

Le Jacobin

Journal municipal

Septembre 2022 | Vol. 20 N° 07



Fête du Travail

- Prendre note que les bureaux municipaux seront fermés le 5 septembre 2022.
- La bibliothèque Marcel-Dugas sera fermée les 3 et 5 septembre 2022

Rappel

Séance du conseil
Lundi 12 septembre 2022, 19 h

2 septembre: Collecte des objets encombrants

CONTACT



Mairie

16, rue Maréchal
Saint-Jacques (Québec) J0K 2R0
Téléphone : 450 839-3671
Télécopieur : 450 839-2387
info@st-jacques.org
www.st-jacques.org

Horaire*

Lundi au jeudi de 8 h à 16 h 30,
vendredi de 8 h à 12 h.
* Fermée entre 12 h et 13 h.

Service téléphonique d'urgence

Après les heures de bureau pour
bris d'aqueduc, fuite d'eau, etc.

Téléphone : 1 800 567-9372

Pendant les heures de bureau, en cas de panne
d'électricité seulement.

Téléphone : 450 839-7697.

Conseil municipal

Prochaine séance

Lundi 12 septembre 2022

Inscrivez-vous sur notre site Internet en
clicquant sur l'icône ci-dessous.



Horaire

Lundi et mardi de 13 h à 18 h,
jeudi de 13 h à 20 h
et le samedi de 9 h à 12 h.

Merci de respecter les mesures en vigueur.

Téléphone : 450 831-2296.

SOMMAIRE

| | |
|---|----------|
| Le conseil municipal | |
| • Mot de la mairesse | 3 |
| Sécurité civile | |
| • Les foyers à l'éthanol | 4 |
| Urbanisme | |
| • Projet en milieu agricole | 5 |
| • Vidanges de fosses septiques | 5 |
| • Demande de permis | 5 |
| Environnement | |
| • Corvée de nettoyage | 6 |
| Travaux publics | |
| • Encombrants | 7 |
| • Les brigadiers scolaires | 8 |
| • Les rejets à l'égout sanitaire | 8 |
| • Passage piétonnier | 8 |
| Bibliothèque | |
| • Nouveautés numériques | 9 |
| • Bibliovente annuelle | 9 |
| • Dons de livres | 10 |
| • Nouveautés papier | 10 |
| • Les journées de la culture | 11 et 12 |
| Culture suite | |
| • Jeudi Show | 13 |
| Loisirs | |
| • Cinéma en plein air | 14 |
| • Halloween | 14 |
| • Activités | 15 à 19 |
| Vos organismes | |
| • FADOQ | 20 |
| • SHENA | 20 |
| • Chevaliers de colomb | 21 |
| • ACFM | 21 |
| MRC de Montcalm | |
| • Transport | 22 |
| MADA | |
| • Nouveauté ! | 23 |
| • Aide à la mobilité motorisées | 24 |
| Loisirs | |
| • Formulaire de remboursement (activités) | 24 |

| | |
|--------------|---|
| Réalisation | Municipalité de Saint-Jacques |
| Impression | Imprimerie Pinard |
| Papier | Rolland Enviro 100% recyclé |
| Distribution | Postes Canada |
| Parution | Le Jacobin est publié 10 fois l'an. |
| Tirage | 2150 exemplaires. |
| ISSN : | 1708-2994 |
| Dépôt légal | Bibliothèque et Archives nationales du Québec |
| Dépôt légal | Bibliothèque et Archives Canada |

Chères citoyennes et chers citoyens,

L'été arrive à sa fin pour laisser place au mois de septembre qui apporte avec lui, la rentrée des classes! Pour bien débiter cette nouvelle année scolaire, je me permets de remercier les étudiantes et les étudiants que nous avons accueillis au sein de l'équipe du Service des travaux publics et du camp de jour. Merci pour votre beau travail durant tout l'été.

Je vous invite à prendre un moment durant le mois de septembre pour aller profiter de notre merveilleux Parc Nature Saint-Jacques | Sainte-Julienne et admirer le changement des couleurs qui débutera sous peu tout en profitant de la nature. De plus, nous organiserons notre première corvée de nettoyage au parc pour les intéressés !

Enfin, nous vous avons préparé toute une programmation remplie d'activités pour la rentrée. Plein de belles choses s'en viennent pour notre Saint-Jacques en passant par les activités comme le changement des saisons.

Bonne rentrée à toutes et à tous !

Josyane Forest
Mairesse de Saint-Jacques



(Gauche à droite à partir du bas) Mistral, Toupie, Emeraude, Spirale, Cannelle, Étincelle, Sissy, Apollo, Limonade, Pringles, Pixie, Nachos, Snoopy, Smash et Gemini.



Samson Madore

SÉCURITÉ CIVILE

Prudence avec les foyers à l'éthanol

Les foyers à l'éthanol sont de plus en plus utilisés pour créer une atmosphère chaleureuse, surtout depuis que certaines municipalités interdisent l'installation de nouveaux foyers au bois sur leur territoire. Cependant, il faut se rappeler que ces appareils sont décoratifs et ne doivent pas être utilisés pour chauffer une pièce.

Ils sont susceptibles de provoquer de graves brûlures, des intoxications au monoxyde de carbone et des incendies.



Voici quelques mesures de sécurité à adopter afin de profiter pleinement de votre foyer décoratif en toute sécurité :

- Choisissez un foyer à l'éthanol qui satisfait aux normes canadiennes.
- Exemples d'étiquettes de certification apposées sur les foyers à éthanol et qui attestent de leur conformité à la norme canadienne.
- Utilisez toujours l'éthanol recommandé par le fabricant du foyer puisque l'appareil a été conçu pour être utilisé avec un type d'éthanol déterminé.
- Privilégiez l'utilisation d'un long briquet ou de longues allumettes afin de garder un maximum de distance entre vous et l'appareil lors de l'allumage.
- Ne remplissez jamais un brûleur encore chaud. Laissez refroidir l'appareil ou attendez au moins 15 minutes avant de procéder.
- Gardez à distance tout article de fumeur ou objet à flamme nue (allumette, chandelle, briquet, etc.)
- Entreposez l'éthanol de façon sécuritaire, hors

CONSEIL DE PRÉVENTION

Saviez-vous qu'il peut être dangereux de faire chauffer certaines huiles en cuisine et que ces dernières peuvent s'auto-enflammer lorsqu'elles atteignent une température critique?

En effet, chaque huile ou graisse a des propriétés uniques et une utilisation idéale. Par exemple, il est recommandé de consommer certaines huiles crues, d'autres sont idéales pour chauffer des aliments à la poêle ou au four tandis que quelques-unes seulement devraient être utilisées à haute température, pour la friture par exemple. Il est alors primordial de savoir à quelle huile on a affaire!

Lorsqu'une huile atteint une température trop élevée (T° qui peut varier d'une huile à une autre), de la fumée apparaît. Cette fumée indique que la matière grasse commence à se décomposer et à se dénaturer. Il est alors recommandé de diminuer la température de l'huile.



Ces renseignements proviennent du ministère de la Sécurité publique : <https://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-incendie/prevenir-incendie/capsule-prevention.html>

PROJET EN MILIEU AGRICOLE



VOTRE TERRAIN SE SITUE EN ZONE AGRICOLE ET VOUS DÉSIREZ EFFECTUER UN USAGE NON AGRICOLE ?

Une demande d'autorisation auprès de la CPTAQ est nécessaire.

En ce sens, nous vous suggérons de communiquer avec le service de l'urbanisme par courriel : urbanisme@st-jacques.org ou par téléphone au 450 839-3671, poste 7662 afin de discuter de votre projet.

VIDANGES DE FOSSES SEPTIQUES



À QUELLE FRÉQUENCE DOIT-ON VIDANGER UNE FOSSE SEPTIQUE ?

Afin de respecter les directives du Règlement sur l'évacuation et le traitement des eaux usées des résidences isolées, la fosse septique desservant une résidence principale doit être vidangée au moins une (1) fois tous les 2 ans, tandis qu'une fosse septique desservant une résidence secondaire qui est utilisée d'une façon saisonnière doit être vidangée au moins une (1) fois tous les 4 ans.

Nous vous invitons à communiquer avec nous pour obtenir plus de renseignements à ce sujet.

DEMANDE DE PERMIS

L'été tire à sa fin et tranquillement l'automne fait son apparition. Encore une fois, il est important de s'assurer que vous avez en votre possession **un permis valide** pour vos travaux d'entretien ou de construction. Tant et aussi longtemps que vous n'avez pas en votre possession un permis en toute conformité, **tous travaux effectués sans préalablement avoir obtenu un permis sont considérés comme étant une infraction à notre réglementation**. Il est possible de consulter sur notre site internet la liste des travaux qui nécessite ou non une demande de permis.

Parc Nature Saint-Jacques | Sainte-Julienne

Corvée de nettoyage

Vous avez envie de participer au bien-être de la collectivité ! Venez participer à la première corvée de nettoyage au Parc Nature Saint-Jacques | Sainte-Julienne.

Nous croyons que l'implication de tous à entretenir le parc assure une pérennité de ce bel espace vert accessible aux piétons et aux cyclistes de montagne. Venez contribuer à la préservation de la nature et respirer de l'air frais avec nous tout en aidant à délimiter les sentiers, récupérer les branches au sol et bien plus encore !

Quand : 17 septembre 2022

Heure : 9 h à 12 h

Lieu : À la croisée de la Montée Hamilton et du chemin de la Grande-Côte à Sainte-Julienne.

Ce dont vous aurez besoin :

- De bonnes chaussures pour marcher dans les sentiers
- Bouteille d'eau
- Collations
- Gants (au choix).

Afin d'éviter tout débordement dans le parc, nous vous demandons de vous inscrire via communication@st-jacques.org avant le 14 septembre 2022, 16 h.



2 septembre 2022

La collecte des objets encombrants

QU'EST-CE QU'UN ENCOMBRANT? Toute matière admissible à un autre type de collecte (matières recyclables, organiques ou résidus verts) **ne doit pas** se retrouver dans la collecte des objets encombrants.

La collecte des encombrants permet aux citoyens de se débarrasser de leurs déchets trop volumineux pour être déposés dans les bacs roulants à déchets.

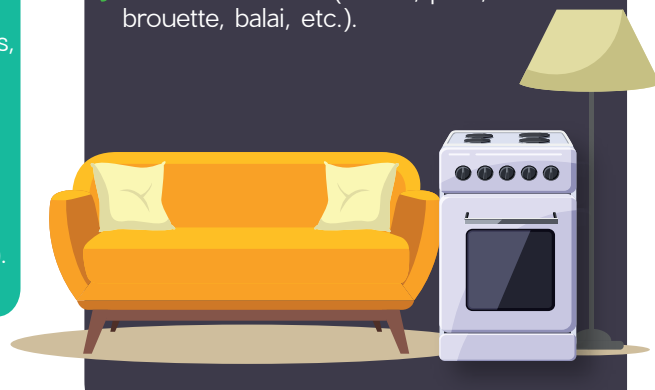
Dans tous les cas où des items ont un potentiel de valorisation, l'Écocentre local doit être priorisé.

MATIÈRES REFUSÉES :

- ✗ Sacs de feuilles et de gazon ;
- ✗ Poubelles et sacs de déchets ;
- ✗ Bacs roulants bleus et bruns ;
- ✗ Déchets déposés en vrac (non ensachés) ou louses au sol ;
- ✗ Pneus et pièces d'auto (incluant les boîtes pour camion pickup) ;
- ✗ Toiles de piscine, bâches ou tapis qui ne sont pas roulés en section de 5 pieds et solidement attachés ;
- ✗ Appareils électroniques de télécommunications (par exemple : télévisions, ordinateurs, imprimantes, système audio et vidéo, etc.) ;
- ✗ Résidus domestiques dangereux (RDD) comme peinture, aérosols, néons, bonbonnes de propane, etc. ;
- ✗ Résidus de construction, de rénovation et de démolition (CRD) comme des planches de bois, morceaux de 2 X 4, panneaux de contreplaqué (plywood), madriers, poteaux de clôture, patio, lattes de plancher et autre recouvrement de sol, de portes, fenêtres, cloison-sèche (gypse), bardeaux d'asphalte, céramique, vinyle, etc. ;
- ✗ Objets tranchants et/ou pointus – verre, miroir, morceaux de vitre, items avec des clous apparents, etc. ;
- ✗ Boîtes de carton et autres matières recyclables ;
- ✗ Appareils réfrigérants comme les réfrigérateurs, les congélateurs, les refroidisseurs d'eau et les climatiseurs ;
- ✗ Branches, cèdres, troncs et billots de bois, morceaux de béton, roches, terre et tourbe ;
- ✗ Déchets louses ou en vrac déposés dans les baignoires, barils, remorques ou autres ;
- ✗ Item avec un moteur à essence ou contenant de l'huile (exemple : tondeuse).

MATIÈRES ACCEPTÉES :

- ✓ Bac roulant noir/gris/vert;
- ✓ Bac roulant noir/gris/vert supplémentaire avec collant autorisé par la Municipalité ;
- ✓ Mobilier (table, chaise, divan, luminaire, lampe sur pied, armoire/bibliothèque, etc.)
- ✓ Appareils ménagers (laveuse, sècheuse, lave-vaisselle, cuisinière) ;
- ✓ Petits appareils et électroménagers (micro-ondes, ventilateurs sur pied, etc.) ;
- ✓ Matelas, lits et sommier (non encombrés de matières refusées) ;
- ✓ Tapis, toile ou bâche attachée ;
- ✓ Meubles et pièces de meuble (exemple : panneaux de bibliothèque, tiroirs, pattes de tables, etc.) ;
- ✓ Toilette, lavabo, meuble-lavabo, vanité, baignoire ;
- ✓ Barbecue (sans la bonbonne) ;
- ✓ Vélo, jouets ou items pour enfants (poussette, balançoire, chaise haute, modules divers, sièges d'auto, etc.) ;
- ✓ Items saisonniers (râteau, pelle, brouette, balai, etc.).



TRAVAUX PUBLICS

LES BRIGADIERS SCOLAIRES :

Au service de la sécurité routière, lorsqu'un brigadier fait traverser les enfants en brandissant un panneau d'arrêt, les conducteurs ont l'obligation de respecter le signal et de s'arrêter.

« Un conducteur qui enfreint l'article 311 du Code de la sécurité routière est passible d'une amende de 148 \$ et de 3 points d'inaptitude. »

Soyez prudents ! Bonne rentrée scolaire à tous !



SENSIBILISATION SUR LES REJETS À L'ÉGOUT SANITAIRE :

Depuis quelques temps, la Municipalité retrouve des objets inhabituels jetés dans les toilettes. Les pompes servent au transport des eaux usées, bloquent et tombent en panne. Bien que la Municipalité mette tout en œuvre pour éviter de tels problèmes, nous vous rappelons que les égouts ne sont pas des poubelles et que seul le papier hygiénique est conçu pour se décomposer efficacement dans la toilette.



Voici la liste des articles **À NE PAS JETER** dans les égouts : litière pour chat | excréments de chat | cheveux | préservatifs | eau de javel | mégots de cigarette | couches et services hygiéniques | gomme à mâcher | coton tiges | huile de friture | médicaments périmés | lingettes humides | lentilles de contact | fil dentaire | tissu | tampons à récurer.

PASSAGE PIÉTONNIER :

Le conducteur d'un véhicule doit céder le passage aux piétons engagés dans un passage piétonnier qui est situé à une intersection et qui n'est pas règlementé par des feux de circulation. Avant de s'engager dans un passage pour piétons, qui n'est pas situé à une intersection contrôlée par des feux de circulation, il faut s'assurer que l'on peut traverser sans risque.

Lundi 13 h à 18 h
Mardi 13 h à 18 h
Jeudi 13 h à 20 h
Samedi 9 h à 12 h

Horaire régulier

BIBLIOTHÈQUE

Les nouveautés numériques



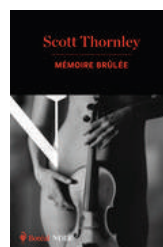
Les villes de papier
Dominique Fortier



Pachinko
Min Jin Lee



La guerre des bébés
Carole Tremblay



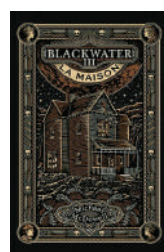
Mémoire brûlée
Scott Thornley



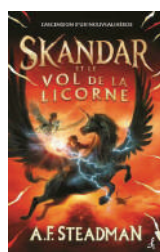
La facture amoureuse
Mc Sween-Jetté



La dame de la rue des
messieurs
Jean Lemieux



Blackwater
Michel McDowell



Skandar et le vol de la
licorne
A.F. Steadman



Petites mains, grande
assiette
Bergevin, Richard,
Talbot



Survivaces
Geneviève Rioux

BIBLIOVENTE ANNUELLE DE SAINT-JACQUES

Vente de livres usagés et des livres élagués de la bibliothèque municipale, au profit du Service culturel de la Municipalité.

Quand : Vendredi **23 septembre** 2022

Heure : **13 h à 19 h**

Lieu : Centre culturel du Vieux-Collège, 50 rue Saint-Jacques

Pour plus d'informations, contactez la bibliothèque au 450 831-2296

DONS DE LIVRES

Vous pouvez déposer vos livres usagés en bon état à la bibliothèque jusqu'au 9 septembre 2022 inclusivement. Nous ne prendrons plus de livres à compter du 10 septembre 2022, et ce, jusqu'au printemps 2023.

Surveillez le Jacobin pour plus de détails !

Les nouveautés papier



La gameuse et son chat
Wataru Nadatani



Mort et déterré
Boisvert-Colpron



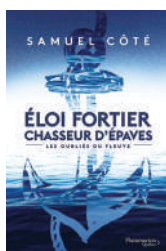
Boumbidoum
Valérie Picard



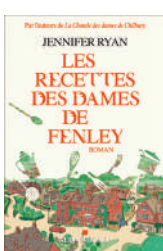
Derrière mon fauteuil
Cochrane-Brouillette



Le chat du bibliothécaire
Succès Mortel, Miranda James



Éloi Fortier, chasseur d'épaves
Samuel Côté



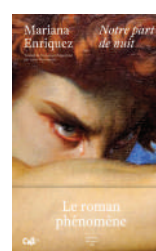
Les recettes des dames de Fenley
Jennifer Ryan



Guide de survie des proches aidants
Arcand-Brissette



Âmes animales
J.R. Dos Santos

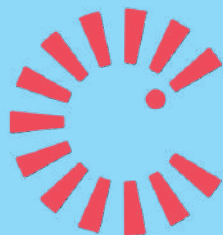


Notre part de nuit
Mariana Enriquez

Lundi 13 h à 18 h
Mardi 13 h à 18 h
Jeudi 13 h à 20 h
Samedi 9 h à 12 h

Horaire régulier

BIBLIOTHÈQUE



Les journées de la culture

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

SAINTE-JULIENNE

Rencontre avec l'autrice
Colette Major-McGraw

Bibliothèque Gisèle-Paré,
de 9 h à 12 h

Ayant déjà cinq œuvres parues
à son actif, Colette Major-McGraw
sera parmi nous pour rencontrer
ses lecteurs à la bibliothèque.



POUR PLUS D'INFORMATIONS :

Saint-Esprit
biblio125@reseaubibliocqlm.qc.ca

Saint-Jacques
biblio@st-jacques.org

Sainte-Julienne
laurie.renaud@sainte-julienne.com

Saint-Liguori
loisir@saint-liguori.com

Saint-Lin-Laurentides
loisirs@saint-lin-laurentides.com



SAMEDI 1^{er} OCTOBRE

SAINT-JACQUES

Une fabuleuse histoire
en Nouvelle-Acadie racontée
par Arthur dit Le Rossignol Cormier
Église de Saint-Jacques, dès 10 h

Découvrez les péripéties
d'un Précurseur à Saint-Liguori.

SAINTE-JULIENNE

Initiation au fléché

Bibliothèque Gisèle-Paré, de 9 h à 14 h

Cet atelier vous fera découvrir l'ourdis-
sage et le tressage d'un petit bracelet.
Une belle occasion de découvrir un art
précieux de notre patrimoine culturel.

SAINT-LIN-LAURENTIDES

Portes ouvertures du patrimoine

Pavillon Beaudoin, de 10 h à 17 h

La Société d'Histoire et du Patrimoine
vous invite à venir découvrir l'histoire
locale.

-

Art au bord de la rivière

10 h à 17 h, parc André-Auger

Sous forme de symposium,
venez découvrir des artistes locaux
aux divers talents!

-

Spectacle de chant au piano public

12 h à 13 h 30, parc André-Auger

Dirigée par Mme Mélanie Houle, venez
entendre plusieurs jeunes talents locaux
qui vous proposeront un répertoire
pour tous les goûts!



MUNICIPALITÉ DE
SAINT-ESPRIT



DIMANCHE 2 OCTOBRE

SAINT-ESPRIT

Journée portes ouvertes

11 h à 16 h, bibliothèque municipale

Pour la rentrée d'automne, venez voir tout ce que votre bibliothèque vous offre!

-

Pièce de théâtre :

"Invente-moi un ami"

Dès 13 h 30, École Dominique-Savio

Spectacle interactif pour les tout-petits de 4 à 8 ans sur le thème des émotions



EN TOUT TEMPS PENDANT LES JOURNÉES DE LA CULTURE

SAINT-ESPRIT

Exposition de Maisons de marionnettes – Jacques Boutin
Bibliothèque de Saint-Esprit
(45, Rue des Écoles)

Venez admirer le fruit du travail des élèves de cinq services de garde de la région: Une magnifique bande dessinée en trois dimensions composée de plus de trois cent petits personnages, dirigé par le marionnettiste Jacques Boutin.

SAINT-JACQUES

Portes ouvertes de la Maison de la nouvelle Acadie
Maison de la Nouvelle-Acadie
(98, rue Saint-Jacques)

Vendredi, samedi et dimanche, de 12 h à 17 h

SAINT-LIGUORI

Exposition culturelle
Chalet de parc (732, rue Jetté)

Exposition de différents styles artistiques et de restauration de chaise antique.

Réalisation de deux de nos citoyens.

SAINT-LIN-LAURENTIDES

Exposition des sculpteurs de Saint-Lin
Complexe aquatique de Saint-Lin-Laurentides
(550, rue du Parc)

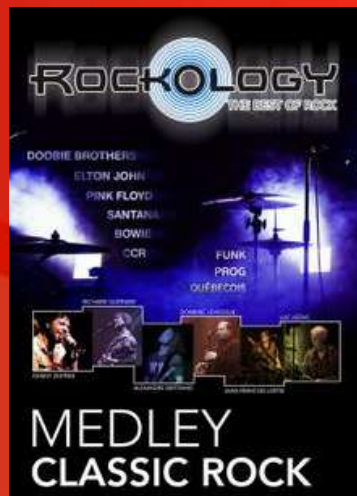


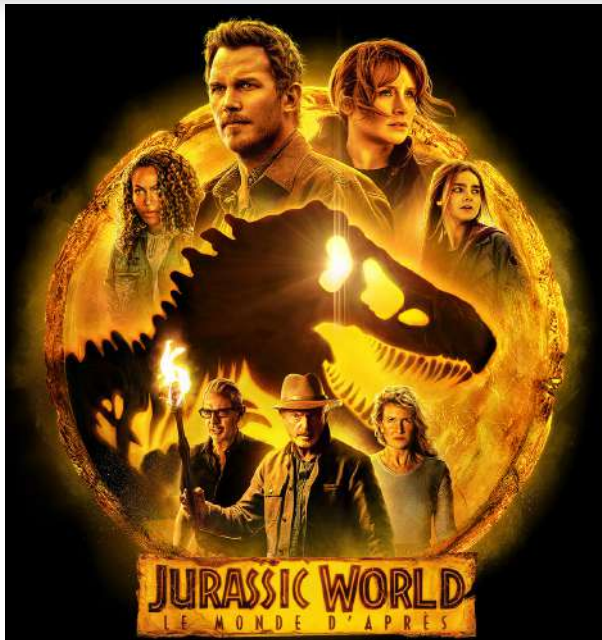


SHOW GRATUIT

ALCOOL (\$) // FOOD TRUCK
// DU GROS FUN //

1 ET 15 // SEPT // 22





CINÉMA EN PLEIN AIR

Venez en famille ou entre amis voir le film Jurassic World 3 : Le monde après. C'est un rendez-vous à ne pas manquer !

| | |
|--|--|
| | Pour tous ! |
| | 10 septembre 2022 |
| | Samedi, 19 h. |
| | Gratuit ! |
| | Parc Aimé-Piette |
| | Déconseillé aux enfants âgés de moins de 13 ans. |

Kiosque de friandise sur place (1\$/item)
- Argent comptant seulement.







DÉFI-ÉVASION DE L'HALLOWEEN !

| | |
|--|--|
| | Pour tous ! |
| | 29 octobre 2022 |
| | Samedi, 8 h 45 à 16 h |
| | Gratuit |
| | Parc Aimé-Piette |
| | <ul style="list-style-type: none">• Capacité de 12 participants par 15 minutes.• Réservation : système de billetterie sur place pour gérer la file d'attente.• Kiosque restaurant sur place.• Déguisement optionnel• Ambiance musicale |









BASKETBALL JUNIOR MIXTE

Par Benoît Leblanc







| | |
|---|---|
|  | 9 à 12 ans |
|  | 4 octobre (11 séances) |
|  | Mardi, 18 h à 19 h |
|  | 22 \$ |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org |

VOLLEYBALL MIXTE

| | |
|---|---|
|  | 14 ans et plus |
|  | 6 septembre (8 séances) |
|  | Mardi, 19 h 15 à 21 h 15 |
|  | 16 \$ + taxes |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org |







HOCKEYBALL JUNIOR MIXTE (JEUNES)

Par Apollo







| | |
|---|--|
|  | 5 à 8 ans |
|  | 12 septembre (7 séances) |
|  | Lundi, 18 h à 19 h |
|  | 14 \$ |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | <ul style="list-style-type: none"> Lunette de protection et bouteille d'eau sont obligatoires. Gants, protège-tibias, casque et bâton de hockey avec palette en plastique sont recommandés. Prêt de bâton de hockey possible (gratuit). Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org |

HOCKEYBALL JUNIOR MIXTE (ADO)







Par Apollo

| | |
|---|--|
|  | 9 à 12 ans |
|  | 12 septembre (7 séances) |
|  | Lundi, 19 h 15 à 20 h 15 |
|  | 14 \$ |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | <ul style="list-style-type: none"> Lunette de protection et bouteille d'eau sont obligatoires. Gants, protège-tibias, casque et bâton de hockey avec palette en plastique sont recommandés. Prêt de bâton de hockey possible (gratuit). Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org |

BADMINTON LIBRE

| | |
|---|--|
|  | 14 ans et plus (13 ans et moins accompagnés) |
|  | 7 septembre (7 séances) |
|  | Mercredi, 18 h à 19 h, 19 h à 20 h, 20 h à 21 h et 21 h à 22 h. |
|  | 14 \$ + taxes pour la session (heure de réservation) |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | <ul style="list-style-type: none"> Apporter votre matériel (raquette, volant, etc.). Aucune location ou prêt possible. Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org |







ATELIER D'INITIATION AU SKATEBOARD

| | |
|---|---|
|  | 13 ans et moins |
|  | 1 ^{er} octobre 2022 |
|  | Samedi, 13 h à 14 h. |
|  | 30 \$ |
|  | Parc Almé-Piette |
|  | Matériel : planche à roulettes |
| | Inscription obligatoire : 450 839-3671, poste 7670 loisir@st-jacques.org |

CARDIO-MUSCU EN NATURE

Par Éliane Nadeau







Ces cours d'une heure combinent marche et course en sentier, exercices de musculation, d'équilibre et de coordination dans le calme de la forêt du Parc Nature.

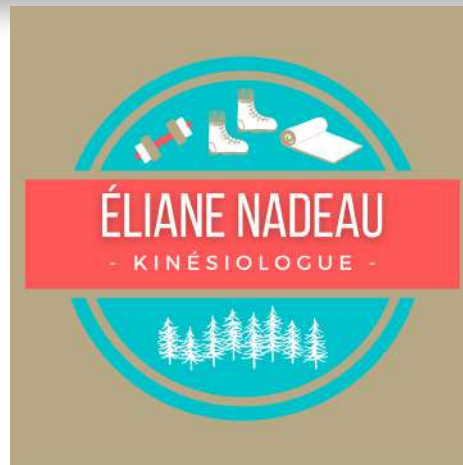
| | |
|---|---|
|  | Pour tous, payant pour les personnes de 12 ans et plus. |
|  | Horaire régulier dès le 10 septembre 2022 |
|  | Mercredi, 18 h 30 ou samedi 9 h 30 |
|  | À la carte 15 \$, 10 cours à 120 \$* ou 20 cours à 180 \$* |
|  | Parc Nature Saint-Jacques Sainte-Julienne |
|  | Horaire d'été : voir page Facebook @enkinesiologue Niveau débutant et intermédiaire *Valide pour les cours du mercredi et du samedi pour une période d'un an. <u>Matériel</u> <ul style="list-style-type: none">• Bottes ou souliers de marche• Bouteille d'eau• Habillement adapté aux prévisions météo (p. ex., imperméable)• Chasse-moustiques <u>Contact</u> Inscription en tout temps auprès de Éliane Nadeau 450 756-7992 enkinesiologue@gmail.com |

REMISE EN FORME AU PARC AIMÉ-PIETTE

Par Éliane Nadeau

Ces cours visent à se familiariser avec les installations du parc Aimé-Piette grâce à des exercices de musculation, de cardio et de coordination. Idéaux pour ceux qui veulent bouger de façon sécuritaire, qu'on soit en congé de maternité, à la retraite, etc.







| | |
|---|--|
|  | Adultes de niveau débutant à intermédiaire* |
|  | 16 septembre (8 séances) |
|  | Vendredi, 13 h |
|  | 75 \$ |
|  | Parc Aimé-Piette |
|  | *Exercices adaptables avec la kinésiologue* <u>Matériel</u> <ul style="list-style-type: none">• Espadrilles• Bouteille d'eau• Habillement adapté aux prévisions météo (p. ex., imperméable) <u>Contact</u> Éliane Nadeau 450 756-7992 enkinesiologue@gmail.com |



DANSE EN CERCLE

Par Sylvie-Guyllaine Fortin, Ateliers Médita-Danse







Festives ou méditatives, ces danses sur des rythmes du monde invitent à être dans un esprit d'ouverture et de bienveillance. Vivez des moments d'unité et de pure joie avec la magie des danses en cercle.

| | |
|---|--|
|  | Pour tous ! |
|  | 16 septembre (12 séances) |
|  | Vendredi, 9 h 30 à 11 h 30. |
|  | 140 \$ pour la session |
|  | Maison du Folklore |
|  | • Bouteille d'eau *Expérience non nécessaire, toutes les danses sont enseignées.* Sylvie-Guyllaine Fortin, Ateliers Médita-Danse 450 397-0564 ou 819 588-0569 |







INITIATION AU CHANT CHORAL

Par Marjolaine Daneault

Ensemble pour apprendre les bases du chant choral (technique vocale, lecture partition, rythme, etc.), dans le plaisir et sous la direction d'une cheffe professionnelle. (minimum de 8 personnes)

| | |
|---|---|
|  | Adultes, tous niveaux |
|  | 27 septembre (12 séances) |
|  | Mardi, 19 h à 22 h |
|  | 100 \$ |
|  | Centre Culturel du Vieux-Collège (local 25) |
|  | Une voix juste. marjolainedaneault@hotmail.com 514 757-5396 |







PICKLEBALL

| | |
|---|--|
|  | 40 ans et plus |
|  | 15 septembre (14 séances) |
|  | Jeudi, 19 h à 21 h |
|  | Gratuit |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | *Aucune location de matériel sur place* Inscriptions : Daniel Desrochers 438 534-4060 danieldesrochers@outlook.fr |

SPINNING

Par Vanessa Henri

Cet entraînement sur vélo d'intérieur sollicite le système cardiovasculaire et musculaire grâce à la variation des exercices et de l'intensité de l'entraînement. Dynamique et rythmé, cet entraînement saura s'adapter à tous ! Objectif 1 : Bouger dans le plaisir !

| | |
|---|---|
|  | 14 ans et plus |
|  | 12 septembre (12 séances) |
|  | Lundi, 18 h 45 à 19 h 45 et jeudi, 18 h 45 à 19 h 45 |
|  | 160 \$ pour la session |
|  | Pavillon des Sports du Collège Esther-Blondin (2e étage) |
|  | <ul style="list-style-type: none"> • Bouteille d'eau • Serviette • Vêtement de sport |







Contact : Vanessa Henri, Kinésiologue
514 776-7441
vhenri.kinesiologue@hotmail.com



J.S TAEKWONDO

Par Jacques Sourdif

Cours de taekwondo : Maître Jacques Sourdif, entraîneur depuis 1980.

| | |
|---|---|
|  | 4 ans et plus |
|  | 3 septembre (7 séances) |
|  | Samedi, 9 h à 10 ou 10h à 12 h |
|  | 80 \$ (9 h à 10 h) ou 120 \$ (10 h à 12 h) |
|  | Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France |
|  | Dobuck.J.S Taekwondo (uniforme) *En vente sur place (coût selon le modèle) |

Chantal Fillion / Maître Jacques Sourdif
450 752-2629
jstaekwondo@videotron.ca

Possibilité d'inscription en tout temps !








SÉANCES COMBINÉES DE MASSOTHÉRAPIE ET DE YOGA


Par la clinique Physio St-Jacques


Permet de bouger dans ses limites grâce à une approche douce et personnalisée. Idéal pour les gens atteints de fibromyalgie ou de douleur chronique.


-  Ouvert à tous !

-  Dès maintenant, appelez pour prendre rendez-vous !

-  Durée de 60 ou 90 minutes

-  60 min (75 \$) ou 90 min (95 \$)

-  Physio St-Jacques, 11 rue Marcel-Lépine, Suite 204

-  *Veuillez noter que les inscriptions pour les classes post-partum sont toujours en cours. Pour plus d'informations, contactez la clinique par téléphone au 450 839-2112

ATELIER DE DESSIN AUX CRAYONS À LA MINE

Par Daniel Lamarre

Ces ateliers s'adressent aux adultes qui désirent apprendre les techniques de dessin au crayon à la mine pour créer des œuvres réalistes. Vous apprendrez à dessiner de multiples sujets tels que portraits, animaux, fleurs, paysages et autres.

-  18 ans et plus

-  19/ 20/ 21 septembre (10 séances)

-  **Lundi/ mardi / mercredi, 13 h 30 à 15 h 30**

-  200 \$ par session

-  Maison du Folklore

-  Prévoir l'achat de matériel. Les détails seront donnés lors de l'inscription.
Daniel Lamarre
450 839-7158 ou 514 922-2968
Courriel : dani.lamarre5@gmail.com

ATELIER DE DESSIN (SOIR)

Par Daniel Lamarre

Ces ateliers s'adressent aux adultes qui désirent apprendre les techniques de dessin au crayon à la mine pour créer des œuvres réalistes. Vous apprendrez à dessiner de multiples sujets tels que portraits, animaux, fleurs, paysages et autres.

-  18 ans et plus

-  21 septembre (10 séances)

-  **Mercredi, 19 h à 21 h**

-  200 \$ par session

-  Maison du Folklore

-  Prévoir l'achat de matériel. Les détails seront donnés lors de l'inscription.
Daniel Lamarre
450 839-7158 ou 514 922-2968
Courriel : dani.lamarre5@gmail.com

PHYSIO ST-JACQUES

ZUMBA FITNESS

Par Sinda Bennaceur







À la fois ludique et motivante, la Zumba constitue un entraînement cardio-vasculaire complet. Les chorégraphies s'inspirent des rythmes du monde. Une ambiance de plaisir contagieux.

| | |
|---|--|
|  | 14 ans et + |
|  | 13 ou 15 septembre (14 séances) |
|  | Mardi, 19 h 30 ou jeudi, 18 h 30 |
|  | 160 \$ |
|  | Maison du Folklore |
|  | Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com |

TOTAL BODY WORKOUT

Par Sinda Bennaceur





Vous vous déplacerez de station en station. Composé de mouvements athlétiques, cardiovasculaires et musculaires, ce cours est un entraînement complet à la portée de tous, peu importe le niveau de forme physique.

| | |
|---|--|
|  | 16 ans et + |
|  | 13 septembre (14 séances) |
|  | Mardi, 18 h 45 |
|  | 160 \$ |
|  | Maison du Folklore |
|  | Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com |

EXTENSA FITNESS (FLEXIBILITÉ)

Par Sinda Bennaceur







Ce cours permet d'améliorer sa souplesse, d'accroître sa flexibilité, de maintenir une bonne amplitude articulaire, tout en renforçant ses articulations.

| | |
|---|--|
|  | 16 ans et + |
|  | 15 septembre (14 séances) |
|  | Jeudi, 19 h 30 |
|  | 160 \$ |
|  | Maison du Folklore |
|  | Tapis de sol Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com |

ADRENALYN (NOUVEAU)

Par Sinda Bennaceur







Intense, mais facile à suivre, ce cours propose des exercices par intervalles. Avec ses mouvements simples et efficaces et des options pour tous les niveaux, augmentez votre énergie et sortez de votre zone de confort !

| | |
|---|--|
|  | 16 ans et + |
|  | 12 septembre (14 séances) |
|  | Lundi, 18 h 45 |
|  | 160 \$ |
|  | Maison du Folklore |
|  | Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com |

ZUMBA GOLD

Par Sinda Bennaceur

Idéal pour les débutants recherchant un cours de Zumba alternatif recréant les mouvements originaux, mais avec une intensité moindre. Des chorégraphies faciles à suivre, permettant de développer l'équilibre et la coordination.

| | |
|---|--|
|  | 14 ans et + |
|  | 12 ou 15 septembre (14 séances) |
|  | Lundi 19 h 30 ou jeudi, 15 h 30 |
|  | 160 \$ |
|  | Maison du Folklore |
|  | Serviette et bouteille d'eau Inscription : Sinda Bennaceur 450 839-1191 ou cindabn@hotmail.com |



VOS ORGANISMES

REPRISE DES ACTIVITÉS AUTOMNE à partir de la semaine du 12 septembre 2022

Voici la liste de ces activités :

Viens bouger, billard, ping-pong, marche, cartes et bingo, danse, vie active, dards, mémoire (à confirmer selon le nombre d'inscriptions), artisanat, Stretching (à confirmer selon le nombre d'inscriptions), pétanque atout, chorale (à confirmer selon le nombre d'inscriptions).

À cela s'ajoutent les dîners mensuels ainsi que le dîner de Noël (à partir d'octobre), les soirées de danse et le whist (une fois par mois). D'autres activités et d'autres dates s'ajouteront au fil et à mesure de la saison.

Le salon des artisans aura lieu les 5-6 novembre 2022.

Un tournoi de bowling aura lieu en janvier 2023

Il y aura journées portes ouvertes pour les cartes de membres les 7 et 8 septembre de 10 h à 12 h et de 13 h à 15 h.

Un pamphlet descriptif avec l'horaire de ces activités et les numéros de téléphone associés à chacune des activités sera disponible fin août 2022. Il sera remis à tous les membres qui le désirent.

En attendant, pour informations, on appelle Mme Janette Léveillé au 450-916-6532







fadoq

Club FADOQ Saint-Jacques
Lanaudière

CONFÉRENCE PROTECTION DES VÉGÉTAUX DURANT L'HIVER







Par Serge Fortier

Dans quels buts protège-t-on les végétaux ? Est-ce nécessaire de le faire ? Quelle est la période la plus propice pour protéger les végétaux ? Cette conférence vous donnera les réponses à vos questions !

| | |
|---|---|
|  | Pour tous ! |
|  | 21 septembre |
|  | Mercredi, 19 h 30 |
|  | Gratuit |
|  | Centre Culturel du Vieux-Collège |
|  | Pour informations et vous inscrire, appelez parmi les choix suivants : |
| | <ul style="list-style-type: none">• Dominic Brunelle 450-417-3704• Monique Labrèche au 450-839-2315• Diane Landreville 450-333-0964 |

ÉCHANGE DE PLANTES

Vos vivaces prennent trop de place ? C'est le temps de les diviser, de les mettre en pot en les identifiant. Vous les apportez et vous avez la possibilité d'en choisir d'autres qui conviennent mieux.

| | |
|---|---|
|  | Pour tous ! |
|  | 28 septembre |
|  | Mercredi, 19 h 30 |
|  | Gratuit |
|  | Centre Culturel du Vieux-Collège |
|  | Pour informations et vous inscrire, appelez parmi les choix suivants : |
| | <ul style="list-style-type: none">• Dominic Brunelle 450-417-3704• Monique Labrèche au 450-839-2315• Diane Landreville 450-333-0964 |



VOS ORGANISMES

RETOUR DES DÉJEUNERS DÈS LE 11 SEPTEMBRE 2022 !

Quand : Tous les 2^e dimanche du mois (Dès le 11 septembre)

Heure : 8 h

Lieu : Centre-Culturel du Vieux-Collège



ASSOCIATION CARREFOUR FAMILLE MONTCALM

INSCRIPTION EN COURS - ATELIERS STIMULANTS DÈS SEPTEMBRE

Il n'est pas trop tôt pour vous inscrire aux ateliers suivants, informez-vous!

- Grandir avec ma famille, quelle belle aventure (0-6 mois);
- Bébé s'éveille... (7-12 mois);
- L'aventure se continue (12-18 mois);
- L'univers des p'tits explorateurs (19 mois-3 ans)
- Ateliers Jeux (3 à 4 ans);
- Césame (4 à 5 ans);
- Atelier du langage (2 à 5 ans);
- Les apprentis-sages de la vie / Parents de tout-petits (2-6 ans);
- Bricole et compagnie & Passion fil (parents);
- Bien vivre en famille / Au-delà de la discipline (2-5 ans / 6-12 ans) s'adresse aux parents;

Profitez de la gratuité de ces ateliers et possibilité de halte-garderie pour certains ateliers. Information et inscription : 450 439-2269 ou 1-877 439-2269

- Jardiner son avenir – jardin collectif à l'ACFM
Information et inscription Jardin Humani-Terre : 450 439-3654



Bénévoles accompagnateurs recherchés pour le transport des familles ! Les familles de Montcalm ont besoin de vous pour les conduire à des rendez-vous médicaux, légaux et pour assister à nos ateliers parent-enfant. Faites la différence! Communiquez avec Lyne Plamondon au (450) 439-2669 ou 1 877 439-2669.

Besoin d'un service de transport ?

Plusieurs solutions pour vous transporter dans la MRC de Montcalm !



Transport adapté et collectif

MRC de Montcalm

transport@mrcmontcalm.com
450 831-2182, option 1 • 1 888 242-2412 (sans frais)
mrcmontcalm.com/transport

Services offerts :

- Transport adapté
- Taxibus (transport collectif)
- Transport en commun

Territoire desservi : Toute la MRC

Transport bénévole

Centre d'action bénévole Montcalm

lequipe@cabmontcalm.com
450 839-3118 • 1 888 839-3440 (sans frais)
cabmontcalm.com

Services offerts :

- Aide aux emplettes
- Accompagnement pour les rendez-vous médicaux et légaux

Territoire desservi : Toute la MRC

Aux bonheurs des aînés Lanaudière

abdalanaudiere@gmail.com • 450 754-2348
auxbonheursdesaines.com

Services offerts aux 55 ans et plus :

- Accompagnement pour tous les motifs (emplettes, rendez-vous médicaux, visite de parents et amis, loisirs) dans Lanaudière

Territoire desservi :

Sainte-Marie-Salomé & Saint-Liguori

Groupe d'entraide et d'amitié de Sainte-Julienne

450 831-4938

Services offerts aux 65 ans et plus :

- Transport pour les rendez-vous médicaux, légaux, bancaire etc.

Territoire desservi : Sainte-Julienne

Illustration : vecteezy.com + freepik.com



Nous avons la solution pour toi !

Que ce soit pour l'école, un rendez-vous, visiter la famille, effectuer des emplettes, etc.

La MRC de Montcalm et ses partenaires ne sont pas responsables des erreurs / omissions / changements dans ce document et des services offerts.



Covoiturage

Embarque Lanaudière

embarquelanaudiere.ca

Services offerts :

- Plate-forme de covoiturage

Territoire desservi : Lanaudière

Taxi privé

Taxi Saint-Calixte 450 222-5252

Services offerts :

- Taxi local et longue distance

Territoire desservi : Saint-Calixte

Taxi Nord-Sud

450 439-2209 • 450 386-2222
taxinordsud.com

Services offerts :

- Taxi local et longue distance

Territoire desservi : Toute la MRC

Taxi AAA 450 831-1113

Services offerts :

- Taxi local et longue distance

Territoire desservi :

Sainte-Julienne et Saint-Esprit

Taxi Sainte-Julienne et Saint-Jacques

450 831-3567

Services offerts :

- Taxi local et longue distance

Territoire desservi :

Sainte-Julienne et Saint-Jacques

Nouveauté !

Nous vous présentons la page MADA qui reflète la Municipalité Amie des Aînés. Nous avons à cœur le bien-être de tous et nous désirons transmettre les informations pertinentes qui pourraient améliorer votre qualité de vie et de bien-être des aînés au sein de la Municipalité de Saint-Jacques.

Rendez-vous sur notre site Internet pour découvrir diverses informations sur le sujet donc la politique MADA au www.st-jacques.org. Découvrez en plus lors des parutions du journal municipal le Jacobin !

AIDE À LA MOBILITÉ MOTORISÉES (AMM)

Fauteuil roulant électrique



Triporteur



Quadriporteur



Qu'est-ce qu'une aide à la mobilité motorisée (AMM)?

Une AMM correspond à :

- » un fauteuil roulant électrique;
- » un triporteur ou un quadriporteur conçu pour pallier une incapacité à la marche et possédant les caractéristiques suivantes :
 - » est conçu pour accueillir une seule personne;
 - » est muni d'un siège avec dossier ne pouvant pas être enfourché;
 - » est muni d'un repose-pieds et d'accoudoirs;
 - » ne comporte pas de pédale;
 - » a une largeur maximale de 75 cm (29,5 po), tout équipement compris (p. ex. : miroirs).

ATTENTION!

Les modèles vendus sur le marché ne sont pas tous conformes à la définition de l'AMM établie par le ministère des Transports du Québec.

N'est pas une AMM un véhicule qui :

- » est muni d'un habitacle ou de côtés fermés;
- » a subi des modifications pour devenir conforme à la définition d'une AMM.



Lieux et règles de circulation

Sur un trottoir :

- » à une vitesse maximale de 10 km/h.
- » Important : L'accès au trottoir est restreint aux fauteuils roulants électriques ainsi qu'aux triporteurs et aux quadriporteurs équipés d'un frein activé automatiquement lorsque l'accélérateur est relâché.

Sur une voie cyclable :

- » à une vitesse maximale de 32 km/h;
- » dans le même sens de la circulation que les cyclistes.

Sur une route ou un accotement :

- » à une vitesse maximale de 32 km/h;
- » dans le même sens que la circulation;
- » le plus près possible du côté droit de la route;

- » lorsque la limite de vitesse est de plus de 50 km/h, des règles additionnelles s'appliquent :
 - » circuler sur un trottoir, une voie cyclable ou un accotement lorsque ceux-ci sont accessibles et sécuritaires;
 - » lorsque ce n'est pas possible, circuler sur la route sur une courte distance seulement ou pour se rendre à un endroit auquel il est impossible d'accéder autrement;
 - » munir l'AMM d'un fanion orange triangulaire;
 - » allumer en tout temps les feux et les phares d'un triporteur ou d'un quadriporteur.

LA CIRCULATION DES AMM EST INTERDITE :

- » sur les autoroutes et les voies d'accès;
- » entre deux véhicules circulant sur des voies contiguës;
- » entre un véhicule circulant dans la même voie et un véhicule stationné à droite ou à gauche de cette voie.



Sachez aussi qu'il est possible que des AMM ne puissent pas être acceptées à bord de certains véhicules de transport en commun, tels que des autobus, en raison de leurs dimensions importantes.

Formulaire de remboursement pour le programme d'aide financière
aux activités sportives et artistiques pour les résidents de Saint-Jacques

Remboursement demandé par :

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Téléphone : (Résidence) _____ Bureau : _____

*Les zones blanches sont réservées à l'administration de la Municipalité de Saint-Jacques

| Remboursement demandé pour (Nom de l'enfant) | Nom de l'activité | Lieu de l'activité | Date d'inscription JJ/MM/AA | Coût de l'activité | Montant admissible (33%) |
|--|----------------------|-----------------------|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Total des montants admissibles (33 %) : | | | | | |
| Total du remboursement : | | | | | |

Documents à joindre:

- Reçu officiel émis par l'organisme
- Preuve de résidence
- Preuve de scolarité (si d'âge scolaire)
- Preuve d'âge du participant (18 ans et -)

Date limite pour effectuer sa demande :

- Date limite pour les demandes : *30 novembre.*
- Remettre le formulaire et les documents à joindre au service des loisirs par courriel à loisir@st-jacques.org ou remettre l'ensemble des documents au garage municipal situé au 186, rue Saint-Jacques, Saint-Jacques (QC) J0K 2R0.

Le demandeur s'engage à aviser la Municipalité dès que le participant cesse l'activité ou annule son inscription.

Signature

Date

À l'usage de la Municipalité de Saint-Jacques seulement

Vérifié par : _____ Date : _____

Autorisé par : _____ Date : _____