

## Adresses à retenir

### MUNICIPALITÉ DE NOTRE-DAME-DU-PORTAGE

560, route de la Montagne, Notre-Dame-du-Portage (Québec) G0L 1Y0

TÉLÉPHONE : 418 862-9163

Site Internet : [www.municipalite.notre-dame-du-portage.qc.ca](http://www.municipalite.notre-dame-du-portage.qc.ca)

Facebook : [www.facebook.com/notredameduportage](https://www.facebook.com/notredameduportage)

Lundi, mercredi, jeudi : 9 h à 12 h et 13 h à 16 h 30 / Mardi : 13 h à 16 h 30 / Vendredi : 9 h à 12 h

**GYMNASE DE L'ÉCOLE PRIMAIRE** / 539, route du fleuve

**CHALET DES SPORTS/ SALLE GILLES-MOREAU/ SALLE COMMUNE** / 200, côte de la Mer

Le formulaire d'inscription est disponible sur le site Internet de la Municipalité et au bureau municipal

## Babillard récréatif et culturel

Voici les activités offertes au sein de notre municipalité pour la période de septembre à décembre!

### SUR LA LIGNE DE L'HISTOIRE, VENEZ PÊCHER L'ÉPERLAN

Patrimoine et Culture du Portage organise cette activité familiale patrimoniale autour de ce petit poisson qui se pêche depuis de nombreuses années au quai du Portage, l'éperlan. Concours pour les jeunes et les plus vieux : Qui va récolter la plus longue sangsue? Qui va pêcher le premier éperlan? Le premier poulamon? La première plie? L'éperlan le plus long? Rendez-vous avec toute la famille sur le quai du Portage. Canes à pêche disponibles. Activité gratuite. Remise au 4 octobre en cas de pluie.

**Quand** : Samedi 3 octobre

**Où** : Quai municipal.

**Information** : 418 862-3995 ou [www.notredameduportage.org](http://www.notredameduportage.org)

### FÊTE DE L'AUTOMNE

La municipalité vous convie à une journée intergénérationnelle hors du commun. Détails en annexe.

**Quand** : Dimanche le 4 octobre, de 11 h à 15 h

**Où** : Chalet des sports

**Information** : 418 862-9163, poste 225

### L'AMOUR, L'AMITIÉ ET LE TEMPS QUI PASSE

Jean Beaulieu et Michel Roy offre un spectacle haut en couleur aux citoyens de Notre-Dame-du-Portage pour souligner l'arrivée de l'automne!

**Quand** : octobre 2020 (date à confirmer)

**Information** : Patrimoine et Culture du Portage, 418 862-3995

### SALON DES ARTISANS

Venez y découvrir les talents de nos artisans locaux. Un incontournable pour trouver un produit à son goût et pour ses êtres chers à l'approche des Fêtes!

**Quand** : Samedi 28 novembre, de 17 h à 22 h, dimanche 29 novembre de 9 h à 15 h

**Où** : Salle Gilles-Moreau

**Information** : 418-862-9163, poste 225

### CONCERT DE NOËL

Organisé par Patrimoine et Culture du Portage, entrez dans l'ambiance des Fêtes grâce à ce concert vous plongeant dans la magie de Noël.

**Quand** : début décembre

**Où** : Église de Notre-Dame-du-Portage

**Information** : [www.notredameduportage.org](http://www.notredameduportage.org)

Fermée le  
7 septembre  
et le 12 octobre

# LA FÊTE DE L'AUTOMNE 2020

LE DIMANCHE 4 OCTOBRE  
AU CHALET DES SPORTS

## HORAIRE DE L'ÉVÈNEMENT

11 h : **Kiosques de marchands régionaux**  
Découvrez les saveurs d'ici

11 h 30 : **Dîner hamburgers et blés d'Inde (\$)**

12 h : **Maquillage offert par Maquillage Québec**

12 h : **Jeu d'évasion mobile offert par La Pièce**

13 h : **Découverte animale offerte par la Jungle Animale**

## EN PERMANENCE SUR LE SITE

• **Marche en forêt « Automne à grand pas »**

• **Animation et jeux kermesse**

• **Pompiers**

• **Jeux gonflables**

• **Mascottes**



MUNICIPALITÉ  
NOTRE-DAME  
DU-PORTAGE

UN  
AUTOMNE  
HAUT EN  
COULEUR!

Toute activité et événement peut être sujet à annulation sans préavis selon le développement et l'ajustement des mesures sanitaires imposées par la Santé Publique.

## Mot du maire

Chers Portageois, Chères Portageoises,

Au nom du conseil municipal et du service des loisirs de la municipalité, c'est avec plaisir que je vous présente notre nouvelle programmation automnale pour célébrer une saison haute en couleur. Plus que jamais, nous sommes heureux de contribuer à égayer et dynamiser notre municipalité à l'aide de nombreuses activités afin de rendre cette saison particulièrement agréable.

Je vous invite à feuilleter cette programmation, à la conserver tout au long de la saison pour ainsi vous inscrire aux nombreuses activités offertes sans plus tarder !

Bel automne à tous !  
Vincent More, maire de Notre-Dame-du-Portage

## Renseignements généraux

### INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS OFFERTES

Procurez-vous un formulaire d'inscription sur le site Internet de la municipalité ou au bureau municipal. Une fois complété, faites-le parvenir par courriel à loisirs@notre-dame-du-portage.ca, par la poste au bureau municipal (560, route de la montagne) ou en personne en déposant celui-ci dans la trappe extérieure du bureau municipal, accompagné de votre paiement.

- Pour que l'inscription soit officielle, le paiement de l'activité doit être acquitté lors de l'inscription ;
- Aucune inscription n'est acceptée par les animateurs et les spécialistes lors des activités, hormis les activités identifiées par une étoile;
- Le nombre d'inscriptions par activité est limité. Si le maximum est atteint, les inscriptions additionnelles sont ajoutées sur une liste d'attente ;
- Aucune confirmation et aucun rappel ne seront effectués par téléphone. Seules les personnes dont l'activité est modifiée ou annulée seront avisées ;

Les inscriptions aux différentes activités débutent le vendredi 11 septembre. Lisez attentivement chacune des rubriques afin de connaître les dates limites d'inscription.

\*Les activités identifiées par une étoile sont présentées par un partenaire. Communiquez directement avec la personne responsable de l'activité pour obtenir des renseignements ou pour vous inscrire.

### MODALITÉS DE PAIEMENT

- Les frais d'inscription peuvent être réglés en paiement direct, en argent ou par chèque au nom de la municipalité de Notre-Dame-du-Portage ;
- Des frais de 25 \$ seront exigés pour tout chèque sans provision ;
- Pour toute inscription effectuée après la date limite, des frais de retard de 5 \$ par personne seront exigés.

### POLITIQUE D'ANNULATION, DE REMBOURSEMENT ET DE CRÉDIT

Une activité peut être annulée si le nombre de participants est insuffisant. Le participant est alors entièrement remboursé. Un crédit peut être conservé pour l'inscription à une autre activité durant la saison ou pour l'année à venir.

Une activité peut être remboursée en cas d'annulation du participant sept jours avant la date prévue, moyennant des frais d'administration de 20 %.

Si un participant annule son inscription pour des raisons de santé, un remboursement est émis au prorata des jours écoulés, dès que la municipalité est avisée, et ce, qu'il y ait eu participation ou non à l'activité. Pour une demi-journée, une journée complète est calculée.

### UTILISATION D'IMAGES

En s'inscrivant à une activité offerte par la municipalité de Notre-Dame-du-Portage, le participant ou le répondant dans le cas d'un mineur, autorise l'utilisation par la municipalité, pour toutes fins municipales, de toute photographie sur laquelle pourrait apparaître le participant et dégage la municipalité ainsi que ses représentants de toute responsabilité à cet égard, étant conscient qu'ils ne peuvent être tenus responsables d'une utilisation non autorisée par un tiers. Cette autorisation ne peut être révoquée que par un avis écrit transmis à la municipalité. Tout le matériel demeure la propriété de la municipalité.

*Dans le but d'alléger le texte et d'en faciliter la lecture, l'emploi du masculin a été privilégié.*

## Activités

### INITIATION À LA DANSE – 7 À 12 ANS

Explorez différents styles de danse, soit le jazz, lyrique, moderne, contemporain, ballet, hip-hop, etc. Un milieu idéal pour découvrir l'univers de la danse et se familiariser avec les différents styles de danse.

**Quand :** Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30, 29 septembre au 8 décembre (relâche le 27 octobre)

**Où :** Gymnase de l'école primaire **Inscription :** 60 \$ / 10 séances, avant le 22 septembre

**Personne-ressource :** District Danza

**Matériel :** vêtements de sport, serviette et bouteille d'eau

### MINI-BASKET – 7 À 12 ANS

Un idéal pour développer ces talents, mais surtout pour s'amuser. Encadrés par un entraîneur, des entraînements axés sur les points clés du sport et des simulations de parties seront au programme.

**Quand :** Mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30, du 30 septembre au 9 décembre

**Où :** Gymnase de l'école primaire **Inscription :** 30 \$ / 11 séances, avant le 23 septembre

**Matériel :** Espadrilles, vêtements de sport, serviette et bouteille d'eau

### YOGA RÉGULIER \*

Convenant à tous, ce cours offre la maîtrise de la respiration et la stabilisation de l'attention, tout en approfondissant les postures. Ce cours se terminera par de la méditation et l'ancrage afin d'harmoniser le corps et l'esprit.

**Quand :** Mercredi, de 19 h 15 à 20 h 30, du 30 septembre au 9 décembre

**Où :** Salle Gilles-Moreau **Inscription :** 165 \$ / 11 séances, avant le 28 septembre

**Pour inscription :** Chantal Lavoie, 418 863-2830, info@osetonyoga.com

**Matériel :** Tapis de sol, serviette et bouteille d'eau

### YOGA ET MÉDITATION \*

Pour les personnes désirant découvrir et approfondir le yoga dans un contexte doux et adapté. On y fait l'apprentissage de postures avec ou sans chaise et l'on termine par une méditation guidée.

**Quand :** Mardi de 10 h 15 à 11 h 30, du 29 septembre au 8 décembre

**Où :** Salle Gilles-Moreau **Inscription :** 165 \$ / 11 séances, avant le 28 septembre 2020

**Pour inscription :** Chantal Lavoie, 418 863-2830, info@osetonyoga.com

**Matériel :** Tapis de sol, serviette et bouteille d'eau

### EXPLORATION ARTISTIQUE – 16 ANS ET PLUS

Découvrez l'univers des arts en vous introduisant à la peinture, la mosaïque de verre, de même que le dessin. Découvrez ainsi les techniques générales de ces arts et plongez-vous dans la création de chef-d'œuvre !

**Quand :** Mardi, de 18 h 30 à 20 h 30, du 13 octobre au 17 novembre

**Où :** Salle Gilles-Moreau **Inscription :** 150 \$ / 6 séances, avant le 5 octobre

**Personne-ressource :** Art Académie

### ENTRAÎNEMENT FONCTIONNEL RÉGULIER – 16 ANS ET PLUS

En compagnie d'un kinésologue, combinez les exercices cardiovasculaires et musculaires dans le cadre d'entraînements ajustés à la condition physique de chacun, pour des résultats et du plaisir garantis ! Suite à 45 minutes d'exercices, des capsules de 30 minutes suivront sur les bases de l'entraînement et de la saine alimentation.

**Quand :** Jeudi, de 18 h 00 à 19 h 15, du 1er octobre au 10 décembre (relâche le 29 octobre)

**Où :** Gymnase de l'école primaire **Inscription :** 100 \$ / 10 séance, avant le 24 septembre

**Personne-ressource :** Maxime Pelletier

**Matériel :** Espadrilles, vêtements de sport, serviette et bouteille d'eau

**Particularité :** Possibilité de ne participer qu'aux capsules de 30 minutes suivant les entraînements, soit de 18 h 45 à 19 h 15, moyennant un coût de 35 \$ / 10 capsules.

### INITIATION À L'ART DRAMATIQUE – 16 ANS ET PLUS

Un survol de ce qui compose l'art dramatique par le biais d'ateliers et de mises en situation. Théâtre, improvisation, lecture publique, création collective et tout ce qui touche à la scène théâtrale.

**Quand :** Jeudi, de 18 h 30 à 19 h 45, du 24 septembre au 3 décembre (relâche le 29 octobre)

**Où :** Salles Gilles-Moreau **Inscription :** 90 \$ / 10 séances, avant le 18 septembre

**Personne-ressource :** Benoit Murray

### MULTI-DANSE – 16 ANS ET PLUS

Apprenez des chorégraphies à votre rythme sur de la musique entraînante. Vous y explorerez plusieurs techniques, styles et enchaînements.

**Quand :** Mardi, de 19 h 30 à 20 h 30, du 29 septembre au 8 décembre (relâche le 27 octobre)

**Où :** Gymnase de l'école primaire **Inscription :** 65 \$ / 10 séances, avant le 22 septembre

**Personne-ressource :** District Danza **Matériel :** vêtements de sport, serviette et bouteille d'eau

### STRONG BY ZUMBA – 16 ANS ET PLUS

STRONG by Zumba synchronise entraînement par intervalles haute intensité au facteur de motivation qu'est la musique. La musique et les mouvements se synchronisent afin que vous puissiez dépasser votre seuil de tolérance.

**Quand :** Lundi, de 18 h 30 à 19 h 30, du 21 septembre au 14 décembre (relâche le 12 octobre)

**Où :** Gymnase de l'école primaire **Inscription :** 86 \$ / 12 séances, avant le 18 septembre

**Personne-ressource :** Mélanie Lepage

**Matériel :** Espadrilles, vêtements de sport, serviette et bouteille d'eau

## Ateliers sporadiques

### GARDIENS AVERTIS FORMATION RECONNUE – 11 À 15 ANS

Ce cours permet aux jeunes d'acquérir les techniques de base en secourisme et les compétences nécessaires pour prendre soin d'enfants plus jeunes qu'eux.

**Quand :** Vendredi 13 novembre, de 8 h 30 à 16 h 30

**Où :** Hôtel Universel (311, Boulevard de l'Hôtel-de-Ville, Rivière-du-Loup)

**Inscription :** 55 \$ / participants, avant le 30 octobre

**Personne-ressource :** Coopérative des Paramédics du Grand-Portage

**Matériel :** Poupée, crayons, souliers et repas froid

### QUIZ NDDP INTERACTIF

Les « Quiz NDDP en direct » sont désormais interactifs ! Testez vos connaissances générales sur une multitude de sujets, accompagnés d'une touche à saveur locale.

**Quand :** Lundis 12 octobre et 9 novembre, de 19 h à 20 h

**Où :** Salle Gilles-Moreau **Inscription :** Gratuit

**Information :** 418 862-9163, poste 225

**Matériel :** Papier et crayons

### ORNITHOLOGIE

Débutant d'abord par un atelier d'initiation à l'ornithologie, vous y découvrirez toutes les bases et caractéristiques nécessaires pour mieux identifier et apprécier la beauté des différentes espèces d'oiseaux lors du second atelier, se voulant être une sortie d'observation terrain au site ornithologique du marais de Cacouna.

#### Atelier d'initiation

**Quand :** Vendredi 25 septembre, 18 h 30

**Où :** Salle Gilles-Moreau

**Inscription :** Gratuit, avant le 24 septembre

**Personne-ressource :** Fernand Gagné

#### Sortie d'observation

**Quand :** Samedi 26 septembre, AM

**Où :** Entrée du site ornithologique du marais de Cacouna

**Inscription :** Gratuit, avant le 24 septembre

### SENSIBILISATION ENVIRONNEMENT

Échangez de façon interactive sur l'importance de notre environnement et le rôle que nous pouvons y jouer. Du bac bleu au bac brun, en passant par la consommation responsable et l'impact environnemental de nos modes de vie, vous prendrez rapidement connaissance que de simples gestes font toute la différence.

**Quand :** Mardi 6 octobre, de 18 h 30 à 20 h

**Où :** Salle Gilles-Moreau

**Inscription :** Gratuit, avant le 6 octobre

**Personne-ressource :** Collaboration de Co-Éco