



INFO

Morin-Heights

L'harmonie c'est dans notre nature



MORIN-HEIGHTS
1855

INFORMATION MUNICIPALE

HIVER 2020-2021

DÉCEMBRE / JANVIER / FÉVRIER / MARS
VOL. 23 NO 4

- 05 / concours de photos
- 13 / programme de hockey
- 02 / nouvelles
- 06 / services municipaux
- 06 / calendrier des collectes
- 11 / activités
- 16 / cours offerts

Soirées aux flambeaux

Au Parc Basler (99, ch. du Lac-Écho)

Gratuit !

La Municipalité de Morin-Heights vous invite à deux magnifiques soirées de plein air cet hiver !

Samedi 6 février, dès 18h 30

Randonnée de raquettes aux flambeaux ou soirée de patinage aux flambeaux avec musique sur la nouvelle grande patinoire du Parc Basler. Après votre activité, rassemblez-vous au feu de joie pour partager un chocolat chaud pendant qu'un conteur animera la soirée de ses contes et légendes !

Samedi 6 mars février, dès 18h 30

Randonnées en raquettes ou en ski de fond aux flambeaux et feu de joie.

En raison du contexte de pandémie, nous devons limiter le nombre de participants à chaque activité, alors une réservation est obligatoire à www.morinheights.com, menu « Services en ligne », sous-menu « Inscription en ligne ».

Pour l'activité en raquettes, deux parcours de différentes longueurs sont offerts. On suggère aux familles de débiter à 18h30; les départs sont autorisés jusqu'à 19h30.

En cas de mauvais temps, les activités seront annulées. Consultez le feuillet « **Plaisirs d'hiver** » qui vous sera posté en janvier pour de plus amples renseignements.

Information: 450 226-3232, poste 132

Mot du maire

Chers concitoyens, concitoyennes,

Nous sommes en pleine deuxième vague de la pandémie de COVID-19 avec des annonces gouvernementales du nombre de cas dans la province qui varient de 800 à 1100 par jour. Pourtant dans les Laurentides, au moment d'écrire ces lignes, nous sommes encore en zone orange.

La communauté de Morin-Heights a fait un travail exceptionnel avec douze cas au total depuis le mois de mars. Continuons à travailler fort pour mettre en application les mesures de santé publique et gardons nos proches en sécurité !

Cette pandémie nous force à revoir notre modèle d'urbanisme, puisque l'arrivée importante de villégiateurs et la construction de nouvelles maisons met de la pression sur notre réseau de transport, ainsi que sur la paix et la quiétude de notre environnement.

À la réunion de septembre, le conseil a pris la mesure importante de mettre un moratoire sur les nouveaux lotissements dans la municipalité pour les mois de septembre à novembre afin de réviser le plan d'urbanisme. Notre objectif n'est pas l'arrêt du développement à Morin-Heights, mais bien un meilleur développement avec moins de densification. Contrairement à ce que l'on peut penser, il ne reste pas tant de terrains non développés sur notre territoire et nous voulons nous assurer de protéger et conserver ce qu'il reste au maximum.

Le conseil va présenter son plan d'urbanisme révisé au début de 2021 et nous allons consulter la population afin de s'assurer que nous sommes sur la bonne voie !

Les implications de la pandémie sur toutes les facettes de nos opérations sont importantes et ce fut désolant pour nous de devoir annuler l'Halloween sur le chemin du Village afin de protéger nos citoyens.

Je veux remercier particulièrement tous les employés municipaux et les bénévoles qui se sont impliqués pour modifier les procédures et donner des services à nos citoyens qui avaient un grand besoin de sortir de chez eux, et ce, de façon

sécuritaire. Un grand merci donc aux bénévoles de la bibliothèque, du Garde-Manger des Pays-d'en-Haut et de la Fouillerie, à l'Entraide Bénévole, à la Légion Royale Canadienne qui s'est assurée du bien-être des plus vulnérables dans son réseau, et à tous ceux qui, dans l'ombre, ont donné de leur temps pour venir en aide à autrui.

Je veux souligner également l'implication de nos pompiers et premiers répondants dont certains ont pris un deuxième emploi en CHSLD ou en milieu hospitalier : Mickael Lamer, Oscar Diaz Camejo, Philippe Tremblay-Brien, Félix Ronceau, Cédric Hollingdrake, Dominic Pomerleau, Karim-Laurent Bakry et Vicky Deslauriers. Votre dévouement vous honore !

Je demanderais à tous un dernier petit effort en attendant le vaccin : distanciation sociale, port du masque et lavage des mains selon les recommandations.

Nous allons vaincre cette maladie ensemble !

Votre dévoué,



Tim Watchorn, ing.
Maire de Morin-Heights



www.morinheights.com

Politique de remboursement à des programmes sportifs pour les jeunes

La Municipalité rembourse la différence du coût d'inscription entre le tarif résident et le tarif non-résident jusqu'à un maximum de 150 \$ par enfant, par activité, par année, pour les activités offertes au sein d'une association de hockey mineur, de baseball, un club de patinage artistique ou de natation pour les jeunes de 17 ans et moins, résidents permanents de Morin-Heights. Les activités devront être organisées par une ville située sur le territoire des Laurentides.

Le formulaire « Demande de remboursement » est disponible sur le site Internet municipal sous le menu « Services en ligne », sous-menu « Formulaires » ou au Chalet Bellevue.

Infolettre numérique

En cas de reconfinement majeur et d'annulation des activités au cours des prochains mois, nous ne publierons pas d'Info Morin-Heights. Nous opterons plutôt pour des communications plus fréquentes par infolettres numériques qui seront envoyées par courriel. Nous vous invitons à vous inscrire à la liste d'envoi afin de ne rien manquer de l'information locale pertinente !

Système d'alertes citoyennes

Si ce n'est pas déjà fait, inscrivez-vous aussi dès maintenant au système d'alertes citoyennes qui permet de rejoindre rapidement et efficacement nos résidents lors de situations d'urgence ou de sinistre (coupure de l'alimentation en eau, avis d'ébullition, inondation, etc.). Le service est entièrement gratuit. Les paramètres sont ajustables et vous pouvez donc choisir la façon dont vous serez contacté, soit via un appel téléphonique, un SMS (texto) et/ou un courriel.

Inscrivez-vous à ces deux services à partir du www.morinheights.com/Formulaires-sommaire.

Liste d'appels de solidarité

Si vous avez 70 ans et plus et que vous avez besoin de ressources ou de services en cas de confinement, laissez-nous vos coordonnées afin que nous vous ajoutions à notre liste d'appels de solidarité : 450 226-3232, poste 132 ou chaletbellevue@morinheights.com.



Le Garde-Manger donne accès à de l'aide alimentaire 50 semaines par année aux personnes vivant en situation précaire. Les inscriptions se font par courriel ou par téléphone. Des mesures de distanciation et le port du masque sont obligatoires en tout temps.

Inscription pour les bons de Noël 2020 par courriel à info@gardemangerpdh.ca ou en personne lors des comptoirs alimentaires les mardis 10, 17 et 24 novembre à l'hôtel de ville de Morin-Heights (567, ch. du Village); apportez tous vos documents.

La Fouillerie, comptoir vestimentaire

28, rue Bennett, 450 644-0087

La Fouillerie est gérée par le Garde-Manger; nous encourageons le public à participer en donnant leurs articles usagés et en faisant ainsi profiter les clients d'articles de choix. TOUS les profits vont au Garde-Manger des Pays-d'en-Haut.

Horaire: (peut être modifié selon les conditions établies par le Gouvernement du Québec)

Jeu et vendredi 9 h à 15 h

Le premier samedi du mois de 9 h à 14 h

En décembre, la Fouillerie sera ouverte tous les samedis, de 9 h à 14 h !

Merci de recycler, réutiliser et revaloriser!

La Guignolée du Garde-Manger des Pays-d'en-Haut

Samedi le 12 décembre, la Guignolée du Garde-Manger des Pays-d'en-Haut aura lieu sous une nouvelle formule. Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour connaître les détails.

Soyez généreux, nous avons besoin de vous parce que « MANGER » c'est essentiel !

Information: **450 229-2011**

www.gardemangerpdh.ca

info@gardemangerpdh.ca

www.facebook.com/100morinsteadelepq/

Arbres à tricots

Mitaines, foulards, tuques, et cache-cous. Nos arbres à tricots ont commencé à porter fruit ! Continuez à les égayer avec vos tricots pour enfants. Une fois vos tricots terminés, apportez-les à la bibliothèque municipale, à l'hôtel de ville ou au Chalet Bellevue et suspendez-les aux arbres qui seront en place jusqu'au début janvier.

Comme nous l'avons fait les années passées, nous dépouillerons les arbres quand ils seront pleins et distribuerons les tricots aux familles plus démunies de notre région via le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut et certaines écoles primaires. Alors tricoteurs et tricoteuses, à vos broches !

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter Monique Bélisle au 450 226-8464.



L'Inter des Laurentides est là pour vous conduire en toute sécurité.

Informez-vous sur le transport collectif offert dans votre municipalité au www.linter.ca ou 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.



Présentement en période de recrutement !

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



Association Historique de
Morin Heights
Historical Association

Gala des Mérites du Patrimoine

Cette année encore, l'Association historique de Morin-Heights tient son Gala des Mérites du Patrimoine afin d'honorer un membre de notre communauté ayant contribué de manière significative à la préservation de notre histoire et/ou à la conservation de notre patrimoine bâti. **Le Gala aura lieu le jeudi 25 février prochain, à 18 h, au Chalet Bellevue.**

Les billets sont en vente en communiquant avec nous au mhha98@hotmail.com ou au Marché Vaillancourt au prix de 50\$ chacun (reçu de 25\$ pour fins d'impôts disponible sur demande).

HISTOIREMORINHEIGHTS.ORG

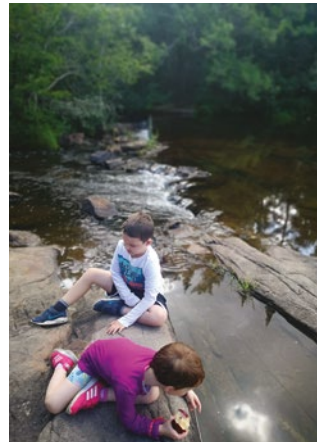
www.morinheights.com

« Tandis que nos bâtiments sont fermés, nos églises restent actives »

Depuis la fermeture du bâtiment en mars dernier, l'**Église Unie (United Church)** a pu maintenir ses activités grâce à Internet. En effet, des ateliers de lecture de la Bible et d'exercices en ligne ont eu lieu, ainsi que des pique-niques, événements caritatifs et levées de fonds en partenariat avec d'autres congrégations des Laurentides. Malgré la situation de pandémie en perpétuel changement, l'Église United tente un retour à des offices religieux en présentiel, avec distanciation, un dimanche sur deux, à 11h.

L'**Église anglicane Trinity (Trinity Anglican Church)** aussi fermée depuis mars, affiche à l'extérieur un slogan tout à fait approprié : « Tandis que notre bâtiment est fermé, nos cœurs sont ouverts, notre église demeure active ». Le service du dimanche, la prière quotidienne du soir et l'étude de la Bible sont offerts via la plateforme en ligne Zoom, conjointement avec d'autres églises de la région. Le programme des « Petits Déjeuners » est en mode pause pour l'instant, alors que les ressources sont temporairement réacheminées vers le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut. Les activités avaient repris à la mi-septembre, pour être de nouveau interrompues en octobre considérant la recrudescence de cas de Covid-19 dans la région.

La sécurité des fidèles ainsi que l'accès à des services en ligne et un soutien pastoral demeurent la priorité pour les deux églises.



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.

La gagnante du concours de l'édition précédente est **Émilie Contant** qui se mérite un certificat-cadeau d'une valeur de 50 \$ du Breadshop, micro-boulangerie situé au 707, chemin du Village ! Félicitations !

Masques de protection jetables

La CNESST oblige maintenant les employés de certains milieux de travail à porter exclusivement les masques de protection jetables de type chirurgical, ou de procédures, afin de se protéger et de protéger les autres contre le virus de la COVID-19.

Ces masques, afin d'être performants, doivent être changés au minimum une fois par jour et certains métiers exigent qu'ils soient changés plusieurs fois par jour afin de bien protéger. Ceci apporte évidemment une problématique au niveau environnemental et la Municipalité est fière d'apporter une solution en mettant à la disposition de ses employés, membres de l'administration et de ses citoyens des boîtes qui pourront recueillir les masques jetables. Ces boîtes, appelées « Boîte Zéro déchet » viennent de la compagnie TerraCycle et se trouvent à l'hôtel de ville, au Chalet Bellevue, à la bibliothèque et au garage municipal.

Les déchets acceptés sont, exclusivement : les masques chirurgicaux (ou de procédures), les gants en nitrile et latex, les filets de barbe ou cheveux, les bouchons d'oreilles et les lunettes de sécurité. Aucun autre item ne doit y être déposé.

Protégeons-nous les uns les autres tout en protégeant l'environnement !

Calendrier des collectes

SECTEUR 2-JAUNE

DÉCEMBRE 2020							JANVIER 2021							FÉVRIER 2021							MARS 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	5						1	2	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		
6	7	8 [▲]	9	10	11	12	3	4	5	6	7 [⊗]	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14 [⊗]	15	16	14	15	16 [▲]	17	18	19	20	14	15	16 [▲]	17	18	19	20
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19 [▲]	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31			
							31 [⊗] Il y aura une collecte supplémentaire de recyclage le 7 janvier et le bac brun sera collecté le 14 janvier.																				

SECTEUR 3-VERT

DÉCEMBRE 2020							JANVIER 2021							FÉVRIER 2021							MARS 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	5						1	2	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		
6	7	8 [▲]	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8 [⊗]	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15 [⊗]	16	14	15	16 [▲]	17	18	19	20	14	15	16 [▲]	17	18	19	20
20	21	22	23	24	25 [⊗]	26	17	18	19 [▲]	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31			
							31 [⊗] La collecte du bac brun du 25 décembre est reportée au 31 décembre.																				
							31 [⊗] Une collecte de recyclage supplémentaire est organisée le 8 janvier et le bac brun sera collecté le 15 janvier.																				

Matières résiduelles

Depuis novembre, la collecte des déchets a été réduite à une collecte mensuelle pour la période hivernale sur l'ensemble du territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut. Cette mesure répond ainsi à l'objectif de réduire la quantité de déchets enfouis et augmenter le tri des matières organiques et recyclables. En outre, elle permet de réduire l'émission de gaz à effet de serre produits par la circulation des camions de collecte, ainsi que les coûts reliés à la collecte, le transport et l'enfouissement des déchets.

Des outils sont à votre disposition pour vous accompagner :

- <https://lespaysdenhaut.com/services-aux-citoyens/environnement/>
- Ligne info-collecte : 1 855 PDH-RECY ou 450 229-8052 | infocollecte@mrcpdh.org



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

Écocentre

L'Écocentre intermunicipal est situé au 2125, chemin Jean-Adam, à Saint-Sauveur, 450 227-2451.

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

Heures d'ouverture

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

Travaux publics

La Municipalité sollicite la collaboration de la population afin de respecter les consignes et règlements municipaux pour la période hivernale, et ainsi permettre à nos déneigeurs d'intervenir rapidement et efficacement cet hiver.

Déneigement des rues

L'opération de déneigement et d'épandage d'abrasifs constitue la principale activité du Service des Travaux publics en hiver. La rapidité d'exécution de ces activités améliore la sécurité sur nos rues et pour cette raison, nous vous rappelons que lors du déneigement des entrées de garage, des allées d'accès, des stationnements et des allées piétonnières, vous devez déposer la neige sur votre terrain privé et non sur celui de la Municipalité afin de ne pas nuire aux opérations de déneigement. Il est de votre responsabilité d'en aviser votre entrepreneur privé. Toute personne qui contrevient à ce règlement est passible d'une amende minimale de 100 \$ pour une première infraction (Règlement 569 2019). N'oubliez pas que le stationnement est interdit sur l'ensemble des chemins publics, sous peine d'amende et au risque d'être remorqué à vos frais.

Déneigement des trottoirs

Le déneigement des trottoirs et l'élargissement des rues sont réalisés à l'aide de divers véhicules de déneigement et d'un souffleur. Le Règlement 401 (disponible en ligne) permet à la Municipalité de souffler la neige sur les terrains privés.

Épandage d'abrasifs

Le sable, auquel on ajoute 5 % de sel, est également épandu une fois que la neige a cessé de tomber. Ce mélange est préférable pour l'environnement et plus efficace que le sel utilisé seul, puisque ce dernier n'est efficace qu'à des températures qui varient entre 0°C et -15°C.

Abris d'hiver temporaires et piquets à neige

Assurez-vous d'installer votre abri d'hiver temporaire et vos piquets à neige sur votre terrain. Les structures et les balises installées dans l'emprise de rue nuisent aux opérations de déneigement et ralentissent le travail des opérateurs. Optez pour des poteaux en bois ou en fibre de verre puisque ceux en métal peuvent endommager les équipements de déneigement entraînant des coûts importants et retardent le travail. De plus, si des bris sont causés à des structures situées dans l'emprise municipale, la Municipalité ne peut

être tenue responsable des dommages car il est de la responsabilité des citoyens de respecter cette zone.

Collecte des bacs

Nous faisons appel à votre coopération pour remiser promptement vos bacs après la collecte (ordures, recyclage et compostage). Vous devez placer vos bacs dans votre entrée et non dans la rue ou sur le trottoir. La distance requise est de 1 à 1,2 m (3 à 4 pi) entre votre bac et la chaussée.

Courtoisie et respect

Lors des opérations de déneigement, nous vous invitons à faire preuve de courtoisie en cédant la place aux véhicules de déneigement de façon à ce qu'ils puissent effectuer des manœuvres sécuritaires lors des diverses opérations. Lors d'une opération de chargement, on ne doit jamais dépasser le convoi de camions à moins qu'un signaleur ne nous y autorise. De même, le respect des directives des signaleurs s'impose en tout temps lors de détours puisque l'objectif demeure d'accélérer l'ensemble des activités de déneigement, afin de permettre aux utilisateurs de retrouver le plein accès à la voie publique dans les meilleurs délais.

Aménagement en bordure de rue

Empiètement dans l'emprise de la voie publique

Les propriétaires d'immeubles dont les aménagements empiètent dans une partie de l'emprise de rue doivent limiter l'utilisation de cet espace à du gazon ou des ouvrages d'accès. Ces derniers ne doivent pas nuire aux différentes opérations d'entretien et de déneigement de la Municipalité ainsi qu'au drainage, et ne doivent pas constituer une nuisance à la circulation ou un danger pour la sécurité publique.

Propriété privée

Que ce soit une clôture, une haie ou une plate-bande en façade de votre propriété, il est important de la protéger à l'automne. Notez qu'une distance minimale d'un mètre à l'intérieur de votre ligne de terrain avant, et non à partir de l'accotement ou du fossé, doit être libre de tout aménagement autre que ceux mentionnés plus haut. Ce dégagement est principalement requis pour les opérations de déneigement. Ce principe s'applique également aux bacs à ordures, récupération et compostage.

Il est à noter que le citoyen demeure responsable de ses plantes et autres installations en bordure de rue et que la Municipalité n'acceptera aucune réclamation de responsabilité pour des dommages subis à ces aménagements.



Rappel

→ Avez-vous pensé à changer les piles de vos avertisseurs au dernier changement d'heure ?

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

Le dégagement des sorties

En cas d'incendie, il est essentiel de pouvoir **évacuer rapidement votre domicile**. En hiver, l'accumulation de neige ou de glace dans vos sorties extérieures peut nuire à l'évacuation.

- Après chaque chute de neige, déneigez vos sorties, vos balcons, votre terrasse et vos fenêtres.
- Assurez-vous que les fenêtres sont déneigées et dégelées. Une fenêtre coincée par la glace peut empêcher l'évacuation.
- Prévoyez un point de rassemblement accessible en hiver et visible des pompiers dès leur arrivée.

Lors d'un incendie, vous et les membres de votre famille pourriez avoir **moins de trois minutes** pour sortir sains et saufs de votre domicile. Imaginez les précieuses secondes que vous perdriez si la sortie que vous deviez utiliser lors d'un incendie était enneigée!

- Faites en sorte que les fenêtres pouvant servir de sorties de secours soient accessibles de l'intérieur pour un jeune enfant, et que celui-ci connaisse la façon de les ouvrir et d'y accéder.
- Préparez un plan d'évacuation de votre domicile et exercez-vous à évacuer avec les membres de votre famille pour augmenter vos chances de sortir sains et saufs lors d'un incendie.

Dégagez vos sorties de **tout objet encombrant** comme les jouets, les chaussures, les sacs d'école, les pelles, la souffleuse, le barbecue, les meubles de jardin rangés, etc.

Consultez aussi :

- www.quebec.ca/securite-situations-urgence/securite-incendie/conseils-de-prevention-incendie/avertisseurs-de-fumee/
- www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-incendie/prevenir-incendie/conseils-prevention/plan-evacuation-domicile.html

Pensez aussi à :

- Vérifier que le numéro civique de votre résidence soit visible en tout temps depuis la voie publique afin de faciliter l'intervention des secours en cas de situation d'urgence. Saviez-vous que la plupart des municipalités du Québec possèdent une réglementation à ce sujet? Consultez-la!
- Informer votre municipalité si la borne-fontaine située près de votre résidence n'est pas déneigée.

Offre d'emploi à temps partiel

Le Service est actuellement en recrutement pour sa banque de candidats. Les pompiers de Morin-Heights doivent aussi agir comme premiers répondants.

Les candidats recherchés doivent :

- être majeurs et, à l'embauche, avoir leur lieu de résidence permanent dans la Municipalité de Morin-Heights;
- posséder une des formations suivantes en sécurité incendie : Pompier 1, DEP en Intervention en sécurité incendie ou DEC en Techniques de sécurité incendie ou être prêt à suivre la formation pompier 1 et premier répondant;
- détenir un permis de conduire du Québec de classe 4A valide;
- n'avoir aucun antécédent criminel et être en mesure d'en fournir la preuve lors de l'embauche;
- avoir une grande disponibilité.

Les personnes intéressées à poser leur candidature peuvent transmettre leur cv d'ici au 1^{er} janvier 2021 à l'attention de M. Charles Bernard, au ssi@morinheights.com ou le déposer au 567, chemin du Village.

www.morinheights.com

Plein air



Ski de fond, raquette et vélo à pneus surdimensionnés

La saison de ski de fond, raquette et vélo à pneus surdimensionnés (*fatbike*) se déroulera sous les consignes de la santé publique. Il faut donc s'attendre à quelques ajustements à notre mode de fonctionnement habituel (location d'équipements, salle de fartage, billetterie) selon les normes en vigueur.

Par contre, vous pourrez profiter pleinement du grand air !!!

Le réseau de sentiers de Morin-Heights inclus :

- L'accès au réseau du Club Viking ce qui créé un réseau combiné de 200 km de pistes de ski de fond nordique et entretenus mécaniquement ;
- L'accès à la piste des Fondateurs (5 km) homologué FIS ;
- 30 km de sentiers de raquette accessible également aux vélos à pneus surdimensionnés (*fatbike*).

Passes de saison et billets

L'achat se fait uniquement en ligne. Si vous avez besoin d'aide composez le 450 226-3232, poste 132.

Pour tous les tarifs, vous pouvez consultez le www.morinheights.com/Plein-air.

Résidents Morin-Heights **Nouveauté !**

Il n'y aura pas de frais pour les résidents de Morin-Heights pour pratiquer la raquette et le vélo à pneus surdimensionnés. Vous devez vous procurer une passe de saison tout de même, mais gratuitement !

Propriétaires fonciers

Des laissez-passer VIP gratuits pour les propriétaires fonciers avec des sentiers sur leur propriété sont également disponibles. Il vous suffit de communiquer avec nous afin de valider votre droit de propriété. Vous n'avez qu'à laisser votre nom, téléphone et adresse de la résidence à Morin-Heights sur lequel se trouvent des sentiers : 450 226-3232, poste 140.

Rappel des consignes dans les sentiers

- Respect des mesures de santé publique en vigueur selon la zone de votre lieu de résidence
- Chiens en laisse
- Courtoisie entre les différents usagers des sentiers
- On rapporte ses déchets
- Ma sécurité... c'est ma responsabilité !

Information :

www.morinheights.com/Plein-air
pleinair@morinheights.com
450 226-3232 poste 130 en saison
450 226-3232, poste 132 hors saison
Chalet Bellevue (27, rue Bellevue)

Plaintes et commentaires :

daniel.charbonneau@morinheights.com



Patinoires

Du changement cette année: les nouvelles patinoires situées au Parc Basler (99, chemin du Lac-Écho) seront ouvertes !

Vous y retrouverez une petite patinoire plus familiale et une grande patinoire aux dimensions réglementaires de la LNH. L'horaire des patinoires peut être consulté au www.morinheights.com/Patinoire-Skating-Rink.

Conditions de glace :

450 226-3232, poste 122



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 !

Information :

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

Mode de fonctionnement actuel

L'accès intérieur aux usagers de la bibliothèque est autorisé et **limité au comptoir de prêts uniquement** et à raison de deux visiteurs (ou couples, ou familles) à la fois. Deux personnes (ou couples, ou familles) peuvent attendre dans le hall d'entrée, en distanciation, les autres doivent patienter à l'extérieur. L'entrée se fait par l'avant et la sortie par l'arrière du bâtiment. Le port du couvre-visage et la distanciation sociale sont obligatoires pour tous les visiteurs.

Il est recommandé de continuer de faire vos réservations en ligne sur **mabiblioamoi.ca** ou par courriel à **bibliotheque@morinheights.com**, mais vous pouvez aussi simplement vous présenter au comptoir et demander les titres qui vous intéressent. Vous ne pourrez pas circuler dans la bibliothèque, vous y asseoir pour lire, ou utiliser les ordinateurs. Pour les retours, nous vous invitons à continuer d'utiliser la chute à livres accessible à l'extérieur, sur le côté du bâtiment. Sinon, un bac est installé en avant du comptoir de prêts où les retours peuvent être déposés. Tout retour est mis en quarantaine pendant 72 heures avant d'être de nouveau disponible.

Les frais de retards demeurent suspendus, le nombre de prêts autorisés est de cinq livres par personne et la période de location est de quatre semaines, pour le moment. Nous offrons aussi un service de Bibliothèque roulante si vous souhaitez recevoir vos livres directement chez vous!

Notez que les heures d'ouverture de la bibliothèque sont les suivantes : les mardis, jeudis et samedis, de 10 h à 16 h. L'équipe de bénévoles s'est ennuyée de ses membres, passez faire un tour !

Projet de médialab

Nous travaillons sur un projet de médialab à la bibliothèque municipale, en ayant principalement la clientèle adolescente (10-17 ans) en tête. Nous souhaitons prendre le pouls de ce qui leur plairait, donc nous invitons tous les ados de Morin-Heights et des alentours à compléter un court sondage en ligne : www.morinheights.com/Sondage-pour-nos-ados.

Si ce projet vous allume, peu importe votre âge, n'hésitez pas à compléter le sondage !

Veillez noter que la bibliothèque municipale n'accepte pas les dons de livres. Il nous arrive régulièrement de trouver des sacs et des boîtes de livres abandonnés devant nos portes. Ces livres sont automatiquement jetés, peu importe leur condition, nous vous demandons donc d'en disposer vous-même ou de les partager via nos boîtes à livres (en saison) aux parcs Basler et Lummis.

www.morinheights.com

Programmation culturelle



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

Les liens Zoom pour pouvoir assister à ses activités seront disponibles ultérieurement sur notre site Internet et notre page Facebook.

« Contes de Noël » le 22 décembre à 14 h

Gloria Ramia Prenafeta présente deux contes de Noël pour les 0 à 12 ans.

« Guitare etc. » le 20 janvier à 19 h

La guitare, on la connaît, et on l'aime. Elle a plusieurs sœurs, amies et cousines qui méritent aussi d'être découvertes. Acoustique, baryton, manouche, mandoline, ukulélé, etc. Philippe-Emmanuel David présente et démystifie une quinzaine d'instruments à découvrir.

« Quand les compositeurs s'amuse » le 14 février à 13 h 30

Découvrez le côté humoristique de la musique classique grâce à cette conférence de Catherine Mathieu où pastiches, caricatures, parodies et jeux d'esprit musicaux de grands compositeurs vous feront sourire!

« Ateliers d'arts clownesques » le 5 mars à 15 h 30

Martin Silversmith Lefebvre, amuseur public depuis plus de 20 ans, t'invite dans son univers hilarant. Ensemble, nous explorerons les démarches clownesques, la manipulation d'objets ordinaires dans un but comique, le mime, les grimaces, les situations clownesques... En gros, comment fait-on pour faire rire les gens?! Pour terminer, il racontera quelques-unes de ses aventures dans les pays en développement avec les Clowns sans frontières. Pour toute la famille!

Théâtre Morin Heights



Merci à vous, notre fidèle public, d'avoir assisté à nos représentations lors de notre festival « Little Grimley » par l'auteur David Tristram. D'autres lectures de pièces et lectures montées sont prévues en janvier, février et mars 2021; ouvert à tous et gratuit! Les dates, heures et lieux seront confirmés sous peu.

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.

www.morinheights.com

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 13h le troisième mardi de chaque mois, de septembre à juin, au Chalet Bellevue à Morin-Heights. 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.

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

Le *Club de lecture en français* poursuit sa septième 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.

Si vous voulez vous joindre au groupe ou 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 deuxièmes et quatrièmes mardis des mois de janvier à mars 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.

Relâche scolaire

Le **mardi 2 mars** et le **jeudi 4 mars**, de **13 h à 16 h** au Parc Basler (99, ch. du Lac-Écho)

Plusieurs activités seront offertes, les détails seront publiés ultérieurement. Consultez notre page Facebook en février pour de plus amples renseignements.



Accès-Loisirs Québec

Accès-Loisirs Pays-d'en-Haut

Suite à l'implantation du programme dans les villes participantes (Sainte-Adèle, Saint-Sauveur, Morin-Heights, Sainte-Anne-des-Lacs, Piedmont et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson), les partenaires continuent d'offrir le programme Accès-Loisirs Québec dans les Pays-d'en-Haut et ce, en collaboration avec la Maison de la Famille des Pays-d'en-Haut.

Ce programme offre aux personnes de 0 à 99 ans, vivant une situation de faible revenu, la possibilité de participer à des activités de loisir gratuitement et ce, dans le respect et la confidentialité. Cette opportunité permet à la clientèle de briser l'isolement et d'être socialement actif, au même titre que tous les autres citoyens.

Les inscriptions pour les activités de **l'hiver** se dérouleront le **mercredi 13 janvier de 17 h à 20 h à la Maison de la Famille**, située au 480, rue des Capucines à Sainte-Adèle. Pour bénéficier du programme, vous devez présenter une preuve de revenu lors de votre inscription. Pour en savoir plus sur le programme, veuillez communiquer avec le 450 226-3232, poste 132.

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, leurs familles et aux proches-aidants de langue anglaise. Les réunions gratuites ont lieu une fois par mois au Chalet Bellevue (27, rue Bellevue). Nous acceptons les dons ; un reçu fiscal peut être émis.

Cet hiver, nos réunions auront lieu via une combinaison de sessions en personne et via Zoom.

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**.

PROGRAMME
DAFA

DIPLÔME D'APTITUDE AUX FONCTIONS D'ANIMATEUR

26-27-28 mars &
9-10-11 avril 2021

MONT HABITANT
12 CHEMIN DU SKIEUR
SAINT-SAUVEUR QC.

Certification obligatoire (33 h) pour travailler en animation dans les camps de jour municipaux de la MRC des Pays-d'en-Haut.

INSCRIPTION
1^{ER} FÉVRIER AU 25 MARS 2021
WWW.PROGRAMMEDAFA.COM
COÛT 90 \$

INFORMATION
450 227-1888 POSTE 230
TECHLOISIRS@PIEDMONT.CA



Programme de patinage

Nous sommes à la recherche d'un(e) instructeur(e) pour enseigner les rudiments du patin aux plus petits et du patinage artistique aux plus grands. Contactez Madame Catherine Maillé à catherine.maillé@morinheights.com.

Tous les samedis à la patinoire municipale, pour une durée de 8 semaines.



COÛT	RÉSIDENT	NON-RÉSIDENT
Débutant 3 ½ à 5 ans	55 \$	65 \$
Autres niveaux	60 \$	70 \$

HORAIRE (le niveau de l'enfant sera déterminé au premier cours)

Débutant - 3 ½* à 5 ans - (*au 1^{er} janvier 2021)
9 h 45 - 10 h 30

Intermédiaire - 6 ans et plus -
10 h 45 - 11 h 45

Intermédiaire et avancé
12 h - 13 h 15

Équipement obligatoire :

- / Un casque protecteur, des protège-genoux et des protège-coudes
- / Des lunettes de protection ou un casque avec grille ou visière est recommandée pour les plus petits qui font des jeux à quatre pattes
- / Un protecteur pour le cou de type bavette ajusté pour couvrir le cou et la région supérieure de la poitrine
- / Des gants ou mitaines résistants à l'eau

INSCRIPTION en ligne ou au Chalet Bellevue au plus tard le 4 janvier, début des cours le 9 janvier!

Aucune inscription acceptée à la patinoire.

Information: 450 226-3232, poste 132



www.morinheights.com

Programme de hockey pour les jeunes de 5 à 15 ans

Gratuit !

Considérant la pandémie actuelle, nous acceptons seulement douze inscriptions par niveau. Une pige sera effectuée parmi toutes les inscriptions reçues pour attribuer les places disponibles. Joutes quatre contre quatre, plus que jamais, votre présence est requise.

Ce programme offre la chance aux enfants âgés de 5* à 15 ans (âge au 30 septembre 2020) de jouer au hockey dans leur communauté sur une patinoire extérieure et ce, tout à fait **gratuitement** !

**Si un nombre suffisant d'enfants de 5 et 6 ans est atteint, nous formerons une équipe pour ce groupe d'âge.*

Le programme de hockey met l'emphase sur l'esprit d'équipe, le plaisir et la participation des enfants. Les parties ont lieu à la patinoire municipale, à l'exception de quelques classiques et matchs inter-municipaux, à travers la MRC (si la situation le permet dans le contexte de pandémie).

Comme ce programme est gratuit, que les places sont limitées, et que le hockey est un sport où l'esprit d'équipe est fondamental, la présence des enfants à toutes les joutes est de mise.

Équipement obligatoire complet : casque avec protecteur facial complet, protège-cou, protège-tibias et genoux, gants, coquille, bâton et patins de hockey.

Pour les 7 à 10 ans: le mardi de 18 h 30 à 19 h 30

Pour les 11 à 15 ans: le jeudi de 19 h à 20 h 30

Si les conditions le permettent, **le programme débutera le mardi 5 janvier** à la nouvelle patinoire située au 99, chemin du Lac-Écho, et se terminera le 27 février.

Conditions de glace: 450 226-3232, poste 122

INSCRIPTIONS en ligne seulement à www.morinheights.com (cliquez sur « Services en ligne », puis « Inscriptions en ligne »). **Les places sont limitées**.**

***Les résidents de Morin-Heights ont priorité sur les non-résidents jusqu'au **11 décembre**. Par la suite, les places restantes seront offertes aux non-résidents, aussi par pige.*

Information: Robert Leblanc, entraîneur-chef, 450 226-1392.



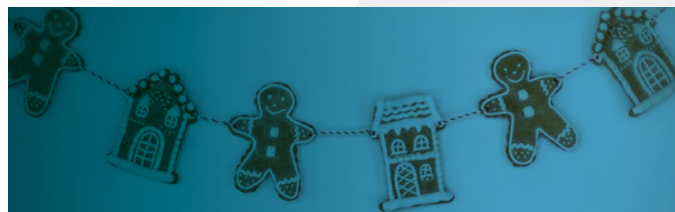
SUPERFOLK MORIN-HEIGHTS

À toutes les personnes âgées de la région, nous souhaitons récolter vos recettes afin de les mettre en commun pour un projet spécial à venir. Envoyez votre meilleure recette à info@superfolk.ca.

Recevez vos invitations par courriel pour les événements de SuperFolk Morin-Heights. Inscrivez-vous gratuitement au www.superfolk.ca.

Loppet Viking 2021 – le 28 février

Marquez vos calendriers pour la 49^e édition du Loppet Viking ! La course régionale de ski classique s'adresse aux skieurs intermédiaires et experts de tous âges. Les inscriptions se feront à partir du site www.vikingskiclub.ca dès le début de janvier. Venez skier sur un des plus beaux réseaux de course des Laurentides !



Horaire des Fêtes

Les bureaux de la Municipalité seront fermés pour la période des Fêtes du **mercredi 23 décembre 2020 au lundi 4 janvier 2021** inclusivement.

Nous vous souhaitons un Joyeux Noël ! Santé et bonheur à l'occasion de la nouvelle année !



Prochain numéro !

L'édition budget de l'Info Morin-Heights vous sera postée avec votre compte de taxes 2021. Pour soumettre un texte pour le bulletin municipal, envoyez une version en français et une en anglais à karyne.bergeron@morinheights.com.

ÉDITION DU PRINTEMPS

15 mars au 1^{er} juin 2021

Date de tombée : 22 janvier 2021

Distribution : 12 mars 2021

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

Entente intermunicipale

Une entente intermunicipale entre les municipalités de Morin-Heights, Piedmont, Saint-Adolphe-d'Howard, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson permet aux citoyens de ces six municipalités de s'inscrire aux **activités offertes dans cette entente** sans aucune tarification non résidente. Cette entente a pour but de promouvoir les cours qui n'atteignent pas le minimum de participants requis pour le démarrage du cours, et par le fait même permet un accès à une offre de service plus variée.

Modalités d'inscription

Suivre la procédure d'inscription de la municipalité qui offre l'activité de votre choix. Des preuves de résidence demeurent requises pour s'inscrire auprès de chacune des municipalités. Nous vous suggérons de communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir les procédures d'inscription, les dates, les horaires, les coûts et les places disponibles. Les modalités de remboursement sont celles qui sont en vigueur dans la municipalité qui offre l'activité.

INFORMATION

Municipalité de Morin-Heights :

450 226-3232, poste 132 / morinheights.com

Municipalité de Piedmont :

450 227-1888, poste 223 / piedmont.ca

Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard :

819 327-2626, poste 1 / stadolphedhoward.qc.ca

Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs :

450 224-2675, poste 262 / sadl.qc.ca

Ville de Sainte-Adèle :

450 229-2921, poste 7244 / ville.sainte-adele.qc.ca

Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson :

450 228-2543, poste 221 / lacmasson.com

JEUNES

Auto-défense

Sainte-Adèle

Club Nature Famille

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Danse contemporaine

Sainte-Adèle et Saint-Adolphe-d'Howard

Danse créative (3-5 ans)

Sainte-Adèle et Saint-Adolphe-d'Howard

Danse écossaise (6 ans et +)

Morin-Heights

Danse hip-hop (6-13 ans)

Sainte-Adèle et Saint-Adolphe-d'Howard

Hockey cosom

Sainte-Adèle

Science en folie

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

PARENTS-ENFANTS

Formation « je me garde seul » (8-12 ans)

Sainte-Adèle

Club Nature Famille (8-12 ans)

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

ADULTES

Ashtanga

Saint-Adolphe-d'Howard

Cardio latino

Morin-Heights

Cardio swing

Morin-Heights

Cardio / HIIT

Morin-Heights

Centre de conditionnement physique

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Club de conversation en espagnol

Morin-Heights

Comment utiliser son iPad

Sainte-Anne-des-Lacs

Conditionnement physique

Saint-Adolphe-d'Howard

Danse gitane

Piedmont

Danse orientale baladi

Piedmont

Espagnol

(tous les niveaux)
Sainte-Adèle et Morin-Heights

Essentrics en douceur

Saint-Adolphe-d'Howard et Morin-Heights

Hatha Yoga

Morin-Heights

Méditation

Sainte-Anne-des-Lacs et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Peinture et créativité

Morin-Heights et Sainte-Adèle

Pilates

Saint-Adolphe-d'Howard

Photographie

Morin-Heights

Qi Gong

Sainte-Adèle et Morin-Heights

Qi Gong yoga

Saint-Adolphe-d'Howard

Solo latino

Morin-Heights

Souplesse, force et mobilité

Sainte-Anne-des-Lacs et Saint-Adolphe-d'Howard

Stretching et tonus

Sainte-Anne-des-Lacs

Tai chi

Piedmont

Taijifit

Saint-Adolphe-d'Howard

Yoga

Saint-Adolphe-d'Howard

Yoga et méditation

Morin-Heights

Yoga et raquette pour tous

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Yoga pour tous

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Yoga sur chaise

Sainte-Anne-des-Lacs

Yoga Yin

Saint-Adolphe-d'Howard

Vini yoga

Saint-Adolphe-d'Howard

Yoga 50+

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Zumba

Saint-Adolphe-d'Howard

Consulter l'horaire complet des cours offerts à Morin-Heights en pages 16 à 18.

Programmation des cours offerts

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

R : résident NR : non-résident / * : informez-vous auprès du professeur

En cas d'annulation des activités, le cours se poursuivra sur Internet.

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: R : 165\$ / 1 x sem. ou 325\$ / 2 x sem. ou 15\$/cours
NR : 205\$ / 1 x sem. ou 405\$ / 2 x sem. ou 17,50\$/cours

Jour: lundi 9h à 10h

Dates: 6 janvier au 23 mars (12 sem.)

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

Force et flexibilité

Améliorer la posture la force et la souplesse, éliminer les douleurs.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: R : 15\$ / cours ou 20\$ / 2 cours par sem.
NR : 17,25\$ / cours ou 23\$ / 2 cours par sem.

Jour: mardi 9h à 10h

Dates: 12 janvier au 30 mars

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

Ballet

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: *

Jour: mardi	17h à 18h	pré-ballet (3 ½ à 5 ans)
	18h à 20h	ballet 3 / élémentaire (11 ans et plus)
vendredi	17h à 18h15	ballet 2 (8 à 10 ans)
	18h15 à 20h15	ballet 3 / élémentaire (11 ans et plus)
dimanche	9h à 9h45	pré-ballet (3 ½ à 5 ans)
	9h45 à 11h	ballet 1 (6 à 7 ans)
	11h à 12h30	ballet 2 (8 à 10 ans)
	12h30 à 14h30	travail de répertoire (ballet 3 / élémentaire)

Dates: jusqu'en juin

Prof: Conservatoire de ballet classique des Laurentides / Madame Isabeau / 514 608-3381

Essentrics en douceur

Prévient, 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. Petit groupe pour un enseignement de meilleure qualité. 15 à 90 ans.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: R: 145\$ / NR: 165\$

Jour: lundi et/ou mercredi 9h30 à 10h30

Dates: 11 janvier au 31 mars (12 sem.)

Prof: Ginette Ouimet (instructrice Essentrics certifiée niveau 4) / 450 543-0308

essentricsavecginette@gmail.com / essentricsavecginette.vpweb.ca

Essentrics

Renforcement musculaire en élongation, dégage les articulations, améliore la posture, accentue la flexibilité et rééquilibre le corps. Technique thérapeutique adaptée à toutes conditions. Petit groupe pour un enseignement de meilleure qualité. 15 à 90 ans.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: R: 145\$ / NR: 165\$

Jour: lundi et/ou mercredi 11h à 12h

Dates: 11 janvier au 31 mars (12 sem.)

Prof: Ginette Ouimet (instructrice Essentrics certifiée niveau 4) / 450 543-0308

essentricsavecginette@gmail.com / essentricsavecginette.vpweb.ca

Yoga et méditation

Hatha yoga, méditation et discipline spirituelle.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: *

Jour: lundi 16h30 à 18h30

Dates: janvier à mars

Prof: Louise Bloom / 450 226-5844

Combo 55+

Renforcement, cardio, coordination et équilibre. Amusant, efficace et bonne musique !

Lieu: à l'extérieur du Chalet Bellevue

Tarif: R : 15\$ / cours ou 20\$ / 2 cours par sem.

NR : 17,25\$ / cours ou 23\$ / 2 cours par sem.

Jour: jeudi 9h30 à 10h30

Dates: 14 janvier au 1^{er} avril

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

Photographie

Le thème de cette session est le **portrait** (lumière, composition, expression du sujet). Dans les cours de photo de Bruno Larue, vous apprendrez non seulement à apprivoiser votre appareil (numérique avec mode manuel), mais aussi à expérimenter votre créativité. Débutants bienvenus!

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: R : 268\$ NR : 308\$

Jour: mardi 9h à 12h

Dates: 19 janvier au 9 mars (8 sem.)

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

Peinture acrylique et créativité

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

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 1^{re} session (8 sem.) R : 268\$ +tx / NR : 308\$ +tx
2^e session (4 sem.) R : 148\$ +tx / NR : 170\$ +tx

Jour: mercredi 13h30 à 16h30

Dates: 1^{re} session 13 janvier au 3 mars
2^e session 10 au 31 mars

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

Qi Gong **Nouveau!**

Un exercice énergétique, doux et profond qui renforce le système immunitaire, augmente la vitalité et le bonheur.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: R : 15\$ / cours ou 20\$ / 2 cours par sem.
NR : 17,25\$ / cours ou 23\$ / 2 cours par sem.

Jour: jeudi 11h à 12h

Dates: 14 janvier au 1^{er} avril

Prof: Lisa McLellan / 450 560-2803 /
lisamclellan07@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: R : 165\$ / NR : 190\$

Jour: jeudi 12h à 13h30

Dates: 14 janvier au 24 mars (10 sem.)

Prof: Yoalli Gallegos / 819 326-7706 /
laurentidescascasapagnol@hotmail.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: R : 110\$ NR : 130\$

Jour: mardi 10h30 à 11h45

Dates: 9 février au 23 mars (7 sem.)

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

Yoga stretching

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: R: 165\$/ 1 x sem. ou 325\$/ 2 x sem. ou 15\$/cours
NR: 205\$/ 1 x sem. ou 405\$/ 2 x sem. ou 17,50\$/cours

Jour: mercredi 9h à 10h

Dates: 8 janvier au 25 mars (12 sem.)

Prof: Andréa Beaulieu / 450 822-7486 /
espiritpin@gmail.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: R : 165\$ / NR : 190\$

Jour: jeudi 8h45 à 10h15

Dates: 14 janvier au 24 mars (10 sem.)

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

Cardio-Raquette

Entraînement de 60 minutes par intervalles alliant des exercices cardiovasculaires et musculaires. Programme idéal pour diversifier votre entraînement en ralliant les plaisirs de l'hiver aux avantages d'un encadrement structuré et dirigé.

Lieu: Corridor Aérobie

Tarif: 11,50\$/cours x 11 sem. = 156,95\$ tx incl.

Jour: samedi 10h à 11h

Dates: 4 janvier au 21 mars (11 sem.)

Prof: Cardio Plein Air (Julie Raymond ou Lyne Bissonnette) / 450 643-0465 /
st-sauveur@cardiopleinair.ca ou s'inscrire
directement au www.cardiopleinair.ca

En cas d'annulation des activités, le cours se poursuivra sur Internet.

Cardio Latino

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

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: R : 112\$ / NR : 132\$

Jour: jeudi 11h45 à 12h45

Dates: 7 janvier au 23 mars (12 sem.)

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

Hatha Yoga

Pleine conscience, détente profonde et transformation.

Lieu: Chalet Bellevue

Jour: R : 15\$ / cours ou 20\$ / 2 cours par sem.
NR : 17,25\$ / cours ou 23\$ / 2 cours par sem.

Jour: vendredi 9h à 10h15

Dates: 15 janvier au 2 avril

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

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: jusqu'en juin

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

Tai chi Chuan

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: 9 janvier au 27 mars

Prof: Robert Lee / 450 227-8829

Danse écossaise

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

Lieu: Chalet Bellevue

Jour: dimanche 16h à 17h30

Dates: 10 janvier au 14 mars

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: R : 112\$ / NR : 132\$

Jour: jeudi 9h à 10h

Dates: 7 janvier au 23 mars
(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: R : 112\$ / NR : 132\$

Jour: jeudi 10h30 à 11h30

Dates: 7 janvier au 23 mars
(12 sem.)

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

Chorale Joyful Noise

Bienvenue à tous ceux qui aiment chanter, peu importe votre âge! Visitez le site Internet de notre directeur Ian Lebofsky :
www.thephysicalvoice.com.

Lieu: Chalet Bellevue

Tarif: 140\$

Jour: jeudi 15h à 16h45

Dates: 14 janvier au 27 mai

Info: Penny Rose /
450 226-2746 /
pennyrose@jenanson.com

Coordonnées municipales

Hôtel de ville:

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

Téléphone: 450 226-3232

Télécopieur: 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
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](http://www.facebook.com/MunicipaliteMorinHeights)

Urgence 9-1-1:

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

Photos : Derek Shearer, Tara Kirkpatrick,
Jean-Pierre Thuin

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales
du Québec, 2020

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

Impression:
Les Imprimés Triton / 1 888 990-3486
www.groupetriton.com