

L'ÉCHO PHIL

CAHIER LOISIRS

Automne 2024, Vol. 34 n. 4

COURS ET ACTIVITÉS POUR TOUS

Inscription en ligne
dès le 4 septembre

» Page 4

BIBLIOTHÈQUE LE VAISSEAU D'OR

Des activités pour tous

» Page 8

CONCOURS HALLOWEEN

Gagne la fête d'Halloween
dans ta rue !

» Page 12





C'est la plateforme pour mes...

- Alertes d'urgence
- Demandes en ligne
- Entraves majeures
- Signalements

Mon phil Citoyen



MonPhilCitoyen.quebec

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS



**En ligne dès le
4 septembre 9h**
ville.saintphilippe.quebec



NOUVEAU

**Sur place
12 septembre
17 h 30 à 19 h 30**
Complexe Élodie-P.-Babin

L'équipe des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, les associations sportives, et les nombreux organismes seront sur place pour répondre à vos questions et prendre les inscriptions.

Document en harmonie avec l'environnement.
Imprimé sur du papier recyclé.

Le cahier loisirs L'ÉchoPhil est distribué à toutes les résidences de Saint-Philippe par Postes Canada.

Contenu

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, organismes et partenaires, Service des communications

Graphisme
Mélanie Richer

Impression
Communication Globale Pub Cité

Tirage
3 300 exemplaires

Dépôts légaux

Imprimé
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2024

Web
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2024

» MOT DU MAIRE

Des activités pour la rentrée

Chères citoyennes, Chers citoyens,

C'est avec grand plaisir que je vous présente la nouvelle édition de l'échoPHIL, cahier loisirs. Chaque saison apporte son lot de nouveautés et d'opportunités, et cet automne ne fait pas exception. Notre équipe du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire a travaillé avec ardeur pour vous offrir une programmation variée et enrichissante, adaptée à tous les âges et à tous les goûts.

Que vous soyez passionné de sports, amateur de culture, ou simplement en quête de nouvelles expériences, Saint-Philippe regorge d'activités pour répondre à vos envies. Vos activités préférées seront de retour, telles que le badminton, le pickleball, le karaté, le yoga, la Zumba et bien plus. En nouveauté, vous pourrez, entre autres, vous mettre en forme lors des entraînements parent-poussette, les cours de Muay-thai, extensa ou pound.

À la bibliothèque Le Vaisseau d'Or, on soulignera la Semaine des bibliothèques publiques et les Journées de la culture, et vous retrouverez les heures du conte et les ateliers de zoolecture. Tous les détails sont aux pages 8 et 9.

En nouveauté pour l'Halloween, vous serez invité à participer à un concours qui vous permettra de gagner une soirée d'animation et de festivités dans votre rue! Les inscriptions s'ouvrent le 1^{er} octobre, demeurez à l'affût!

En terminant, n'oubliez pas de visiter notre site Web pour obtenir des renseignements sur nos services municipaux et vous inscrire à l'infolettre afin de ne rien manquer des plus récentes nouvelles.

Je vous souhaite à toutes et à tous une excellente saison d'automne et beaucoup de plaisir dans vos découvertes et vos activités.

Christian Marin

Christian Marin
Maire

Christian Marin
Maire



Nancy Pouliot
Conseillère district n° 1
npouliot@ville.saintphilippe.quebec



Alain Fontaine
Conseiller district n° 2
afontaine@ville.saintphilippe.quebec



Vincent Lanteigne
Conseiller district n° 3
vlanteigne@ville.saintphilippe.quebec



Gabrielle Garand
Conseillère district n° 4
ggarand@ville.saintphilippe.quebec



Émilie St-Onge
Conseillère district n° 5
estonge@ville.saintphilippe.quebec



Sylvie Messier
Conseillère district n° 6
smessier@ville.saintphilippe.quebec

NOUS JOINDRE

175, chemin Sanguinet, bureau 201
Saint-Philippe (Québec) J0L 2K0

ville.saintphilippe.quebec

Téléphone : 450 659-7701
Télécopieur : 450 659-7702

mairie@ville.saintphilippe.quebec

HORAIRE



» INSCRIPTION

* Note : les taxes applicables sont incluses pour les activités s'adressant aux personnes de 14 ans et plus.



INSCRIPTION EN LIGNE

4 SEPTEMBRE DÈS 9 H*

[ville.saintphilippe.quebec/
programmation-loisirs](http://ville.saintphilippe.quebec/programmation-loisirs)

Soutien aux inscriptions :

450 659-7701, poste 558

* Inscription des non-résidents
à compter du 9 septembre.



LIEUX DES ACTIVITÉS

BIBLIOTHÈQUE LE VAISSEAU D'OR
2223, route Édouard-VII

COMPLEXE ÉLODIE-P.-BABIN
2235, route Édouard-VII

PARC GÉRARD-LAFRAMBOISE
2235, route Édouard-VII

ÉCOLE DE-LA-TRAVERSÉE
63, rue Perron

ÉCOLE DES MOUSSAILLONS
2, rue Foucreault

16 ANS +

BADMINTON

Réservation de terrain par bloc (2 à 4 joueurs). Les participants doivent apporter leur raquette et volants.

10 semaines
24 septembre au 26 novembre
26 septembre au 5 décembre
Relâche 31 octobre

Mardi et jeudi
18 h à 18 h 45 (bloc 1)
18 h 50 à 19 h 35 (bloc 2)
19 h 40 à 20 h 25 (bloc 3)
20 h 30 à 21 h 15 (bloc 4)

École De-La-Traversée

170 \$ pour un bloc de 45 min.
en formule saison.



ENTRAÎNEMENT PARENT-POUSSETTE

Venez bouger avec bébé en plein air grâce à des exercices de musculation et de cardio sans impact adaptés au corps postnatal. Les entraînements se font en déplacement dans les rues et les parcs permettant une expérience agréable pour vous comme pour bébé.

10 semaines
27 septembre au 29 novembre

Vendredi 9 h 15 à 10 h 15

Parc Gérard-Laframboise
(surface multifonctionnelle)

155 \$

16 ANS +

PICKLEBALL

Réservation de terrain par bloc (2 à 4 joueurs). Les participants doivent apporter leur raquette.

10 semaines
23 septembre au 2 décembre
Relâche 14 octobre

Lundi
18 h à 18 h 45 (bloc 1)
18 h 50 à 19 h 35 (bloc 2)
19 h 40 à 20 h 25 (bloc 3)
20 h 30 à 21 h 15 (bloc 4)

École De-La-Traversée

170 \$ pour un bloc de 45 min.
en formule saison.



ENTRAÎNEMENT PAR STATION

Ce sport vise à améliorer la condition physique en alliant la force, l'endurance, le cardio, la vitesse, la coordination, l'agilité et l'équilibre.

10 semaines
23 septembre au 2 décembre
Relâche 14 octobre

Lundi 19 h à 20 h

Complexe Élodie-P.-Babin

115 \$

INSCRIPTION «



3 À 5 ANS

DANSE RYTHMIQUE

Fusion parfaite entre l'éveil musical et le cours d'initiation à la danse, ce cours permet une découverte des instruments, des mouvements, de jeux et plus encore !

10 semaines
23 septembre au 2 décembre
Relâche 14 octobre

Lundi 17 h 30 à 18 h 30

Complexe Élodie-P.-Babin

80 \$

KARATÉ : STYLE SHOTOKAN

5 À 9 ANS

Le Karaté est une discipline d'arts martiaux utilisant des coups de pied, des frappes et des blocages défensifs avec les bras et les jambes. Afin d'assurer un bon apprentissage et une certaine progression, une pratique régulière est offerte, à raison de deux fois semaine.

10 semaines (2 fois semaine)
26 septembre au 12 décembre
Relâche 31 octobre et 14 novembre
21 septembre au 14 décembre
Relâche 16 novembre, 30 novembre et 7 décembre

Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Samedi 9 h à 10 h

Complexe Élodie-P.-Babin

200 \$
Prévoir l'achat d'un Karaté blanc.
Notre dojo peut vous aider au besoin.
Frais d'affiliation annuelle de la JKA inclus.



NOUVEAU

16 ANS +

EXTENSA

L'extensa travaille la flexibilité et la mobilité à travers des exercices d'étirements dynamiques, actifs et passifs.

10 semaines
3 octobre au 12 décembre
Relâche 31 octobre

Jeudi 19 h 15 à 20 h 15

École des Moussaillons

140 \$
Matériel à prévoir : tapis de yoga, serviette et coussin au besoin.

KIN-BALL RÉCRÉATIF

7 À 12 ANS

NOUVEAU

À l'aide d'ateliers techniques et ludiques, les joueurs apprivoiseront le kin-ball.

10 semaines
29 septembre au 8 décembre
Relâche 13 octobre

Dimanche 9 h à 10 h

École des Moussaillons

110 \$



7 À 12 ANS

FUTSAL

Les séances sont axées sur le plaisir du sport, la pédagogie, le développement, l'équilibre, la coordination et le jeu avec le ballon.

10 semaines
23 septembre au 2 décembre
Relâche 14 octobre

Lundi
7 à 9 ans 17 h 30 à 18 h 30
10 à 12 ans 18 h 40 à 19 h 40

École des Moussaillons

115 \$

MUAY-THAI

Cette discipline qui s'apparente au kick-boxing allie le cardio, le renforcement, la musculation et la coordination. Parfait pour évacuer le stress tout en développant sa discipline personnelle en misant sur le travail d'équipe. Vous explorerez les différentes techniques et points de frappe.

10 semaines
26 septembre au 12 décembre
Relâche 31 octobre et 14 novembre

Jeudi 19 h 45 à 20 h 45

Complexe Élodie-P.-Babin

135 \$ Gants de boxe requis.

» INSCRIPTION

* Note : les taxes applicables sont incluses pour les activités s'adressant aux personnes de 14 ans et plus.



NOUVEAU

16 ANS +

POUND

Le pound est une discipline qui fusionne le yoga et le Pilates. Cette activité propose un entraînement complet qui intègre des éléments de cardio, de conditionnement physique et de renforcement musculaire.

10 semaines
27 septembre au 29 novembre

Vendredi 19 h à 20 h

École De-La-Traversée

145 \$



16 ANS +

YOGA

Cette session propose des cours de yoga variés : dynamique, doux, musculaire. Les séances sont constituées de différentes séquences de mouvements et d'exercices de respiration et de méditation.

10 semaines
25 septembre au 27 novembre

Mercredi 18 h 45 à 19 h 45

Complexe Élodie-P.-Babin

140 \$ Tapis de yoga requis.

TONUS ET ÉTIREMENTS

50 ANS +

Ce cours vise le raffermissement musculaire ainsi que l'amélioration de la souplesse.

10 semaines
23 septembre au 2 décembre

Relâche 14 octobre

26 septembre au 5 décembre

Relâche 14 novembre

Lundi 9 h à 10 h 15 (groupe A)
10 h 30 à 11 h 45 (groupe B)

Jeudi 10 h à 11 h 15

Complexe Élodie-P.-Babin

115 \$ / 1 fois semaine
200 \$ / 2 fois semaine

Prévoir l'achat d'un ballon d'exercice.



16 ANS +

ZUMBA FITNESS

Séance d'entraînement combinant aérobie et chorégraphie rythmée, favorisant la santé cardiaque, en plus de tonifier et développer les muscles, réduire le stress, améliorer la coordination et la flexibilité.

10 semaines
25 septembre au 27 novembre

Jeudi 19 h 15 à 20 h 15

École De-La-Traversée

140 \$



NOUVEAU

16 ANS +

IPAD - INTERMÉDIAIRE

Ce cours explore les réglages importants et l'utilisation de l'espace de mémoire et de sauvegarde (iCloud). Il explore également les différentes applications utiles dans la vie de tous les jours (contact, calendrier, messages, Face Time, GPS et autres) et les applications de loisirs (photo, musique et autres).

5 semaines (2 fois semaine)
23 septembre au 28 octobre

Relâche 14 octobre

26 septembre au 24 octobre

Lundi 9 h à 11 h 30
jeudi 9 h à 11 h 30

Complexe Élodie-P.-Babin

Gratuit
iPad requis.

ACTIVITÉS «



0 À 12 ANS

DANSE D'HALLOWEEN POUR ENFANTS

Viens danser et t'amuser au son d'une musique entraînante ! Ambiance festive et animateurs sur place.

Vendredi 25 octobre

17 h 30 à 19 h - pour les 0 à 6 ans

Doivent être accompagné d'un parent en tout temps

19 h 30 à 22 h - pour 7 à 12 ans

Complexe Élodie-P.-Babin

Places limitées - Inscription obligatoire



En collaboration avec la Ville de Delson

PRÉSENTATION DE LA PIÈCE DE THÉÂTRE *Un conte de jardin*

Au petit matin, un escargot mâche une dernière feuille avant de rentrer dans sa coquille. À ses côtés, une rose prend un bain de soleil profitant de la fraîcheur matinale. Le jardin et ses habitants s'animent joyeusement. Soudain, un vent déchaîné se lève et des ombres menaçantes se fracassent dans le ciel. La tempête passe, le jardin se redresse, mais une chose étrange s'est agrippée aux épines du rosier.

Samedi 28 septembre 13 h

**Stationnement du centre
communautaire Conrad Monette**
1, 1^{ère} Avenue, Delson

Gratuit - Places limitées !
lepointdevente.com/villededelson
jusqu'au 27 septembre 10 h 30

MARCHÉ DE NOËL

3^e édition

Venez rencontrer des
marchands et artisans
de la région et découvrez
des produits uniques
que vous pourrez offrir en
cadeau. Une belle façon
d'encourager local !

Vendredi 15 novembre :
13 h à 20 h

Samedi 16 novembre :
10 h à 16 h

Complexe Élodie-P.-Babin
2235, route Édouard-VII

COMPÉTITION SPORTIVE

Le 22 septembre, Saint-Philippe
organise sa première compétition
sportive, style parcours et
obstacles.

22 septembre
13 h à 16 h

Parc Gérard-Laframboise

» CATÉGORIES

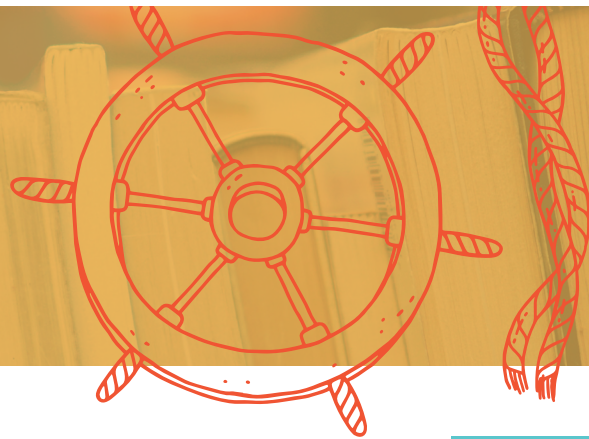
12 à 14 ans	36 à 45 ans
15 à 17 ans	46 à 55 ans
18 à 25 ans	56 ans et +
26 à 35 ans	

» PRIX À GAGNER DE 50 \$ / CATÉGORIE

» CAMION DE RUE SUR PLACE

VENEZ ENCOURAGER LES ATHLÈTES !

- Bibliothèque - LE VAISSEAU D'OR



HEURES D'OUVERTURE

L	M	M	J	V	S	D
-	10h	10h	10h	9h	9h	13h
-	20h	20h	20h	12h	13h	17h

» INSCRIPTION ET INFORMATION

☎ 450 659-7701, poste 533

✉ bibliotheque@ville.saintphilippe.quebec

BORNE AUTO-PRÊT

Une borne d'auto-prêt est maintenant accessible à la bibliothèque. Vous pouvez y faire vos prêts et renouvellements, en plus d'y consulter votre dossier. Idéal pour éviter l'attente au comptoir de services. Vous devez avoir votre carte en main.

Sur les heures d'ouverture de la bibliothèque

SEMAINE DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES

Du 19 au 26 octobre aura lieu la *Semaine des bibliothèques publiques du Québec* sous le thème *Ma biblio aux mille et un visages*.

LIVRES BONBONS *Littérature jeunesse*

Emprunte un livre mystère, soigneusement enveloppé de sorte que son contenu reste une énigme jusqu'à ce qu'il soit déballé.

📅 22 au 31 octobre

💰 Gratuit

CLUB DE LECTURE POUR LES ADULTES

18 ANS +

Notre club se veut convivial et sans prétention. Les lectures sont en alternance libres ou thématiques. Si le partage de vos coups de cœur vous intéresse, n'hésitez pas à vous inscrire.

📅 Les premiers jeudis du mois à 19 h

5 septembre : Littérature québécoise

3 octobre : Lecture commune *La douce empoisonneuse*

7 novembre : Un essai sur un thème de l'actualité

💰 Gratuit - Inscription obligatoire

HEURES DU CONTE *avec P'tits cœurs contes*

0 À 5 ANS

📅 Heures du conte en pyjama

Les mardis : 10 septembre / 8 octobre / 12 novembre

18 h 30 pour les 3-5 ans (50 minutes)

📅 Heures du conte

Les samedis : 28 septembre / 26 octobre

10 h pour les 0-36 mois (30 minutes)

10 h 40 pour les 3-5 ans (50 minutes)

💰 Gratuit - Inscription obligatoire



5 À 11 ANS

ZOOLECTURE

La zoolecture est un dérivé de la zoothérapie. Elle permet aux enfants de pratiquer leur habileté de jeune lecteur tout en passant un bon moment avec un animal présent pendant l'atelier.

📅 Les samedis : 14 septembre / 12 octobre / 9 novembre

10 h 30

💰 Gratuit - Inscription obligatoire

- Bibliothèque - LE VAISSEAU D'OR



JOURNÉE DE LA CULTURE

Venez profiter des mélodies du pianiste Marc Des Prés en visitant notre bibliothèque.

 **Samedi 28 septembre 11 h à 13 h**

 **Gratuit** - Entrée libre



TOUTE LA FAMILLE

LA BIBITTE-MOBILE

Observez des insectes vivants de près. Les plus courageux pourront en goûter quelques-uns !

 **Jeudi 24 octobre 16 h à 19 h**

 **Gratuit**



ADULTE

LETTRES ATTACHÉES

Participez à un atelier créatif en groupe où le poète **Charles Sagalane**, en direct du Nord-du-Québec par visioconférence, vous proposera des exercices d'écriture pour créer un court texte poétique.

 **Samedi 5 octobre 14 h à 16 h**

Participez à un atelier créatif en groupe où la romancière **Christine Brouillet**, en direct de la Côte-Nord par visioconférence, vous proposera des exercices d'écriture pour créer une courte scène comme on peut en lire dans ses romans. Elle vous donnera aussi de bonnes pistes pour la terminer.

 **Samedi 16 novembre 14 h à 16 h**

 **Gratuit** - Inscription obligatoire



LETTRE AU PÈRE NOËL

Viens écrire ta lettre au Père Noël dans notre atelier spécial. La lettre pourra être déposée dans notre boîte aux lettres qui mène directement au Pôle Nord.

 **1^{er} novembre au 8 décembre**

 **Gratuit** - Entrée libre



ADULTE

RITUEL DE SORCIÈRES

Joignez-vous à nous pour un rituel magique et mystérieux. Créez votre propre potion, et découvrez les secrets d'un rituel réussi. Une expérience unique vous attend, sous la lueur des bougies et au son des incantations.

 **Mercredi 23 octobre 18 h**

 **Places limitées** - Inscription obligatoire

GRANDE SEMAINE DES TOUT PETITS



LE LIVRE DU TOUTOU

Amène ton toutou à la bibliothèque pour qu'il choisisse un livre pendant la nuit. Les bibliothécaires en prendront bien soins. Activité dans le cadre de la *Grande semaine des tout petits*.

 **Entre le 14 et le 17 novembre**

Dépose ton toutou sur les heures d'ouverture

Entre le 21 et le 24 novembre

Récupère ton toutou et le livre qu'il aura choisi pour toi !

 **Gratuit**

» MA COMMUNAUTÉ

Café-Liberté 50 Saint-Philippe

CAFÉ LIBERTÉ 50 SAINT-PHILIPPE

Le Café liberté 50 s'assure de divertir les aînés, promouvoir la vie active et briser l'isolement aux personnes de 50 ans et plus.

Carte de membre au coût annuel de 20 \$.

Reprise des activités régulières et des activités spéciales le 3 septembre prochain.

» INFORMATION

- ☎ 450 659-4108 / 450 659-3970
- ✉ cafe.lib50.stphilippe@gmail.com
- f facebook.com/CafeLiberte50



MAISON DES JEUNES AU REPÈRE

Le Repère offre aux jeunes de 12 à 17 ans un endroit pour devenir critique, actif et responsable.

Service de navette gratuit, informe-toi !

Sorties à l'horaire :

les pommes, la ronde, sport et bien plus !

» INFORMATION

- ☎ 450 659-0428
- ✉ mdjaurepere.stp@outlook.com
- 🌐 mdjaureperestp.wixsite.com/mdjstp
- f facebook.com/mdjstphilippe



CLUB DE L'ÂGE D'OR

Les activités du Club de l'âge d'or reprendront le mercredi 11 septembre prochain à 13 h, au Complexe Élodie-P.-Babin.

Parties de cartes et bingo sont au programme !

Carte de membre au coût annuel de 25 \$.

Bienvenue à tous !

» INFORMATION

- ☎ 450 907-3007



SERVICE D'ENTRAIDE

Demande d'aide alimentaire

Si votre situation financière est difficile, le Service d'entraide de Saint-Philippe peut vous aider.

Laisser un message au 450 907-0839 ou par courriel avant 15 h les mardis. Le retour d'appel se fera d'un numéro confidentiel.

Demande de panier de Noël :

1^{er} au 30 novembre

Guignolée :

Dimanche 1^{er} décembre

» INFORMATION

- ☎ 450 907-0839
- ✉ serv.entraide.stphilippe@gmail.com
- f facebook.com/aidealiment



» MA COMMUNAUTÉ



PATINAGE ROUSSILLON

Organisme à but non lucratif dont la mission est d'offrir aux citoyens, de l'enseignement et de l'entraînement de patinage artistique, tout en encourageant la pratique et le développement de tous les aspects du patinage.

À partir de 3 ans.

» INFORMATION

 patinageroussillon.ca

 facebook.com/patinageroussillon



ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR DE DELSON

Les inscriptions pour la saison 2024-2025 sont en cours. Communiquez avec le registraire de l'AHM Delson.

Invitation

Les nouveaux patineurs sont invités à venir patiner avec une équipe d'entraîneurs le samedi 31 août à 12 h à l'aréna de Delson (équipement requis : casque et gants).

» INFORMATION

 ahmd.ca

 registraireahmd@gmail.com



ENSEMBLE VOCAL CHANT O VENT

Vous aimez le chant populaire ? Vous voulez partager le plaisir de chanter en cœur ? Joignez votre voix à la nôtre !

18 ans + :

Les mercredis soir, de 19 h à 21 h 30, à compter du 4 septembre
Centre Frank Vocino, 4, boul. Montcalm Sud, Candiac

8 à 14 ans :

Les lundis soirs, de 18 h 30 à 20 h, à compter du 9 septembre
La Fabrique 59 - Centre Claude Hébert, 59, ch. Haendel, Candiac

Coût : 275 \$ pour l'année

» INFORMATION

 **450 638-4480**

 geoffroy.lyse@gmail.com

 facebook.com/profile.php?id=100063660572691



KIN-BALL RIVE-SUD

Le kin-ball est un sport inventé au Québec qui a tout pour plaire !

L'utilisation d'un énorme ballon attire l'attention des petits et des grands au 1^{er} coup d'œil.

Tous peuvent pratiquer ce sport accessible et coopératif !

» INFORMATION

 **450 748-1388**

 rive-sud@kin-ball.qc.ca

 kin-ball.qc.ca

 facebook.com/arkbrs

CONCOURS HALLOWEEN

DANS TA RUE



VOTRE RUE EST LA MIEUX DÉCORÉE, LA PLUS DIVERTISSANTE OU LA PLUS ANIMÉE POUR LA FÊTE DE L'HALLOWEEN? ON VEUT LE SAVOIR!

Inscrivez-vous pour avoir une chance de recevoir la fête d'Halloween dans votre rue!

INSCRIPTIONS DU 1^{er} AU 20 OCTOBRE

Formulaire d'inscription :
ville.saintphilippe.quebec/halloween

JEUDI 31 OCTOBRE 17 H 30 À 20 H

LE SOIR DE L'HALLOWEEN...

- 🎃 DJ dans ta rue
- 🎃 Équipe d'animation
- 🎃 Distribution de bonbons

ville.saintphilippe.quebec



La rue gagnante sera annoncée quelques jours avant l'Halloween!

