

LE

# Piémontais

BULLETIN LOISIRS

Automne 2022

Vol. 21, no 2

## À L'INTÉRIEUR...

ENTENTE..... 4

ACTIVITÉS..... 16

BIBLIOTHÈQUE..... 20

## TABLE DES MATIÈRES

Modalités d'inscription .....	3
Entente intermunicipale .....	4
Cours   programmation .....	6
Programme des activités .....	16
Journées de la culture .....	19
Bibliothèque .....	20
Politique de soutien à l'excellence .....	22
La table des aînés .....	23
Spécial 100 <sup>e</sup> .....	24

Librairie  
**lu&relu**  
La librairie écologique des  
Auteurs

**FOIRE DES BOUQUINISTES**  
Vente de livres et CD à petits prix.

<b>Vendredi</b> 16 septembre 12h à 17h	<b>Samedi</b> 17 septembre 10h à 17h	<b>Dimanche</b> 18 septembre 10h à 15h30
--	--	--

**GARE DE PIEDMONT À PIEDMONT**

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

### ADMISSIBILITÉ

Les résidents de Piedmont peuvent s'inscrire à toutes les activités décrites à l'intérieur de ce programme. Les non-résidents sont les bienvenus et devront payer des frais additionnels pour certaines activités.

Pour certaines activités, l'inscription se fait à l'hôtel de ville et pour d'autres directement auprès du professeur. Voir les spécificités dans le descriptif des activités.

**Les prix des inscriptions peuvent changer sans préavis.**



## POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Il est possible d'annuler votre inscription. Vous devrez payer une pénalité si le cours a débuté.

### Annulation avant le début des cours

Si vous annulez votre inscription avant le début des cours, le montant total de votre inscription sera remboursé.

### Annulation après le début des cours

Si les cours sont commencés, vous devrez payer ces 2 montants :

- Le coût des cours déjà suivis;
- Une pénalité correspondant au plus petit des montants suivants : 50 \$ ou 10 % du prix des cours qui n'ont pas été suivis.

### Par exemple

Vous êtes inscrit à une série de 10 cours. Vous souhaitez annuler votre inscription après 2 cours. Comme les cours coûtent au total 250 \$, vous devrez payer 50 \$ pour les 2 cours suivis. Vous devrez aussi payer une pénalité de 20 \$, qui correspond à 10 % du prix des cours restants. La municipalité vous rembourse donc 180 \$ sur votre inscription de 250 \$.

### Pour informations

Communiquez avec Mélissa Paquette au Service des loisirs au 450 227-1888, poste 230 ou par courriel : techloisirs@piedmont.ca



## ACTIVITÉS - ENTENTE INTERMUNICIPALE

Une entente intermunicipale conclue entre sept municipalités soit Morin-Heights, Piedmont, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, Saint-Adolphe-d'Howard et Saint-Sauveur permet aux citoyens de celles-ci de **s'inscrire aux activités offertes dans cette entente et de bénéficier de la tarification des résidents.**

### Modalités d'inscription

Suivre la procédure d'inscription de la municipalité qui offre l'activité de votre choix. Des preuves de résidence demeurent requises pour s'inscrire auprès de chacune des municipalités. Nous vous suggérons de consulter le site Internet ou de communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir les procédures d'inscription, les dates, les horaires, les coûts et les places disponibles.

### Modalités de remboursement

Les modalités de remboursement sont celles qui sont en vigueur dans la municipalité qui offre l'activité.

### ACTIVITÉS OFFERTES DANS L'ENTENTE

#### ADULTES

Cardio latino • Morin-Heights	Fitness maman bébé • Saint-Sauveur
Cardio swing • Morin-Heights	Flexi-danse • Morin-Heights
20 Cardios, 20 Musculations, 20 Abdos et étirements • Piedmont	Peinture sur céramique • Piedmont et Morin-Heights
Club de marche • Sainte-Adèle	Qi Gong • Saint-Adolphe-d'Howard et Morin-Heights
Comment utiliser son iPad • Sainte-Anne-des-Lacs	Stretching et tonus • Sainte-Anne-des-Lacs
Comment utiliser son iPad intermédiaire • Sainte-Anne-Des-Lacs	Solo latino • Morin-Heights
Conversation anglaise • Morin-Heights	Tai-chi • Saint-Sauveur et Piedmont
Danse en ligne débutant 1 • Saint-Sauveur et Sainte-Anne-des-Lacs	Tai-chi Yang • Morin-Heights
Danse en ligne débutant 3 • Sainte-Anne-des-Lacs	Vitrail • Piedmont
Danse baladi • Piedmont	Yogalates • Morin-Heights
Danse gitane • Piedmont	Yoga sur chaise • Sainte-Anne-des-Lacs
Espagnol (tous les niveaux) • Sainte-Adèle et Morin-Heights	Yoga • Saint-Adolphe-d'Howard et Piedmont
Essentrics • Sainte-Adèle	Yoga régénérateur • Morin-Heights
	Zumba • Saint-Adolphe-d'Howard
	Zumba Gold • Sainte-Anne-des-Lacs



#### JEUNES

Danse contemporaine • Sainte-Adèle
Danse créative • Sainte-Adèle
Danse écossaise (6 ans et +) • Morin-Heights
Danse hip-hop • Sainte-Adèle et Sainte-Anne-des-Lacs
Hockey cosom • Sainte-Adèle
Judo ados • Saint-Sauveur
Peinture sur céramique • Piedmont et Morin-Heights
Sciences en folie • Sainte-Adèle
Soccer amical • Saint-Adolphe-d'Howard

#### PARENT-ENFANT

Ateliers culinaires • Sainte-Adèle
Formation « je me garde seul » (8-12 ans) • Sainte-Adèle
Yoga • Piedmont

#### POUR INFORMATION

**Municipalité de Morin-Heights**  
450 226-3232, poste 132 • morinheights.com

**Municipalité de Piedmont**  
450 227-1888, poste 230 • piedmont.ca

**Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard**  
819 327-2626 • stadolphedhoward.qc.ca

**Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs**  
450 224-2675, poste 262 • sadl.qc.ca

**Ville de Sainte-Adèle**  
450 229-2921, poste 7244 • ville.sainte-adele.qc.ca

**Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson**  
450 228-2543, poste 221 • lacmasson.com

**Ville de Saint-Sauveur**  
450 227-0000, poste 4000 • vss.ca

## COURS DE YOGA (6 À 11 ANS)

Session	Horaire	Lieu
Début le 8 octobre (7 semaines)	Samedi de 9 h à 10 h	Salle polyvalente de la Gare de Piedmont

\*Congé le 19 novembre

Par Sophie Maranda, petits yogis

Un cours ludique basé sur le mouvement, la respiration et la relaxation. Votre enfant repartira avec des outils pour l'aider à gérer le stress et les émotions, tout en améliorant son bien-être physique. Équipements nécessaires : tapis de yoga, bouteille d'eau et vêtements confortables.

**Inscriptions jusqu'à une semaine avant la date de l'activité.**

### Coût

90 \$ résident \* / 105 \$ non-résident

\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

### Renseignements et inscriptions :

Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230

## 20 CARDIOS, 20 MUSCULATIONS, 20 ABDOS ET ÉTIREMENTS

Session	Horaire	Lieu
Début semaine du 12 septembre (12 semaines)	Lundi de 9 h à 10 h Jeudi de 9 h à 10 h	Salle polyvalente de la Gare de Piedmont

Par Lise Doyon

Pour se muscler en douceur ! Entraînement sans effort violent. Travaille les abdos, les jambes et l'équilibre. Tonification complète du corps. Augmente l'endurance et la souplesse.

### Coût

1 fois / semaine : 100 \$ résident \* / 120 \$ non-résident

2 fois / semaine : 200 \$ résident \* / 220 \$ non-résident

\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

### Renseignements et inscriptions :

Lise Doyon : 450 675-1812

## COURS DE YOGA

Session	Horaire	Lieu
Début semaine du 12 septembre (12 semaines)*	Mardi de 10 h 30-11 h 30 (Yoga doux 55+) Mercredi de 16 h 30-17 h 30 (Yoga pour tous)	Salle polyvalente de la Gare de Piedmont

\*Congé le 1<sup>er</sup> et 2 novembre

Par Lynda Dupont  
yosozen.com

Lynda est une passionnée du bien-être physique, mental et spirituel. Massothérapeute depuis plus de 23 ans, fondatrice de Yoso Zen depuis 2015.

La pratique du Yoga est centrée sur la respiration fluide avec le mouvement, le ressenti, l'alignement du corps, le respect de ses propres limites sans jugement avec un regard tourné vers l'intérieur de soi.

**Un cours de Yoga adapté pour les 55 ans et + (cours mardi) :** Pour ceux qui ont des limitations physiques et/ou pour ceux qui préfère tout simplement bouger en conscience et douceur.

**Un cours de Yoga pour tous (cours mercredi) :** Le Yoga est une pratique d'ensemble de posture (asana) d'étirement, de respiration, d'alignement, de prise de conscience de nos propres limites... qui apporte un bien-être physique et mentale. Chacune des séances est inspirée du moment présent, ce qui les rend uniques.

### Coût

140 \$ résident \* / 155 \$ non-résident (par cours)

\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

### Renseignements et inscriptions

**avant le 9 septembre :**

Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230



## TAI CHI

<b>Session</b> Session 1   12 septembre au 24 octobre Session 2   31 octobre au 12 décembre	<b>Horaire</b> Lundi de 10 h 30 à 12 h 30	<b>Lieu</b> Salle polyvalente de la Gare de Piedmont
---	--	---

Par Michèle Gendron, de l'École de Tai Chi libre

Lente gymnastique élégante et sophistiquée apaisant le système nerveux. Mouvements, étirements et rotations pour libérer les tensions accumulées. Ambiance recueillie.

L'École de Tai Chi libre se spécialise dans la pratique d'un tai chi thérapeutique visant essentiellement la compréhension du phénomène des stress accumulés dans l'organisme et l'apprentissage de différents moyens pour s'en délivrer. Mouvements doux et apaisants équilibrant le système nerveux. Mouvements lents dans une ambiance de méditation pour ralentir son rythme et mieux respirer. Étirements spécifiques pour l'hygiène du dos. L'ensemble de ces trois techniques procure un mieux-être physique, mental et émotionnel.

**Il est possible de rejoindre le groupe tout au long de la session.**

**Coût**  
 140 \$ (par session) \*  
 \* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

**Renseignements et inscriptions :**  
 Michèle Gendron : 450 712-6834



Tai Chi

## COURS DE DANSE ORIENTALE (BALADI)

<b>Session</b> Début le 7 octobre (11 semaines*)	<b>Horaire</b> Vendredi de 10 h 15 à 11 h 30 (niveau intermédiaire**) Vendredi de 11 h 45 à 13 h (niveau débutant)	<b>Lieu</b> Salle polyvalente de la Gare de Piedmont
--	--	---

\*Il n'y aura pas de cours le vendredi 14 octobre.

\*\*Niveau intermédiaire : Maitriser les mouvements de base en danse orientale-baladi

Par Hélène Sanschagrin, membre de l'Association québécoise de la danse orientale raksbohemia.ca

La féminité dans toute sa splendeur ! Offrez-vous un moment d'exploration et d'évasion digne des Mille et Une Nuits dans une atmosphère de confiance aux rythmes des mélodies voluptueuses du Moyen-Orient. Développez votre capacité à isoler et à rendre fluides les différents groupes musculaires. Adoptez une meilleure posture et exprimez l'élégance dans le mouvement. Accessoires (canne, voile, sagates, etc.) seront de la partie. S'adresse aux femmes de tous âges qui veulent prendre conscience de leur corps, développer souplesse, coordination et tonicité. Un moment de grâce avec soi-même.

**Tenue vestimentaire :** vêtements confortables (nul besoin de danser le ventre nu pour s'adonner à la danse du ventre !) Se pratique avec chaussons, ballerines ou pieds nus.

**Coût**  
 140 \$ résident \* / 155 \$ non-résident  
 \* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

**Renseignements et inscriptions avant le 23 septembre :**  
 Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230



Danse orientale (Baladi)

## COURS DE DANSE GITANE

Session	Horaire	Lieu
Début le 14 septembre (12 semaines*)	Mercredi de 10 h 15 à 11 h 30 (niveau intermédiaire) Mercredi de 11 h 45 à 13 h (niveau débutant)	Salle polyvalente de la Gare de Piedmont

\*Il n'y aura pas de cours le mercredi 12 octobre.

Par Héléne Sanschagrín, membre de l'Association québécoise de la danse orientale raksbohemia.ca

Voyagez par la danse et découvrez la bohémienne en vous ! Les danses gitanes s'inspirent des cultures de l'Inde, du Moyen-Orient (tribales des Bédouins, baladi, Roms, Turcs), de l'Europe de l'Est (tziganes de Russie et des Balkans) et du flamenco andalou. Le corps et l'esprit sont mis à contribution pour exprimer un éventail d'expressions (liberté, fluidité, douceur, sensualité, fougue) et amène conscience corporelle, souplesse, force, coordination et équilibre, libération du stress et des tensions, confiance en soi. Dans un esprit de camaraderie et de bonne humeur, ce cours vous permet d'apprendre à votre rythme, tout en vous amusant. Pour un voyage harmonieux à travers soi.

**Tenue vestimentaire :** vêtements confortables et jupe (25 verges). Se pratique avec chaussons, ballerines ou pieds nus. Pour celles qui le désirent, prêt de jupe pour la durée du cours ou achat auprès du professeur.

### Coût

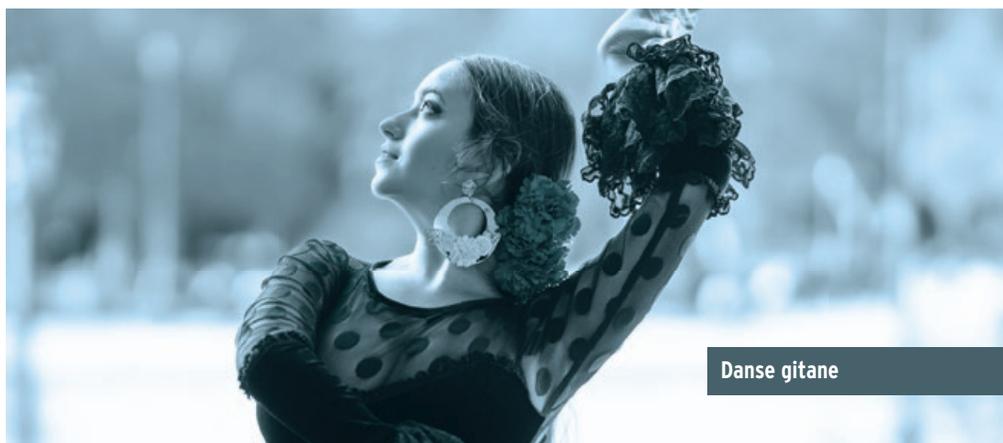
150 \$ résident \* / 165 \$ non-résident

\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

### Renseignements et inscriptions

avant le 9 septembre :

Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230



Danse gitane

## PEINTURE SUR CÉRAMIQUE (5 À 12 ANS)

Session	Horaire	Lieu
Début le 9 octobre (8 semaines)	Dimanche de 9 h à 10 h 30 (5 à 8 ans) et de 10 h 45 à 12 h 15 (9 à 12 ans)	Salle polyvalente de la Gare de Piedmont

Par Nina Peyron

Venez découvrir différentes techniques de peinture sur céramique. Les ateliers sont d'une durée d'une heure trente chacun. Tout l'équipement nécessaire est inclus. La peinture utilisée est non toxique et ne tâche pas, idéale pour les enfants. Une fois peintes, les céramiques nécessitent une cuisson à température élevée dans un four spécifique. Les cuissons seront effectuées d'une semaine à l'autre, les artistes auront donc le plaisir de commencer chaque cours avec la surprise de découvrir leur céramique de la semaine précédente.

Description :

- 9 octobre Utilisation de pochoirs + éponges (sur assiette moyenne)
- 16 octobre Projet libre sur le thème d'Halloween (choix parmi une sélection de céramique sur le thème citrouille, fantôme, sorcière, etc.)
- 23 octobre Empreintes de mains, de pieds ou de feuilles d'automne (sur grande assiette)
- 30 octobre Pratique des coulures + *splatch* à la brosse à dent (sur bol)
- 6 novembre Utilisation d'écrans de soie (*silk screen*) (sur tasse)
- 13 novembre Utilisation d'étampes (sur assiette moyenne)
- 20 novembre Technique des bulles (sur grande assiette)
- 27 novembre Création libre accompagnée (céramique au choix parmi une sélection)

### Coût

200 \$ résident \* / 225 \$ non-résident

\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

### Renseignements et inscriptions

avant le 23 septembre :

Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230

## PEINTURE SUR CÉRAMIQUE (13 ANS ET PLUS)

<b>Session</b> Début le 15 septembre (8 semaines)	<b>Horaire</b> Jeudi de 18 h 30 à 20 h 30	<b>Lieu</b> Salle polyvalente de la Gare de Piedmont
---	--	--

Par Nina Peyron

Venez découvrir différentes techniques de peinture sur céramique. Les ateliers sont d'une durée de deux heures chacun. Tout l'équipement nécessaire est inclus. La peinture utilisée est non toxique et ne tâche pas. Une fois peintes, les céramiques nécessitent une cuisson à température élevée dans un four spécifique. Les cuissons seront effectuées d'une semaine à l'autre, les artistes auront donc le plaisir de commencer chaque cours avec la surprise de découvrir leur céramique de la semaine précédente.

Description :

15 septembre Réalisation d'un bol pastèque (bol)

22 septembre Technique du tape (grande assiette)

29 septembre Ciel étoilé (tasse)

6 et 13 octobre Technique du grattage (assiette moyenne)

20 octobre, 27 octobre et 3 novembre Assiette Mandala (assiette moyenne ou grande)

**Coût**  
200 \$ résident \* / 225 \$ non-résident  
\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

**Renseignements et inscriptions  
avant le 9 septembre :**  
Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230



Peinture sur céramique

## COURS DE VITRAIL

<b>Session</b> Début le 20 septembre (6 semaines)	<b>Horaire</b> Mardi de 18 h à 21 h *Demande de la force dans les mains	<b>Lieu</b> Salle polyvalente de la Gare de Piedmont
---	---	--

Par Catherine Allard

Ce cours est offert aux débutants et aux avancés. Nous y travaillons la méthode traditionnelle du vitrail, dont la coupe du verre, le sablage, le cuivrage et l'assemblage à l'étain et du plomb.

Débutants vous y ferez une petite pièce

Avancés vous y peaufinerez votre art avec les trucs de la spécialiste

L'outillage est fourni. Vous devez acheter votre matériel périssable, environ 100 \$ (petite boutique à St-Sauveur) ou sur le Web.

**Coût**  
150 \$ résident \* / 165 \$ non-résident  
\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

**Renseignements et inscriptions  
avant le 9 septembre :**  
Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230



Cours de vitrail

## KARATÉ

<b>Session</b> Activité au mois : début semaine du 7 septembre	<b>Horaire</b> (lundi et mercredi) 18 h à 19 h : débutant 19 h à 20 h : avancé	<b>Lieu</b> Salle polyvalente de la Gare de Piedmont
---	--	---

Par Christian Morin



**Style :** Shorinjiryu Shindo

L'apprentissage du karaté est un excellent moyen de s'assurer d'une bonne mise en forme tout en développant la confiance en soi, la maîtrise du corps et de l'esprit. Activité recommandée autant pour les adultes que pour les enfants. Le karaté enseigne le respect et la discipline. Belle activité à faire en famille ! Possibilité de faire une semaine d'essai gratuitement. Les cours sont ouverts à tous !



**Coût**  
60 \$ / mois (2 cours / sem.)

**Renseignements et inscriptions :**  
Christian Morin : 514 248-3932



## LES WEEK-ENDS ARTISTIQUES POUR TOUS

<b>Session</b> 4, 11 et 18 décembre	<b>Horaire</b> Dimanche de 9 h à 12 h (tous les âges)	<b>Lieu</b> Salle polyvalente de la Gare de Piedmont
--	--	---

### Les week-ends artistiques débarquent en décembre !

En couple, en famille, entre amis ou en solo, laissez-vous porter par l'esprit du temps des fêtes en assistant aux ateliers libres de **peinture sur céramique** sur le thème de Noël. Une farandole de tasses, assiettes, sapins, bonhommes de neige et autres ornements prêts à peindre vous attendront les 4, 11 et 18 décembre de 9 h à 12 h à la salle polyvalente de la Gare de Piedmont.

Chaque participant choisira sa céramique et ses couleurs parmi une sélection donnée, et laissera libre cours à son imagination ! Venez avec vos idées, l'atelier sera guidé et vous serez accompagné !

Sur un fond de musique du temps des fêtes et de senteur de cannelle, moment de créativité et de partage dans la plus douce des ambiances de Noël garantie !

**Coût**  
75 \$ résident \* / 100 \$ non-résident  
\* Ce cours fait partie de l'entente intermunicipale

**Renseignements et inscriptions avant le 25 novembre :**  
Service des loisirs : 450 227-1888, poste 230





## CARDIO PLEIN AIR

Venez prendre l'air au Parc du chemin du Pont avec Cardio Plein Air !

Découvrez notre nouvel horaire pour la session d'automne

### Cours de Cardio-Fit

Du 12 septembre au 18 décembre 2022  
De 8 h 30 à 9 h 30 • Durée : 14 semaines

### Cours de Plein Air Zen

Du 12 septembre au 18 décembre 2022  
De 9 h 15 à 10 h 15 • Durée : 14 semaines

Pour information, communiquez avec Lyne Bissonnette de **Cardio Plein Air Laurentides** au 514 914-2858, laurentides@cardiopleinair.ca. ou consultez leur site Web à : [cardiopleinair.ca/cpa\\_franchise/franchise\\_23/#horaires](http://cardiopleinair.ca/cpa_franchise/franchise_23/#horaires)

## VÉLO À NOTRE SANTÉ

On roule pour l'hôpital

N'oubliez pas d'inscrire la date du **11 septembre 2022** à votre agenda et venez rouler au profit de la Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme.

Pour vous inscrire ou pour plus d'informations, consultez le : [veloanotresante.com](http://veloanotresante.com)



## CLUB OPTIMISTE VALLÉE DE SAINT-SAUVEUR



Plusieurs activités pour les jeunes

**Pour informations** consultez notre page Facebook : [facebook.com/cluboptimistevss](https://facebook.com/cluboptimistevss)  
C. P. 4 Saint-Sauveur JOR 1R0  
[cluboptimistedesaintsauveur@gmail.com](mailto:cluboptimistedesaintsauveur@gmail.com)



Prix résident de la MRC des Pays-d'en-Haut (Glace Ste-Adèle) ————— 175 \$  
Prix non-résident \* ————— 350 \$  
\* Généralement une portion est remboursée par votre ville.

## HOCKEY FÉMININ MINI-PALETTES LE HOCKEY FÉMININ DÉPLOIE SES "ELLES"

C'est avec une joie contagieuse que la Ligue les Palettes Roses vous annonce son nouveau projet de HOCKEY FÉMININ MINI-PALETTES.

Fort du succès de nos journées d'initiation et de la demande des filles pour jouer régulièrement, nous sommes heureuses de vous proposer une formule d'initiation/participation aux filles de 7-12 ans.

Les joueuses pourront développer leurs habiletés dans un environnement favorisant le Plaisir, le Respect, l'Entraide et la Sécurité. La formule sera simple et amusante alliant pratique et partie. Nos entraîneuses, arbitres et bénévoles-Palettes Roses seront heureuses de vous partager leur passion.

Des heures de glace au nouveau Centre Sportif Pays-d'en-Haut seront disponibles. La saison se déroulera de septembre 2022 à mars 2023 à raison d'une heure par semaine. La plage horaire sera la même à chaque semaine.

**Abonnez-vous à la Page de la Ligue de hockey les Palettes Roses pour plus d'informations.**

[facebook.com/Ligue-de-hockey-les-Palettes-Roses-2074508022565085](https://facebook.com/Ligue-de-hockey-les-Palettes-Roses-2074508022565085)

Le lien pour l'inscription sera disponible sous peu sur cette page Facebook.

Pour plus d'informations, veuillez nous écrire à l'adresse courriel suivante : [inscription.palettesroses@gmail.com](mailto:inscription.palettesroses@gmail.com)



## PROGRAMME D'ACCÈS LOISIRS DES PAYS-D'EN-HAUT

En partenariat avec les villes de Sainte-Adèle, Saint-Sauveur, Morin-Heights, Sainte-Anne-des-Lacs, Piedmont, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et la Maison de la famille des Pays-d'en-Haut, le programme Accès-Loisirs Québec est en vigueur cet automne. Ce programme offre aux personnes de 0 à 99 ans vivant une situation de faible revenu la possibilité de participer à des activités de loisir gratuitement, et ce, dans le respect et la confidentialité. Cette opportunité permet à la clientèle inscrite de briser l'isolement et de participer à la vie sociale de son quartier au même titre que tous les autres citoyens et citoyennes.

Pour bénéficier du programme, vous devez présenter une preuve de revenu lors de votre inscription. Pour en savoir plus sur ce programme, veuillez communiquer avec le Service des loisirs au 450 227-1888, poste 230.

La période d'inscription aura lieu le mercredi 14 septembre de 17 h à 20 h à la Maison de la famille situé au 480, rue des Capucines à Sainte-Adèle.



## MAISON DE LA FAMILLE DES PAYS-D'EN-HAUT

La Maison de la famille sera de retour le 29 août! Nous vous attendons en grand nombre pour nos portes ouvertes le 9 septembre 2022. Surveillez notre page Facebook pour plus de détails sur l'événement et pour le dévoilement de notre programmation d'automne.

## THÉMATIQUE 2022 : HAUT ET FORT !

30 septembre, 1<sup>er</sup> et 2 octobre 2022

Cette année, la thématique des Journées de la culture s'arrime à celle de la campagne promotionnelle : **Haut et fort!**

Elle prend la forme d'un cri de ralliement, qui réfère à ce que la culture représente pour chacun d'entre nous, à la **fierté** et aux **bienfaits** qu'elle induit.

**La route de la soie en danse, présentée par les Muses en danse.**

**SPECTACLE INTERACTIF ET PARTICIPATIF  
le samedi 1<sup>er</sup> octobre à 13 h à la Gare de  
Piedmont, 146, ch. de la Gare**

**Les Muses en danse**, une initiative de femmes de tous âges passionnées de danses du Moyen-Orient (danse orientale-baladi et danses gitanes) de la région des Laurentides. Elles se rencontrent toutes les semaines à Piedmont pour le plaisir de danser. Par le spectacle, elles ont le désir, à leur façon et en toute simplicité, d'inspirer la joie, en faisant connaître cet art millénaire, bénéfique à tant de femmes.



Photo : Pierre Filteau Photographe



## UNIVERSITÉ DU 3<sup>E</sup> ÂGE

**Après 50 ans... J'étudie à l'université!**

Clientèle : Personnes de 50 ans et plus qui désirent poursuivre leur formation et apprendre tout au long de leur vie.

### Objectifs

- Faciliter l'acquisition de connaissances
- Combattre l'isolement chez les personnes âgées
- Favoriser l'intégration des personnes âgées dans la vie culturelle et sociale
- Promouvoir les échanges
- Appuyer les personnes âgées dans leur désir d'accomplissement
- Doter la société d'une nouvelle vague de citoyennes et de citoyens âgés dynamiques et responsables

**Pour consulter la programmation et procéder à l'inscription en ligne (dès le 12 septembre 2022) rendez-vous sur le site de l'UTA :**  
[usherbrooke.ca/uta/prog/laurentides/itd/](http://usherbrooke.ca/uta/prog/laurentides/itd/)

## HEURES D'OUVERTURE ET ABONNEMENT

Mardi : 11 h à 18 h • Mercredi : 11 h à 18 h  
Jeudi : 11 h à 18 h • Vendredi : 11 h à 18 h  
Samedi : 10 h à 15 h • Dimanche et lundi : fermé

Résidents de Saint-Sauveur et Piedmont : **gratuit**  
Non-résidents : 150 \$ pour les 14 ans et moins  
175 \$ pour les adultes

450 227-0000, poste 4121 • [bibliotheque@vss.ca](mailto:bibliotheque@vss.ca)

## HEURE DU CONTE

Les lundis 26 septembre, 31 octobre et  
28 novembre, à 9 h 15 ou 10 h 30, à la  
bibliothèque. Lecture et animation d'un  
conte pour les enfants de 3 à 5 ans. Réservation  
téléphonique requise au 450 227-0000, poste 4121.

## ACCÈS AU POSTE INFORMATIQUE

Un poste informatique et quatre tables de  
travail sont à votre disposition. Tous les  
membres de la bibliothèque peuvent utiliser  
le poste informatique et naviguer gratuitement  
sur Internet. Il est préférable de procéder à une  
réservation téléphonique en composant  
le 450 227-0000, poste 4121.

Non-membres : 3 \$/heure



## UNE NAISSANCE, UN LIVRE

Pour susciter l'éveil à la lecture et le goût des  
livres à votre enfant de moins d'un an, inscrivez-le  
à la bibliothèque et il recevra gratuitement un  
ensemble-cadeau comprenant un livre.

## CONFÉRENCE DE STÉPHANE GRONDIN

Vendredi 18 novembre, à 13 h 30  
Chalet Pauline-Vanier  
**Gratuit et inscription requise** sur le site  
Internet de la Ville, sous l'onglet Inscription en  
ligne. Places limitées.

La route d'un écrivain :  
Auteur d'un livre  
remarquable, Stéphane  
Grondin n'a rien du  
style « glamour » des  
grands écrivains. C'est  
plutôt dans le genre  
humain qu'il raconte le  
parcours d'un travail  
d'écriture aux dimensions astronomiques.  
Engagé dans son art, il se dévoile à son auditoire  
dans un partage d'aventures littéraires des  
plus inattendues.



**MA BIBLIO  
À MOI**  
Quand je veux où je veux.

## SEMAINE DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES

### Concours de vidéo

Les abonnés de la  
bibliothèque sont invités à  
soumettre une courte vidéo  
exprimant leur fierté et leur  
amour pour leur bibliothèque  
publique de façon ludique  
et créative. L'objectif est de  
faire connaître et de mettre en valeur votre bibliothèque et ce qui la rend spéciale à vos yeux.

En participant au concours de vidéos, vous courez la chance de gagner une carte-cadeau Les libraires de 500 \$ et de 2 500 \$ pour votre bibliothèque! Trois cartes-cadeaux Les libraires de 100 \$ seront également tirées au hasard parmi les vidéos soumises.

Le concours se déroulera durant tout le mois de septembre et le dévoilement des gagnants se fera durant la Semaine des bibliothèques publiques en octobre. Informez-vous auprès de votre bibliothèque pour tous les détails du concours.

### Amnistie

Du 15 au 22 octobre, une amnistie générale pour les frais de retard de livres sera accordée à tous les abonnés qui se présenteront à la bibliothèque.



## CONFÉRENCE DE INGRID FALAISE

Jeudi 20 octobre, à 19 h • Chalet Pauline-Vanier  
**Gratuit et inscription requise** sur le site Internet de la  
Ville, sous l'onglet *Inscription en ligne*. Places limitées.

INGRID FALAISE est animatrice, comédienne, conférencière  
et autrice et elle œuvre dans le milieu artistique  
québécois depuis plus de 20 ans. Suite à l'écriture de  
ces deux livres « Le monstre » et « Le monstre, la suite »,  
la série « Le monstre » a vu le jour au petit écran. Ces  
deux livres ce sont vendus à plus de 160 000 exemplaires  
au Québec seulement et ils sont également vendus en  
France, en Suisse, en Belgique et en Pologne. Il s'agit de  
son récit relatant son expérience de violence conjugale.



## POLITIQUE DE SOUTIEN À L'EXCELLENCE POUR LA JEUNESSE PIÉMONTAISE

Cette politique a pour mission de reconnaître la participation ainsi que les performances de jeunes citoyens de Piedmont à différentes disciplines sportives reconnues sur la scène régionale, provinciale et internationale.

La municipalité est fière de supporter, d'appuyer et de mettre en lumière les performances des jeunes athlètes. Le niveau d'excellence et le degré atteint reflètent un bel exemple de persévérance, de courage et de beaux exemples pour notre futur.

### OBJECTIFS

Les bourses seront attribuées aux citoyens qui se seront démarqués dans le milieu sportif de deux façons :

- la réalisation de performances sportives;
- la participation à des événements sportifs reconnus et de hauts niveaux.

La reconnaissance des efforts entrepris tout au long du processus d'entraînement et la poursuite de l'excellence.

Supporter ces jeunes dans la continuité à se démarquer et mettre en place des actions pour la reconnaissance de leur cheminement.

Favoriser un sentiment d'appartenance à la communauté et créer des exemples pour la collectivité.

**IMPORTANT :** Les bourses remises sont destinées à reconnaître l'excellence sportive.

### CRITÈRES D'ÉLIGIBILITÉ

- Être résident de la Municipalité de Piedmont (résidence principale à Piedmont).
- Les bourses s'adressent uniquement aux individus. Ne sont pas éligibles, les groupes, les organismes, les équipes sportives.

- Être inscrits à temps plein dans un programme reconnu par le ministère de l'Éducation du Québec.
- L'âge minimum d'éligibilité à cette politique est fixé à 12 ans (avoir 12 ans au 31 décembre de l'année en cours). L'âge maximum est fixé à 25 ans. Cependant, le comité se réserve le droit d'analyser une demande à la pièce dans un cas exceptionnel.
- Les demandes devront être conformes à la liste des disciplines sportives que vous retrouverez sur le site Internet de la municipalité.

### REMISE DU DOSSIER DE CANDIDATURE

Pour être admissible, le candidat devra fournir ce qui suit :

Le formulaire de demande complété et signé devra être déposé avant la date limite avec les pièces jointes suivantes :

- Le formulaire de demande complété et signé;
- Une lettre ou une confirmation de l'entraîneur ou du répondant de l'athlète;
- Photos ou découpures de journaux s'il y a lieu;
- Une lettre du candidat démontrant ses perspectives, ses motivations et ses objectifs;
- Une copie du bulletin scolaire;
- Une copie de la preuve de résidence.

**La date limite pour remettre une demande est le 23 septembre 2022**

### REMISE DES BOURSES

Les candidats seront avisés par lettre à la suite de l'analyse de leur dossier par le comité et pourront selon le cas être convoqués à une remise officielle des bourses.

### INFORMATIONS

Mélissa Paquette, technicienne en loisirs  
techloisirs@piedmont.ca  
450 227-1888, poste 230



## LA BIENVEILLANCE; CE LANGAGE DU CŒUR

Source : Texte rédigé par Geneviève Lamothe et adapté en forme courte

Des gestes gratuits pour améliorer le bien-être d'autrui sont le résultat de cette attitude qu'est la bienveillance. Décrite comme une posture d'ouverture, de non-jugement et d'intérêt pour l'autre, cette qualité peut avoir un impact plus grand qu'il n'y paraît sur une collectivité.

Quand on demande aux gens, qu'elle soit la dernière chose gentille que quelqu'un a faite pour eux, ce geste n'a pas besoin d'avoir été flamboyant pour provoquer automatiquement une étincelle dans leurs yeux. Des exemples : quelqu'un a pris le temps de tenir la porte alors que la personne avait les bras chargés de sacs ou encore, un inconnu dans une file d'attente qui fait un sourire sincère. Cousine de la bienveillance, la bientraitance est surtout abordée dans un souci d'amélioration des soins aux aînés, elle concerne toute la société. En effet, petits et grands peuvent contribuer à ce mouvement du cœur qui solidifie le sentiment de solidarité.

Cela est aussi simple que de respecter l'histoire de vie des autres, s'y intéresser, respecter le rythme d'autrui même si on doit ralentir le nôtre. Cultiver la bientraitance à travers toute la société amène davantage de dignité, d'inclusion et de prise de pouvoir pour l'ensemble des citoyens.

D'ailleurs, des enfants interrogés à propos du dernier geste gentil posé envers eux ne s'en souvenaient pas vraiment, mais racontaient spontanément un geste de bienveillance qu'ils ont posé. Pourquoi croient-ils qu'il en soit ainsi ? « C'est parce que ça fait sentir vraiment bien », répond spontanément l'un d'eux.

**Agissons ensemble pour contrer la maltraitance et promouvoir la bientraitance !**

## POLITIQUE DES FAMILLES ET DES AÎNÉS DE LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT (RECHERCHE DE BÉNÉVOLES POUR LE COMITÉ DES AÎNÉS)

### Plan d'action Piedmont

En 2019, la Municipalité de Piedmont a adopté le plan d'action de la politique MADA (Municipalité Amie des Aînés) et la politique familiale pour les années 2020 à 2022.

Le nouveau plan d'action sera à travailler à l'automne. Pour ce faire, la municipalité souhaite relancer son comité de citoyens pour aller de l'avant avec les différents engagements qui découlent des consultations citoyennes qui ont été réalisées en 2018, car les familles et les aînés font partie intégrante de la vitalité de notre territoire, de nos communautés.

Si vous souhaitez vous impliquer, nous vous invitons à communiquer avec le Service des loisirs auprès de Mélissa Paquette, Technicienne en loisirs, par courriel au techloisirs@piedmont.ca, d'ici le 9 septembre 2022. Une première rencontre du comité aura lieu en automne 2022.





## Spécial 100e!

### Mot du Maire

#### L'heure est aux célébrations

Chères Piedmontaises et chers Piedmontais,

Nous y voici. Après plus de deux ans de préparatifs, nous nous apprêtons à traverser, tous ensemble un passage historique pour notre municipalité, celui de son 100<sup>e</sup> anniversaire. Un moment qu'on ne souhaite pas passer sous silence. C'est, au contraire, une magnifique occasion pour nous réunir, pour nous remémorer ses bâtisseurs, pour ressentir la fierté de vivre dans une si belle communauté, pour célébrer l'avenir. C'est une excellente opportunité pour la municipalité de présenter le dynamisme de sa communauté et son rôle au sein des Laurentides.

#### Piedmont, en synergie avec sa communauté

Les Célébrations du 100<sup>e</sup> anniversaire de Piedmont contribueront à renforcer le sentiment d'appartenance de ses citoyennes et citoyens, à mettre de l'avant le dynamisme de la communauté et à augmenter le rayonnement du savoir-faire (nouvelle vitrine) de sa communauté d'affaires à l'échelle régionale et provinciale. Enfin, elles permettront de faire découvrir les origines et l'histoire de Piedmont et, d'ainsi, créer un legs aux futures générations qui viendront s'établir sur son territoire.

#### Piedmont, à la hauteur de cet anniversaire

Le calendrier de la programmation comprendra des activités et des événements qui se tiendront jusqu'à la fin de semaine du 22 septembre 2023. Cette dernière date marque notre anniversaire à laquelle un territoire constitué des terres situées des deux côtés de la rivière du Nord et d'une vingtaine de lots du

canton d'Abercrombie, est détaché de Saint-Sauveur, afin de former une municipalité distincte sous le nom de Piedmont.

#### Piedmont, au cœur de la nature

Nous sommes donc à travailler à la mise en place d'activités qui seront à la hauteur de cet anniversaire qui se doit d'être souligné avec tout ce profond attachement que chacun d'entre nous ressentons pour notre communauté qui se démarque par son respect envers ses familles, ses bâtisseurs, et surtout, son territoire où nous nous devons de mettre de l'avant ses nombreux joyaux qui en font un endroit propice à l'épanouissement dans un environnement sain.

#### Piedmont, prêt à célébrer

Durant les douze prochains mois, Piedmont vibrera au rythme de sa grande fierté de faire partie de la formidable région des Laurentides. Et, pour ce faire, nous ferons en sorte de nous rappeler tout ce qui fait de notre municipalité un lieu privilégié, où il fait bon vivre, y évoluer et y planter ses racines.

En terminant, je tiens à remercier les résidentes et les résidents qui ont manifesté leur intérêt en rejoignant l'équipe de bénévoles du 100<sup>e</sup>, les commerces et entreprises qui ont répondu à l'appel, les organismes du territoire qui se joignent à nous, car c'est tous ensemble que nous ferons de cet anniversaire un moment inoubliable dans la mémoire collective de Piedmont!

*Martin Nadon*

Maire de Piedmont



## Place à nos GRANDS personnages !

Tout au long des célébrations du 100<sup>e</sup>, vous aurez la chance de rencontrer trois grands personnages qui reviennent de loin... pour vous accompagner lors des nombreuses activités et événements prévus au calendrier.



Crédit photo : Musée du Ski des Laurentides

### Herman Smith-Johannsen dit Jackrabbit

Skieur, bâtisseur et promoteur du ski au Québec

Le norvégien d'origine, Herman Smith-Johannsen, s'installera avec sa femme et ses trois enfants à Piedmont. Sous l'impulsion de la Laurentian Resort Association, un regroupement hôtelier, Johannsen entreprend en 1932 le défrichage et le balisage de la Maple Leaf Ski Trail (La Feuille d'Érable), un réseau de 128 kilomètres de pistes de ski de randonnée reliant les villages des Pays-d'en-Haut.

Les émules de Jackrabbit à Piedmont font rapidement du chemin. Sa présence dans le village est très marquée. Il aménage depuis sa maison un parcours de près de 3 km qui le conduit jusqu'au bureau de poste, où il va chercher chaque jour son courrier. Il participe autour de chez lui à l'organisation de divers événements et activités auxquels participent les gens des Laurentides.



Crédit photo : Municipalité de Piedmont

### Eileen E. Consiglio

2<sup>e</sup> mairesse dans l'histoire du Québec, 1<sup>ère</sup> mairesse dans les Laurentides, à Piedmont

Originaire de Montréal, Madame Consiglio fut propriétaire d'une résidence sur la rue Trottier pendant près de 30 ans. Mairesse de Piedmont de 1957 à 1965, elle sera la première dame à occuper ce poste dans les Laurentides, traçant ainsi la voie à de nombreuses élues qui assumeront ce rôle de premier plan pour plusieurs municipalités et villes sur le territoire.

Outre ce rôle de pionnière, on lui doit plusieurs projets importants pour la municipalité, dont la mise en service d'un réseau d'aqueduc moderne.



Crédit photo : Les amis de la réserve Alfred-Kelly.

### Alfred Kelly

Ornithologue passionné de la nature et grand philanthrope

L'amant de la nature Alfred Kelly aura consacré énormément d'énergie et de temps à Protection des oiseaux du Québec (POQ), l'un des groupes les plus anciens de conservation en Amérique du Nord, afin de protéger les oiseaux et sensibiliser le public à leur importance. Pendant ses nombreuses années à Piedmont, Alfred Kelly a progressivement acquis des terrains au pied des escarpements.

Décédé il y a plus de 30 ans, il lègue sa propriété à POQ, avec l'instruction qu'elle soit protégée à perpétuité au bénéfice des oiseaux et de la faune. L'inauguration en janvier 2013 de la réserve naturelle Alfred-Kelly rend hommage à son implication citoyenne posthume, et perpétue l'œuvre de ce grand philanthrope en protégeant ce paysage caractéristique des Laurentides et en établissant une réserve naturelle sur ces lieux en son nom.

## NOTRE Circuit patrimonial :

*un rappel historique et un hommage à nos racines, nos bâtisseurs et nos familles souches.*

Le circuit patrimonial de Piedmont est un projet historique et culturel qui parle de nous, de notre communauté, des familles et des bâtisseurs de notre magnifique municipalité. C'est un projet rassembleur, autour duquel plusieurs membres de notre collectivité et certains de notre administration se sont réunis, pendant plus de 2 ans, afin de permettre la concrétisation de ce projet.

Grâce à la précieuse collaboration de la MRC des Pays-d'en-Haut, pour leur subvention et leur aide, ce projet d'envergure permettra à tous et chacun de découvrir notre histoire grâce au circuit comprenant douze panneaux qui ont été installés, de façon permanente, à travers le territoire de la municipalité. Nous sommes également fiers de rappeler que c'est à M. Patrick Babineau, un de nos employés des Travaux publics, que nous devons la création du plus beau des pieds structuraux pour recevoir chacun des panneaux.

Le circuit est disponible sur le site web de la municipalité et marque les endroits où ils ont été installés.

**Panneau 1**  
*Du chemin du Roi à la rue Principale*

**Panneau 2**  
*Effervescence autour du chemin de la Gare*

**Panneau 3**  
*Quand le petit village devient... Piedmont 1*

**Panneau 4**  
*Une passion nommée ski*

**Panneau 5**  
*Autour du Grand Ruisseau*

**Panneau 6**  
*Quelques familles souches : aux origines de Piedmont*

**Panneau 7**  
*Du chemin de fer au Moulin aux épices*

**Panneau 8**  
*Piedmont donne libre cours... à son essor !*

**Panneau 9**  
*Sur les abords de la Rivière du Nord*

**Panneau 10**  
*Des Piedmontais qui ont laissé leur marque*

**Panneau 11**  
*Du pont à la gare*

**Panneau 12**  
*Le chemin du 8e rang*



Festivités au  
calendrier 2022

**24 septembre**

Coup d'envoi des Célébrations  
Dévoilement du circuit patrimonial de Piedmont

**30 octobre**

Journée d'Halloween d'autrefois

**19 novembre**

Conférence de la Semaine nationale de généalogie  
Entretien avec Mme Eileen E. Consiglio

**Décembre**

Bal d'antan de Noël du 100e



Vue de Piedmont vers 1925



Crédit : Municipalité de Piedmont



## Restez connectés !

Notre 100e anniversaire est important pour nous tous et nous souhaitons que vous soyez aux premières loges, à tout instant. Sans vous, notre collectivité ne serait pas ce qu'elle a été, ce qu'elle est, et ce qu'elle sera.

C'est pourquoi, nous vous invitons à garder précieusement toutes les publications de VOTRE infolettre, votre outil d'information : « *Le Centenaire* », l'infolettre qui vous permettra d'être informés de toute l'actualité sur le 100e de Piedmont. Dès maintenant, elle vous sera livrée sur une base mensuelle durant toute l'année des célébrations. Vous pourrez également vous la procurer à plusieurs points de distribution dans la Municipalité ou via le site Web de Piedmont ([www.piedmont.ca](http://www.piedmont.ca)).



## Remerciements à nos partenaires et fournisseurs

Bureau de la députée de Prévost,  
Mme Marguerite Blais  
Bureau de la députée de Laurentides-Labelle,  
Mme Marie-Hélène Gaudreau  
Ministère de la Culture et des Communications  
Chambre de commerce &  
tourisme de Saint-Sauveur / Piedmont  
Costumes & Coutumes de Piedmont  
Effigiart  
Benoit Guérin, collectionneur  
Michel Guertin photographe  
MRC des Pays-d'en-Haut  
Musée du ski des Laurentides  
Simplement Concept – Design graphique  
Société d'histoire et de généalogie des Pays-d'en-Haut  
Sociétés d'histoire et de généalogie des Laurentides