte suivant :

SUR CETTE TERRE
FURENT CONSTRUITES
LES DEUX PREMIÈRES
ÉGLISES DE ST-OURS
EN 1675 ET 1726

ÉRIGÉ PAR LES CITOYENS DE SAINT-OURS
EN 1922

Société d'Histoire
de Contrecœur



De quoi parle-t-on quand on mentionne Le Grand-Saint-Ours?

Il s'agit d'un lieu-dit situé à un kilomètre à l'ouest de l'église, tout près de la Montée Saint-Roch. Autrefois, les deux seigneuries, celle de M. de Contrecœur et celle de M. de Saint-Ours étaient voisines sur le fleuve. En 1845, le gouvernement du Québec dessina les contours définitifs des municipalités de la province. La partie de la seigneurie de Saint-Ours donnant sur le fleuve (appelée Le Grand-Saint-Ours) passa à Contrecœur. Les municipalités de Saint-Roch et de Saint-Ours ont été créées pour les habitants qui s'étaient surtout concentrés autour du Richelieu sur des terres plus fertiles. Cela explique pourquoi la Ville de Contrecœur s'étire sur près de 25 km le long du fleuve Saint-Laurent, soit le front des deux anciennes seigneuries et beaucoup plus que ses voisines, Verchères et Varennes.



SERVICES AUX CITOYENS

En rafale!

Accédez à de nombreux services municipaux en ligne



 **CONSULTEZ TOUS LES SERVICES EN LIGNE**
ville.contrecoeur.qc.ca/services/services-en-ligne

Adressez une requête ou une demande de permis en ligne!



 **VISITEZ LE PORTAIL SÉCURISÉ VOILÀ!**
contrecoeur.edemandes.com/fr/create

Soyez informés et découvrez toute l'actualité municipale!



 **INSCRIVEZ-VOUS À L'INFOLETTRE À PARTIR DE LA PAGE D'ACCUEIL DU SITE INTERNET**
ville.contrecoeur.qc.ca

Carte interactive de la ville



En quelques clics, localisez les parcs, les aires de repos et les installations, les infrastructures municipales, les lieux patrimoniaux, les installations culturelles, sportives, récréatives et de plein air, ainsi que les emplacements du circuit nourricier.

 **DÉCOUVREZ LA CARTE INTERACTIVE DE LA VILLE**
ville.contrecoeur.qc.ca/carte-interactive

NOUVEAUTÉ!

Guide du citoyen 2023-2025



La population de Contrecœur a reçu au cours de l'été cette publication au format pratique. Elle contient tous les renseignements utiles aux citoyennes et aux citoyens. Conservez ce précieux guide pour vous y référer en tout temps!

 **CONSULTEZ LA PUBLICATION EN LIGNE**
ville.contrecoeur.qc.ca/ville/decouvrir/nouveaux-residents

Saviez-vous que votre bulletin municipal est aussi offert en ligne?



 **LIRE LE BULLETIN EN LIGNE**
ville.contrecoeur.qc.ca/ville/administration/bulletin-municipal

Mairie

5000, route Marie-Victorin
Contrecœur (Québec) J0L 1C0
450 587-5901, poste 221
reception@ville.contrecoeur.qc.ca
ville.contrecoeur.qc.ca



Horaire

Lundi au jeudi :
8 h 15 à 12 h et de 13 h à 16 h 45

Vendredi :
8 h 15 à 12 h

Urbanisme

Le comptoir de l'urbanisme situé à la mairie est fermé les mercredis.

 **CONTACTEZ-NOUS POUR TOUTE QUESTION OU DEMANDE DE PERMIS**
urbanisme@ville.contrecoeur.qc.ca

TIRAGE : 4600 exemplaires
Publié par la Ville de Contrecœur

CONCEPTION ET RÉDACTION : Service des communications de la Ville de Contrecœur
communications@ville.contrecoeur.qc.ca
450 587-5901, poste 235

INFOGRAPHIE :
Uzin3 | Communicateurs graphiques

Impression : Imprimerie Maska inc., une division du Groupe Domco, Saint-Hyacinthe

DÉPÔT LÉGAL :
Bibliothèque nationale du Québec
3^e trimestre 2023
ISSN 2564-3967 (Imprimé)

Notre bulletin est imprimé avec des encres végétales sur du papier recyclé à 100 %.