

★ 2024 PROGRAMMATION 2025 ★  
**LOISIRS**  
AUTOMNE / HIVER

DATE DE LA PROCHAINE PARUTION :  
26 MARS 2025  
PRINTEMPS / ÉTÉ 2025

Service des loisirs, culture et vie communautaire	<a href="#">p. 2</a>	Activités sportives	<a href="#">p. 8 à 16</a>
Activités aquatiques	<a href="#">p. 3</a>	Famille/Aînés	<a href="#">p. 17 à 20</a>
Activités culturelles	<a href="#">p. 4 et 5</a>	Vie communautaire	<a href="#">p. 21 à 30</a>
Les politiques	<a href="#">p. 6 et 7</a>	Liste des organismes communautaires	<a href="#">p. 31 et 32</a>

# ★ 2024 PROGRAMMATION 2025 ★ LOISIRS AUTOMNE / HIVER

## POUR NOUS REJOINDRE

Service des loisirs, culture et vie communautaire  
208, 2<sup>e</sup> Avenue - 418 625-4521

Courriels :

Jude Emond, directeur [jemond@lac-etchemin.ca](mailto:jemond@lac-etchemin.ca)  
poste 2232

José Poulin, gérant aréna, animation loisirs et sports [jpoulin@lac-etchemin.ca](mailto:jpoulin@lac-etchemin.ca)  
poste 2229

Claudia Fortin [biblio@lac-etchemin.ca](mailto:biblio@lac-etchemin.ca)  
Bibliothèque l'Élan poste 2100

Aréna 305, rue Ferland 418 625-2741

Centre des arts et de la culture 1470, route 277 418 625-3787

Heures d'ouverture du service 8 h 30 à 12 h  
et 13 h à 16 h 30

## NUMÉROS À RETENIR

Centre de ski du Mont-Original 418 625-1551

Moulin La Lorraine 418 625-4400

École des Appalaches 418 228-5541  
poste 7145

Hockey mineur des Etchemins 418 625-1441

École Notre-Dame 418 228-5541  
poste 7133

Club de golf coopératif 418 625-2711

Summum Gym inc. 418 625-3927

Éco-Parc des Etchemins 418 625-3272

Camping Lac-Etchemin 418 625-5666

Club social station (OTJ) 418 625-5333

## INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

Nous présentons la programmation des activités de loisirs, culturelles et communautaires pour la session automne 2024 et hiver 2025 de la Municipalité de Lac-Etchemin. Nous sommes maintenant en version numérique et disponible sur le site Internet de la Municipalité de Lac-Etchemin.

Vous trouverez, dans la présente édition, toutes les informations sur les diverses activités offertes sur notre territoire. Nous vous invitons à vous inscrire directement auprès des responsables des activités. Prenez bien en note les dates ainsi que les modalités d'inscription pour chaque activité.

Votre service des loisirs, culture et vie communautaire est soucieux d'être une aide précieuse dans vos recherches d'activités et nous sommes disponibles pour répondre à vos interrogations, il suffit de communiquer avec nous.

### Nouveauté

Une édition printemps-été vous sera présentée le 26 mars 2025.

Elle vous permettra de planifier vos activités estivales et de connaître les activités offertes dans notre municipalité.

Renseignements : 418 625-4521  
Visitez l'icône «SPORTS-PLUS» dans la section  
loisirs et culture de notre [site Internet](#)



## POUR S'INFORMER ET NE RIEN MANQUER

Site Internet de la municipalité :

[www.lac-etchemin.ca](http://www.lac-etchemin.ca)

Abonnez-vous à l'**Infolettre**, simple et rapide : Recevez les actualités et les événements de Lac-Etchemin en primeur.



**Info du Lac** – 4 parutions par année - (février, mai, octobre et décembre) – distribué dans votre boîte aux lettres.



**Facebook** : Municipalité de Lac-Etchemin  
<https://www.facebook.com/municipalitelacetchemin/>

**Afficheur électronique**

Centre des arts et de la culture



Portail qui couvre toute la MRC des Etchemins

# NATATION



DATE PRÉVUE DU DÉBUT DES COURS : MARDI LE 24 SEPTEMBRE 2024

HORAIRE DES COURS – SESSION AUTOMNE (8 COURS)

Pour la session d'automne 2024, l'inscription se fera uniquement en ligne. Vous devez vous rendre sur : <https://ceanligne.csbe.qc.ca/> et sélectionner le cours à suivre.

Vous devez obligatoirement utiliser le carnet de progression pour effectuer l'inscription, si vous ne l'avez pas en mains ou que vous ne savez pas dans quel niveau inscrire votre enfant, communiquez avec nous au 418 226-2766 ou sur la page [Facebook Natation Sainte-Justine](#).

**ATTENTION :** Vous devez apporter le carnet de progression de votre enfant au premier cours.

**VOUS POURREZ INSCRIRE VOTRE ENFANT À PARTIR DU :**  
27 août 2024, 9 h

Dorénavant les sessions seront de 8 cours

## BAIN LIBRES ET CLUB DE LONGUEURS

Informations : Émilie Goudreault  
418 383-5397, poste 1226  
ou [loisirs@stejustine.net](mailto:loisirs@stejustine.net)

Jours et Date de début	Heures	Niveaux
Mardi (24 sept.)	17 h à 17 h 55	Aquaforme (100 \$)
	18 h à 18 h 55	Parent et enfant 3 (100 \$)
	19 h à 19 h 55	Nageur 3 (100 \$)
	20 h à 20 h 55	Nageur 4 (100 \$)
Mercredi (25 sept.)	17 h 30 – 17 h 55	Parent et enfant 2 (65 \$)
	18 h à 18 h 55	Préscolaire 1 (100 \$)
	19 h à 19 h 55	Nageur 2 (100 \$)
	20 h à 20 h 55	Jeune sauveteur Averti et Initié (100 \$) (Junior 7-8)
Jeudi (26 sep.)	17 h à 17 h 55	Aquaforme (100 \$)
	18 h à 18 h 55	Préscolaire 2 (100 \$)
	19 h à 19 h 55	Nageur 5 (100 \$)
	20 h à 20 h 55	Nageur 6 (100 \$)
Samedi (28 sept.)	8 h à 8 h 55	Aquaforme (100 \$)
	9 h à 9 h 25	Parent et enfant 2 (65 \$)
	9 h 30 à 10 h 25	Parent et enfant 3 (100 \$)
	10 h 30 à 11 h 25	Préscolaire 1 (100 \$)
	11 h 30 à 12 h 25	Préscolaire 2 (100 \$)
	12 h 30 à 13 h 25	Préscolaire 3 (100 \$)
	13 h 30 à 14 h 25	Nageur 1 (100 \$)
	14 h 30 à 15 h 25	Nageur 4 (100 \$)
	15 h 30 à 16 h 25	Nageur 2 (100 \$)
	16 h 30 à 17 h 25	Nageur 3 (100 \$)



### Choisir le BON COURS DE NATATION



COURS	ÂGE	PRÉALABLES
Parent et enfant 1	6 à 12 mois L'enfant est accompagné d'un parent. Cours non offert à Sainte-Justine.	Aucun préalable.
Parent et enfant 2	À partir de 12 mois L'enfant est accompagné d'un parent.	Aucun préalable.
Parent et enfant 3	À partir de 24 mois L'enfant est accompagné d'un parent.	L'enfant est capable de placer sa tête sous l'eau et de sauter à l'eau seul.
Préscolaire 1	À partir de 4 ans L'enfant est accompagné d'un parent jusqu'à ce qu'il soit capable d'être seul dans l'eau.	L'enfant est capable de placer sa tête sous l'eau.
Préscolaire 2	À partir de 4 ans L'enfant est seul dans l'eau.	L'enfant est capable de placer sa tête sous l'eau et de sauter à l'eau avec aide.
Préscolaire 3	À partir de 4 ans L'enfant est seul dans l'eau.	L'enfant a réussi Préscolaire 2 ou flotte sur le ventre et sur le dos 3 secondes, nage sur le ventre et sur le dos 5 m et se retourne du ventre au dos ou du dos au ventre.
Préscolaire 4	À partir de 4 ans L'enfant est seul dans l'eau.	L'enfant a réussi Préscolaire 3 ou flotte sur le ventre et sur le dos 5 secondes sans aide, glisse sur le ventre et sur le dos 3 m sans aide, nage sur le ventre et sur le dos 5 m sans aide et se retourne du ventre au dos et du dos au ventre sur 5 m.
Préscolaire 5	À partir de 4 ans L'enfant est seul dans l'eau.	L'enfant a réussi Préscolaire 4 ou débute la nage au crawl, nage sur le ventre et sur le dos sur 7 m et nage sur le côté sur 5 m.
Nageur 1	6 ans et plus	Aucun préalable de natation requis. Ce niveau s'adresse aux enfants de 6 ans et plus n'ayant jamais suivi de cours de natation.
Nageur 2	6 ans et plus	L'enfant a réussi Préscolaire 4 ou 5 ou Nageur 1 ou est à l'aise en eau profonde seul et sans aide flottante.
Nageur 3	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 2 ou nage le crawl et le dos crawlé sur 10 m, bat des jambes sur le ventre, le dos et le côté sur 10 m et nage sur place 15 secondes.

COURS	ÂGE	PRÉALABLES
Nageur 4	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 3 ou nage le crawl et le dos crawlé sur 15 m, exécute le plongeon à genou, entre en eau profonde par roulade avant, nage sur place 30 secondes et saute en eau profonde.
Nageur 5	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 4 ou effectue un plongeon debout, nage sur place 1 minute, nage sous l'eau 5 m, entre à l'eau par roulade avant, nage avec les bras seulement sur 15 m, nage le crawl et le dos crawlé sur 25 m.
Nageur 6	6 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 5 ou effectue un plongeon à fleur d'eau, effectue un saut groupé, nage sur place 2 minutes, entre à l'eau par roulade, nage la brasse sur 25 m et nage le crawl et le dos crawlé sur 50 m.
Nageur 7 / Jeune sauveteur initié/	8 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 6 ou effectue un saut d'arrêt et un saut compact en eau profonde, nage sur place en effectuant le coup de pied de sauvetage sans utiliser les mains 45 secondes, nage sous l'eau (10 m) pour récupérer un objet et nage la brasse sur 50 m et nage le crawl et le dos crawlé sur 100 m.
Nageur 8 / Jeune sauveteur averti/	8 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 7 ou nage la brasse, le crawl et le dos crawlé sur 50 m, plonge en surface et nage 100 m en 3 minutes ou moins.
Nageur 9 / Jeune sauveteur expert/	8 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 8 ou effectue des culbutes avant et arrière, nage la tête hors de l'eau sur 25 m et nage le crawl sur 75 m, transporte un objet de 2,3 kg pendant 1 minute, effectue un examen primaire, traite l'état de choc et connaît les manœuvres d'esquive des victimes.
Nageur 10 / Étoile de Bronze/	10 ans et plus	L'enfant a réussi Nageur 9 ou nage le crawl, le dos crawlé et la brasse sur 100 m, nage 300 m en 9 minutes ou moins, peut sortir de l'eau une victime inconsciente et effectue les soins pour une détresse respiratoire ou des blessures et fractures.
Adulte 1	16 ans et plus	L'adulte flotte sur le ventre et sur le dos et se relève sans aide et glisse sur le ventre et sur le dos sur 5 m sans aide.
Adulte 2	16 ans et plus	L'adulte glisse sur le ventre et le dos sur une distance de 15 m et est à l'aise en eau profonde.
Adulte 3	16 ans et plus	L'adulte nage le crawl et le dos crawlé sur 25 m.

Pour voir tous les préalables : [CEAenligne.ca](https://ceanligne.ca)



Centre de services scolaire de la Beauport-Échemin Québec

# CHOEUR L'ÉCHO DU LAC

L'Écho du lac offre deux concerts par année, un de Noël en décembre et un autre printanier en mai. D'autres spectacles sont également présentés dans la région. Le chœur fête ses 40 ans cette année.



Adulte



Centre des arts et de la culture



Les lundis de 19 h à 21 h

Première répétition : lundi le 9 septembre



Session de septembre à décembre et janvier à mai



Dominique Gagnon (directeur musical)  
Esther Clément (pianiste)



Le plaisir de chanter ensemble



100 \$ par session



Valérie Dumont, présidente  
418 625-3776





## Automne 2024

**Méditer**, c'est s'offrir un temps d'arrêt pour se déposer en soi et retrouver l'essentielle. C'est se réconcilier avec soi-même pour mieux vivre la vie et vivre l'harmonie.

**Les bienfaits de la méditation** : favorise une bonne santé physique, émotionnelle et psychologique, équilibre notre vie, augmente la concentration et la créativité, favorise des relations humaines harmonieuses, diminue l'anxiété et donne un sens à sa vie.

### Intégrer la méditation à son quotidien :

Vous explorerez lors de ses rencontres; diverses respirations, la détente du corps, calmer le mental, développer son attention, être à l'écoute de son ressenti, devenir fluide, mieux se connaître et vivre davantage au moment présent.



8 octobre 2024, MARDI 19 h 30 à 21 h



en ligne Zoom (Québec)



4 rencontres / 95 \$

Inscription requise

**Les jeudis méditation** : Méditation de groupe | 19 h 30 à 21 h  
Les 3<sup>e</sup> jeudis du mois 19 septembre | 24 octobre | 12 décembre  
Inscription requise

### Mes services

- Cours privés de méditation sur rdv : à mon bureau ou virtuel
- Consultations privées sur rdv : à mon bureau ou virtuel

### Mon parcours

La pratique de la méditation fait partie de ma vie depuis 20 ans. C'est en toute simplicité que j'accompagne depuis 14 ans les gens à expérimenter cet art plus que sacré existant depuis des millénaires. Je souhaite offrir une pratique simple qui s'intègre au quotidien.

**Informations & inscriptions** : Anne Bouchard  
418 625-8654 @ : [info@annebouchardmeditation.com](mailto:info@annebouchardmeditation.com)  
[www.annebouchardmeditation.com](http://www.annebouchardmeditation.com)

# LES POLITIQUES

Le service des loisirs, culture et vie communautaire collabore étroitement avec divers comités consultatifs de citoyens, formés à la demande des élus municipaux pour mener à bien divers projets au profit de sa population. Voici les diverses tâches et les activités qui attendent les bénévoles au cours des prochains mois. Si vous désirez vous impliquer dans l'un ou l'autre des comités, communiquez avec votre service des loisirs.



## Politique culturelle

- Mise en valeur du microsite culturel [www.patrimoine.lac-Etchemin.ca](http://www.patrimoine.lac-Etchemin.ca).
- Mise à jour de la Politique culturelle avec la MRC.
- Présentation de Centre-ville en couleurs - Août.
- Mise en place d'un circuit autoguidé culturel.
- Collaborer au projet des « Chef-d'oeuvres » pour la création d'une œuvre monumentale au centre-ville.

Membres : Sébastien Ouellet, André Turmel, Michel Vachon, Louis Dion, Andrée Langlois, Nathalie Fournier et Jude Emond.



## Politique familiale et des aînés

- Réalisation d'une **VASTE CONSULTATION PUBLIQUE** auprès des 3 clientèles pour le renouvellement de la Politique familiale et des aînés.
- Création d'un comité élargi pour la réalisation de la nouvelle politique.
- Maintenir l'aide au Salon des familles des Etchemins.

Membres : Guyda Deblois, Élizabeth Larouche, Ann Leblond-Fortin, Germaine Lessard, Sabrina Lamontagne, Florent Pelletier et Jude Emond.



Politique familiale et des aînés  
**Grandir Ensemble**



## Les Cœurs villageois

- Création d'un parc au centre-ville.
- Mise en œuvre du plan d'action 2024-2025.

Membres : Guyda Deblois, Danielle Bégin, Éliisa Leblond-Fortin, Alexis Bertrand, Natacha Lagarde, Lucie Laflamme et Jude Emond



# FONDS CULTUREL

La MRC des Etchemins et le ministère de la Culture et des Communications sont fiers d'offrir aux individus, comités et organisations des Etchemins la possibilité de réaliser des projets culturels avec le soutien du Fonds culturel. Celui-ci a pour principaux objectifs d'assurer la mise en œuvre de la Politique culturelle de la MRC, de contribuer à la vitalité culturelle du milieu et de favoriser l'accès à la culture et aux arts en permettant la réalisation de projets culturels ponctuels et novateurs. Comme pour les éditions précédentes, l'édition 2025 du Fonds culturel est l'un des projets de l'entente de développement culturel.

Vous aimeriez réaliser un projet culturel original et novateur au niveau théâtral, musical, patrimonial, littéraire, des arts visuels ou métiers d'arts?

Vous êtes invités à consulter le Guide du Fonds culturel et à compléter le formulaire de demande sur le site Internet de la MRC des Etchemins au [www.mrcetchemins.qc.ca/la-mrc/les-services/developpement-culturel/](http://www.mrcetchemins.qc.ca/la-mrc/les-services/developpement-culturel/)

**La date limite** pour le dépôt des projets au Fonds culturel est au **début mai 2025**.

Entente  
de développement  
culturel

Culture  
et Communications  
Québec

les Etchemins

L'aide financière peut atteindre 2 000 \$ par projet.

Des renseignements additionnels peuvent être obtenus auprès de Marie-Claude Paradis 418 625-9000, poste 2262.

# POLITIQUE D'AIDE FINANCIÈRE À L'ÉLITE SPORTIVE ET CULTURELLE

La Municipalité de Lac-Etchemin et la Caisse Desjardins des Etchemins s'associent afin d'aider l'élite locale dans sa poursuite vers l'excellence, entre autres, par la mise en place de la Politique d'aide financière pour la Jeunesse – Élite sportive et culturelle à Lac-Etchemin.

Le but visé par cette politique est de définir et d'encadrer tout le processus d'évaluation pour l'attribution de subvention pour la jeunesse lors de participation à des activités de représentation à des compétitions ou des événements à caractère régional, provincial ou international.

Elle se veut un guide pour l'attribution d'aide financière aux athlètes et artistes jeunesse de Lac-Etchemin qui se démarquent dans leur discipline. L'appui et la reconnaissance sont,

en partie, importants pour la réussite de leurs objectifs.

Objectifs :

- Favoriser les artistes et les athlètes lacetcheminois dans la poursuite de leurs objectifs de performance;
- Favoriser une évaluation équitable des demandes adressées au Conseil municipal en se basant sur des critères d'analyse bien définis;
- Établir un moyen de contrôle efficace et équitable.

Formulaires disponibles au bureau municipal ou sur notre site Internet : <https://lac-etchemin.ca/municipalite/politiques-et-programmes-daide/>

Pour information : Jude Emond  
418 625-4521, poste 2232



# GÉNÉRATION CHAG

## — INSCRIPTIONS

SESSION AUTOMNE 2024

**COURS HIP-HOP**  
À PARTIR DE 3 ANS

12 COURS DE 1H  
À PARTIR DU 18 SEPTEMBRE  
CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE

## INSCRIPTIONS EN LIGNE MAINTENANT!

**Inscription en tout temps :**

Boxe compétition et/ou récréatif

Entraînement cardio boxe (jour et soir)

\*Homme, femme, enfant (11 ans et +)

**Inscription :** 12-13-14 septembre 2024

**Cours de groupe 12 semaines** (début 23 septembre)

Enfant 5 à 10 ans.

Cardio boxe pour femme.

Cardio boxe mère poupon.



**Club de boxe M-A-A**

167-2 route 204 Ste-Justine

418-383-5217

# Dojo Sonkei Beauce-Etchemin Cours de karaté/Jiu-Jitsu

Inscription en tout temps.

À partir de 4 ans

Cours pour enfants et ados

Cours pour adultes

Cours privés



Contactez-nous pour  
connaître l'horaire selon  
votre niveau.

Venez essayer un cours.

## Pour information:

Contactez Senseï Marco

**418 700-0600**

[dojobeauce-etchemin@hotmail.com](mailto:dojobeauce-etchemin@hotmail.com)



## Dojo du Lac-Etchemin:

212, 2e Avenue

Lac-Etchemin

## Visitez notre site internet:

[dojosonkei-be.com](http://dojosonkei-be.com)





L'aïkido est un art martial japonais composé de techniques à mains nues et aux armes. Au lieu de répondre à la violence par une confrontation, on apprend à rediriger la force de l'attaque afin de déséquilibrer et ensuite projeter ou d'immobiliser l'adversaire. Au-delà de sa nature défensive, l'aïkido est une méthode de développement personnel qui enseigne l'équilibre et la force de caractère, deux qualités utiles dans tous les aspects de la vie quotidienne.



115, rue de la Fabrique, Saint-Luc (Centre communautaire)



Mardi et jeudi soir

**Inscriptions :**

418 957-7353 • aikidodesetchemins@gmail.com

Facebook : Aikido des Etchemins



**Centre communautaire de Saint-Luc**

**115, rue de la Fabrique**

**418 957-7353**

**aikidodesetchemins@gmail.com**



**Aikido des Etchemins**

Affilié à la Fédération  
Canadienne d'Aikido



## COURS DE FITNESS/CARDIO



212, 2<sup>e</sup> Avenue à Lac-Etchemin  
(centre-ville)



Du 10 septembre au 19 décembre 2024  
- Mardi de 16 h 30 à 17 h 30  
- Jeudi de 16 h 30 à 17 h 30

Un cours supplémentaire pourra être mis en place en fin d'après-midi selon la demande, soit mardi ou jeudi à 17 h 30, ou mercredi à 18 h 30.



15 mardis = 120 \$  
15 jeudis = 120 \$

Moins de 10 participants, le cours n'aura pas lieu.

## COURS DE YOGA



212, 2<sup>e</sup> Avenue, Lac-Etchemin  
(centre-ville)



Du 10 septembre au 19 décembre 2024  
- Mardi 10 h à 11 h  
- Mercredi 17 h 30 à 18 h 30  
- Jeudi 10 h à 11 h



15 mardis = 120 \$  
15 mercredis = 120 \$  
15 jeudis = 120 \$

Moins de 10 participants, le cours n'aura pas lieu

**Animation** : Latifa  
**Inscription** : 418 625-0309



# PATINAGE ARTISTIQUE

Les inscriptions auront lieu  
mardi le 10 septembre  
à l'aréna de Lac-Échemin  
de 16 h 30 à 18 h 30.

Les cours de patinage sont donnés  
selon les exigences du programme  
de patinage Canada. Ils permettent  
aux patineurs de progresser dans un  
encadrement structuré.

Les cours auront lieu  
tous les mardis.  
Horaire à déterminer.

Les cours s'adressent  
aux enfants de 4 ans et plus.

Le coût d'inscription varie  
selon le niveau de votre enfant.

Pour plus d'information :  
Line Pouliot : 418 625-2761

Surveiller également notre page  
[Facebook](#) afin de connaître  
tous les détails,  
les horaires et communications  
aux parents.



## GROUPE LES VÉTÉRANS

-  Adulte
-  Aréna de Lac-Etchemin
-  Mercredi de 20 h à 21 h 30
-  Début 25 septembre 2024
-  Nous acceptons toutes les personnes intéressées
-  Marc Falardeau  
418 625-5440

## GROUPE DU MARDI SOIR

Hockey sur glace entre amis.

-  Adulte
-  Aréna de Lac-Etchemin
-  Mardi de 20 h 30 à 22 h
-  Début le 3 octobre 2024
-  Nous acceptons toutes les personnes intéressées
-  Pierre Bouchard  
418 625-0214

## HOCKEY SUR GLACE 50 ANS ET PLUS

Un groupe de passionnés de ce sport de glace offre l'occasion, pour une huitième saison, de jouer au hockey et de socialiser ensemble.

-  50 ans et plus
-  Aréna de Lac-Etchemin
-  Les mardis et les vendredis de 13 h 15 à 15 h
-  Début le 8 octobre 2024
-  Le coût de l'abonnement doit être acquitté au début de la saison
-  Nous acceptons les personnes des autres municipalités
-  Michel Giguère  
418 625-8724





## ÉQUIPE JUNIOR DE SKI DU MONT-ORIGNAL



L'Équipe junior de ski du Mont-Orignal (EJSMO) accueille à tous les jeunes de 5 à 17 ans qui souhaitent découvrir et pratiquer le ski de compétition dans un environnement amical où les notions de plaisir et de dépassement de soi occupent une place importante. Le prérequis est de savoir skier seul et d'être déjà à l'aise sur des skis. L'EJSMO peut être une suite intéressante aux cours de l'École de ski du Mont-Orignal. L'EJSMO est membre du Circuit Desjardins qui regroupe les coureurs de 4 stations de la région Chaudière-Appalaches.



Mont-Orignal, coopérative de solidarité.



De l'ouverture de la station de ski du Mont-Orignal (généralement en décembre) jusqu'à la fin mars. Les entraînements ont lieu les samedis et dimanches de 9 h 30 à 12 h 30. Cinq compétitions ont lieu au cours de la saison.

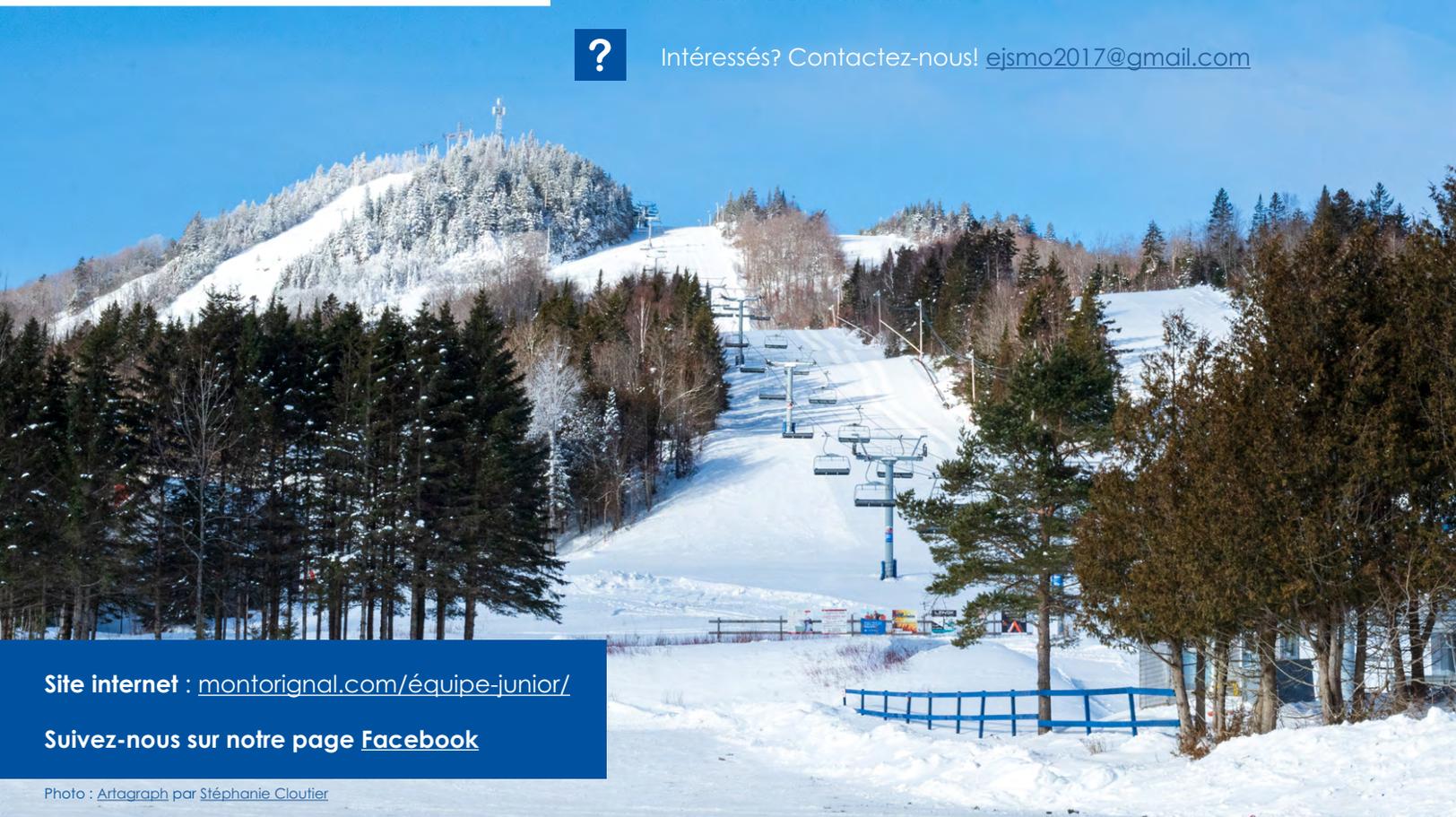
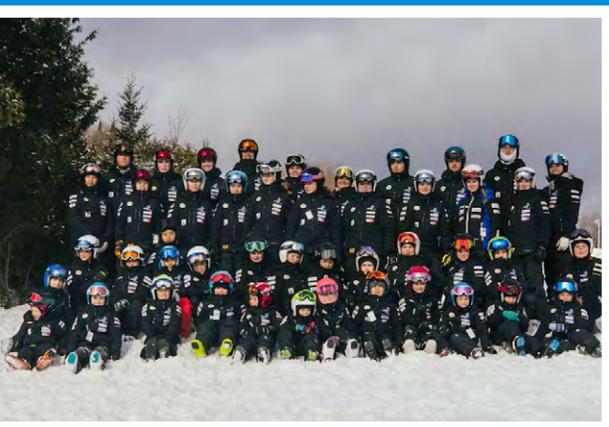


Frais d'entraînement ainsi qu'une cotisation à Ski Québec Alpin (SQA) déterminés selon l'âge de l'enfant. Rabais de 25% sur les frais d'entraînement lors de la première année d'adhésion à l'EJSMO.

Les inscriptions ont lieu en octobre et novembre, avant le début de la saison.



Intéressés? Contactez-nous! [ejsmo2017@gmail.com](mailto:ejsmo2017@gmail.com)



Site internet : [montoriginal.com/équipe-junior/](http://montoriginal.com/équipe-junior/)

Suivez-nous sur notre page [Facebook](#)

Photo : Artagraph par Stéphanie Cloutier



## COURS DE SKI

### APPRENDRE EN S'AMUSANT EN PLEIN AIR!

L'école de ski vous fera vivre une expérience technique, amusante et enrichissante, le tout dans un environnement sécuritaire, en groupe ou en privé. Tous les membres de l'équipe sont certifiés de l'Alliance des moniteurs de ski du Canada (AMCS) ou de l'Association Canadienne des moniteurs de surf (ACMS) du Programme d'Enseignement des Sports au Québec (PSEQ).

### COURS DE GROUPE POUR ENFANTS (8 semaines) :

Tous les samedis et les dimanches, de 9 h à 10 h 30  
ou de 10 h 30 à 12 h dès les 4 et 5 janvier 2025.

# ACTIVITÉS LIBRES

## Aréna municipal

### Patinage

### Patinage libre (adulte aîné seulement)

### Hockey libre

Les activités libres débuteront la semaine du 30 septembre. L'horaire sera publié sur la [page Facebook](#) de la municipalité et sur le [site Internet](#) dans le calendrier des événements à venir.

Nous aurons des activités spéciales durant la saison tel que disco-patin, tournoi de hockey, Halloween etc. ainsi qu'une programmation adaptée lors du temps des fêtes et de la semaine de relâche.

<b>Carte familiale</b>	Hockey libre	50 \$
	Patinage libre	50 \$
	Hockey et patinage libre	70 \$
	(ensemble)	

(Taxes incluses)

### Activités

	<b>Adultes</b> (17 ans et plus)	<b>Enfants</b> (16 ans et moins)
Patinage libre à la fois	3 \$	2 \$
Patinage libre billet de saison	30 \$	15 \$
Hockey libre à la pièce	4 \$	2 \$
Hockey libre billet de saison	30 \$	21 \$

**Il est possible de vous procurer votre carte sur notre [site Internet](#) via le logiciel Sport-Plus ou directement à l'aréna auprès d'un préposé.**

## Badminton libre Sainte-Justine



Gymnase de l'École des Appalaches



Émilie Goudreault  
418 383-5397, poste 1226  
ou [loisirs@stejustine.net](mailto:loisirs@stejustine.net)

## Politique de location du gymnase École Notre-Dame de Lac-Etchemin

La location du gymnase est possible afin de pratiquer des sports, ou autre, du lundi au vendredi de 18 h à 21 h. Il est possible de louer seulement 1 h à la fois, soit de 18 h à 19 h, de 19 h à 20 h et de 20 h à 21 h. La priorité va aux activités en lien avec l'école lorsqu'il y en a, au corps de cadets de Lac-Etchemin ainsi qu'aux loisirs de la Municipalité de Lac-Etchemin. Les plages qui ne seront pas occupées par ces organismes seront alors accessibles aux particuliers.

Nous ne prendrons plus de réservation à l'avance du gymnase afin que tout le monde puisse avoir la chance d'en profiter. Les dates de réservation seront les suivantes :

- Pour la session d'automne, qui commence au début septembre et se termine la semaine précédant les vacances des fêtes, nous prendrons les réservations par téléphone seulement, **le 3<sup>e</sup> lundi du mois d'août à compter de 8 h 30.**
- Pour la session d'hiver/printemps, qui commence après le congé des fêtes et se termine à la fin mai, nous prendrons les réservations par téléphone seulement, **le 3<sup>e</sup> lundi du mois de décembre à compter de 8 h 30.**

Les frais de location sont de 15 \$ / heure, peu importe la nature de l'événement.

Vous serez facturé au début janvier pour la session de l'automne et au début juin pour la session d'hiver / printemps.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à contacter Christine Vallières, secrétaire d'école, au 418 228-5541, poste 1750.





Voici le programme d'activités prévues pour l'automne 2024. N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous désirez vous impliquer ou nous soumettre des idées d'activités. Au plaisir de vous recevoir.

Martial Poulin, président  
Club LES AÎNÉS DE LAC-ETCHEMIN

## ACTIVITÉS AUTOMNE 2024

### BINGO RÉCRÉATIF

- Tous les vendredis à 13 h 30 à compter du 27 septembre 2024
- Belvédère du Lac au 301, rue du Sanatorium (entrée côté lac)
- Pour tous
- Coût minimum 5 \$

### BILLARD

- Salle communautaire Belvédère du Lac
- Tous
- Du 7 octobre 2024 au 23 mai 2025
- Gratuit
- Roger Ferland, responsable

### JOURNÉE DANSANTE

- Tous les 1<sup>er</sup> dimanche du mois à 13 h 30 à compter du 4 août 2024
- Belvédère du Lac au 301, rue du Sanatorium (entrée côté lac)
- 10 \$ payable à l'entrée

### TOURNOI DE CARTES (PIQUE)

- Tous les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> dimanche du mois à compter du 13 octobre 2024
- Belvédère du Lac au 301, rue du Sanatorium (entrée côté lac)
- 8 \$ payable à l'entrée

### Activités spéciales

- Gala des amateurs 22 septembre 2024
- Brunch de Noël 15 décembre 2024

Pour le **billard** et les **joueurs de cartes**, informez-vous auprès d'Odette Langlois au 418 625-2731 afin de connaître les disponibilités au Belvédère du Lac.

D'autres activités s'ajouteront aussi, nous vous tiendrons au courant.

**Nous vous suggérons fortement de devenir membre du club des Aînés afin de pouvoir profiter de nos activités à meilleur coût.**

### Les Aînés de Lac-Etchemin

Les membres du conseil d'administration sont :

Président :	Martial Poulin
Vice-Présidente :	Brigitte Lessard
Trésorière :	Jacinthe Tanguay
Secrétaire :	Diane Poulin
Administratrices :	Odette Langlois, Lise Poulin
Administrateur :	Serge Deblois





## PROGRAMMATION LAC-ETCHEMIN

Programme gratuit d'activités physiques pour les personnes de 50 et +.

Les activités sont adaptées et sécuritaires et sont animées par des bénévoles formés.

Aucune inscription obligatoire.



### ViActive

Animé par Johanne Nadeau

Mardi 17 septembre de 9 h 30 à 10 h 15.  
BELVÉDÈRE-DU-LAC. Salle de l'âge d'or

### Stretching

Animé par Marie-Lise Nadeau

Mercredi 25 septembre de 9 h 30 à 10 h 15.  
CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE

### Danse exercices

Animé par Marie-Lise Nadeau

Mercredi 25 septembre de 10 h 30 à 11 h 30.  
CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE

### ViActive

Animé par Colombe Grégoire

Vendredi 27 septembre de 9 h 15 à 10 h 15.  
CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE

### Étirements et renforcement

Animé par Colombe Grégoire

Vendredi 27 septembre de 10 h 30 à 11 h 30.  
CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE

**Pour informations: Marjorie Carrier, conseillère ViActive au 418 383-5252 poste 2**

# GYM SOCIAL 2024

PROGRAMMATION SPÉCIALE POUR LES 50 ANS ET +

ANIMÉ PAR COLOMBE GRÉGOIRE  
ANIMATRICE BÉNÉVOLE FORMÉE

- ◆ Approche progressive ◆ Mouvements guidés avec le cycle respiratoire
- ◆ Renforcement, étirements, souplesse ◆ Cardio-progressif, musculation et abdominaux ◆ Travail pelvien ◆ Posture et équilibre
- ◆ Debout, assis, au sol, et appui au mur
- ◆ Relaxation à la fin de l'activité ◆ Techniques respiratoires



AU CENTRE DES ARTS  
ET DE LA CULTURE  
1470, route 277. LAC-ETCHEMIN

Du LUNDI 23 SEPTEMBRE au LUNDI 25 NOVEMBRE  
de 9 h 45 à 11 h 30

**75 \$ pour 10 cours**

**Non remboursable et payable à Nouvel Essor  
avant le vendredi 13 septembre 2024**

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE** à Nouvel Essor  
au 418 383-5252, poste 2

\*Aucune possibilité de s'ajouter en cours de session  
Groupe de 5 personnes minimum  
et de 10 personnes maximum.

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

eau, tapis, 2 serviettes de plage,  
vêtements souples et bas antidérapants.

\* Vérifiez vos capacités auprès de votre médecin



# Reprise des activités Lundi 16 septembre

**Nous sommes un organisme communautaire  
Famille qui a pour mission de soutenir les  
familles dans l'apprentissage et l'exercice  
de leur rôle parental tout en favorisant le  
développement global de l'enfant.**

## **PÉRINATAL**

- Ateliers prénataux
- Portathèque
- SOS Doudou
- Groupe BB
- Prêt de couches lavables
- Café allaitement

## **PETITE ENFANCE**

- Trousse en balade
- Moi comme parent
- Halte-garderie

## **POUR LA FAMILLE**

- Jouons en famille
- Friperie
- Forêt enchantée
- Clinique pédiatrique
- Atelier de cuisine -  
- couture - tricot
- Accompagnement
- Jardin communautaire



Site **WEB**

Lac-Etchemin: 319, rue du Sanatorium  
Saint-Prospère: 1865-B, 20 ième Avenue  
418 625-2223

parentaïme@parentaïme.ca  
www.parentaïme.com



**FACEBOOK**



# LE CERCLE DES FERMIERES

Les Cercles de Fermières du Québec est un organisme sans but lucratif, apolitique, regroupant des femmes de plus de 14 ans et sans distinction de condition sociale.



Notre local est situé au soul-sol du Centre des Arts et de la Culture :  
1470, route 277 à Lac-Etchemin.



Inscription : en tout temps



Réunion mensuelle : 3<sup>e</sup> mardi du mois - de septembre à juin - 19 h

Atelier d'artisanat : jeudi après-midi - 13 h

Déjeuner : 1<sup>er</sup> jeudi du mois



Pour nous joindre : [fermieresetchemin@outlook.com](mailto:fermieresetchemin@outlook.com)  
[Facebook : Cercle de Fermières de Lac-Etchemin](#)

**Notre mission** : Par leurs actions et les différentes œuvres de bienfaisance qu'ils soutiennent, les Cercles de Fermières du Québec (Les CFQ) contribuent à l'amélioration des conditions de vie de la femme et de la famille ainsi qu'à la préservation et la transmission du patrimoine culturel et artisanal.

**Les objets de la mission des Cercles de Fermières du Québec sont :**

- 1) promouvoir le développement et l'épanouissement de la femme ;
- 2) promouvoir les intérêts de la femme et de la famille ;
- 3) promouvoir et favoriser la participation bénévole tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'Association et contribuer à des œuvres caritatives ;
- 4) promouvoir et protéger le patrimoine culturel et artisanal ;
- 5) promouvoir le recrutement, sans discrimination, ayant une préoccupation constante de la jeune relève ;
- 6) susciter la participation active des membres aux Comités, encourager et soutenir les initiatives des Fédérations ;
- 7) éditer, imprimer, diffuser, distribuer des magazines, brochures, volumes et autres du même genre, afin de répondre au volet éducatif de la mission de l'organisme tant auprès des membres que du grand public ;
- 8) travailler au progrès de l'Association dans le respect de sa mission.

**Notre devise** : Pour la terre et le foyer

Bienvenue à toutes!





# L'Olivier des Etchemins

**Âge de fréquentation :** 12 à 17 ans

**Heures d'ouverture :** Jeudi : 18 h à 21 h  
Vendredi : 18 h 30 à 23 h  
Samedi : 18 h 30 à 23 h

**La MDJ c'est :**

- L'endroit idéal pour venir passer du bon temps avec tes ami (es).
- L'occasion de sortir de chez toi et de réaliser différentes activités.
- La place pour organiser un projet qui te tient à cœur.
- Une occasion de parler avec des animateurs dynamiques qui sauront t'écouter.
- Un programme d'été pour ados de 5 semaines à chaque été.
- Un bureau à l'École des Appalaches.

**30 ans**

La Maison de jeunes l'Olivier des Etchemins fête ses 30 ans cette année! Afin de remercier la population de leur soutien, la MDJ organise un évènement familial le samedi 28 septembre à Lac-Etchemin. Restez à l'affût sur nos réseaux sociaux afin de connaître tous les détails.

**Cueillette de canettes**

Les jeunes passeront par vos portes le dimanche 22 septembre prochain afin de récolter vos contenants consignés pour financer leur projet dans l'Ouest canadien.

Vous pouvez venir déposer vos canettes et/ou bouteilles vides en tout temps à la Maison de jeunes de Lac-Etchemin (242, 2e avenue).

Elles seront ramassées à chaque semaine.

Encore une fois, merci de votre générosité qui fait une réelle différence.

Suivez-nous sur les réseaux sociaux pour ne rien manquer!

Facebook : [Maison de jeunes l'Olivier des Etchemins](#)

Instagram : [mdj\\_olivier](#)





## GOBE

### (groupe des ornithologues de Beauce-Etchemin)

Le GOBE est un organisme à but non lucratif qui a pour objectifs de faire connaître et protéger les oiseaux, d'organiser des activités d'observation sur le terrain, de répondre aux questions des gens au sujet de la faune aviaire et de son environnement et d'initier les intéressés(es) à l'observation de la nature.

Toute personne qui aime les oiseaux et la nature est invitée à devenir membre en communiquant avec nous soit par courriel, par internet ou par téléphone.

**Pour information :**

Mario Labrie  
418 625-4970

**Courriel :**

[gobe@globetrotter.net](mailto:gobe@globetrotter.net)

**Notre magnifique site internet :**

[www.gobe-qc.com](http://www.gobe-qc.com)



ASSOCIATION  
ÉCOLOGIQUE  
DES ETCHEMINS

# L'Association écologique des Etchemins (AEE) vous annonce du nouveau dans les sentiers

Nous sommes particulièrement avantagés, nous, en région rurale, pour les facilités de se ressourcer en pleine nature sans avoir à faire des kilomètres. Montagnes, lacs, rivières, forêts et sentiers de randonnées de toutes sortes s'offrent à nous, à notre besoin d'espace et d'air pur.

L'Association Écologique s'occupe de la gestion de deux sentiers très appréciés à Lac-Etchemin : le sentier écologique de la Haute-Etchemin et le lac Caribou. Nous vous invitons chaleureusement à les découvrir si ce n'est déjà fait.

D'ailleurs, le lac Caribou a subi une cure de jeunesse dans le mois de juillet. Des passerelles de bois ont été ajoutées pour faciliter le passage des marcheurs dans le sentier. Ce sentier, à 4 km du village est une boucle de 5 ou de 6 km en terre publique, autour du lac sans envahissement humain. Faune et flore, histoire, paysage sauvage avec une biodiversité incroyable. Les travaux au lac Caribou sont adaptés à sa nature plus sauvage, les réfections conservent donc ce cachet unique et naturel.



Notre deuxième sentier se situe dans la municipalité, à la décharge du lac Etchemin. Il est linéaire de 2 km, bordant le ruisseau, appelé Haute-Etchemin, facile d'accès par la route du Sanctuaire, débutant derrière la Villa Marie-Lessard et en face du camping. Un premier 0,8 km a été aménagé pour les personnes à mobilité réduite et les parents avec poussette. Des tables de pique-nique sont disponibles. Le deuxième tronçon côtoie de plus près le ruisseau, qui le situe en zone inondable et donc des portions sur fond humide et parfois avec de l'eau. Ces dernières années nous avons noté des déversements plus fréquents et plus abondants. Et oui les changements climatiques se font sentir même chez nous.

Nous en profitons pour remercier tous les propriétaires de lots sur lesquels notre sentier passe, c'est grâce à eux que nous pouvons vous offrir des randonnées pleines de bonnes odeurs de forêt, de gazouillis du ruisseau et de rencontres fortuites.

Nous remercions aussi nos randonneurs pour leur souci de garder les abords du sentier propres et les bénévoles qui font quelques actions de nettoyage au besoin. Au plaisir de vous rencontrer au hasard d'une randonnée dans nos sentiers écologiques, où nous devons nous adapter à la nature et non elle à nous.

**Nos sentiers sont accessibles à l'année. Les chiens doivent y être tenus en laisse obligatoirement. Merci de ramasser les besoins de ceux-ci et de respecter les autres marcheurs.**

**Enfin, notre conseil d'administration est en recrutement de bénévoles. Que ce soit pour œuvrer sur le terrain et nous aider à maintenir l'entretien des sentiers, ou encore en tant qu'administrateurs pour nous aider à prendre des décisions pour les sentiers. Les personnes intéressées sont invitées à rejoindre l'Association écologique des Etchemins par courriel au [aedesetchemins@gmail.com](mailto:aedesetchemins@gmail.com) ou à manifester leur intérêt auprès de la municipalité. Nous avons besoin de vous pour continuer d'offrir des sentiers de marche agréables aux citoyens de Lac-Etchemin.**

Le conseil d'administration de l'Association écologique des Etchemins

# CLUB INTERGÉNÉRATIONS

## OTJ SAINTE-GERMAINE-STATION

**Déjeuner mensuel :** 8 septembre 2024  
6 octobre 2024  
3 novembre 2024  
1 décembre 2024  
5 janvier 2025  
2 février 2025  
2 mars 2025  
6 avril 2025  
4 mai 2025  
8 juin 2025

**Aussi :**

Tournoi de billard individuel	20 septembre 2024
Parcours rallye halloween mystère	26 octobre 2024
Tournoi de billard (24 équipes)	16 novembre 2024
Tournoi de billard mixte	avril 2025
Marché aux puces	26 et 27 avril 2025

**Ligue de billard** à tous les vendredis du 20 septembre au 13 décembre 2024 inclusivement et du 10 janvier au 9 mai 2025.

**\$** 7 \$ - inscription à partir de 18 h 30, début du billard 19 h

**?** Billard et déjeuner : Alain 418 625-5318  
Location de salle : Alain 418 625-5318  
Denis 418 625-3870  
Métier à tisser : Margot 418 625-2166

**Possibilité de buffet sur réservation de salle pour information Denis 418 625-3870**

Location de salle 150 \$  
Résident de la Station 125 \$



\*Photo à titre indicatif

# Les Ateliers créatifs

## FEEL GOOD ART

### LES ATELIERS CRÉATIFS

Viens découvrir le feel good art avec les différents ateliers créatifs visant à développer tes aptitudes artistiques et à nourrir ta créativité, ta confiance en soi, ton bien-être et ton bonheur en général, tout en vous amusant.



services s'adressant aux  
ADULTES ET ENFANTS | ENTREPRISES | SERVICES SCOLAIRES

[Lecreatifartistepeintre.com](http://www.lecreatifartistepeintre.com)

Valérie Marquis Dion, artiste passionnée, t'invite à participer à ses ateliers créatifs « FEEL GOOD ART » des ateliers artistiques et de yoga.

Laisse-toi guider par Valérie dans un univers artistique où la créativité est à l'honneur. Les ateliers sont ouverts à tous et permettent d'explorer son potentiel artistique et de laisser libre cours à son imagination.

Valérie offre des ateliers de groupe et privé, en studio ou à domicile, en entreprise et milieux scolaires. Elle propose une série d'ateliers créatifs artistiques, de team-building, d'art thérapie et de yoga. Elle peut même développer des projets personnalisés, selon la demande.

Ne manque pas l'occasion unique de vivre une expérience artistique et de bien-être enrichissante. Rejoins-là pour vivre des moments de création et de détente inoubliables !

Pour plus d'informations et pour vous inscrire aux ateliers, n'hésitez pas à visiter son **site web** :

[www.lecreatifartistepeintre.com](http://www.lecreatifartistepeintre.com)

**Profil Facebook:** [Elle Le Créatif](#)

**Profil Instagram:**  
[lecreatif.gestionimmobiliere](#)

**Courriel:**  
[lecreatif.gestionimmobiliere@gmail.com](mailto:lecreatif.gestionimmobiliere@gmail.com)

**Téléphone:** 418 564-1263

Adresse du studio:  
214, chemin des Avalanches  
à Lac-Etchemin (QC) G0R 1S0



# INSCRIPTIONS

- » SPORTS
- » PLEIN AIR
- » TIR DE PRÉCISION
- » EXERCICE MILITAIRE
- » LEADERSHIP
- » ENCORE PLUS!

**Corps de cadets 2765 de Lac-Étchemin**  
**Dans la communauté depuis 1964**



Votre enfant a entre 12 et 18 ans? Il veut vivre une expérience hors du commun? Il veut participer à un large éventail d'activités et le tout **GRATUITEMENT**?

Le Corps de cadets 2765 de Lac-Étchemin lui permettra de s'épanouir, tout en lui apportant une bonne préparation pour sa vie adulte. Les activités offertes par le programme sont extrêmement variées et encadrées! On y trouve entre autres des activités sportives et des compétitions régionales, des activités en forêt, l'apprentissage de l'utilisation de la carte et de la boussole, du tir de précision, de la musique, des cours de secourisme, des camps d'été au Québec et au Canada, des activités sociales, des emplois d'été pour les adolescent.es de 16 ans et encore plus!



**VOUS POUVEZ AUSSI VOUS INSCRIRE EN TOUT TEMPS AU**  
**[HTTPS://INSCRIPTION.CADETS.GC.CA/DEMARRER.HTML](https://inscription.cadets.gc.ca/demarrer.html)**

 [facebook.com/CC2765](https://facebook.com/CC2765)

 [cc2765\\_lacetchemin](https://instagram.com/cc2765_lacetchemin)

 (418) 625-1304

 [2765armee@cadets.gc.ca](mailto:2765armee@cadets.gc.ca)



# MOULIN LA LORRAINE

EXPOSITIONS jusqu'en décembre 2022



**FRANK DESGAGNÉS**  
**« Play, Paint by Numbers... And Learn »**  
**SALLE PIERRE-BEAUDOIN –**  
**7 SEPTEMBRE AU 1<sup>ER</sup> DÉCEMBRE**

Trois séries à la fois distinctes et complémentaires élaborant une seule thématique : extraire du monde virtuel chaque pixel d'une image pour la reconstruire à une échelle différente de manière à mettre en évidence sa matrice et, ainsi, lui redonner une existence physique tridimensionnelle.

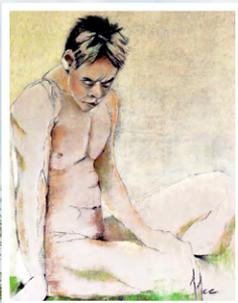
Le plaisir des couleurs, leur capacité à réenchanter le monde et la force de ce qu'elles évoquent sont à la fois l'objet et le sujet des œuvres présentées ici.



**CAROLE AUDRAN « Être femme au Népal »**  
**HALL DU MOULIN – 7 SEPTEMBRE AU 8 DÉCEMBRE**

Destroyers est une série de peintures mettant en scène des adolescents dans des situations inspirées des récits de héros/anti-héros de la culture populaire nord-américaine. Le titre Destroyers reflète la fascination et la peur de la société

à l'égard des jeunes. Le geste et l'expression faciale deviennent ici des outils pour exprimer le voyage personnel de l'individu dans le contexte de la société en général. Sont abordées des questions telles la xénophobie, le changement climatique et la transhumance humaine.



**LINDA LEE « Laisser les traits dire »**  
**SALLE DES COURROIES –**  
**7 SEPTEMBRE AU 8 DÉCEMBRE**

Ces portraits picturaux, sorte d'apartés d'un théâtre silencieux, interprètent, à leur manière, la trame muette d'une rencontre provoquée entre un dessiné et un dessinant, entre deux singularités situées de part et d'autre de la feuille, tel un tandem de funambules oscillant au diapason de leurs âmes.

## ACTIVITÉS EN ORDRE CHRONOLOGIQUE

- **Visites guidées de la meunerie :** 11 h, 13 h 30, 14 h 30 ou 15 h 30, jusqu'au 2 septembre
- **Soirée reconnaissance des Amis du Moulin :** 31 août à 19 h
- **Conférence et discussion avec l'artiste Frank Desgagné :** 21 septembre à 13 h
- **Journées de la culture :** portes ouvertes 28 et 29 septembre de 10 h à 16 h
- **Conférence et discussion avec l'artiste Carole Audran :** 29 septembre à 13 h
- **Conférence et discussion avec l'artiste Linda Lee :** 29 septembre à 14 h
- **Fête de la farine :** 20 octobre de 11 h à 16 h
- **Atelier mandala créatif :** 20 octobre à 13 h
- **Noël au Moulin avec le groupe de musique traditionnelle Baragwin :** 8 décembre à 13 h 30

### Programmation 2024 :

visitez notre site web pour les mises à jour  
[www.moulinlalorraine.ca](http://www.moulinlalorraine.ca)

**Programmation 2025 :** disponible sur notre site web dès mars 2025.

## HORAIRE

**Haute saison :** ouvert du mercredi au dimanche de 10 h à 17 h jusqu'au 2 septembre. Ouvert à la fête du Travail le lundi 2 septembre.

**Basse saison :** ouvert les samedis et dimanches de 12 h à 16 h, du 7 septembre au 8 décembre.

**Moulin La Lorraine**  
**1286, route 277, Lac-Etchemin**  
**Téléphone : 418 625-4400**



## LE GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE LA GRANDE MARCHÉ 6<sup>E</sup> ÉDITION LE SAMEDI 19 OCTOBRE 2024

On se prépare pour une autre belle marche à Lac-Etchemin le 19 octobre prochain. Vous aimeriez faire partie de l'organisation ou vous avez de nouvelles idées à partager avec nous, vous êtes les bienvenus. Une belle occasion pour développer des saines habitudes de vie. Avec la volonté et un peu de détermination, tout est possible.

Certaines activités pourraient s'ajouter ainsi que des groupes de marche :

- Augmenter ou diminuer le nombre de kilomètres selon votre forme
- Former des pelotons selon l'âge des participants
- Créer un groupe pour les gens accompagnés de leur chien



# NOËL DES ARTISANS DE LAC-ETCHEMIN ÉDITION 2024



Chers artisans, chers visiteurs,

Le Cercle de Fermières Lac-Etchemin, en collaboration avec la Municipalité, vous invite à la 24<sup>e</sup> édition du Noël des Artisans de Lac-Etchemin.

Plusieurs artisanes et artisans seront sur place pour vous montrer leur savoir-faire et leurs créations. Vous trouverez des articles variés, originaux et à bons prix, parfaits pour vos cadeaux de Noël.



## CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE



Samedi 16 novembre de 10 h à 17 h  
Dimanche 17 novembre de 10 h à 16 h



Gratuit pour tous les visiteurs

Ateliers créatifs pour les enfants  
Visite du Père Noël  
Restauration sur place  
Prix de présence  
Entrée gratuite

Nous vous attendons en grand nombre  
Bienvenue à toutes et à tous

Lise Tremblay  
Communications  
Cercle de Fermières Lac-Etchemin  
[fermieresetchemin@outlook.com](mailto:fermieresetchemin@outlook.com)

Jude Émond  
Directeur des loisirs, culture et vie communautaire

# LISTE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

## ORGANISMES ASSOCIÉS

Conseil d'établissement - École Notre-Dame	Isabelle Roy	418 228-5541 (71330)
Corps de cadets 2765 Lac-Étchemin	Yannick Provost	514 434-5822
Éco-Parc des Etchemins	François Charest	418 625-3272
Équipe junior de ski du Mont-Original	Martin Goulet	418 625-1551
Hockey mineur des Etchemins	Claudia Rodrigue	418 225-6472
Maison de Jeunes Le Chabotté	Émilie Poulin	418 594-5886
Association de soccer les Caribous	Genaro Mendez	418 625-9881

## ORGANISMES AFFILIÉS

Président - Assemblée de fabrique	Marcel Rancourt	418 625-8441
Association écologique des Etchemins	Élisa Leblond-Fortin	418 625-4521
Association de protection du lac Etchemin	Dany Bouchard	418 625-9300
Centre de l'amitié	Jeannette Tanguay	418 625-3761
Cercle des Fermières Lac-Étchemin	Diane Dallaire	418 230-6507
Chevaliers de Colomb Lac-Étchemin	Nelson Jacques	418 625-6232
Chorale L'Écho du Lac	Valérie Dumont	418 625-3776
Club des Aînés de Lac-Étchemin	Martial Poulin	418 625-3360
Club des générations - OTJ de la Station	Alain Audet	418 625-5333
Comité de tennis	Marie-Luce Giguère	418 625-5106
Moulin La Lorraine	Chantal Michaud	418 625-4400
Sanctuaire Notre-Dame d'Étchemin	Denis Bélanger	418 625-3381

## ORGANISMES DE SERVICE

Atelier du Lac	Steven Asselin	418 625-3530
Carrefour jeunesse emploi les Etchemins	Sonia Boutin	418 625-2533
Club de golf coopératif de Lac-Étchemin	Nathalie Chabot	418 625-2711
Club Motoneige des Etchemins	Martin Nicol	418 257-2165
Club nautique de Lac-Étchemin	Patrick Lachance	418 625-4521, (2225)
Conseil de bassin de la Rivière Etchemin (CBE)	Véronique Dumouchel	418 882-0042
Services à domicile des Etchemins -	Mélanie Gagnon	418 625-4500
Coopérative de solidarité		
CPE À la Bonne Garde	Sherley Fortier	418 625-3186
Épicerie Pop	Fabienne Plante	418 625-3836
Fondation Sac-O-Dos	Véronique Nadeau	418 313-4363
Fondation Sanatorium Bégin	Claudine Leblanc	418 625-3101 (42460)
Groupe Alpha des Etchemins	Chantal Leclerc	418 625-2550
Groupe d'entraide L'Éveil	Pierrot Pouliot	418 625-3817
La Maison du Tournant	Megan Carrier	418 625-4700
L'Essentiel des Etchemins (comptoir alimentaire, grenier des trouvailles, cuisines collectives)	Geneviève Turcotte	418 625-4112
Nouvel-Essor	Audrey Mercier	418 383-5252

# LISTE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (SUITE)

## ORGANISMES DE SERVICE (SUITE)

ParentAime - Maison de la famille des Etchemins	Josée Panneton	418 625-2223
Passion FM	Sylvie Lamontagne	418 625-3737
Focus Emploi	Roxanne Rodrigue	418 625-3424
Mont-Original, Coopérative de solidarité	Pierre-Marc Paré	418 625-1551

## ÉVÈNEMENTIELS

Festival d'Élégance	François Charest	418 625-3272
Centre-ville en couleurs	Jude Émond	418 625-4521 (2232)
Tournoi balle molle familial	Jonathan Asselin	418 928-9348
Triathlon Bionick Lac-Etchemin	Marie-Luce Giguère	418 625-5106
Caribou Festif	Philippe Couture	418 625-7101

## PARA-MUNICIPAUX

Bibliothèque municipale l'Élan	Claudia Fortin	418 625-4521 (2100)
Brigade des pompiers volontaires	Frédéric Fortin	418 625-3434
Comité consultatif d'urbanisme	Yannick Dion	418 625-4521
Comité d'embellissement	Sébastien Ouellet	418 625-4521
Comité de suivi de la Politique culturelle	Sébastien Ouellet	418 625-4521
Comité de suivi de la Politique familiale et des aînés	Guyda Deblois	418 625-4521
Office municipal d'habitation des Etchemins	Bianka Lessard	418 625-2666



Crédit photo : Chislaïn Fortin



Lac-Etchemin

Ville et campagne...  
AU NATUREL

