

SPÉCIAL

Reprise des activités

Avril 2021

MATAGAMI

SAUVETEUR

**Offre de cours et d'activités
Service des loisirs**

MONTREUR

ZONE JAUNE!

Par Étienne Gravel, directeur du Service des loisirs

Le combat contre la pandémie de COVID-19 n'est pas terminé, mais au moins, nous avons eu du renfort. Grâce à une campagne de vaccination et le respect des mesures sanitaires, le Nord-du-Québec se retrouve maintenant en zone jaune.

Malgré les nombreux changements, votre équipe des loisirs travaille d'arrache-pied pour vous offrir des activités et des infrastructures accessibles, sécuritaires qui respectent les normes sanitaires en vigueur.

On n'a qu'à penser aux activités de la Semaine de relâche auxquelles vous avez été nombreux à participer. Il y a également eu une très belle foule masquée pour accueillir notre première artiste depuis novembre dernier, soit l'excellente Natasha Kanapé qui en a ému plusieurs. Et ce n'est qu'un début, car d'ici le 7 juin, pas moins de 6 spectacles sont prévus à l'horaire dont 3 à l'aréna pour qu'un maximum de gens puisse en profiter.

Durant sa période de fermeture, le centre civique en a profité pour rafraîchir ses couleurs et procéder à quelques rénovations. Ainsi, quand vous viendrez nous voir, vous remarquerez notre belle cuisinette de la salle multidisciplinaire qui est maintenant au goût du jour ainsi que les toutes nouvelles salles de bain.

En attendant ce fameux retour à la normale, nous continuons d'œuvrer à offrir des services de qualité avec nos nombreux partenaires pour que Matagami continue d'être un endroit où il fait bon vivre.

On a hâte de vous revoir!



Remboursement - Activités annulées

En raison de la pandémie de COVID-19, certains cours et activités organisés par le Service des loisirs de la Ville de Matagami pour la session d'hiver ont dû être annulés.

La Ville de Matagami a donc pris la décision de rembourser au prorata et sous la forme de « crédit-client », les cours et activités annulés.

- Les remboursements se font aux bureaux du Service des loisirs situés au centre civique.
- Ils sont effectués sur demande et après vérification des listes d'inscriptions.
- Il est de votre responsabilité de demander un remboursement et vous avez jusqu'au 30 novembre 2021 pour le faire.

PROGRAMMATION - COURS

PÉRIODE D'INSCRIPTIONS

Mardi 6 avril
9 h à 11 h 30
13 h à 17 h
18 h 30 à 20 h

Mercredi 7 avril
9 h à 11 h 30
13 h à 17 h
18 h 30 à 20 h

Jeudi 7 avril
9 h à 11 h 30
13 h à 17 h
18 h 30 à 20 h

Vendredi 9 avril
9 h à 11 h 30
13 h à 17 h

LIEU D'INSCRIPTIONS

Service des loisirs
Centre civique
30, rue Cavelier

LIEUX DES ACTIVITÉS*

PISCINE
Centre civique
30, rue Cavelier
Rez-de-chaussée

LOCAL ATELIERS
Centre civique
30, rue Cavelier
2^e étage

SALLE MULTIDISCIPLINAIRE
Centre civique
30, rue Cavelier
2^e étage

ARÉNA
40, rue Cavelier

GYMNASE
École Galinée
3, rue du Portage

CENTRE DE LA VIE ACTIVE
100, place du Commerce

INFORMATION POUR LES INSCRIPTIONS

- ♦ Les frais d'inscription doivent être payés le JOUR MÊME de l'inscription.
- ♦ AUCUNE inscription par téléphone.
- ♦ La possibilité de s'inscrire après la période d'inscription est laissée à la discrétion du Service des loisirs.
- ♦ Il n'y a pas de tarifs spéciaux pour les gens qui s'inscrivent après la période d'inscription.
- ♦ Les cours ne sont pas payables à l'unité, il faut s'inscrire pour une session complète.
- ♦ Les inscriptions ne sont pas remboursables.
- ♦ Dans chaque cours, lorsque le MAXIMUM est atteint, votre nom se retrouvera sur une liste d'attente.
- ♦ Les taxes sont incluses dans les coûts.
- ♦ Modes de paiement :
 - carte de crédit
 - carte de débit
 - comptant
- ♦ Si votre enfant a des besoins particuliers, veuillez informer le Service des loisirs au moment de l'inscription (handicap, déficience physique, intellectuelle, etc.).

♦ Aucun comportement jugé inapproprié ne sera toléré. Après avertissement, la Ville de Matagami se réserve le droit d'exclure un participant pour mauvaise conduite, et ce, sans remboursement.

♦ En raison de la pandémie de COVID-19, tous les participants ou leurs parents/tuteurs devront signer le formulaire « Acceptation du risque » lors de leur inscription aux cours du Service des loisirs.

Pour connaître les mesures sanitaires et règles mises en place dans le cadre de la COVID-19, visitez le site Internet de la Ville de Matagami au www.matagami.com

Utilisation, publication et diffusion de photographies

Les participants aux activités de la programmation du Service des loisirs ou leurs représentants légaux acceptent l'utilisation, la publication et la diffusion de photos prises dans le cadre des activités. Elles seront utilisées pour tous les supports de communication édités ou gérés par la Ville de Matagami. Les éventuels commentaires ou légendes accompagnant la reproduction ou la représentation de ces photos ne devront pas porter atteinte à la réputation ou à la vie privée des participants.

Information
819 739-2718
loisirs@matagami.com



Croix-Rouge Natation Pré-scolaire

4 mois à 6 ans

Croix-Rouge Natation Pré-scolaire est un programme autonome composé de huit niveaux destiné aux enfants âgés de 4 mois à 6 ans. Il permet aux nageurs de suivre les divers niveaux en fonction de leur âge et de leurs habiletés.

Note :

Il est de votre responsabilité de vous assurer que votre enfant soit inscrit dans le bon cours. Les moniteurs se réservent le droit de le changer de cours s'il ne répond pas aux exigences du cours sélectionné.

En raison de la pandémie de COVID-19, le programme de la Croix-Rouge Natation exige qu'un parent soit dans l'eau avec son enfant pour tous les cours préscolaire.

Un maximum de 4 enfants sera inscrit par cours.



Étoile de mer | 4 à 12 mois — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit être capable de lever la tête sans aide.

Canard | 12 à 24 mois — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Progression en fonction de l'âge.

Tortue de mer | 24 à 36 mois — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Progression en fonction de l'âge. Apprentissage de l'immersion.

Loutre de mer | 3 à 5 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit être capable de mettre la tête dans l'eau. Apprentissage de la flottaison et des battements de jambes avec un objet flottant.

Salamandre | 3 à 5 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit avoir réussi le Loutre de mer. Doit être capable d'entrer dans la piscine sans aide. Commence à enlever les aides flottantes (hippopotames).

Poisson-lune | 3 à 6 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit avoir réussi le Salamandre. Doit être capable d'ouvrir les yeux dans l'eau et de nager de façon continue sur 2 m.

Crocodile | 3 à 6 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit être capable d'être seul dans la piscine sans aides flottantes. Doit avoir réussi le Poisson-lune. Doit être capable de sauter dans l'eau à la hauteur de la poitrine et de nager de façon continue sur 5 m.

Baleine | 3 à 6 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit être capable d'être seul dans la piscine sans aides flottantes. Doit avoir réussi le Crocodile. Doit être capable de sauter dans l'eau profonde, de nager sur le ventre sur le dos sur une distance de 5 m et de nager de façon continue sur 10 m.

du 10 avril au 12 juin

Session de 10 cours

Monitrices :

- Véronique Servant
- Mathilde Létourneau

Samedi

8 h 30 à 9 h
Piscine

Samedi

9 h à 9 h 30
Piscine

Samedi

9 h 30 à 10 h
Piscine

Samedi

10 h à 10 h 30
Piscine

Samedi

10 h 30 à 11 h
Piscine

Samedi

11 h à 11 h 30
Piscine

Samedi

11 h 30 à 12 h
Piscine

Samedi

12 h à 12 h 30
Piscine

Croix-Rouge Natation Junior

6 ans et plus

Croix-Rouge Natation Junior est un programme autonome composé de 10 niveaux destiné aux enfants âgés de 6 à 13 ans.

Les enfants apprennent à nager, à être en forme et à demeurer en sécurité dans un environnement amusant qui favorise le progrès et qui récompense le succès personnel.

Note :

Il est de votre responsabilité de vous assurer que votre enfant soit inscrit dans le bon cours. Les moniteurs se réservent le droit de le changer de cours s'il ne répond pas aux exigences du cours sélectionné.

En raison de la pandémie de COVID-19, le programme de la Croix-Rouge Natation exige qu'un parent soit dans l'eau avec son enfant pour tous les cours de Junior 1 à 4.

Un maximum de 4 enfants sera inscrit par cours.

Session de 10 cours

Monitrices :

- Véronique Servant
- Mélodie Gravel
- Mathilde Létourneau

Junior 1 | À compter de 6 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Ne pas savoir nager avec ou sans aides flottantes.

Junior 2 | 6 à 8 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit avoir réussi Junior 1. Doit être capable de flotter sur le ventre et le dos, immerger la tête et battre les jambes.

Junior 3 | 6 à 8 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit avoir réussi Junior 2. Être à l'aise en eau profonde, nager sur le ventre avec battements de jambes.

Junior 4 | 6 à 8 ans — 30 \$

Parent présent dans l'eau. Doit avoir réussi Junior 3. Nager le crawl avec battements de jambes sur une distance de 10 m.

Junior 5 | 6 à 13 ans — 30 \$

Doit avoir réussi Junior 4. Nager le crawl en synchronisant les jambes, les bras et la respiration sur une distance de 15 m.

Junior 6 | 6 à 13 ans — 35 \$

Doit avoir réussi Junior 5. Nager le crawl sur une distance de 50 m. Connaître le coup de pied fouetté sur le dos.

Junior 7 | 6 à 13 ans — 35 \$

Doit avoir réussi Junior 6. Nager le crawl sur une distance de 75 m. Nager sur place en eau profonde 1 minute 30 secondes.

Junior 8 | 6 à 13 ans — 35 \$

Doit avoir réussi Junior 7. Nager en continu sur une distance de 150 m. Connaître le coup de pied fouetté de la brasse.

Junior 9 | 6 à 13 ans — 35 \$

Doit avoir réussi Junior 8. Nager en continu sur une distance de 300 m. Connaître le coup de pied alternatif.

Junior 10 | 6 à 13 ans — 35 \$

Doit avoir réussi Junior 9. Nager en continu sur une distance de 500 m. Connaître les 4 styles de base : crawl, dos crawlé, brasse et dos élémentaire.

Mercredi

18 h à 18 h 30
Piscine
14 avril au 16 juin

Jeudi

17 h 45 à 18 h 15
Piscine
15 avril au 17 juin

Mercredi

18 h 30 à 19 h
Piscine
14 avril au 16 juin

Jeudi

17 h 30 à 18 h
Piscine
15 avril au 17 juin

Jeudi

16 h à 16 h 45
Piscine
15 avril au 17 juin

Jeudi

16 h 45 à 17 h 30
Piscine
15 avril au 17 juin

Jeudi

16 h à 16 h 45
Piscine
15 avril au 17 juin

Jeudi

16 h 45 à 17 h 45
Piscine
15 avril au 17 juin



Croix de Bronze

120 \$

Vendredi
16 h à 20 h
Piscine

Le brevet « Croix de bronze » est un préalable pour tous les autres programmes de formation avancée incluant les certificats « Sauveteur national » et « Moniteur en sauvetage ».

Prérequis : Brevet de Médaille de bronze

Matériel nécessaire : Manuel du cours de Médaille de bronze
Masque de poche
Sifflet

Période de validité du brevet : 2 ans si utilisé comme permis de travail
Valide à vie pour s'inscrire aux cours Distinction et Sauveteur national
2 ans pour s'inscrire au cours Moniteur en sauvetage

Date des cours : 9 et 23 avril
7 et 21 mai
4 et 18 juin
Examen 19 juin (heure à déterminer)

Monitrice : Véronique Servant

Note : Le port du couvre-visage est obligatoire lors des cours
Lors de l'inscription, vous devez apporter votre carte de Médaille de bronze.



Karaté Wadō-ryū

4 ans et plus

45 \$/personne

Mardi et jeudi
18 h 30 et 19 h 30¹
Gymnase de l'école Galinée*



Cours d'arts martiaux pour enfants, adolescents et adultes. Exercice physique, kata, combat. Le karaté aide à la condition physique, la concentration, la discipline et la confiance en soi.

Le matériel nécessaire (kimono et équipement de combat) est disponible auprès de l'instructeur. Pour les premières périodes, prévoir des vêtements de sports, bouteille d'eau et serviette.

13 avril au 27 mai (13 périodes)

Moniteur : Éric Lessard
École de karaté Yuki

¹ En raison des mesures liées à la pandémie les participants seront divisés en deux groupes de 12 personnes. L'heure officielle de chacun des cours sera établie à la fin de la période d'inscriptions en fonction de l'âge et du nombre de participants. De plus, puisque le nombre de personnes permises est restreint, le moniteur donnera la priorité d'inscription aux participants qui étaient inscrits à la session d'automne.



Entraînement

Tonus 45 – 40 \$

Mardi
19 h 15 à 20 h
Salle multidisciplinaire*

Programme qui vise à tonifier et raffermir votre silhouette. L'entraînement comprend des exercices au sol ainsi que des enchaînements dynamiques. L'accent sera surtout mis sur les fessiers, les cuisses et le ventre. Ce cours est accessible à tous les niveaux. Venez retrouver votre forme!

Vêtements de sport, espadrilles
Apportez vos serviettes, tapis d'exercices et bouteilles d'eau

HIIT Cardio – 30 \$

Mardi
20 h 15 à 20 h 45
Salle multidisciplinaire*

HIIT signifie *High Intensity Interval Training*. Dans ce cours, les participants vont travailler en haute intensité, mais sur une courte durée. Le cours comporte des exercices par intervalles, ce qui signifie une période de travail intense suivie d'une période de repos. Le HIIT est le meilleur moyen d'entretenir sa condition physique en un minimum de temps. Ce cours est la solution parfaite pour ceux et celles qui sont pressés et pour qui chaque minute compte!

Vêtements de sport, espadrilles
Apportez vos serviettes, tapis d'exercices et bouteilles d'eau

13 avril au 15 juin (8 cours)
Il n'y aura pas de cours les 27 avril et 4 mai.

Monitrice : Marie-Ève Gamache



Cardiovélo

Cardiovélo 1 – 62 \$

Lundi
19 h à 20 h 15
Local du Centre de la vie active

Entraînement sur vélo stationnaire très varié. Il se déroule autant en continu que par intervalles, debout ou assis. Activité qui sollicite majoritairement le système cardiovasculaire mais aussi le système musculaire.

Vêtements de sport, espadrilles
Apportez vos serviettes et bouteilles d'eau

12 avril au 7 juin (8 cours)
Il n'y aura pas de cours le 24 mai.

Cardiovélo 2 – 62 \$

Mercredi
19 h à 20 h 15
Local du Centre de la vie active*

Entraînement sur vélo stationnaire très varié. Il se déroule autant en continu que par intervalles, debout ou assis. Activité qui sollicite majoritairement le système cardiovasculaire mais aussi le système musculaire.

Vêtements de sport, espadrilles
Apportez vos serviettes et bouteilles d'eau

14 avril au 2 juin (8 cours)

Monitrice : Justine Arsenault-Savard

Rabais à l'inscription :

- 116 \$ pour les 2 cours par personne

PROGRAMMATION CULTURELLE



Raymond Cloutier
Catherine De Léan

OLEANNA

Mise en scène de **RAYMOND CLOUTIER**

THÉÂTRE

MARDI 6 AVRIL À 19 H
à la salle multidisciplinaire
du centre civique
30 \$/personne

GENEVIÈVE LECLERC

176 NOTES

VENDREDI 23 AVRIL À 20 H
à la salle multidisciplinaire
du centre civique
25 \$/personne



FAMILIAL

LA MAGIE DE LA CHIMIE

avec Yannick Bergeron

DIMANCHE 16 MAI À 15 H
à l'aréna
12 \$/personne

Pour l'information complète au sujet des spectacles, consultez le *Programme culturel* sur le site Internet de la Ville de Matagami dans la section « culture et spectacle ».



MICHEL BARRETTE

L'HUMOUR DE MA VIE

JEUDI 6 MAI À 20 H
à l'aréna
38 \$/personne



QW4RTZ

A CAPELLA

4 GARS,
4 MICROS,
2 MÈTRES

DIMANCHE 23 MAI À 20 H
à l'aréna
30 \$/personne



MIKE WARD

NOIR

LUNDI 7 JUIN À 20 H
à l'aréna
38 \$/personne

PASSEPORT SPECTACLE 92 \$

EN VENTE AU SERVICE DES LOISIRS

COMPREND LES SPECTACLES DE MICHEL BARRETTE, QW4RTZ ET MIKE WARD.



PISCINE

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Bain public -Max. 16 pers.	10 h à 11 h	10 h à 11 h					8 h 30 à 12 h 30
Bain couloir (14 ans et +) -Max. 8 pers.				12 h à 13 h			
Bain familial (1 parent obligatoire) -Max. 16 pers.	13 h à 14 h						13 h à 14 h
Cours natation	14 h à 16 h						14 h à 16 h
Club Mataqua							
Cristelles d'eau		16 à 18 h	16 h à 19 h 30	16 à 18 h	16 h à 18 h 15	16 à 18 h	
		18 h à 20 h		18 h à 19 h			18 h 30 à 19 h 30
	19 h 30 à 20 h 30			19 h à 20 h	18 h 15 à 21 h		19 h 30 à 20 h 30
		20 h à 21 h	20 h à 21 h	20 h à 21 h			

• L'horaire de la piscine peut être sujet à changement.

Dans la foulée des mesures mises en place pour endiguer la propagation de la COVID-19, les usagers doivent respecter certaines mesures sanitaires. Pour connaître ces mesures et règles mises en place, visitez le site Internet de la Ville de Matagami au www.matagami.com.

BIBLIOTHÈQUE

Jour	Heures d'ouverture	
Dimanche	Fermée	
Lundi		18 h 30 à 20 h 30
Mardi	14 h à 16 h	18 h 30 à 20 h 30
Mercredi		18 h 30 à 20 h 30
Jeudi		18 h 30 à 20 h 30
Vendredi	Fermée	
Samedi	9 h à 13 h	

La bibliothèque municipale vous offre une panoplie de services qui faciliteront l'accès à plus de 8 500 volumes, une variété de périodiques, quelques 700 jouets ainsi que des dvd. Grâce à une affiliation au Réseau Biblio, elle vous donne accès à 5 millions de livres au Québec.

C'est un milieu de vie, d'études et de recherche. Profitez du vaste éventail de ressources documentaires de la bibliothèque et des services conçus pour vous permettre d'en optimiser l'utilisation.

De nombreux services et ressources sont mis à votre disposition pour vous accompagner dans vos recherches de lecture et de divertissement.

Abonnement annuel	
Bambin 0 - 4 ans	Gratuit
Enfant 5 - 17 ans	7,50 \$
Adulte 18 ans et +	21,00 \$
Âge d'or 50 ans et +	7,50 \$
Familial	30,00 \$

Centre de la VIE ACTIVE

Profitez pleinement des espaces naturels et des aménagements récréotouristiques qui nous entourent en utilisant le service de location d'équipement du Centre de la vie active où vous trouverez tout ce dont vous avez besoin, peu importe la saison. Que ce soit pour vos activités estivales, tant aquatiques que terrestres, ou pour vos sorties hivernales, telles randonnées en raquette ou en ski de fond, contactez-nous.

Horaire printemps

- ▶ Lundi : 11 h 30 à 13 h 30
- ▶ Vendredi : 11 h 30 à 15 h 30
18 h 30 à 20 h

Information/location d'équipements

Centre de la vie active
100, place du Commerce
819 739-4566

Initiation à la photographie



Dans le cadre de l'Entente de développement culturel, le Service des loisirs en collaboration avec le ministère de la Culture et des Communications est à préparer une belle activité d'initiation à la photographie le **samedi 8 mai de 10 h à 16 h 30** avec le photographe professionnel Paul Brindamour.

Dans cet atelier, le photographe professionnel Paul Brindamour vous enseignera les mécanismes et les bases de la photographie pour vous initier à cet art ou perfectionner vos connaissances. Tel que M. Brindamour le dit : « Le but est de prendre le contrôle de l'appareil, et non l'inverse! »

Apportez vos appareils pour mieux les comprendre ou venez simplement assister au cours pour découvrir ce nouveau loisir, tous sont les bienvenus. Surveillez la publicité afin de connaître les modalités d'inscription.



Semaine de la famille

Le Service des loisirs est à préparer une belle programmation d'activités pour la prochaine Semaine de la famille.

Surveillez la publicité au cours des prochaines semaines afin de ne rien manquer de cette semaine qui vous fera profiter du plaisir de faire des activités en famille à Matagami.

Cette semaine marquera aussi l'occasion de vous dévoiler l'organisation des Terrains de jeux pour cet été.

Avis de recherche Moniteurs

ATELIERS ET COURS SOCIOCULTURELS

Un des objectifs du Service des loisirs de la Ville de Matagami est d'offrir une programmation d'ateliers et de cours socioculturels variés, de qualité et accessibles pour toute la population.

Afin de diversifier cette offre, nous sommes à la recherche de personnes intéressées à faire découvrir leurs passe-temps et partager leurs passions. Vous désirez faire connaître vos connaissances en peinture, patinage, ébénisterie, entraînement, danse, tricot ou autres intérêts, alors n'hésitez plus et contactez le Service des loisirs :

- par téléphone au 819 739-2718
- par courriel à loisirs@matagami.com.

Calendrier communautaire

À tous les organismes, une nouvelle année débute, et dans le but de poursuivre la tradition et de ne pas perdre nos bonnes habitudes, n'oubliez pas d'acheminer au Service des loisirs l'information concernant vos activités prévues chaque mois. Le calendrier communautaire est là pour et grâce à vous.

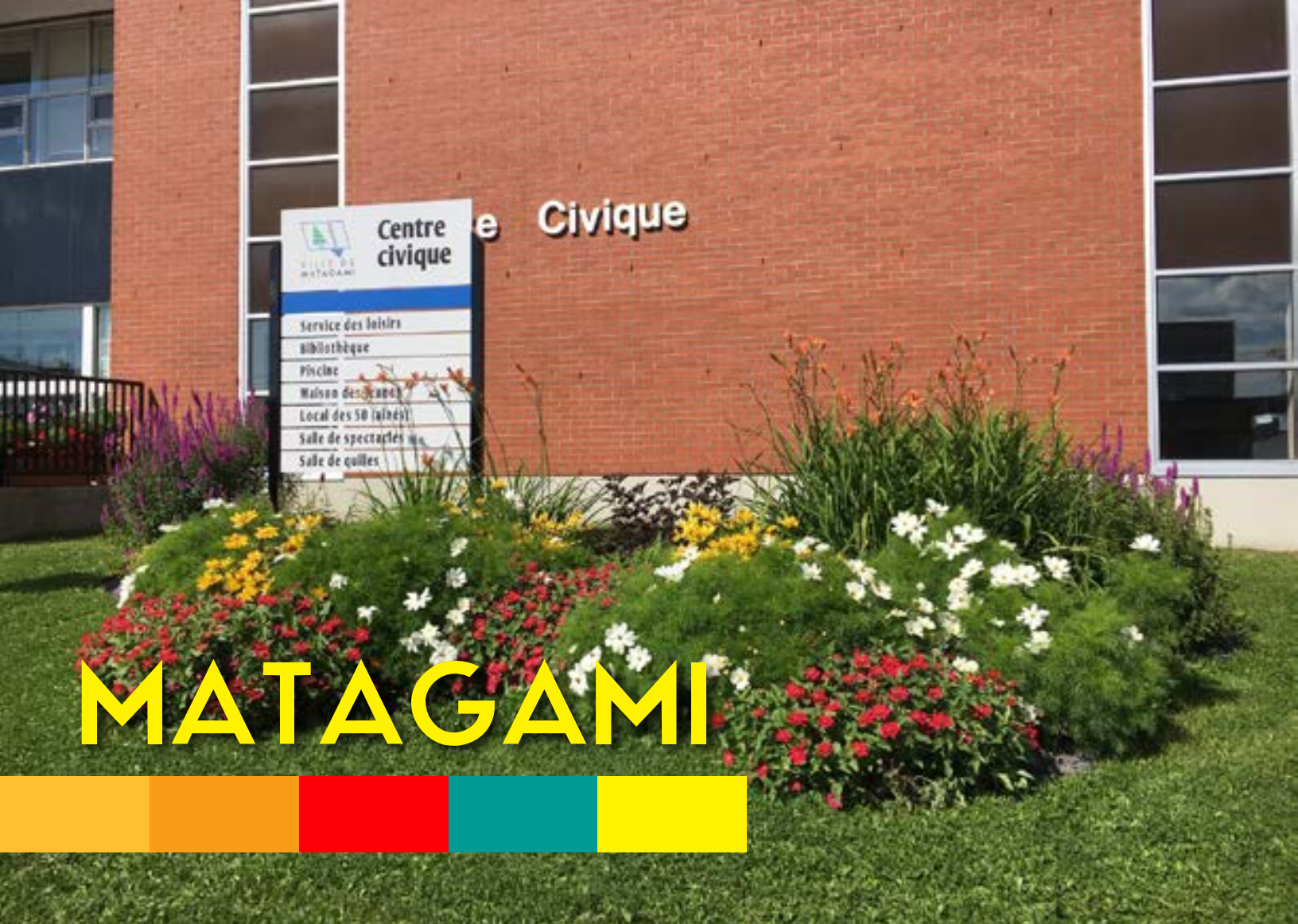
Date limite pour l'envoi de vos activités :

- Le 24 de chaque mois

Moyens d'acheminer l'information :

- Par courriel : loisirs@matagami.com
- Par télécopieur : 819 739-2891
- En personne

Le calendrier communautaire vous est offert par le Service des loisirs de la Ville de Matagami et le comité Vitalité Matagami.



MATAGAMI



www.matagami.com