

Activités de loisirs

Automne 2019

Vos informations municipales et communautaires

Municipalité de Pontiac - 2024 route 148, Pontiac, JoX 2Go

(819) 455-2401 www.municipalitepontiac.ca  

Pour faire publier un message communautaire : staubin.lucie@municipalitepontiac.ca

Parents Municipalité de Pontiac (PMP) 0-5 ans

INSCRIPTIONS D'AUTOMNE

Les lundis 9 et 16 septembre de 18h à 19h (argent comptant seulement) à l'École Vallée-des-Voyageurs, immeuble Notre-Dame-de-la-Joie (14 chemin du village, Luskville)

Communiquer avec PMP dès maintenant: pmp.05ans@gmail.com

<https://www.facebook.com/groups/pmp.05ans/>

PROGRAMMES, ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

- **Groupe de jeux du samedi matin (PMP)** - du 21 sept. au 16 nov. de 9h à 10h (pas de cours le 12 oct.) Notre-Dame-de-la-Joie (14 chemin du village, Luskville). 30\$ pour les 8 semaines ou 5\$ à la semaine (inclus: collations et fournitures pour bricolages). Veuillez contacter PMP pour des taux réduits pour des familles avec plus d'un enfant.
- **Club de Lego** - 4e dimanche du mois (29 sept., 27 oct., 24 nov. et 22 déc.) 16h-17h. Centre communautaire de Luskville. 2\$ par fois (Aucune inscription nécessaire)
- **Chorale de Noël (les petits)- PMP** - 3 à 6 ans. De 15h30 à 17h30 les dimanches 3 et 10 nov., et de 16h30-18h le 1er déc.. Centre communautaire de Luskville. Gratuit (inscription par courriel)
- **Atelier Parent-Enfant** : Cartes de Noël avec Katharine Fletcher - Le samedi 30 nov. de 13h30 à 15h. Centre communautaire de Luskville. 10\$ par enfant. Veuillez ajouter 5\$ si le parent accompagnateur veut faire ses propres cartes.
- **Déjeuner avec le Père Noël** - Réservez la date! Le samedi 7 déc., de 9h à midi. Centre communautaire de Luskville. 10\$ par famille; inscription requise avant le 30 novembre (en personne ou par courriel)

Pour plus renseignements, communiquer avec pmp.05ans@gmail.com

Groupe Action Jeunesse www.gajluskville.com ou 819-208-2789 ou page Facebook

INSCRIPTIONS D'AUTOMNE

Les lundis 9 et 16 septembre de 18h à 19h (argent comptant seulement) à l'École Vallée-des-Voyageurs, immeuble Notre-Dame-de-la-Joie (14 chemin du village, Luskville)

Aucun remboursement après les inscriptions, sauf en cas d'annulation de l'activité. Si vous manquez les soirées d'inscription, veuillez-vous inscrire en ligne : www.gajluskville.com à partir de 20h. Les activités seront comblées selon l'ordre d'entrée des inscriptions.

PROGRAMMES, ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

- **Ateliers de pratique au tir à l'arc** : les mardis 22 oct. au 19 nov. Groupe 1 de 18h00 à 18h45 / Groupe 2 de 18h45-19h30. Offerts aux enfants et adultes. (Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte). Avec instructeur qualifié, conseils et supervision pour la sécurité. Maximum de 12 participants/groupe. Notre-Dame-de-la-Joie (14 chemin du village, Luskville). 25\$/personne
- **Ultimate frisbee pour enfants et ultimate frisbee adultes** : les mardis du 10 sept. au 15 oct. (6 sessions) 18h à 19h30 - 2 groupes - Adolescents/Adultes & enfants (6 ans+). Offert aux enfants et adultes. Nous avons des entraîneurs pour enseigner le jeu, aucune expérience requise. Jeux entre adultes en parallèle du jeu entre enfants. Parc récréatif de Luskville. 30\$/personne
- **Association échecs et maths** - les jeudis de 18h à 19h, le 26 sept. et du 10 oct. au 28 nov. Salle communautaire à la caserne de Breckenridge. 55\$ pour 8 semaines.

- **Cercle Jeunesse Pontiac** : Les jeudis 19 sept. au 10 oct. à la bibliothèque de Luskville. Âges: 12-25 ans. Nouveauté cette année : un cercle Jeunesse à Luskville. Le cercle comprend des rencontres avec programmation variée. Première session du 19 sept. au 10 oct. est une série d'ateliers offerts par La Fabrique Mobile de l'Outaouais sur la programmation informatique la modélisation et la fabrication en 2D et 3D pour les 12-17 ans. Gratuit !
- **Yoga jeunesse pour les 6 à 12 ans** : YOGA JEUNESSE Avec Nathalie Beaupré: Les vendredis 13, 20 et 27 sept., les 4 et 25 oct. et le 1^{er} nov. de 18h30 à 19h30. Salle communautaire à la caserne de Breckenridge (1491, route 148). Pour plus d'information veuillez communiquer avec nathaliebeauprefh@gmail.com
- **Soirées d'astronomie** : Le samedi 21 sept., vendredi 27 et samedi 28 sept. de 20h00 à minuit. AstroPontiac organise des soirées d'astronomie au Parc des Chutes de Luskville. Visionner le ciel de la nuit à travers les télescopes des bénévoles. Veuillez consulter le site Internet www.astropontiac.ca pour la confirmation de l'activité lors la journée de l'évènement. Gratuit ! Matériel suggéré à apporter: chaise pliante, lampe de poche, paire de jumelles, des chaussures imperméables/résistantes à l'eau, chasse-moustiques et une veste.
- **Gentle Hatha yoga** : les mardis, 19h à 20h. Maison Luskville (76 Chemin du village). Convient à tous les niveaux et à tous les âges. Les cours commencent par une courte méditation sur la respiration, suivis d'une série de postures, et se terminent par une autre courte méditation et pause de repos. 12\$ chaque cours. Pour plus d'information veuillez communiquer avec Natalie Fraser (frasernatalie@yahoo.ca).
- **Zumba Fitness** : les jeudis, 12 sept. au 14 nov. de 19h à 20h. Notre-Dame-de-la-Joie (14 chemin du village, Luskville). 80\$/personne, gratuit pour les moins de 12 ans. Contact : sylviana.geoffray@gmail.com. Facebook: Zumba with Sylviana.
- **Yoga réparateur** : Les dimanches (en cours) 19h30 à 20h30. Maison Luskville House (76 Chemin du village). 12 \$ par cours. Pour plus d'information et pour vous inscrire par courriel, veuillez communiquer avec Natalie Fraser (frasernatalie@yahoo.ca).
- **Chorale Junior de Noël** : Lundis, dates à déterminer. 18h30 à 19h30. Bibliothèque Luskville (2024, route 148) pour les 6 ans et plus. Gratuit (inscription par courriel avec info@gajluskville.com).
- **Ateliers de L'Art à votre Portée** (www.contactgetart.wixsite.com) :
Salle communautaire à la caserne de Breckenridge.
 - Coffre à trésor - 12 oct., 13h-15h30. Gratuit
 - Encres à l'alcool - 28 sept., 13h-15h30.
 - Création d'un pendentif - 16 nov., 13h-15h30. Gratuit (inscription par courriel).

Pour plus d'informations info@gajluskville.com

Maison de la Famille de Quyon - Nouvelle saison

- **Ateliers de jeux** « Les P'tits Arcs-en-ciel ». Pour enfants de 0-6 ans accompagnés d'un parent/répondant, les mardis de 9h à 12h. Bricolage, cercle de chansons, sorties et beaucoup plus. GRATUIT...
Inscription obligatoire, débutent en septembre.
- **Les Ateliers Créatifs**
Venez confectionner un sac de messenger, des cartes de souhaits, des emballages pour sandwich en cire d'abeille et beaucoup plus ! Pour les 18 ans et +... soirées mensuelles d'octobre à juin.
Coût : 75\$ (matériaux inclus). Inscriptions : du 9 au 19 septembre.
- **Café Rencontres** pour les 18 ans et +. Venez-vous regrouper pour jaser tout en partageant un léger dîner en bonne compagnie, \$2ch. de septembre à mai.
- **Les P'tites Sauterelles** matin de jeux physiques dans notre salle de gymnastique (trampoline, poutre, cerceaux, etc..) tous les premiers jeudis d'octobre à mai (pour les 0-6 ans accompagnés d'un parent) GRATUIT...
Pour info : 819-458-2808.
- **Le Centre de conditionnement physique communautaire de Pontiac**. Ouvert de 8h à 13h et de 16h à 20h du lundi au vendredi. Nouvelle programmation de cours à venir en septembre.
Appelez pour plus d'info : 819-458-1089

Recreational activities

Fall 2019

Your municipal and community information

Municipality of Pontiac - 2024, Highway 148, Pontiac, JoX 2G0

Please send your announcements to: staubin.lucie@municipalitepontiac.ca

Parents Municipalité de Pontiac (PMP) 0-5 ans

FALL REGISTRATION

Monday, September 9th and 16th ... from 6:00 pm to 7:00 pm (cash only) at the Vallée-des-Voyageurs school, Notre-Dame-de-la-Joie establishment (14 chemin du village, Luskville)

Email registrations are now available through our Email: pmp.05ans@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/pmp.05ans/>

PROGRAMS, ACTIVITIES AND EVENTS

- **Saturday morning playgroup –PMP:** Saturdays, Sept.21- Nov.16, 9:00-10:00am (no class Oct.12). Notre-Dame-de-la-Joie (14 chemin du village, Luskville). \$30 for 8 classes or \$5 drop-in (includes snacks & craft supplies). Please contact us for reduced rates for multiple family members.
- **Lego Club –PMP :** 4th Sunday of the month (Sept. 29, Oct. 27, Nov. 24, Dec. 22) 4pm – 5pm. Luskville Community Centre. \$2 drop-in (no registration required)
- **Christmas Choir (Littles) – PMP :** Ages 3-6 years. Sundays 4pm - 5pm on Nov. 3 and 17, and from 4:30pm – 6:30 pm. on Dec.1. Luskville Community Centre. Free (register by email - pmp.05ans@gmail.com)
- **Parent-Child Christmas Card:** Workshop with Katharine Fletcher - Saturday, Nov. 30, 1:30pm - 3:00pm. Luskville Community Centre. 10\$ per child; please add 5\$ if the accompanying parent would like to make his or her own cards.
- **Santa's Breakfast –PMP :** Save the date! Saturday, December 7 from 9am-noon. Luskville Community Centre. \$10 per family. Please register before November 30, in person or by email:

For more info, please contact pmp.05ans@gmail.com

Groupe Action Jeunesse www.gajluskville.com ou 819-208-2789 ou page Facebook

FALL REGISTRATION

Monday, September 9th and 16th from 6:00 pm to 7:00 pm (cash only) at the Vallée-des-Voyageurs school, Notre-Dame-de-la-Joie establishment (14 chemin du village, Luskville)

Please note that there are no refunds following registration, except in case of cancellation of the activity. If you missed these registration dates please register on the website: www.Gajluskville.com as of 8 pm. First come, First Serve

PROGRAMS, ACTIVITIES AND EVENTS

- **Archery Classes :** Tuesdays, Oct. 22 to Nov. 19. Group 1 from 6 pm to 6:45pm/ Group 2 from 6:45pm to 7:30pm. Available to children and adults. (Children must be accompanied by an adult). Taught by a qualified instructor, who will provide safety advice and supervision. maximum 12 participants/group. Notre-Dame-de-la-Joie school gymnasium. \$25/person
- **Ultimate Frisbee :** Tuesdays, Sept. 10 to Oct. 15 (6 sessions) 6pm-7:30pm - 2 groups - Teen/Adult & children (8yrs+). Offered to both children and adults. We have coaches to teach the game, so no experience required. We will have a children's game in parallel with an adult game. \$30/person.
- **Chess Club –PMP:** Thursdays from 6:00-7:00pm, Sept. 26 and Oct. 10 to Nov. 28. Hall at Breckenridge Fire Station (1491, Hwy 148). \$55 for 8 weeks.

- **Pontiac Youth Circle** : Thursdays, Sept. 19 to Oct. 10 at the Luskville Library. Ages: 12-25yrs. All new this year - we have a Youth circle in Luskville! The circle includes free meetings for 12-25 year olds with varied programming. First session is a series of programming workshops offered by La Fabrique Mobile de l'Outaouais on 2D and 3D modelling and making, for teens (12-17 yrs old). Free of charge.
- **Youth Yoga for 6 to 12 years old**: YOGA YOUTH with Nathalie Beaupré: Fridays from 6:30pm to 7:30pm, Sept. 13 – Oct. 4, Oct. 25 and Nov. 1, Hall at Breckenridge Fire Station (1491, Hwy 148). For more information, contact nathaliebeauprefh@gmail.com
- **Astronomy Evenings** : Saturday, Sept. 21: Stories in the sky and Friday, Sept. 27, Saturday, Sept. 28, 8 pm to midnight. Astronomy evenings organized at Luskville Falls Park by AstroPontiac. Watch the night sky through the volunteers telescopes. Please visit www.astropontiac.ca for updates. Free!! Suggested to bring folding chair, flashlight, pair of binoculars, waterproof/waterproof shoes, mosquito repellents and a jacket.
- **Gentle Hatha yoga** : Tuesdays ongoing, 7:00-8:00pm. Maison Luskville House (76 Chemin du village). Suitable for all levels and bodies. The classes begin with a short meditation on breath, then they move into a series of heating and healing postures, and ends with another short meditation, and savasana, or resting pose. For more information and email registration, please contact Natalie Fraser (frasernatalie@yahoo.ca)
- **Zumba Fitness – GAJ** : Thursdays Sept.12 to Nov.14, 7:00-8:00pm. Notre-Dame-de-la-Joie school gymnasium. \$80/person (children under 12 free). For additional information please contact: sylviana.geoffray@gmail.com . Facebook: Zumba with Sylviana.
- **Restorative Yoga** : Sundays ongoing, 7:30-8:30pm. Maison Luskville House (76 Chemin du village). \$12 per class. For more information and email registration, please contact Natalie Fraser (frasernatalie@yahoo.ca)
- **Junior Christmas Choir** : Mondays (start date TBD). 6:30-7:30pm. Luskville Library. For ages 6yrs+. Free of charge (register by email at info@gajluskville.com).
- **GetArt Workshops** (www.contactgetart.wixsite.com)
Hall at the Breckenridge Fire Station (1491, Hwy 148):
 - Treasure box - Oct. 12, 1pm– 3:30pm. Free of charge.
 - Explore Alcohol inks : Sept. 28, 1pm – 3:30pm
 - Free Form Wire Pendant workshop for teens and adults: Nov. 16, 1pm – 3:30pm. Free of charge (registration by email)

For more information info@gajluskville.com

Quyón Family Centre - New season

- **"Little Rainbows"** Playgroups. For children 0-6 years old accompanied by a parent/guardian, on Wednesdays from 9:00 am to 12:00 noon. Crafts, circle time, outings and much more. Free... Registration mandatory, begins in September.
- **Creative Workshops** Come and join us to make your own messenger bag, create holiday cards, wax sandwich wraps and much more!
For 18 years +... Monthly evenings from Oct. to June. Cost: \$75 (material included). Registration: from Sept. 9th to the 19th
- **Meet & Greet** for 18 years +. Come and join us for an afternoon of socializing while sharing a light lunch in good company, 2\$ each from September to May
- **Little Grasshoppers** physical activity morning in our gymnasium (trampoline, balance beam, hoops, etc...). Every 1st Thursday of the month from Oct. to May (for children from 0-6 accompanied by a parent) FREE
For info: 819-458-2808.
- **The Pontiac Community Gym Center**: Open Monday to Friday from 8 to 1pm and 4 to 8pm. New class Schedule coming in September.
For more info call: 819-458-1089