



Session automne

12 semaines → 19 septembre au 11 décembre 2022

Inscription :

Résidents : 6 et 7 septembre • Tous : 8 et 9 septembre
Inscription via Sport-Plus ou en personne à l'hôtel de ville

- 25 % de rabais sur 2^e inscription dans la même famille (ne s'applique pas aux non-résidents)
- Non-résident : un frais supplémentaire de 50% sera appliqué
- Frais de retard (Inscription après la période) : 20 \$
- Aucun remboursement après le 2^e cours, sauf sur présentation d'un billet médical

Coût :

Enfants : 65 \$
Adultes : 80 \$*

*Certaines exceptions s'appliquent (100\$/90 minutes et 120\$/120 minutes)

0-5 ans

PRÉ-DANSE (3 ans)	Samedi, 8 h – 8 h 45
PRÉ-DANSE (4 ans)	Dimanche, 8 h – 8 h 45
MINI-TENNIS (3-5 ans)	Mercredi, 17 h 15 – 18 h
MINI-GYM (3-5 ans)	Jeudi, 18 h 15 – 19 h

5-14 ans



BADMINTON (parent-enfant)	Mercredi, 18 h 30 – 20 h
BASKETBALL (10-14 ans)	Dimanche, 14 h – 15 h30
COSOM (6-9 ans)	Mardi, 18 h 30 – 19 h 30
COSOM (10-14 ans)	Mardi, 19 h 30 – 20 h 30
DANSE BALLET JAZZ (5-8 ans)	Dimanche, 9 h – 10 h
DANSE HIP-HOP (5-8 ans)	Samedi, 9 h – 10 h
DANSE HIP-HOP (9-12 ans)	Samedi, 13 h – 14 h
DANSE BALLET (9-12 ans)	Samedi, 14 h -15 h
DANSE CONTEMPORAINE (5-12 ans)	Samedi, 10 h – 11 h
GYMNASTIQUE (6-10 ans)	Jeudi, 19 h – 20 h
KINBALL (7-9 ans)	Jeudi, 18 h – 19 h
KINBALL (10-12 ans)	Jeudi, 19 h- 20 h
PARKOUR (8-14 ans)	Mardi, 18 h 30 – 20 h NOUVEAU!
TAEKWONDO (débutant)	Lundi et mercredi, 18 h – 19 h Samedi, 9 h – 10 h
TAEKWONDO (intermédiaire et avancé)	Lundi et mercredi, 19 h – 20 h 30 Samedi, 10 h 30 – 12 h
TENNIS (6-9 ans)	Mercredi 18 h – 19 h
TENNIS (10-14 ans)	Mercredi 19 h – 20 h
ZUMBA KIDS (7-14 ans)	Lundi 18 h 30 – 19 h 30



14 ans
et +

ART THÉRAPIE	Mardi, 9 h 30 – 11 h 30	NOUVEAU!
BADMINTON	Mercredi, 20 h – 22 h	
COSOM	Mardi, 20 h 30 – 22 h 30	
DANSE HIPHOP MOM	Samedi, 15 h – 16 h	
ESPAGNOL (débutant)	Lundi, 19 h – 21 h	
ESPAGNOL (intermédiaire)	Mercredi, 19 h – 21 h	
ESPAGNOL (avancé)	Mardi, 19 h – 21 h	
MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE	Mardi, 19 h – 20 h	
PILATES	Mercredi, 20 h – 21 h	
PILATES MAMAN-BÉBÉ	Lundi, 11 h – 12 h	NOUVEAU!
PILATES ET STRETCHING	Jeudi, 9 h 30 – 10 h 30	
TAEKWONDO (débutant)	Lundi et mercredi, 18 h – 19 h Samedi, 9 h – 10 h	
TAEKWONDO (intermédiaire)	Lundi et mercredi, 19 h – 20 h 30 Samedi, 10 h 30 – 12 h	
TENNIS	Mercredi, 20 h – 21 h	
VOLLEYBALL	Jeudi, 20 h 30 – 22 h 30	
YOGA	Lundi, 20 h 30 – 22 h	
YOGA	Mardi, 14 h- 15 h 30	
YOGA	Mardi, 17 h -18 h	
YOGA	Vendredi, 13 h – 14 h 30	
ZUMBA FITNESS	Lundi, 19 h 45	

50 ans
et +

MISE EN FORME	Mardi, 13 h – 14 h
MISE EN FORME	Vendredi, 12 h – 13 h
TENNIS	Mercredi, 16 h 15 à 17 h 15
ZUMBA GOLD	Lundi, 18 h 30 – 19 h 30

65 ans
et +

MISE EN FORME	Mercredi, 9 h 30 – 10 h 30
YOGA (intermédiaire)	Lundi, 9 h 30 – 10 h 30
YOGA (débutant)	Mercredi, 10 h 45 – 11 h 45

Conférences
et formations

PRÉVENTION DE LA FRAUDE	26 octobre, 13 h 30 – 15 h 30
INITIATION À LA BD	12 novembre, 9 h -12 h
PRÊT À RESTER SEULS	15-16 octobre, 9 h – 11 h 30
GARDIEN AVERTI	22-23 octobre, 9 h – 12 h
CONFÉRENCE EN ENVIRONNEMENT : Coach du bac	20 septembre, 19 h
CONFÉRENCE VOYAGE : Tahiti et la Polynésie Française	14 novembre, 19 h
CONFÉRENCE SUR LA PARENTALITÉ : La gestion des écrans chez les enfants	11 octobre, 19 h



Skatefest

3 septembre, 12 h à 16 h
Parc Caron

Animation, démonstrations, tirage.

Nous vous attendons
en grand nombre!



Brunch et conférence pour les aînés

30 septembre,
de 9 h à midi
Salle municipale



Bénévoles recherchés

Nous sommes activement à la recherche de bénévoles pour conduire des chars allégoriques et des véhicules lors du défilé du 10 décembre 2022.

Pour plus d'informations, communiquez avec le service des loisirs au loisirs@sjdl.qc.ca

Fête de l'Halloween

29 octobre, de 13 h à 17 h
Parc Paul-Yvon-Lauzon

Animation, jeux gonflables, labyrinthe hanté, concours



Troupe de danse

Tu aimerais faire partie
de la troupe de danse
compétitive Alpha?

Inscris-toi en ligne et remplis le
formulaire avant le 18 septembre.
Nous communiquerons avec toi
rapidement pour tous les détails
supplémentaires.

COÛT :

130 \$ + costume (premier cours)
+ frais de compétition (en cours de session)

PRÉREQUIS :

Un minimum de deux années d'expérience en danse est demandé.



Associations sportives — Automne 2022

RINGUETTE

Association de ringuette
Deux-Montagnes

Inscriptions en cours

→ Détails et inscription :
ringuettedeux-montagnes.org



Programmation de conférences

Environnement : Coach du bac

20 septembre, 19 h,
salle municipale

L'art de bien récupérer afin d'encore mieux
recycler. Conférence donnée par Tricentris.

Voyage : Tahiti et la Polynésie Française

14 novembre, 19 h

De Tahiti à Morea en passant par la mythique
île de Bora Bora, il présentera les paysages
surréels de ce coin du monde et la richesse de
la culture polynésienne! Conférence donnée
par Pierre-Luc Côté.

Parentalité : La gestion des écrans chez les enfants

11 octobre, 19 h

Conférence par Caroline Quarré, Pas-à-pas
service psychosociale.

Prévention de la fraude chez les aînés

26 octobre, 13 h 30

Dans cet atelier nous abordons plusieurs
types de fraudes tels que la fraude par
téléphone, par carte de crédit, les faux prix
gagnés, les demandes d'informations
bancaires ou personnelles par téléphone ou
par courriel, l'arnaque des grands parents,
l'arnaque amoureuse etc. Conférence
donnée par l'AQDR Laval/Laurentides



Prêt de jeux de société

Tu es passionné.e de jeux de société comme nous?
En cette saison plus froide, viens profiter gratuitement de notre grande collection de jeux de sociétés destinés à tous les âges.

Bricolage (FORMAT WEB)

Publication le 12 octobre à 10 h
sur la page Facebook de
la municipalité

Inscription obligatoire / Trousses limitées

Le 12 octobre prochain, vous pourrez reproduire un bricolage automnal en suivant une vidéo explicative étapes par étapes. Cette vidéo sera disponible sur la page Facebook de la municipalité. Trousses les trousses seront limitées. Inscris-toi et vient récupérer ta trousse de bricolage à la bibliothèque et partage-nous ta création sous la vidéo.



Heure du conte

Pour les 3 à 6 ans, réservation obligatoire.

Activité qui permettra à votre enfant de découvrir le plaisir de se faire raconter les plus belles histoires et de se laisser transporter dans un monde imaginaire. Et pour bien terminer l'activité, quoi de mieux qu'un bricolage!

SPÉCIAL AUTOMNE

Le mercredi 28 septembre, 18 h 30

SPÉCIAL HALLOWEEN

Le mercredi 22 octobre, 10 h 00



Loup-Garou!

Samedi le 29 octobre, 19 h

À partir de 10 ans

Bonjour, petits et grands.

Est-ce que vous avez le courage de vous joindre à l'équipe de la bibliothèque pour démasquer le loup-garou au belvédère ?

Vous pouvez venir costumés pour l'occasion de l'Halloween.

Venez profiter d'une soirée à l'extérieur, ou vous pourrez incarner un loup-garou, un villageois, une sorcière et plus encore... Amusement garanti ! Apportez avec vous votre bonne humeur, un peu de folie et de la créativité. Au plaisir de vous rencontrer à cette soirée un peu spéciale.

Suggestions de lecture

ADULTE :

Les collections

- Roman dont vous êtes la victime
- Les contes interdits
- Cobayes

Auteur :

- Stephen King
- Patrick Senécal

Découvrez ou redécouvrez la maison d'édition À Lire à l'occasion de leurs 20^e anniversaire.

JEUNESSE :

- La grande imagerie : les sorcières
- As-tu peur? Sorcières
- Le loup-garou et autres contes du Québec
- P'tit loup a peur du noir
- Dracula : Bram Stoker
- Frankenstein : Mary Shelley
- Comment ratatiner les cauchemars
- Petites montres
- Mouffie la mouffette et la fête costumée
- Le petit magasin de monstres
- Journal d'une sorcière
- L'épouvantail
- David et le salon funéraire
- Le voleur de feuilles

ADOLESCENT :

- Un Sort si Noir et Éternel
- R.L. STINE FEAR STREET La disparue
- Zone Frousse : 10 peurs
- L'homme de la cave
- Un bruit dans les murs
- Le champ maudit
- Prisonniers de la cabane à sucre
- Haute tension
- Trio maléfique
- Mort et déterrée
- Seuls : la disparition
- Anna Caritas
- Stephen King, Brume
- L'asile
- L'assassin du Roi
- Qui a tué Alicia H.
- Démoniaque
- Le canal de la peur

