

INFO

Morin-Heights

L'harmonie c'est dans notre nature



MORIN-HEIGHTS
1855

INFORMATION MUNICIPALE

PRINTEMPS 2021

MARS / AVRIL / MAI
VOL. 24 NO 2

- 07 / calendrier des collectes 2021
- 08 / calendrier des collectes 2021
- 16 / camp de jour
- 02 / nouvelles
- 06 / services municipaux
- 13 / programmation culturelle
- 17 / activités
- 18 / cours offerts

Journée de pêche des enfants à la Rivière-à-Simon

Au Parc Lummis, samedi le 29 mai, de 8 h à 15 h

Initiation des enfants à la pêche à la truite, frais d'inscription de 5 \$. Ceux-ci doivent apporter un équipement de pêche et être accompagnés d'un adulte. Cet événement pour les enfants est rendu possible grâce à la participation de l'**Association de chasse et pêche des Laurentides**.



Mot du maire



Chers concitoyennes et concitoyens,

En ce 15 février 2021, un seul mot me vient à l'esprit pour décrire la période que nous vivons présentement : incertitude.

Incertitude au niveau du code de couleur de notre région, incertitude

sur la façon dont le gouvernement va gérer la semaine de relâche, incertitude sur la situation dans les hôpitaux de la région, incertitude au niveau de l'arrivée et de la distribution des vaccins. Voilà presque un an que nous vivons dans l'incertitude face à cette pandémie et tout le monde est excédé...

Les gens de Morin-Heights ont très bien fait! Vous avez été solidaires et avez respecté les consignes, ainsi les cas de COVID sont restés très bas. Nous méritons tous un retour à la normale et je veux vous encourager et vous dire que ça s'en vient! Nous avons bon espoir que tous les gens de 65 ans et plus seront vaccinés avant la parution du prochain bulletin municipal.

Au niveau des activités municipales, nous espérons pouvoir vous retrouver à la Journée de la pêche des enfants, sur le terrain de soccer, à la Fête du Canada, à l'exposition estivale d'Arts Morin-Heights et au Festival Superfolk, mais nous devons composer encore avec cette même incertitude...

Je vous demande donc un dernier petit effort collectif afin de nous aider à vivre un été qui ressemblera plus à ce que nous souhaitons tous. Portez votre masque, lavez-vous les mains et évitez la tentation des rassemblements avant que la vaccination soit assez avancée. C'est tout ce qu'on peut faire face à l'incertitude.

D'ici là, il me fera plaisir de vous retrouver et de répondre à vos questions lors des prochaines assemblées municipales qui sont tenues en ligne.

Votre dévoué,

Tim Watchorn, ing.
Maire



facebook.com/
MunicipaliteMorinHeights



Transport en commun

L'Inter des Laurentides offre maintenant la possibilité de suivre les autobus en temps réel grâce à l'application Zenbus téléchargeable gratuitement pour iPhone et Android, ou sur linter.ca/zenbus. À tout moment vous verrez exactement où se trouve votre bus!

Information : www.linter.ca • 1 877 604-3377

Contrôle des animaux

L'Article 9.6 du règlement municipal 503 relatif au contrôle des animaux stipule qu'aucun animal ne peut être laissé dans une automobile sans surveillance.



www.morinheights.com



COMITÉ DES
PARTENAIRES FAMILLE
des Pays-d'en-Haut



Visites VIP

- Vous êtes une famille nouvellement arrivée dans la MRC des Pays-d'en-Haut?
- Vous avez un nouveau bébé à la maison?
- Vous désirez connaître les services et activités offerts pour les familles dans votre communauté?

DEUX FAÇONS DE VOUS INFORMER !

1. Bénéficiez gratuitement d'une Visite Importante pour les Parents VIP !

L'agente de liaison vous accueille chaleureusement en vous offrant de l'information pour vous et vos enfants. Un sac de bienvenue vous sera gracieusement offert !

2. Inscrivez-vous au Bulletin Info-Famille des Pays-d'en-Haut !

Le bulletin envoyé deux fois par mois vous permet d'être à l'affût des activités offertes pour les familles dans votre communauté.

Contactez-nous pour vous inscrire:

450 275-9894 / visitesvip.pdh@gmail.com

Le Garde-Manger donne accès à de l'**aide alimentaire** 50 semaines par année aux personnes vivant en situation précaire. **Distribution alimentaire à Morin-Heights**: tous les mardis de 14h15 à 15h à l'hôtel de ville situé au 567, chemin du Village. **Inscription requise par téléphone** : 450 229-2011 ou 450 227-3757.

Nous avons également un comptoir vestimentaire nommé **La Fouillerie**. Nous encourageons le public à participer en donnant leurs articles usagés et en faisant ainsi profiter les clients d'articles de choix à moindre coût. TOUS les profits vont au **Garde-Manger des Pays-d'en-Haut**.

La Fouillerie, comptoir vestimentaire

28, rue Bennett, 450 644-0087

Horaires:

Judi 9 h à 15 h

Vendredi 9 h à 15 h

Le premier samedi du mois de 9 h à 14 h

www.gardemangerpdh.ca



Présentement en période de recrutement, salaire très compétitif !

La mission de la coopérative est le soutien à domicile. Que vous soyez une personne avec une incapacité temporaire ou permanente, une personne seule ou une famille, nous offrons :

- **service d'entretien ménager régulier** qui peut inclure la préparation de repas (sans diète) et les emplettes;
- **service d'entretien ménager lourd**, comme un grand ménage, lavage de vitres, préparation pour les déménagements;
- **travaux saisonniers** comme du raclage, jardinage, emballage, ménage du garage ou de la remise, etc.;
- **service de répit** aux proches-aidants.

Communiquez avec nous dès maintenant pour connaître l'ensemble de nos services !

450 229-6677 • marteau-plumeau.com

Des nouvelles de votre Coop Santé à Morin-Heights

La Coop santé est un organisme à but non-lucratif et compte sur une équipe dynamique dont la priorité est le service aux patients.

Notre mission est de faciliter l'accès aux soins de santé de proximité pour les citoyens de Morin-Heights et St-Adolphe d'Howard. **C'est en équipe qu'on fait bouger les choses! Faites-vous partie de notre équipe?** Devenez membre à votre tour, inscrivez-vous directement sur notre site Internet www.coopsante.org.

EN 2019-2020 :

- 500 personnes ont obtenu un médecin de famille dans nos deux cliniques;
- 12 600 rendez-vous ont été attribués dans la dernière année;
- Plusieurs nouveaux services: médecine sportive du réseau de la santé publique, ostéopathe (\$), physiothérapie périnéale et pelvienne (\$), psychologue (\$).

BESOIN D'UN MÉDECIN DE FAMILLE :

S'inscrire au guichet de clientèle orpheline du gouvernement. Lorsqu'un médecin prend en charge des nouveaux patients, le guichet lui attribuera des patients inscrits sur la liste d'attente. **** La Coop ne garantit pas l'attribution à un médecin de famille ****

- Sur Internet à www.gamf.gouv.qc.ca
- Par téléphone au 1-844-834-4263

SANS RENDEZ-VOUS MORIN-HEIGHTS

(2, rue Meadowbrook)

- Horaire variable, visitez notre site Internet: www.coopsante.org
- Rendez-vous attribués par téléphone dès 8h au 450 644-0522.

MÉDECINS

** Aucun transfert de dossiers entre les deux cliniques **

- **Dre Eveline Gagné**
- **Dr Ian Shrier** – médecine sportive
- **Dre Vanessa Gatti**
- **Dr Marc Paquin**
- **Dre Lisa-Marie Tassé**
- **Dre Annie Fillion**

PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ À MORIN-HEIGHTS :

CLINIQUE OSTÉOSPORT (\$)

Mardi sur rendez-vous

450 227-2222 • www.cliniqueosteosport.com

PHYSIOTHÉRAPEUTE (\$)

Audrey Dubé

Lundi et mercredi sur rendez-vous

450 822-5714 • www.physiotherapieactive.com

PHYSIOTHÉRAPEUTE - périnéal et pelvien (\$)

Louise Perrin

Jeudi et vendredi sur rendez-vous

514 278-5906

PSYCHOLOGUE (\$)

Jacqueline Gravel

Jeudi sur rendez-vous

450 280-1545

PSYCHOLOGUE (\$)

Johanne Bernier

Lundi et mercredi sur rendez-vous

450 744-0380

Inscrivez-vous à notre infolettre au www.coopsante.org.

819 327-3534 / 450 644-0522



www.morinheights.com



ENTRAIDE BÉNÉVOLE DES PAYS-D'EN-HAUT Centre d'action bénévole

Une situation vous préoccupe pour une personne aînée?

L'Entraide bénévole vous offre les services de deux intervenants de milieu pour aînés.

Depuis le début de cette grave crise sanitaire, l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut met tout en œuvre afin de pouvoir répondre à un accroissement significatif de demandes de services essentiels, visant à assurer le maintien à domicile et le mieux-être de la clientèle d'aînés que nous desservons.

L'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut peut compter sur une équipe hautement qualifiée, au sein de laquelle se trouvent deux intervenants chevronnés ayant pour principal mandat de **repérer, d'intervenir, d'informer, de diriger et d'accompagner** des aînés vers les services auxquels ils ont droit gratuitement et s'assurent que tous ces services leur sont rendus.

Récemment retraités du réseau de la Santé et des Services sociaux, **Andrée Nadeau** et **Normand Aubé**, ces intervenants passionnés connaissent très bien les rouages des ressources du milieu destinées aux aînés, pour y avoir œuvré à divers niveaux au cours des 35 dernières années. Une fois combinées, leurs expertises couvrent notamment les milieux des CHSLD, des centres de réadaptation et des services externes, le volet psycho-social, le soutien à domicile, la gérontologie, l'éducation spécialisée et la psychiatrie pour clientèles adultes.

N'hésitez surtout pas à faire appel à leurs services, que ce soit pour vous-même ou pour une personne aînée dont la situation vous préoccupe en téléphonant au 450 229-9020.

www.entraidebenevolepdh.com



Photo : Jack Strulovitch

Concours de photos

Partagez vos meilleurs clichés ! Il peut s'agir de paysages de chez nous, d'activités ou événements locaux ou de Morinheighters tout sourire !

Le gagnant ou la gagnante se méritera une carte-cadeau de 50 \$ d'un commerce local. Envoyez vos meilleures images à : karyne.bergeron@morinheights.com. Le gagnant sera annoncé dans le prochain bulletin municipal.

Vos photos doivent avoir un poids minimal de 1 Mo. Si vous souhaitez soumettre plusieurs photos, nous vous demandons de nous les faire parvenir via le site Internet wetransfer.com dont l'utilisation est simple et gratuite. Les photos qui nous seront envoyées devront être libres de droits et seront conservées dans la banque d'images municipales pour être utilisées pour illustrer nos différents outils de communications et articles publicitaires.

Le gagnant du concours de l'édition précédente est **Jack Strulovitch** qui se mérite un certificat-cadeau d'une valeur de 50 \$ chez Familiprix Danielle Gauthier, situé au 707, chemin du Village ! Félicitations !



Urbanisme et environnement

Abri d'hiver temporaire : Objectif paysage !

Avec nos hivers en dents de scie, les abris temporaires ont sans aucun doute leur utilité. Toutefois, le printemps venu, leur maintien au-delà des dates autorisées ne favorise pas un visuel des plus attrayants. Nous demandons donc aux résidents de respecter les dates limites suivantes : le 1^{er} mai pour enlever la toile de protection de la structure et le 15 mai pour démanteler la structure. Ces dispositions sont en vigueur pour tous les abris d'hiver temporaires, indépendamment de leur emplacement sur la propriété ou de leur usage. De plus, le respect de la réglementation simplifie grandement le travail des inspecteurs.

Abattage d'arbres

Un permis gratuit est requis avant d'abattre des arbres sur une propriété, incluant les arbres en dépérissement. À noter qu'une inspection préalable est toujours requise pour déterminer la validité de la demande. Un permis n'est toutefois pas requis pour l'émondage d'arbres.

Installation septique : entretien

Pour un fonctionnement optimal de votre installation septique, un entretien préventif est recommandé afin de préserver la qualité de l'environnement. À cet effet, pour les fosses munies d'un préfiltre (deuxième couvercle), il est conseillé de le rincer d'une à deux fois par année afin d'éliminer les matières en suspension.

De plus, assurez-vous de faire vidanger votre fosse septique aux deux ans pour les résidents permanents, et aux quatre ans pour les résidents saisonniers (180 jours ou moins par année), et de remettre une copie du reçu à la Municipalité dans les 45 jours qui suivent.

Pour les propriétaires d'une installation septique de type secondaire avancé, ou tertiaire, par exemple : Bionest, Écoflo, Enviroseptic, etc., vous devez être liés en tout temps par un contrat d'entretien annuel du fabricant du système et en remettre une copie à la Municipalité.



Permis de construction ou de rénovation : soyez informé!

Vous avez des projets de construction ou de rénovation ?

Informez-vous auprès du Service de l'urbanisme ou consultez le www.morinheights.com pour vous renseigner sur les travaux qui nécessitent un permis avant de les entreprendre. Le formulaire de demande de permis interactif peut être rempli à même le site Internet municipal et déposé avec vos documents à l'accueil de l'hôtel de ville ou acheminé par courriel.

Notez également que dans certains secteurs de la municipalité, principalement au centre du village, les travaux sont assujettis à un règlement relatif à l'intégration architecturale. Ces travaux doivent faire l'objet d'une analyse et de recommandations par le Comité consultatif d'urbanisme et être approuvés par le conseil municipal. Des délais additionnels sont à prévoir dans la planification de vos projets dans ces secteurs.



Calendrier des collectes 2021

SECTEUR 2

JANVIER 2021							FÉVRIER 2021							MARS 2021							AVRIL 2021						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
					1	2	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6					1	2	3		
3	4	5	6	7*	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
10	11	12	13	14*	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	
31	* Il y aura une collecte supplémentaire de recyclage le 7 janvier et le bac brun sera collecté le 14 janvier.																										

MAI 2021							JUIN 2021							JUILLET 2021							AOÛT 2021						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
						1			1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30	31				
30	31	Déposez vos encombrants le 16 mai au soir, le camion passera une seule fois sur votre rue lundi ou mardi.																									

SEPTEMBRE 2021							OCTOBRE 2021							NOVEMBRE 2021							DÉCEMBRE 2021						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3	4					1	2	1	2	3	4	5	6					1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31	
							31	Déposez vos encombrants le 17 octobre au soir, le camion passera une seule fois sur votre rue lundi ou mardi.																			

Légende

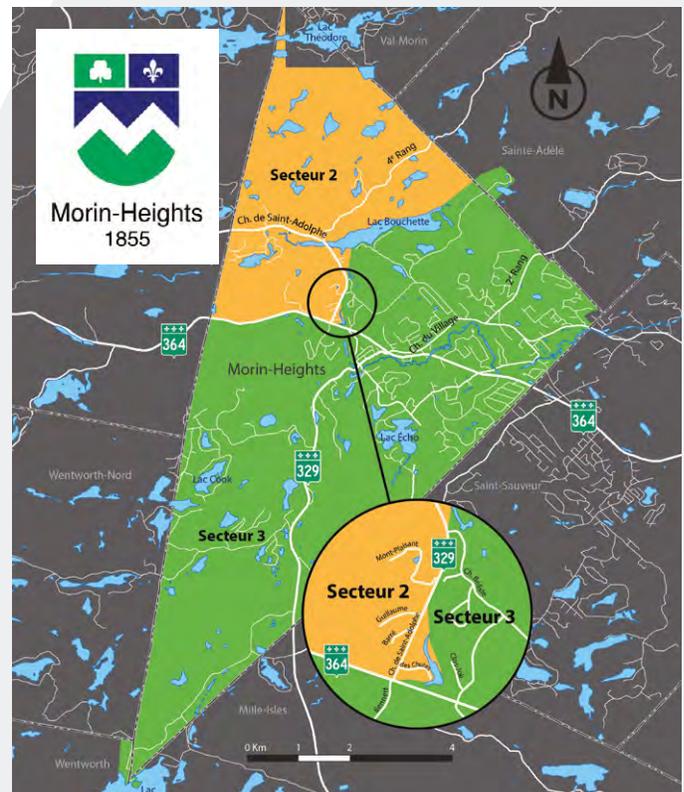


-  Recyclage (bac bleu)
-  Organiques (bac brun)
Collecte aux deux semaines d'octobre à mai
-  Déchets (bac noir)
Collecte mensuelle de novembre à avril
-  Encombrants Déposez la veille au soir, pour la collecte du lendemain.
-  Changement de journée de collecte
-  Aucune collecte de déchets



lespaysdenhaut
recyclent.com

INFO-COLLECTE
1 855 PDH-RECY • 450 229-8052
infocollecte@mrcpdh.org



Calendrier des collectes 2021

SECTEUR 3

JANVIER 2021							FÉVRIER 2021							MARS 2021							AVRIL 2021						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
					1	2	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6					1	2	3		
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	
31	* Une collecte de recyclage supplémentaire est organisée le 8 janvier et le bac brun sera collecté le 15 janvier.																										

MAI 2021							JUIN 2021							JUILLET 2021							AOÛT 2021						
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
						1			1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30	31				
30	31	Déposez vos encombrants le 16 mai au soir, le camion passera une seule fois sur votre rue le 17 ou 18 mai.																									

SEPTEMBRE 2021							OCTOBRE 2021							NOVEMBRE 2021							DÉCEMBRE 2021									
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S			
				1	2	3	4						1	2			1	2	3	4	5	6					1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11			
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18			
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25			
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31				
							31	Déposez vos encombrants le 17 octobre au soir, le camion passera une seule fois sur votre rue le 18 ou 19 octobre.																						

INFO-COLLECTE

1 855 PDH-RECY • 450 229-8052
 infocollecte@mrcpdh.org

-  Recyclage (bac bleu)
-  Organiques (bac brun)
Collecte aux deux semaines d'octobre à mai
-  Déchets (bac noir)
Collecte mensuelle de novembre à avril
-  Déchets (bac noir)
Collecte mensuelle de novembre à avril
-  Encombrants Déposez la veille au soir, pour la collecte du lendemain.
-  Changement de journée de collecte
-  Aucune collecte de déchets

Écocentre

L'Écocentre intermunicipal est situé au 2125, chemin Jean-Adam, à Saint-Sauveur. Prenez note du nouveau numéro de téléphone: 450 227-4633, poste 3200.

HORAIRE D'OUVERTURE

Du 1^{er} décembre au 31 mars:

du mardi au samedi de 7 h 30 à 11 h 45 et de 13 h à 16 h

Du 1^{er} avril au 30 novembre:

du lundi au dimanche de 7 h 30 à 16 h.

www.ville.saint-sauveur.qc.ca/services-aux-citoyens/environnement/ecocentre.html

Travaux publics

Balai de rue

Parce que nous habitons les Laurentides, une quantité considérable de sable et de pierres (¼) est épandue sur les routes à cause des conditions glacées. Nous balayons les rues à la fin du printemps, mais malheureusement, nous ne ramassons pas le matériel qui peut être projeté en bordure de rue au cours de l'hiver. Évitez de faire des tas sur l'accotement, car nos balais de rue ne sont pas conçus pour effectuer le ramassage de tels amas et cela pourrait causer des bris d'équipement.



Service de sécurité incendie et des premiers répondants de Morin-Heights



Soyez branché sur votre sécurité !

Conseils pratiques pour votre installation ou vos appareils électriques

Ne tombez pas dans le panneau !

/ Assurez-vous que le panneau électrique ou tout autre équipement de branchement est accessible en tout temps. Laissez une distance de dégagement d'un mètre.

Remplacement d'un fusible ou réenclenchement d'un disjoncteur

/ Le panneau électrique contient des fusibles ou des disjoncteurs nécessaires à votre sécurité, car ceux-ci interviennent en cas de surcharge et peuvent prévenir un incendie.

/ Lorsqu'un fusible saute ou qu'un disjoncteur se déclenche, c'est souvent parce qu'il y a surcharge : trop d'appareils sont branchés sur la même prise. Dans ce cas, débranchez des appareils.

/ Si vous remplacez un fusible, utilisez toujours un fusible ayant les mêmes caractéristiques (type, nombre d'ampères).

Électricité :

Mauvaise utilisation + mauvaise installation = DANGERS D'INCENDIE!

Les incendies liés à l'électricité sont souvent évitables. Pourquoi prendre des risques avec une rallonge surchargée ou une installation électrique mal entretenue? Saviez-vous que le tiers des causes connues d'incendies relèvent de l'installation mécanique ou électrique? Les incendies peuvent être dus à l'usure, à une mauvaise utilisation ou à la non-conformité de l'installation.

Lorsque vous emménagez dans une nouvelle résidence, n'hésitez pas à faire vérifier l'installation électrique par un maître électricien.

Contenu tiré d'un dépliant produit par :

Sécurité publique Québec

Avec la collaboration de :
• Régie du bâtiment du Québec

Prochains numéros !

Pour soumettre un texte, envoyez une version en français et une en anglais à karyne.bergeron@morinheights.com.

ÉDITION D'ÉTÉ

1^{er} juin au 15 août 2021

Date de tombée :

16 avril 2021

Distribution :

28 mai 2021

ÉDITION D'AUTOMNE

15 août au 1^{er} décembre 2021

Date de tombée :

11 juin 2021

Distribution :

13 août 2021

ÉDITION D'HIVER

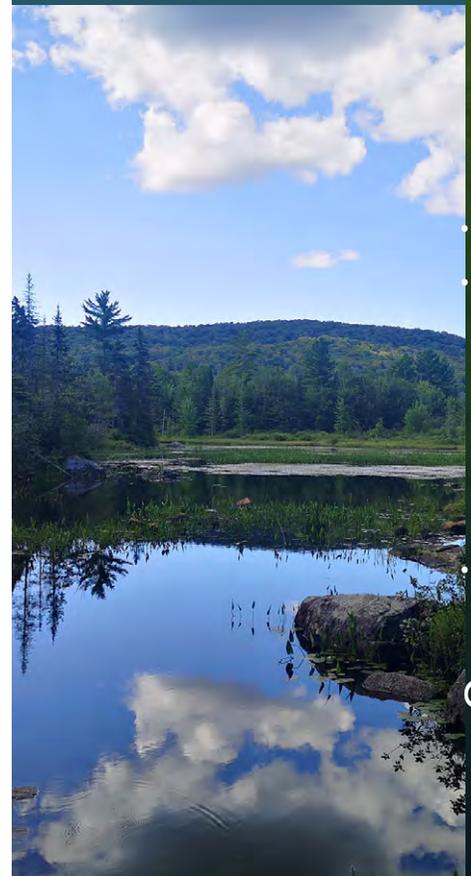
1^{er} décembre 2021 au 15 mars 2022

Date de tombée :

8 octobre 2021

Distribution :

26 novembre 2021



Réseau de plein air

Corvées

Les 1^{er} et 15 mai, de 9h à 16h

Travaux de réfection de passerelles et de sentiers vélo de montagne et de randonnée pédestre. En cas de mauvaises conditions météorologiques, voir www.morinheights.com/Plein-air pour date ultérieure.

Pour vous inscrire à titre de bénévoles, veuillez faire parvenir vos coordonnées à chaletbellevue@morinheights.com ou au 450 226-3232, poste 132.

Rappel pour les chiens

Les chiens sont interdits sur le Corridor Aérobique, toutefois, les chiens en laisse sont autorisés sur les autres sentiers pédestres. Leurs excréments doivent être ramassés et jetés à la poubelle. Il est important de garder les chiens en laisse en tout temps pour la sécurité de tous.

Le Corridor canin est le meilleur endroit pour marcher en toute sécurité avec son chien. Il est situé à l'intersection du chemin du Midi et la Route 364.

Conditions des sentiers

Afin de connaître quel sentier est ouvert ou l'état de chacun, vous pouvez consulter le www.morinheights.com/Plein-air.

Fermeture du réseau de vélo après le dégel ou la pluie

N'utilisez pas les sentiers les jours de forte pluie, lorsque le sol est trop humide ou au dégel printanier. Rouler dans un sentier boueux peut l'élargir inutilement et causer de l'érosion.



Code d'éthique de la SOPAIR pour le vélo de montagne, en vigueur dans notre réseau

- 1) Procurez-vous une carte des sentiers, portez un casque, respectez vos capacités physiques et ayez une trousse de réparation.
- 2) Ne roulez pas dans les sentiers fermés. S'ils le sont, c'est pour une bonne raison.
- 3) Ne roulez pas les jours de pluie et les 24h suivantes afin de prévenir l'érosion des sentiers.
- 4) Roulez toujours dans les sentiers afin de respecter le milieu naturel.
- 5) Rapportez vos déchets.
- 6) Doublez avec prudence et soyez courtois en tout temps. Circuler en petits groupes de dix personnes ou moins est préférable.
- 7) Cédez le passage aux cyclistes qui montent et aux piétons en tout temps. Roulez lentement lorsqu'il y a de l'achalandage.
- 8) N'effectuez pas de nouveaux tracés ou des travaux non autorisés. Assurez-vous d'avoir la permission du propriétaire ou du gestionnaire avant toute activité d'entretien.
- 9) Respectez les propriétés privées s'il y a lieu. Circuler sur un terrain privé est un privilège et non un droit. Soyez reconnaissant de la générosité des propriétaires.

Respect des propriétés privées

La plupart des sentiers de ski de fond sont accessibles uniquement l'hiver, soit du 1^{er} décembre au 15 avril. Lorsque la saison de ski de fond est terminée, on demande à tous de respecter ces dates pour éviter que l'accès à ces sentiers ne devienne interdit de manière permanente. Ce ne sont pas tous les sentiers du Réseau de plein air qui sont accessibles durant la période estivale. Veuillez consulter la page Plein air du site Internet municipal afin de voir les cartes et les conditions des sentiers selon la saison en cours.

Pavillon du Corridor Aérobique

Pour connaître les heures d'ouverture du Pavillon et des services sanitaires offerts, consultez le site Internet suivant : corridoraerobique.ca.

Carte citoyenne

Une carte citoyenne verra le jour sous peu! On vous invite à créer votre compte d'utilisateur, si ce n'est pas déjà fait, via la page d'inscription sur notre site Internet (menu « Services en ligne ») afin d'accélérer le processus d'inscription et d'émissions des cartes une fois qu'il débutera.

La carte citoyenne donnera accès à différentes infrastructures et activités gratuitement tel le tennis et le pickleball. Suivez-nous sur nos différentes plateformes pour connaître tous les détails!

Parc Lummis

À nouveau cet été, en contexte de pandémie, le Parc Lummis sera réservé exclusivement aux résidents de Morin-Heights.

Heures d'opération : 9h à 18h

Tarification au Parc Basler pour le vélo de montagne

Cette année, l'accès aux sentiers de vélo de montagne sera tarifié. Il sera possible de se procurer une passe de saison; l'achat se fera uniquement en ligne. Pour ce qui est des droits d'accès quotidiens, ce sera possible d'acheter un billet en ligne ou à la guérite d'accueil du parc. Pour de l'assistance pour l'achat en ligne, composez le 450 226-3232, poste 132.

Notez que les passes de ski de fond de la saison 2020-2021 seront acceptées cet été pour l'accès aux sentiers de vélo de montagne.

	Résident Morin-Heights	Résident MRC PDH	Non-résident
Passe de saison	35 \$	55 \$	65 \$
Billet journalier	5 \$	5,50 \$	6 \$

Heures d'opération : 9h à 20h



Abolition des frais de retard et modification de la Politique de services

Certaines mesures temporaires mises en place pendant la pandémie ont été si appréciées par nos abonnés que nous avons décidé de les rendre permanentes ! Outre les nouvelles heures d'ouverture, dorénavant chaque membre aura droit à un emprunt de cinq livres à la fois, et ce pour une durée de quatre semaines, renouvelable une fois, s'il n'y a pas de réservation sur le document.

Aussi, les frais de retard sont définitivement abolis dans le but de favoriser l'accessibilité et le plaisir de lire !

Finalement, les locataires saisonniers peuvent avoir droit à un abonnement temporaire, informez-vous auprès de notre équipe.



Ma BIBLIO à moi,
c'est mes revues numériques
disponibles en tout temps.

Et c'est GRATUIT!



Bibliothèque

La bibliothèque municipale est située au **823, chemin du Village**, elle est fermée les jours fériés. L'abonnement à la bibliothèque est **gratuit** pour tous les résidents. Pour connaître les dernières nouveautés arrivées sur nos tablettes, contactez-nous directement!

Notez que les nouvelles heures d'ouverture officielles sont les suivantes : les mardis, jeudis et samedis, de 10 h à 16 h.

Information: bibliotheque@morinheights.com ou 450 226-3232, poste 124

Pour consulter la liste des animations et activités présentées par la bibliothèque ce printemps, faites un tour à la page suivante.

Mode de fonctionnement actuel

L'accès libre à l'intérieur de la bibliothèque est de nouveau autorisé, ainsi que l'usage à un poste informatique ! En tenant compte de la superficie du bâtiment, le nombre de personnes autorisées à l'intérieur est de dix, dont sept dans la section bibliothèque (excluant l'équipe de travailleurs). Lorsque cette limite est atteinte, les visiteurs devront patienter à l'extérieur. La distanciation sociale est obligatoire pour tous, ainsi que le port du couvre-visage pour les visiteurs de 10 ans et plus.

Nous vous invitons à continuer de réserver vos documents sur **mabiblioamoi.ca** ou par courriel à **bibliotheque@morinheights.com**. Pour les retours, la chute à livres est toujours accessible sur le côté du bâtiment. Tout retour est mis en quarantaine pendant 24 heures avant d'être de nouveau disponible.

Nous offrons aussi un service de Bibliothèque roulante si vous souhaitez recevoir vos livres directement chez vous !



Les Z'animés en virtuel, présentés par la bibliothèque municipale

Contes de Pâques

DISPONIBLE EN VISIONNEMENT DU 1^{ER} AU 7 AVRIL

Gloria Ramia Prenafeta racontera, pour les tout-petits, deux contes sous la thématique de Pâques.

Atelier de découverte du Blues

DISPONIBLE EN VISIONNEMENT DU 9 AU 15 AVRIL

S'il y a un style musical qui a influencé l'ensemble de la musique d'Amérique du Nord, c'est bien le blues! Découvrez, avec Philippe Emmanuel David, son histoire, son esthétique et son langage, pour le plaisir d'en jouer ou de simplement l'écouter d'une oreille neuve.

Dix plantes médicinales de base

DISPONIBLE EN VISIONNEMENT DU 16 AU 22 AVRIL

Découvrez les vertus de dix plantes qui peuvent faire partie de la pharmacie familiale pour pallier aux petits maux du quotidien : digestion difficile, fièvre, rhume, etc. Ces plantes poussent à l'état sauvage autour de nous ou dans nos jardins. L'herboriste Johanne Fontaine parlera notamment de la précieuse ortie, de l'achillée, la fébrifuge par excellence, du plantain pour les petits bobos, du pissenlit pour une digestion optimale, de la mélisse, un atout contre le stress et plus encore!

Comment soutenir le système immunitaire - DISPONIBLE EN

VISIONNEMENT DU 23 AU 29 AVRIL

Il y a des moyens pour prendre soin de notre immunité et ainsi être plus forts face aux rhumes, gripes et autres maladies infectieuses. L'herboriste Johanne Fontaine vous fera mieux connaître et soutenir votre système immunitaire et aussi découvrir des outils simples et faciles à intégrer dans le quotidien. Le thym et l'ail, des plantes condimentaires, font partie des alliés à découvrir.

Contes et activités amusantes de lecture

DISPONIBLE EN VISIONNEMENT DU 30 AVRIL AU 6 MAI

Mireille Villeneuve raconte une de ses histoires aux enfants, puis, elle leur propose différentes activités de lecture en lien avec le livre présenté.

Dans l'univers de « Rouge pamplemousse » et atelier de gigue

DISPONIBLE EN VISIONNEMENT DU 7 AU 13 MAI

Présentation d'une œuvre vidéo hybride intégrant gigue contemporaine et poésie, «Rouge pamplemousse» explore différentes facettes du sentiment d'amertume. L'atelier qui suivra permettra de vous initier à la gigue québécoise, un style de danse qui est au cœur de la création de *Rouge pamplemousse*. Pour les souliers de tous types et de toutes pointures!

Faire face au changement et rester zen

EN DIRECT LE 16 MAI À 11H ET DISPONIBLE EN VISIONNEMENT POUR SEPT JOURS PAR LA SUITE

Avez-vous l'impression de subir les changements ou lieu de les choisir ? Nous sommes dans un espace-temps où les changements s'opèrent à la vitesse du son, mais le changement fait aussi partie de la vie... Durant cette «éduc-animation» de Carole Miville, vous découvrirez des outils pour mettre en relief vos résistances au changement, vous aider à réviser vos croyances, vos valeurs et votre pouvoir de choisir afin de conserver votre intégrité à travers les changements, pour apprendre à faire le deuil du connu pour aller vers l'inconnu, et pour passer à l'action. Bref, vous apprendrez à rester zen!

Marc Chagall, éternel amoureux: De Vitebsk à Paris

DISPONIBLE EN VISIONNEMENT DU 26 MAI AU 1^{ER} JUIN

Au cœur de l'École de Paris, s'élèvera une étoile étincelante qui brillera tout au long du siècle. Celle-ci sera celle du grand Marc Chagall. En imposant, même en temps de guerre, son fabuleux univers coloré, céleste, féérique, il fait figure d'éternel optimiste, de grand sage au cœur d'enfant et d'acteur significatif de la scène artistique moderne. Conférence présentée par Sylvie Coutu.



Laurentian Reading Club

Depuis 1959, nous partageons notre amour des livres, nous échangeons des idées et des commentaires, sans oublier le plaisir de nous retrouver entre amis.

Nous nous réunissons à 13 h le troisième mardi de chaque mois, de septembre à juin, au Chalet Bellevue à Morin-Heights, ou par Zoom pendant les restrictions dues à la pandémie. Joignez-vous à nous pour discuter de livres et de lecture ! Nos réunions se déroulent en anglais.

Nous demandons aux membres une cotisation de 20 \$ pour l'achat de livres. Pour de plus amples renseignements, veuillez prendre contact avec Jane Philibert au **450 226-6947** ou à janephil@cgocable.ca.



Un gros merci à tous nos bénévoles, abonnés et spectateurs qui nous ont encouragé en 2020. Nous préparons maintenant des options pour le reste de 2021.

Pour plus d'information, visitez-nous en ligne à theatremorinheights.ca, envoyez-nous un courriel à theatremorinheights@gmail.com ou composez le **579 765-3999**.

Arts

Morin Heights

Depuis plus d'une trentaine d'années, les artistes d'Arts Morin-Heights ont contribué à l'animation culturelle de la municipalité par une exposition estivale annuelle et différentes expositions thématiques, ou individuelles, qui se sont tenues pendant toute l'année.

Comme tous les autres groupes, la pandémie a mis un arrêt aux activités collectives du groupe. Dans le contexte actuel, nous devons respecter les directives sanitaires en vigueur. Nous espérons reprendre nos activités dès que la situation sera revenue à la normale.

À la prochaine!

Ginette Fontaine, maagfontaine@hotmail.com

Chorale Joyful Noise

Nous sommes toujours actifs! Avez-vous écouté notre performance de Noël enregistrée en confinement? Visitez la page YouTube du Festival Superfolk pour la visionner de nouveau! Aussi, tendez l'oreille pour l'annonce d'un possible concert ou d'une autre chanson à être diffusée prochainement.

Club de lecture en français (CLEF) de Morin-Heights

Le Club de lecture en français entame sa huitième année de rencontres mensuelles. Nous y discutons de nouvelles lectures, de livres relus et de coups de cœur. Les rencontres ont lieu au Chalet Bellevue de Morin-Heights le quatrième mardi du mois de 13h30 à 15h30.

Pour toute autre information:

Monique Bélisle 450 226-8464





Groupe de tricot

Le groupe de tricot se rencontre deux fois par mois pour tricoter, jaser et partager ensemble. Les amateurs de crochet, broderie ou autre travail d'aiguille sont aussi les bienvenus !

Les rencontres ont lieu au Chalet Bellevue de Morin-Heights les premiers et troisièmes mardis des mois d'avril et mai de 13h à 16h. Vous pouvez venir pendant les trois heures ou moins longtemps, selon vos disponibilités.

Il s'agit d'un groupe informel, aucun besoin de s'inscrire ou réserver. Vous êtes donc invités à venir partager vos trucs et placoter ! Vous n'avez qu'à apporter votre matériel. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec Monique Bélisle au 450 226-8464.



Le Festival Tournant à Morin-Heights

Du 13 au 15 août 2021,

la Municipalité de Morin-Heights recevra le **Festival Tournant**, un festival de danse par et pour la communauté! Restez à l'affût pour l'annonce des différents spectacles et activités!

Information: www.festivaltournant.com
direction@festivaltournant.com



Dôme de Ballet(s) de ruelle. Sur la photo : Corinne Crane, Sarah-Ève Grant-Lefebvre, Lola O'Breham-Rondeau et Gabrielle Surprenant-Lacasse.



Confirmé.
20-21-22 Août 2021

WWW.SUPERFOLK.CA - DÉTAILS À VENIR - INSCRIPTION OBLIGATOIRE

La pandémie déterminera le nombre d'invités autorisés au festival. Pour être présent, vous devrez avoir une réservation à l'avance pour les concerts. Nous vous invitons à vous abonner à notre liste. Vous recevrez les derniers plans et aurez l'opportunité d'être parmi les premiers à réserver pour le **SuperFolk 2021**.

Camp de jour

Le Campuces de Piedmont, **accrédité par l'Association des Camps du Québec**, accueillera cet été les enfants de Morin-Heights au **Mont Habitant** (12, chemin des Skieurs, St-Sauveur).



INSCRIPTIONS en ligne dès le vendredi 2 avril
via le site Internet de la Municipalité
de Piedmont: www.piedmont.ca.

Annulation et remboursement

Aucun montant ne sera remboursé en cas d'abandon pour les inscriptions au Campuces, et le service de garde.

Camp pour les 5-11 ans

Du lundi 28 juin au vendredi 13 août, de 8h45 à 16h15

PROGRAMME ÉTÉ COMPLET

(Les frais de cinq activités organisées au camp et deux sorties à l'extérieur du site sont inclus au tarif)

28 juin au 13 août 2021	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	600 \$	570 \$	550 \$
Non-résidents	700 \$	700 \$	700 \$

BLOC DE 4 SEMAINES

(Bloc fixe - 4 premières semaines du camp seulement)

(Les frais de trois activités organisées au camp et une sortie à l'extérieur du site sont inclus au tarif)

28 juin au 23 juillet 2021	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	370 \$	340 \$	320 \$
Non-résidents	425 \$	425 \$	425 \$

BLOC DE 3 SEMAINES

(Bloc fixe - 3 dernières semaines du camp seulement)

(Les frais de deux activités organisées au camp et une sortie à l'extérieur du site sont inclus au tarif)

26 juillet au 13 août 2021	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	280 \$	250 \$	230 \$
Non-résidents	320 \$	320 \$	320 \$

SEMAINE SUPPLÉMENTAIRE (16 au 20 août 2021)

Enfants de 5 à 11 ans	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	105 \$	100 \$	95 \$
Non-résidents	115 \$	115 \$	115 \$

Service de garde pour les 5-11 ans

de 7h à 8h45 et 16h15 à 18h

Aucun tarif à la journée. Frais de retard après 18 h :
1 \$ / minute payable le jour même.

ÉTÉ COMPLET

28 juin au 13 août 2021	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	150 \$	130 \$	130 \$
Non-résidents	155 \$	155 \$	155 \$

BLOC DE 4 SEMAINES

(Bloc fixe - 4 premières semaines du camp seulement)

28 juin au 23 juillet 2021	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	85 \$	75 \$	75 \$
Non-résidents	90 \$	90 \$	90 \$

BLOC DE 3 SEMAINES

(Bloc fixe - 3 dernières semaines du camp seulement)

26 juillet au 13 août 2021	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant
Résidents Piedmont et Morin-Heights	65 \$	55 \$	55 \$
Non-résidents	70 \$	70 \$	70 \$

Club Ado 12-14 ans

3 jours/semaine : mardi, mercredi et jeudi

(Les frais d'activités organisées au camp et sorties à l'extérieur du site sont inclus au tarif)

29 juin au 12 août 2021	1 ^{er} enfant
Résident de Piedmont et Morin-Heights	150 \$ par semaine
Non-résidents	175 \$ par semaine

Programme Aspirant Moniteur

du lundi au jeudi de 9h à 16h

(Les frais de trois activités organisées au camp et une sortie à l'extérieur du site sont inclus au tarif)

5 au 29 juillet 2021	Frais de base
Résident de Piedmont et Morin-Heights	325 \$
Non-résidents	350 \$

QUESTIONS ? Mary-Ann Delcourt, technicienne en loisirs, 450 227-1888 poste 230, techloisirs@piedmont.ca

www.morinheights.com



Club de canoë-kayak Viking

Camp d'été et programmes 2021

Du 28 juin au 20 août, le Club de canoë-kayak Viking offrira le camp « Canoë pour enfants » en demi-journées pour les jeunes de 5 à 12 ans, du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h30. Les participants suivront le Programme national de développement d'habiletés de Canoë Kayak Canada, apprendront les règles et principes de base de la sécurité nautique et s'amuseront à développer des habiletés et garder la forme par le jeu.

Coût : 125 \$ / semaine (tout l'équipement est fourni)

Lieu : à côté du Pavillon Montfort, 160, route Principale, Wentworth-Nord

Information : www.canoekayakviking.com
450-226-1876 • canoekayakviking@gmail.com

Groupe de soutien du cancer de la région des Laurentides

Ce groupe de soutien de la région des Laurentides vient spécialement en aide aux personnes atteintes du cancer, leur famille et aux proches-aidants de langue anglaise. Les réunions gratuites ont lieu une fois par mois au Chalet Bellevue (27, rue Bellevue) ou via ZOOM. Nous acceptons les dons; un reçu fiscal peut être émis.

Pour tout renseignement au sujet des services, des réunions et des conférenciers invités, contactez June Angus au **450 226-3641** ou écrivez à cancer.laurentia@yahoo.ca.



F.C. MORIN-HEIGHTS

Football Club Morin-Heights

Économisez 20\$ sur les inscriptions reçues avant le 31 mars

Programme compétitif – soccer pour les 9 à 21 ans, dernière chance pour s'inscrire pour la saison d'été : en ligne sur www.fcmorinheights.com.

Programme Grassroots – initiation au soccer pour les jeunes de 4 à 7 ans. Joueurs(euses) né(e)s entre 2014 et 2017. Les samedis matin du 12 juin au 28 août (congé 24 et 31 juillet). Au terrain de soccer de l'école primaire de Morin-Heights de 9h à 10h.

Pour les joueurs qui veulent devenir **arbitre** en 2021, svp faire votre inscription rapidement les places sont limitées, appelez au 450 226-0011.



Plusieurs activités pour les jeunes.

Information :

www.facebook.com/cluboptimistevss
optimistevs@st-sauveur.com
C.P. 4, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R0

Cardio / HIIT

Séquences d'efforts cardiovasculaires et de musculation en alternance. Mouvements simples, efficaces et très diversifiés. Un entraînement complet, original et motivant pour adultes et aînés. Soyez prêts à bouger avec le sourire !

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 15\$/cours

Jour: lundi 8h45 à 9h45

Dates: 29 mars au 3 mai (6 sem.)

Prof: Andréa Beaulieu / 450 822-7486
espiritpin@gmail.com

Tai Chi Yang avec étirements et méditation

Équilibre physique, mental et émotionnel. Possibilité de joindre le cours en tout temps.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 120\$

Jour: mardi 10h30 à 11h45

Dates: 20 avril au 1^{er} juin (7 sem.)

Prof: Michelle Gendron / 450 712-6834
mich.gendron@yahoo.ca / ecoledetaichilibre.com

Peinture acrylique et créativité

Le thème de cette session est : matière et lumière (acrylique et huile). Les cours de LiliFlore sont axés sur la découverte de votre style à travers l'**exploration** de différentes techniques de peinture, ainsi que par l'approvisionnement de votre propre **créativité**. Débutants bienvenus!

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 268\$ +tx

Jour: mercredi 13h30 à 16h30

Dates: 21 avril au 9 juin (8 sem.)

Prof: LiliFlore / 514 638-5810
liliflore.ca / liliflore.ca@gmail.com

Photographie

Maîtrisez les réglages de votre appareil photo. Pour débutants et intermédiaires de 16 ans et plus. Vous devez avoir votre matériel.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 155\$

Jour: mercredi 10h à 12h

Dates: 5 mai au 9 juin (6 sem.)

Prof: Bruno Larue / 514 830-0432
www.brunolarue.com / brunolarue@me.com

Essentrics en douceur

Technique thérapeutique adaptée à toutes les conditions physiques. Préviend, ralentit et guérit le vieillissement du corps. Pour les personnes avec raideurs reliées à l'inactivité, limitations progressives, douleurs chroniques ou pour ceux qui recommencent l'activité physique après une période sédentaire.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 130 \$

Jour: lundi 9h30 à 10h30

Dates: 12 avril au 16 juin (10 sem.)

Prof: Ginette Ouimet (instructrice Essentrics certifiée niveau 4) / 450 543-0308
essentricsavecginette@gmail.com / essentricsavecginette.vpweb.ca

Essentrics tonifiant

Entraînement complet et dynamique. Améliore la posture, soulage les tensions et les articulations. Technique thérapeutique adaptée à toutes les conditions physiques.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 130 \$

Jour: lundi et/ou mercredi 11h à 12h

Dates: 12 avril au 16 juin (10 sem.)

Prof: Ginette Ouimet (instructrice Essentrics certifiée niveau 4) / 450 543-0308
essentricsavecginette@gmail.com / essentricsavecginette.vpweb.ca

Yoga flow

Cours où l'on redonne aux muscles leur élasticité, leur flexibilité et l'oxygénation nécessaire pour les garder en santé. Le yoga stretching aide à l'amplitude fondamentale du corps. Aucune expérience préalable requise. Pour adultes et aînés, tous les niveaux.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 15\$/cours

Jour: mercredi 8h45 à 9h45

Dates: 31 mars au 5 mai (6 sem.)

Prof: Andréa Beaulieu / 450 822-7486
espiritpin@gmail.com

Force et flexibilité

Améliorer la posture la force et la souplesse, éliminer les douleurs, renforcer les stabilisateurs dans une atmosphère de détente et de joie.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 120\$

Jour: mardi 9h à 10h

Dates: 6 avril au 15 juin (10 sem.)

Prof: Lisa McLellan / 450 560-2803
lisamclellan07@gmail.com



S'il n'est pas possible de tenir ce cours en salle, il sera tenu en ligne.

POUR TOUTE INFORMATION OU INSCRIPTION, VEUILLEZ CONTACTER DIRECTEMENT L'INSTRUCTEUR DU COURS.

Combo 55+

Mise en forme, bien-être, équilibre, coordination, force, souplesse et plaisir en toute sécurité !

Lieu: Parc Basler

Tarif: 120\$

Jour: jeudi 9h à 10h

Dates: 8 avril au 17 juin (10 sem.)

Prof: Lisa McLellan / 450 560-2803
lisamclellan07@gmail.com

Qi Gong

Respiration, détente profonde, santé du corps et de l'esprit.

Lieu: à l'extérieur, au Chalet Bellevue

Tarif: 120\$

Jour: jeudi 10h30 à 11h30

Dates: 8 avril au 17 juin (10 sem.)

Prof: Lisa McLellan / 450 560-2803
lisamclellan07@gmail.com

Hatha Yoga

Liberté à travers la respiration, force et flexibilité, bien-être profond et sérénité.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 150\$

Jour: vendredi 9h à 10h15

Dates: 9 avril au 18 juin (10 sem.)

Prof: Lisa McLellan
450 560-2803
lisamclellan07@gmail.com



www.morinheights.com

Tai chi Chuan Gratuit!

Séance libre de pratique et d'exercices (pas d'enseignement), aucune inscription requise. Bienfaits : contrôle du stress, maintient un état de calme, améliore les articulations et l'équilibre, augmente la circulation sanguine et stimule le système nerveux.

Lieu: Chalet Bellevue

Jour: samedi 9h à 11h

Dates: 10 avril au 26 juin

Info: Robert Lee / 450 227-8829

Karaté

Développe concentration, respect, confiance en soi, forme physique et donne des outils aux jeunes contre le taxage. Enfants 5 ans+ et adultes. Deux cours d'essai gratuit !

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: Le coût varie selon la durée de l'inscription (1, 3, 5 ou 10 mois)

Jour: vendredi 17h30 à 18h30

Dates: avril à juin

Prof: Kyoshi Gilles Labelle / 450 431-1444
lgilles.budo@gmail.com

Espagnol niveau 1

Cours semi-privés de niveau débutant pour ceux qui n'ont jamais eu de contact avec l'espagnol. Matériel inclus, 16 ans et plus, places limitées.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 165\$

Jour: jeudi 8h45 à 10h15

Dates: 8 avril au 10 juin (10 sem.)

Prof: Yoalli Gallegos / 819 326-7706
laurentidescascaspaespanol@hotmail.com

Espagnol club de conversation

Niveau avancé, pour ceux qui ont déjà les connaissances pour s'exprimer au présent, passé et futur. Nous écrivons, nous lisons, nous écoutons, mais surtout nous parlons l'espagnol. Matériel inclus, 16 ans et plus, places limitées.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 165\$

Jour: jeudi 10h30 à 12h

Dates: 8 avril au 10 juin (10 sem.)

Prof: Yoalli Gallegos / 819 326-7706
laurentidescascaspaespanol@hotmail.com

Cours offerts

S'il n'est pas possible de tenir ce cours en salle, il sera tenu en ligne.

POUR TOUTE INFORMATION OU INSCRIPTION, VEUILLEZ CONTACTER DIRECTEMENT L'INSTRUCTEUR DU COURS.



Danse écossaise traditionnelle

Gratuit!

Danse traditionnelle pour les enfants et adolescents (6 ans et plus).

Lieu: Chalet Bellevue

Jour: dimanche
16h à 17h30

Dates: 11 avril au 30 mai

Prof: Heather McNabb
514 486-3480

heatheramcnabb@hotmail.com

Cardio Swing

Mise en forme avec des mouvements de swing, pour tous !

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 112\$

Jour: jeudi 9h à 10h

Dates: 1^{er} avril au 17 juin (12 sem.)

Prof: Francisco De La Calleja / 514 436-0567
fikomex@gmail.com

Solo Latino

Cours de danse latine sans partenaire, pour tous !

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 112\$

Jour: jeudi 10h30 à 11h30

Dates: 1^{er} avril au 17 juin (12 sem.)

Prof: Francisco De La Calleja / 514 436-0567
fikomex@gmail.com

Cardio Latino

Mise en forme avec des mouvements de danses latines, pour tous !

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 112\$

Jour: jeudi 11h45 à 12h45

Dates: 1^{er} avril au 17 juin (12 sem.)

Prof: Francisco De La Calleja / 514 436-0567
fikomex@gmail.com

Coordonnées municipales

Hôtel de ville:

567, chemin du Village
Morin-Heights (Québec)
J0R 1H0

Téléphone: 450 226-3232

Télexcopieur: 450 226-8786

www.morinheights.com
municipalite@morinheights.com

Courriels:

bibliotheque@morinheights.com
chaletbellevue@morinheights.com
comptabilite@morinheights.com
conseil@morinheights.com
loisirs@morinheights.com
mutation@morinheights.com
pleinair@morinheights.com
ssi@morinheights.com
taxes@morinheights.com
travauxpublics@morinheights.com
urbanisme@morinheights.com

Sûreté du Québec des Pays-d'en-Haut :

450 227-6848

Contrôle des animaux:

1 866 960-7722 • www.spcall.ca



www.facebook.com/
MunicipaliteMorinHeights

Urgence 9-1-1:

Travaux publics
(soirs, nuits, fins de
semaine et fériés) -
Feu - Police - Ambulance
Mesures d'urgence

*Photos : Jean-Pierre Thuin, Paul Mackay,
Denis Laplante, Émilie Contant et Sylwia Czarnota
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales
du Québec, 2021*

Conception graphique:
Turkoise Design / 514 592-8153
www.turkoisedesign.com

Impression:
Le Groupe Triton / 1 888 990-3486
www.groupeptriton.com