

LE RAWDONNOIS



AOÛT
2015

BULLETIN MUNICIPAL DE RAWDON

N'OUBLIEZ PAS!

Le 1^{er} septembre, paiement de
votre 4^e versement de taxes

À LA UNE
CET AUTOMNE, PLACE AUX
CONSULTATIONS ET À LA
PROGRAMMATION DES LOISIRS



Chemin de Kildare

LES BUREAUX DE
L'HÔTEL DE VILLE
SERONT FERMÉS

le 7 septembre pour la fête du Travail
et le 12 octobre pour l'Action de grâce

PROCHAINES
SÉANCES
DU CONSEIL

Centre Metcalfe – 3597, rue Metcalfe à 19 h 30



Rawdon

8 SEPTEMBRE

13 OCTOBRE

10 NOVEMBRE

ACTUALITÉS

- Les Bons Coups! 2-3
- Rawdon est l'hôte de « Cyclistes, à vos guidons » 3
- La course des Cascades – inscrivez-vous! 3

COMMUNAUTAIRE

- Politique familiale 4
- Politique MADA 4
- Programme Bon Voisin Bon Oeil 4
- Un organisme qui prend sa place : La Maison des Jeunes 4

LOISIRS & CULTURE

- Accés-Loisirs Lanaudière 5
- PROGRAMMATION LOISIRS-SESSION AUTOMNE 2015 5-9
- Activités jeunesse 5-7
- Activités adultes 7-9
- Activités aquatiques 9
- Portes ouvertes sur les fermes du Québec 9
- Les Journées de la culture 9
- Organismes 12

BIBLIOTHÈQUE

- Activités 10-11

RÉDACTION : Service des communications

COLLABORATION : Services municipaux

MISE EN PAGE : Jenny Garguilo

IMPRESSION : Imprimerie Pinard

TIRAGE : 6000

MUNICIPALITÉ DE RAWDON - HÔTEL DE VILLE
3647, rue Queen, Rawdon (Québec) J0K 1S0
450 834-2596

HEURES D'OUVERTURE ESTIVALES :
(jusqu'au 28 août)

Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h / Jeudi de 8 h à 12 h et de 13 h à 18 h

HEURES D'OUVERTURE :

Lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE ALICE-QUINTAL
3643, rue Queen, Rawdon (Québec) J0K 1S0
450 834-2596, poste 7162

HEURES D'OUVERTURE ESTIVALES :
(jusqu'à la fête du Travail)

Mardi au vendredi de 13 h à 17 h et de 18 h à 20 h 30

Samedi de 9 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h

Dimanche de 13 h à 16 h

HEURES D'OUVERTURE - BIBLIOTHÈQUE

Mardi, mercredi et vendredi de 13 h à 17 h et de 18 h à 20 h 30

Samedi de 9 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h

Dimanche de 13 h à 16 h

PROCHAINE PARUTION : Octobre 2015

Dépôt légal : BNQ1999

Parution le 26 août 2015

AVIS IMPORTANT :

Les informations véhiculées par le biais du bulletin municipal ne remplacent aucunement les textes légaux des différents règlements de la Municipalité de Rawdon. Ces règlements peuvent être sujets à des modifications en tout temps.

ACTUALITÉS



LES BONS COUPS!

Les bons coups MUNICIPAUX

Planification stratégique de Rawdon – vision 2015-2030 Une invitation pour tous!

La démarche de planification stratégique est maintenant bien amorcée. Nous abordons la prochaine étape relative à la consultation citoyenne. Nous proposons aux citoyens de Rawdon de poursuivre les discussions engagées le 11 mai dernier, lors de la rencontre « Imaginons Rawdon 2030 ». Cette rencontre se tiendra au centre Metcalfe le **lundi 28 septembre à 18 h**, pour partager vos idées et commenter des actions et projets qui permettront de progresser vers RAWDON 2030.

Ne manquez pas la correspondance qui vous sera acheminée dans les prochaines semaines. Nous préciserons la date et l'heure de la rencontre, et vous y trouverez la proposition du texte sur la vision RAWDON 2030; vos commentaires sont les bienvenus, avant son appropriation finale par l'ensemble des citoyens. Vous pourrez vous inscrire à l'un ou l'autre des thèmes qui feront l'objet plus spécifique d'échanges et de discussions, entre citoyens et experts, le soir de la rencontre de consultation citoyenne.

Ensemble vers RAWDON 2030

Modules de jeu au Pavillon Saint-Louis

La Municipalité de Rawdon est fière de vous annoncer son partenariat avec la Commission scolaire des Samares; la main-d'œuvre et l'équipement municipaux ont été fournis pour la réalisation du projet. Plusieurs modules ont été installés dans la cour du Pavillon Saint-Louis et ils sont accessibles à tous en dehors des heures d'ouverture de l'école.



Investissement de 15 000 \$ de la Municipalité pour les jeunes de Rawdon

En partenariat avec la Maison des Jeunes de Rawdon (MDJR), la Municipalité a octroyé un montant de 15 000 \$ pour trois (3) nouveaux modules qui ont été installés le 17 juillet dernier – une belle nouvelle pour les célébrations du 25^e anniversaire de la MDJR.



Photo : Vincent Bélisle - Sébastien Distaulo - Rollande Breault (Club Optimiste) - Isabelle Royer, coordonnatrice de la Maison des Jeunes - Paul Breault (Club Optimiste et CA Maison des jeunes) - Tomy Perreault Bélisle - Bruno Guilbault, maire - David Fogarty - Mikael Richer - William Harisson - Laurent et Renaud Fecteau - Zachary Roy



20^e anniversaire pour la boutique

Les oiseaux de ma cour

La Municipalité de Rawdon est fière de souligner cet événement qui est le fruit d'un beau travail accompli. Félicitations et bonne continuité.

Photo :

1^{re} rangée - Chantal (employée), Annick et Laurence (duo dynamique en cuisine), Lucie et Jean-Benoit (les propriétaires)

2^e rangée - Marino (employé), Lise Quirion (du Journal l'Action) et Catherine (employée)

RAWDON EST L'HÔTE DE « CYCLISTES, À VOS GUIDONS »

C'est le samedi 12 septembre qu'aura lieu le rallye-vélo de la FADOQ Région Lanaudière.

Cette année, cet événement se tient sur le territoire de la municipalité, de concert avec le club FADOQ de Rawdon. Nous sommes très heureux d'accueillir les participants qui pourront en profiter pour observer nos sites historiques et endroits hors du commun, dont le parc des chutes Dorwin, à travers un questionnaire sous forme d'énigmes. Ambiance amicale et bonne humeur seront au rendez-vous! Bienvenue aux cyclistes et à ceux qui viendront les encourager, et merci aux bénévoles et commanditaires.

Date : le samedi 12 septembre de 9 h à 16 h. Le départ se fera au parc des chutes Dorwin.

Distance totale : 30 km

Coût : 20 \$ incluant le repas

Info : Vincent Grenier, 450 759-7422, loisirs@fadoqlanaudiere.ca - Robert Bréard, club FADOQ Rawdon, 450 834-5844

Au terme du rallye aura lieu la remise de prix, suivie d'une visite guidée de Rawdon organisée par la Municipalité.



LA COURSE DES CASCADES – INSCRIVEZ-VOUS!

En collaboration avec la Municipalité de Rawdon, le dimanche 4 octobre prochain se tiendra la 2^e édition de la Course des Cascades. L'objectif de cette course est d'amasser des fonds pour l'école des Cascades et ainsi financer des activités et l'achat de matériel. Pour vous inscrire, visitez le [https://www.inscriptionenligne.ca/course des cascades](https://www.inscriptionenligne.ca/course%20des%20cascades). Les organisateurs ont besoin de bénévoles, les personnes intéressées peuvent s'inscrire sur le site Internet de la municipalité, en page d'accueil.



LA RIGOLE – 500 M



LE RUISSEAU – 2.5 KM



LE RIVIÈRE – 5 KM



LE FLEUVE- 10 KM

POLITIQUE FAMILIALE

Un questionnaire sera envoyé aux familles Rawdonnoise cet automne. Surveillez les sacs d'école et la publicité. Votre avis est important et nécessaire; les membres du comité désirent cerner les besoins et attentes des familles afin de présenter au conseil municipal un plan d'action répondant aux besoins des familles. Rappelons que la Municipalité a reçu une aide financière du Ministère de la Famille concernant la mise à jour de cette politique.



Riches de nos aînés
MRC Matawinie

Ouverture de la
Maison des Aînés
en septembre
Surveillez
la publicité

MADA Municipalité Amie des Aînés

Le projet de plan d'action préparé par les membres du comité MADA a été déposé au conseil municipal pour étude. Rappelons que le résultat des consultations auprès de plusieurs acteurs du milieu a permis au comité de soumettre à la Municipalité plusieurs actions en faveur des aînés. À la séance du conseil du 13 octobre prochain, le plan d'action devrait être adopté par le conseil municipal. Le lancement officiel de cette nouvelle politique aura lieu en 2016.

PROGRAMME BON VOISIN BON ŒIL

Depuis quelques années est né un comité organisateur de regroupement de citoyens dans le secteur Masonville & Morindale. Ce comité utilise le programme de protection du voisinage Bon Voisin Bon Œil et vise à faire en sorte qu'il y ait plus de liens entre les voisins donc, par le fait même, plus de surveillance car chacun veille sur un et l'autre. Un regroupement de citoyens amène aussi un sentiment de sécurité pour les résidents. Le but du comité est de faire en sorte que les citoyens se regroupent contre le vol, les méfaits, etc. car ensemble, on est plus fort!!

Lors de la naissance d'un comité organisateur, des conseils de prévention sont expliqués par un agent de la Sûreté du Québec à la première rencontre. Par la suite, un contact est établi entre les citoyens et le policier. Ce contact est utile lorsqu'il y a des demandes particulières par les résidents ou pour des échanges d'information car les citoyens sont nos yeux et nos oreilles, donc il est primordial de travailler en équipe : citoyens et policiers. Pour participer au programme, contactez Mme Mireille Guilbeaut au 450 834-2596, poste 7114.



UN ORGANISME QUI PREND SA PLACE (slogan du 25^e anniversaire)

Maison des Jeunes de Rawdon

Mission : offrir aux adolescents un lieu de rencontre, de partage et d'activités. Par différents moyens, la Maison des Jeunes travaille pour être identifiée comme lieu jeunesse important au sein de la communauté et pour promouvoir les activités pour les jeunes. Étant encadrés par une équipe de travail de diplômés, les jeunes peuvent s'y référer pour être aidés au niveau affectif, social et relationnel, leur permettant ainsi de développer le sens des responsabilités, la capacité relationnelle, la prise en charge personnelle et collective et la créativité.

Clientèle visée : 12 à 17 ans et la relève de 10 et 11 ans
Horaire estivale : mercredi au vendredi de 14 h à 22 h
Horaire scolaire : jeudi et vendredi de 18 h à 21 h

3597, rue Metcalfe (pour y accéder, vous devez passer par le stationnement arrière du Centre Metcalfe)

Téléphone : 450 834-6353 | Courriel : mdjr@hotmail.ca | Personne responsable : Isabelle Royer

ACCÈS-LOISIRS LANAUDIÈRE - RAWDON

La Municipalité de Rawdon, en partenariat avec le milieu communautaire, est fière de mettre en place le programme Accès-Loisirs Lanaudière. **Pour informations : 450 834-2596, poste 7160**

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Les activités débuteront à partir du **15 septembre**

La programmation pourrait changer en raison d'événements non planifiés au moment de mettre ce document sous presse.

Les cours feront relâche **lundi le 12 octobre pour la fête de l'Action de grâce.**

PÉRIODE D'INSCRIPTION

Priorité aux Rawdonnois : 2 au 8 septembre

Pour tous : 9 au 13 septembre

INTERNET

Rendez-vous au www.rawdon.ca

EN PERSONNE

À l'hôtel de ville – 3647, rue Queen

Du lundi au vendredi – 8 h à 12 h et 13 h à 16 h

Argent comptant, carte Visa ou Master Card, carte débit ou chèque

MODALITÉ D'INSCRIPTION

15 ans et plus – les activités sont taxables

Pour les non-résidents - Prix majoré de 25%

ADRESSES DES SITES POUR LES COURS

École secondaire des Chutes – 3144, 18^e Avenue

École des Cascades, pavillon Saint-Louis –

3763, rue Albert

Centre Metcalfe – 3597, rue Metcalfe

Chalet de la plage – 3304, 8^e Avenue

PROGRAMMATION LOISIRS SESSION AUTOMNE 2015

ACTIVITÉS CULTURELLES JEUNESSE

L'art du cirque (NOUVEAUTÉ)

Atelier de découverte pour parents et enfants (2 à 6 ans). Venez avec vos petits pour découvrir ensemble les arts du cirque.

Dimanche 10 h à 11 h 30 - Centre Metcalfe

Coût : 108 \$

Début : 20 septembre

Durée : 5 semaines

(pour le parent et l'enfant)

Professeur : École de cirque Ludiqu'art

L'art du cirque (NOUVEAUTÉ)

Cette initiation aux arts du cirque permet de découvrir, par le jeu, des techniques de base dans plusieurs disciplines : jonglerie, équilibre, manipulation d'objets, acrobaties au sol. La session d'automne sera agrémentée par des activités spéciales telles que les pyramides humaines, la corde à danser et le jeu clownesque.

Cours pour enfants de 3^e à 6^e année

Jeudi 15 h 30 à 17 h - École des Cascades, pavillon Saint-Louis

Cours pour les 11 à 14 ans

Jeudi 18 h à 19 h 30 - Centre Metcalfe

Coût : 162 \$

Début : 24 septembre

Durée : 10 semaines

Professeur : École de cirque Ludiqu'art

Dessin (7 à 12 ans)

Activité par projet permettant d'explorer diverses techniques de dessin. Le participant apprendra à dessiner des personnages, des animaux, des moyens de transport et des paysages.

Dimanche 9 h à 10 h 30 - Centre Metcalfe

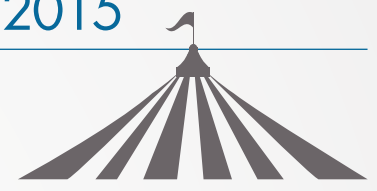
Matériel requis : prévoir 30 \$ + taxes pour l'achat de matériel.

Coût : 97 \$

Début : 20 septembre

Durée : 8 semaines

Professeur : René Gratton



ACTIVITÉS SPORTIVES JEUNESSE

**Multidanse jeune****(hip-hop, jazz, contemporain, ballet et breakdance)**

Initiation au style de danse hip-hop, contemporain, ballet, jazz et breakdance. Cours adaptés pour chaque groupe d'âge. Poursuite du cours en janvier avec spectacle en juin (participation facultative). Prévoir 50 \$ pour le costume.

La tarification pour la 2^e session paraîtra dans le Rawdonnois de janvier.

3-5 ans : dimanche 9 h à 10 h

6-8 ans : dimanche 10 h à 11 h

9-12 ans : dimanche 11 h à midi

13-17 ans : mercredi 18 h à 19 h

Breakdance 8-12 ans : dimanche 10 h à 11 h

Centre Metcalfe

Matériel requis : vêtements confortables, pas de jeans.

Coût : 95 \$ Début : 20 septembre Durée : 12 semaines

Professeures : Troupe de danse ReemX

**Cours d'essai gratuit au centre Metcalfe****Dimanche 6 septembre****Mercredi 9 septembre**

3-5 ans : 9 h à 10 h

13-17 ans : 18 h à 19 h

6-8 ans : 10 h à 11 h

9-12 ans : 11 h à midi

Bébé bougeotte (2-4 ans)

Jeux et exercices pour les tout-petits de 2 à 4 ans avec leur parent.

Samedi 9 h à 10 h - École des Cascades, pavillon Saint-Louis

Coût : 56 \$ Début : 19 septembre Durée : 10 semaines

(pour le parent et le bébé)

Professeure : Marie-Claire Bouchard

Gymnastique (5-12 ans)

L'enfant développe son potentiel gymnique dans des cours adaptés à son âge et à son niveau et ce, dans une atmosphère amusante et inspirante!

5 à 7 ans : samedi 10 h 15 à 11 h 15

8 à 12 ans : samedi 11 h 30 à 12 h 30

École des Cascades, pavillon Saint-Louis

Matériel requis : vêtements confortables, pas de jeans.

Coût : 56 \$ Début : 19 septembre Durée : 10 semaines

Professeure : Marie-Claire Bouchard

Initiation à la planche à roulettes (7 à 12 ans)

7 à 8 ans : vendredi 18 h à 19 h

9 à 12 ans : jeudi 18 h à 19 h

Skate Park du Centre Metcalfe

Matériel : planche, casque et protège-genoux obligatoires

Coût : 45 \$ Début : 17 septembre Durée : 5 semaines

Professeur : Maison des jeunes de Rawdon

Initiation à la trottinette 7 à 12 ans (NOUVEAUTÉ)

7 à 8 ans : vendredi 17 h à 18 h

9 à 12 ans : jeudi 17 h à 18 h

Skate Park du Centre Metcalfe

Matériel : trottinette, casque et protège-genoux obligatoires

Coût : 45 \$ Début : 17 septembre Durée : 5 semaines

Professeur : Maison des jeunes de Rawdon

TENNIS

Professeur : Julien St-François

**Parent-enfant 5 à 8 ans (NOUVEAUTÉ)**

Cours de groupe de 4 à 10 personnes

Mardi 17 h à 18 h

Coût : 87 \$ Début : 15 septembre Durée : 5 semaines

(pour le parent et l'enfant)

Débutant 9 à 12 ans

Cours de groupe de 4 à 8 personnes

Mardi 18 h à 19 h

Coût : 43 \$ Début : 15 septembre Durée : 5 semaines

Intermédiaire 9 à 12 ans

Cours de groupe de 4 à 8 personnes

Mardi 19 h à 20 h

Coût : 43 \$ Début : 15 septembre Durée : 5 semaines

Zumba® parent-enfant (NOUVEAUTÉ)

Êtes-vous prêt à faire la fête pour être en forme? Le programme Zumba®, c'est une fête de conditionnement physique et de danse latine.

Prérequis : l'enfant doit pouvoir suivre la chorégraphie

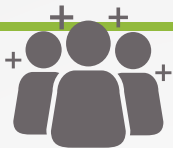
Samedi 10 h à 11 h - Centre Metcalfe

Coût : 45 \$ Début : 19 septembre Durée : 10 semaines

(pour le parent et l'enfant)

Professeure : Émilie Pesant (certifiée Zumba®)

FORMATION JEUNESSE



Cours de gardiens avertis - 11 ans et plus

Apprenez tout ce que vous devez savoir pour être un gardien d'enfants responsable et recevez votre carte des Gardiens avertis de la Croix Rouge Canadienne.

Congé scolaire pédagogique

13 novembre – 8 h 30 à 16 h 30 - Centre Metcalfe

Matériel requis : dîner froid, breuvages, collations, un crayon et une poupée.

Coût : 48 \$

Le cours est en français, mais le livre est aussi disponible en anglais (veuillez en faire la demande lors de l'inscription).

ACTIVITÉS CULTURELLES 15+



Espagnol débutant

Pour ceux qui n'ont aucune base ou une base très élémentaire

Mercredi 19 h à 21 h - Centre Metcalfe

Matériel requis : manuel à 22 \$

Coût : 55 \$ Début : 23 septembre Durée : 10 semaines

Professeure : Rachel Saint-Jean

Herboristerie 101

Initiation à l'herboristerie, où des notions théoriques autant que pratiques seront présentées. Le participant sera en mesure d'utiliser correctement et de façon sécuritaire les plantes médicinales appropriées lors de problèmes de santé mineurs.

Lundi 14 h à 16 h - Centre Metcalfe

Coût : 69 \$ Début : 21 septembre Durée : 8 semaines

Professeur : Marie-Claudine De Pairon

Herboristerie 201 (NOUVEAUTÉ)

Suite d'Herboristerie 101

Lundi 10 h à 12 h - Centre Metcalfe

Coût : 69 \$ Début : 26 octobre Durée : 8 semaines

Professeur : Marie-Claudine De Pairon

Cours de peinture et astuces (NOUVEAUTÉ)

Cours pratique qui s'adresse aux artistes et aspirants/artistes ayant le désir de manipuler la matière acrylique avec souplesse, subtilité et assurance.

Lundi 18 h à 20 h 30 ou jeudi 9 h à 11 h 30

Centre Metcalfe

Coût : 108 \$ Début : 21 septembre Durée : 10 semaines



Matériel : prévoir 100 \$ pour l'achat de matériel

Professeur : Lise Bédard

ACTIVITÉS SPORTIVES ADULTES - 15 ans et +

Badminton libre

Mercredi ou jeudi – 19 h 30 à 21 h 30

École secondaire des Chutes

Matériel requis : raquette et volant

Coût : 50 \$ Début : 23 septembre Durée : 12 semaines

Inscription à l'unité disponible en se rendant sur place le soir même de l'activité. Le coût à l'unité est de 8 \$. Aucune réservation, places disponibles seulement si les participants inscrits à la session sont absents.

Body fitness général

C'est une combinaison variée d'étirements, de musculation et de mouvements cardio. Tout votre corps sera sollicité. Accessible pour tous les âges.

Mardi de 18 h 30 à 19 h 30 et/ou jeudi de 18 h 30 à 19 h 30

Centre Metcalfe

Matériel requis : poids de 2 à 5 livres et matelas de sol

Coût : 45 \$ Début : 22 septembre Durée : 8 semaines

Professeure : Gail Lukian

Cardio-poussette

Conçu pour les nouvelles mamans, ce programme d'entraînement cardiovasculaire et musculaire ne comporte aucun saut.

*Il est à noter que les bébés doivent être âgés d'au moins 2 semaines (si accouchement sans complication) ou de 6 à 8 semaines (si accouchement par césarienne ou avec complications), jusqu'à environ 12 mois. Nous suggérons également que les bébés soient allaités avant ou après la séance.

Vendredi de 10 h 15 à 11 h 15 - parc des chutes Dorwin

Matériel requis : être convenablement habillé pour l'extérieur et une poussette adaptée aux 12 mois et moins.

Coût : 81 \$ Début : 25 septembre Durée : 10 semaines

Professeure : Marjolaine Laporte (bannière Cardio Plein Air)

Cardio-Vitalité

À votre rythme pour une progression en douceur !

Le programme Cardio-Vitalité représente une excellente initiation à l'entraînement à ciel ouvert et vous permet de vous mettre en forme en toute sérénité.

Vendredi de 9 h à 10 h - parc des chutes Dorwin

Matériel requis : être convenablement habillé pour l'extérieur
Coût : 81 \$ Début : 25 septembre Durée : 10 semaines
Professeure : Marjolaine Laporte (bannière Cardio Plein Air)

Hip-hop 25+ (NOUVEAUTÉ)

Initiation au style de danse hip-hop. Poursuite du cours en janvier avec spectacle en juin (participation facultative). Prévoir 50 \$ pour le costume. [La tarification pour la 2^e session paraîtra dans le Rawdonnois de janvier.](#)

Cours 25 ans et + : mardi 18 h à 19 h - Centre Metcalfe
Matériel requis : vêtements confortables, pas de jeans.
Coût : 77 \$ Début : 22 septembre Durée : 12 semaines
Professeures : Troupe de danse ReemX

[Essai gratuit au centre Metcalfe : mardi 8 septembre de 18 h à 19 h](#)

Multidanse adulte

(hip-hop, jazz, contemporain, ballet et breakdance)

Initiation au style de danse hip-hop et contemporain. Poursuite du cours en janvier avec spectacle en juin (participation facultative). Prévoir 50 \$ pour le costume. [La tarification pour la 2^e session paraîtra dans le Rawdonnois de janvier.](#)

Cours 18-25 ans : mercredi 19 h à 20 h - Centre Metcalfe
Matériel requis : vêtements confortables, pas de jeans.
Coût : 95 \$ Début : 23 septembre Durée : 12 semaines
Professeures : Troupe de danse ReemX

[Essai gratuit au centre Metcalfe : mercredi 9 septembre de 19 h à 20 h](#)

Taï-chi

Dans une atmosphère de détente, venez pratiquer cet art millénaire pour développer votre équilibre, votre concentration et votre coordination.

Lundi - 19 h à 21 h ou mardi - 9 h 30 à 11 h 30

Chalet de la plage

Matériel requis : matelas de sol

Coût : 45 \$ Début : 21 septembre Durée : 10 semaines

Professeurs : Carole et René Grenier

Tennis adulte

Sous la supervision d'un animateur qualifié, les adultes s'initieront au tennis.

Mardi 20 h à 21 h 30 (90 minutes de cours)

Cours de groupe de 4 à 8 personnes

Coût : 70 \$ Début : 15 septembre

Durée : 5 semaines

8



Volleyball ***Nouveau filet!

Lundi - 19 h 30 à 21 h 30 - École secondaire des Chutes

Matériel requis : ballon

Coût : 50 \$ Début : 21 septembre Durée : 12 semaines

Inscription à l'unité disponible en se rendant sur place le soir même de l'activité. Le coût à l'unité est de 8 \$. Aucune réservation, places disponibles seulement si les participants inscrits à la session sont absents.

YOGA

Tous les cours comprennent étirements, techniques de renforcement, postures, mouvements, techniques respiratoires, techniques de concentration, de relaxation et de méditation.

Yoga pour tous

Ce style de yoga s'adapte selon la capacité physique de chacun.
Lundi 13 h à 14 h 30 ou 19 h à 20 h 30

Pilates-Yoga

Ce cours de mise en forme combine la forme classique du pilates et le yoga. La répétition des mouvements est ordonnée et précise de façon à développer la force, l'endurance, la flexibilité, et l'équilibre du corps.

Le cours Pilates-Yoga est enseigné par Julie Arseneault, diplômée de Peak Pilates et de plusieurs écoles en yoga et en naturopathie.

Lundi 15 h à 16 h 30

Yoga dynamique

Ce style de yoga est une discipline fluide et dynamique. L'enchaînement y est continu. Le yoga dynamique donne très chaud afin d'éliminer les toxines.

Lundi 17 h à 18 h 30 - Centre Metcalfe

Matériel requis : matelas de sol

Coût : 98 \$ Début : 21 septembre Durée : 10 semaines

Professeure : Julie Arseneault

Possibilité de faire des reprises de cours en cas d'absence et de participer à certains cours de perfectionnement supplémentaires gratuitement.

Zumba®

Êtes-vous prêt à faire la fête pour être en forme? Le programme Zumba®, c'est une fête de conditionnement physique et de danse latine, efficace, facile à suivre, pour



brûler des calories et maintenir la forme.

Mardi 19 h 45 à 20 h 45 et/ou vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Centre Metcalfe

Coût : 45 \$ Début : 22 septembre Durée : 10 semaines
Professeure : Émilie Pesant (certifiée Zumba®)

Zumba Gold®

La Zumba Gold® s'adresse surtout aux débutants de tout âge, désireux de reprendre une activité physique, tout en s'amusant !

Lundi 9 h à 10 h ou vendredi 9 h à 10 h - Centre Metcalfe

Coût : 45 \$ Début : 21 septembre Durée : 10 semaines
Professeure : Émilie Pesant (certifiée Zumba®)

ACTIVITÉS AQUATIQUES OFFERTES PAR NATATION EN FORME

École secondaire des Chutes

Inscription par téléphone : 450 752-1380

En ligne : www.natationenforme.com



Cours de natation enfants

Mardi, jeudi et vendredi soir, samedi matin, selon les niveaux

Début : 29 septembre

Inscription : dès maintenant

Durée : 8 semaines

Coût : 76 \$ / non-résident 96 \$

Aquaforme

Lundi soir et / ou mercredi soir 18 h ou 19 h

Début : 14 septembre

Inscription : dès maintenant

Durée : 8 semaines

Coût : 76 \$ / non-résident 96 \$

Cours de sauveteur - 14 ans et plus

Jeudi soir

Info : onglet « Formation » du site Internet de
Natation En Forme



Bains libres

10 octobre 2015 au 1^{er} mai 2016

Familial : samedi, 14 h à 16 h

Le Rendez-vous : lundi et mercredi, 20 h à 21 h 15

Coût des bains libres : 4 \$ | 3 pers : 10 \$ | 4 pers : 12 \$

Carte rabais, 20 entrées : 65 \$



L'Union des
producteurs
agricoles

PORTES OUVERTES SUR LES FERMES DU QUÉBEC

Le dimanche 13 septembre de 10 h à 16 h,
beau temps mauvais temps

Trois lieux à visiter à Rawdon :

Les Ruchers du Troubadour

Production apicole – 2138, rue Blue Pine

La Terre des Bisons

Production de bisons – 6855, chemin Parkinson

Ferme Guy Rivest

Production viticole et maraîchère – 1305, chemin Laliberté

JOURNÉES DE LA CULTURE



DEUX LANCEMENTS DE LIVRES - détails en page 11

16^e ÉDITION DE L'EXPOSITION LOUIS BOURGEOIS

Quand : samedi, 26 septembre de 9 h à 16 h (en cas de pluie,
reportée au dimanche 27 septembre)

Où : parc des chutes Dorwin

Coût : gratuit



EXPOSITION EN ART ACTUEL, MOÏSE PIUZE – DENIS FECTEAU

Moïse Piuze et Denis Fecteau seront réunis pour exposer
leurs créations. Venez découvrir et profiter d'une exposition
qui se tiendra à l'extérieur. Vous pourrez marcher dans le
parc tout en admirant les œuvres.



Quand : dimanche, 27 septembre de 10 h à 16 h (en cas de
pluie, sera annulée)

Où : Place Rawdon

Coût : gratuit



ACTIVITÉS

Les activités ont lieu à la bibliothèque et l'inscription est obligatoire au comptoir du prêt ou par téléphone au 450 834-2596, poste 7162. POUR PLUS D'INFORMATION, SURVEILLEZ NOTRE DÉPLIANT

HEURE DU CONTE EN PYJAMA

Accompagnés de leur parent et de leur toutou préféré, les enfants sont invités à écouter deux courtes histoires, suivies d'une activité de bricolage.

Les vendredis à 19 h : 18 septembre – 2, 16 & 30 octobre



OSEZ LA LITTÉRATURE EN MATAWINIE

Voici le calendrier des événements à venir cet automne dans le cadre du programme Osez la littérature en partenariat avec les municipalités qui font partie de l'ensemble de la Matawinie. Une panoplie d'activités gratuites se tiendront dans plusieurs municipalités et vous pourrez suivre le tout sur Facebook (Osez la culture en Matawinie).

LA PROGRAMMATION

Vendredi 25 septembre :

Double lancement de livres avec deux auteures de Rawdon, Lyne Cormier et Nicole Bisson Gagnon
Heure : 19 h

Vendredi 2 octobre :

Déjeuner-causerie autoédition animé par Lyne Cormier
Heure : 9 h 30 à 11 h

Samedi 3 octobre :

Heure du conte avec Marie Eykel
Heure : 10 h 30

MARIE EYKEL

Pour une deuxième fois, venez assister à une heure du conte toute spéciale avec Marie Eykel.



Madame Eykel est la fière porte-parole du projet **LA GRANDE CONTAGION** qui fait la promotion cette année de **L'heure du conte selon les saisons**.

Rappelons que ce projet est mis de l'avant par le regroupement GRANDIR ENSEMBLE EN MATAWINIE qui offre gratuitement des activités aux jeunes familles de la Matawinie.

Le samedi 24 octobre à 10 h 30.

BOOK CLUB

Le 16 septembre et le 21 octobre à 13 h 30

ATELIERS D'ÉCRITURE

Un écrivain dort en vous? À partir de différents thèmes et méthodes, vous viendrez écrire à chaque atelier en toute liberté avec une accompagnatrice. On vous attend!

Les ateliers, donnés par Florence Hally, débiteront le mercredi 16 septembre à 9 h 30 et se poursuivront les 23 et 30 septembre, ainsi que les 7 et 14 octobre à 13 h 30.



NOUVEAUTÉ À RAWDON, UNE ÉCRIVAINNE PUBLIQUE

Vous avez une lettre personnelle, administrative ou gouvernementale et vous devez y répondre, mais l'écriture n'est pas votre force ? Une écrivaine, Florence Hally, est là **POUR VOUS**. GRATUIT et confidentiel.

Les mardis de 13 h 30 à 15 h 30 sur rendez-vous à partir du 15 septembre.

DÉVELOPPEMENT DES HABILITÉS SOCIALES CHEZ LES ENFANTS DE 3 À 5 ANS



BIBLIOTHÈQUE

En premier lieu, qu'est-ce que les habiletés sociales?

Ce sont les attitudes et les comportements qui permettent à votre enfant d'entrer en contact avec les autres, de bien s'entendre avec eux, de se faire des amis, de travailler en équipe et de prendre sa place (ex : exprimer ses émotions et les contrôler, tout comme ses comportements). (Nathalie Vallerand, tiré du site « Naître et Grandir », www.fondationchagnon.org)

Amibulle, c'est qui?

C'est une équipe composée de professionnels passionnés et dynamiques qui sont soutenus par un regroupement de partenaires locaux (Grandir Ensemble en Matawinie - GEM) qui travaillent de concert avec les milieux que les enfants de 3 à 5 ans fréquentent.

Qu'est-ce qu'Amibulle? Ce sont des ateliers...

- pour favoriser la qualité des interactions de l'enfant avec son environnement;
- pour permettre aux parents de mettre en pratique des stratégies encourageant le développement et le maintien des habiletés sociales;
- pour valoriser et soutenir le développement des habiletés sociales.

D'où vient Amibulle?

Amibulle est né d'un désir commun de contribuer au développement des habiletés sociales favorables à une entrée scolaire harmonieuse pour chaque enfant de la Matawinie. Donc, en collaboration avec le GEM, la bibliothèque Alice-Quintal offre la possibilité, aux enfants de Rawdon qui ne fréquentent pas un milieu de garde, d'avoir accès à ces ateliers.

Les thèmes abordés :

1. Je prends contact
2. Je fais une demande
3. Je reconnais mes émotions
4. Je gère ma colère
5. Je m'exprime clairement
6. J'apprends à résoudre mes conflits
7. J'apprends à me respecter

Les 29 septembre, 20 octobre, 3 novembre, 1^{er} décembre, 5 janvier, 2 février et 8 mars, à 10 h 30. Les ateliers sont d'une durée de 45 minutes.

Ils sont présentés sous forme de jeux, de comptines et d'histoires.



J'écris ma vie est un programme d'aide à l'écriture autobiographique, destiné aux personnes intéressées à écrire l'histoire de leur vie. Le programme est réparti en 35 ateliers, échelonnés sur une période de deux ans, à raison d'un atelier aux 15 jours. C'est dans un contexte jovial et décontracté qu'environ 10 à 15 personnes se retrouveront. Nul besoin d'être un éminent auteur pour se mettre à la tâche. L'animation des ateliers est faite par **Lisette Audet**, dûment formée pour vous assister dans cette belle aventure.

Les vendredis 11 et 25 septembre ainsi que les 9 et 23 octobre de 13 h 15 à 16 h 15

Coût par année : 30 \$ pour l'inscription et la carte de membre de l'Association J'écris ma vie.

Un déjeuner-causerie d'informations aura lieu le vendredi 4 septembre prochain.

CONFÉRENCES :

LANCEMENT DES LIVRES DE DEUX RAWDONNOISES

Dans le cadre des « Journées de la Culture », deux rawdonnoises viennent nous présenter leur livre respectif. Venez assister au lancement des livres de Lyne Cormier et de Nicole Bisson Gagnon.

Le vendredi 25 septembre à 19 h

LA CHASSE

Venez rencontrer François Dupuis, autant pour ses conseils que pour en apprendre davantage sur ce sport.

Le mardi 20 octobre à 19 h

DÉJEUNER-CAUSERIE :

J'ÉCRIS MA VIE avec Lisette Audet

Séance d'information au sujet des ateliers « J'écris ma vie ».

Le vendredi 4 septembre à 9 h 30

AUTOÉDITION avec Lyne Cormier

Vous écrivez et ne savez pas quoi faire avec vos manuscrits? Assistez au déjeuner-causerie avec Lyne Cormier, nouvelle auteure.

Le vendredi 2 octobre à 9 h 30

Dates	Heures	Activités	Organismes	Tarifs	Endroits	Infos
Lundis	12 h à 15 h	Articles divers	Saint-Vincent de Paul	Légers coûts	Sous-sol de l'église Marie-Reine-du-Monde 3759, rue Queen	450 755-7753 450 834-4444
Mardis	13 h	Scrabble	Club de scrabble Écris-tôt	3 \$ / partie	Restaurant Le Tourmesol 3217, 1 ^{er} Avenue (salle 22)	450 834-1142
Mardis et vendredis (reprise le 1 ^{er} septembre)	13 h	Marche	La Marche des Rawdonneurs	0,50 \$ / marche ou 20 \$ / année 5 \$ / carte de membre	Stationnement de l'église Marie-Reine-du-Monde 3759, rue Queen	450 834-4560
Les mercredis (reprise le 2 septembre)	12 h à 45	Bridge	Club de bridge Duplicata	4 \$	Église Unie 3253, 4 ^e Avenue	450 834-6629
Jedis et vendredis	18 h à 21 h	Activités diverses pour les adolescents	Maison des jeunes de Rawdon	Gratuit	3597, rue Metcalfe Entrée arrière	450 834-6353 mdjr@hotmail.ca - Facebook
Vendredis	9 h à 12 h	Popote Montcalm Matawinie (bénévoles recherchés)	Centre communautaire bénévole Matawinie	Divers coûts	Groupe Solidarité Sociale 3625, rue Queen	450 882-1089 1 888 882-1086
Les vendredis (reprise le 11 septembre)	10 h à 15 h	Activités diverses pour les aînés (anglophones)	Les amis du vendredi (Fridays Friends)	7,50 \$ - Dîner et transport inclus	Église Unie Mid-Laurentian Hall 3217, rue Church	450 834-6604
Semaine	Soir	Activités diverses	Légion Royale Canadienne	Légers coûts	3604, rue Albert	450 834-2373
Inscription : 3 septembre Début : 17 septembre	Jedis 18 h 30	Scouts : Castors 7 et 8 ans Louveteau 9 à 12 ans Éclaireurs 15 et 16 ans	45 ^e Groupe Scout de Rawdon	45 \$ et plus	Centre-Metcalfe 3597, rue Metcalfe	450 834-2314 45egroupeawdon@gmail.com
25, 26, 27 septembre	10 h à 16 h	Activités diverses dans le cadre des Journées de la Culture	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	Gratuit	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	Marie-Soleil Cyr 450 834-3334 mail@cimrawdon.info
26 et 27 septembre	10 h à 16 h	Marché artisanal	Etsy Lanaudière	Gratuit	Collège Champagnieur 3713, rue Queen	etsylanaudiere@gmail.com
26 septembre	20 h	Spectacle de musique : Retour de la Vesse du Loup avec Mario Breault	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	Non-membre : 20 \$ Membre : 16 \$	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	Marie-Soleil Cyr 450 834-3334 mail@cimrawdon.info
3 octobre	17 h	Souper dansant Oktoberfest	Centre d'interprétation Multiethnique de Rawdon	20 \$	Centre Multiethnique 3588, rue Metcalfe	Marie-Soleil Cyr 450 834-3334 mail@cimrawdon.info