Lac-Etchemin

Publié par le
Service des loisirs, culture et vie communautaire
de la Municipalité de Lac-Etchemin

Programmation
LOISIRS
Automne / Hiver 2025-26

Service des loisirs, culture et vie communautaire p. 2
Activités aquatiques p. 3 et 4
Activités culturelles p. 5 et 6
Les politiques p. 7 et 9
Activités sportives p. 9 à 16
Famille/Aînés p. 17 à 21
Vie communautaire p. 22 à 29
Liste des organismes communautaires p. 30 et 31

lac-etchemin.ca/loisirs-et-culture/programmation-et-inscription-aux-activites

Programmation

LOISIRS

Automne / Hiver 2025-26

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

Nous présentons la programmation des activités de loisirs, culturelles et communautaires pour la session automne 2025 et hiver 2026 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 25 mars 2026. Elle vous permettra de planifier vos activités estivales et de connaître les activités/festivals offerts dans notre municipalité.

LS+ SPORT-PLUS

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

NUMÉROS À RETENIR

Centre de ski du Mont-Orignal	418 625-1551
Moulin La Lorraine	418 625-4400
École des Appalaches	418 228-5541 poste 71450
Hockey mineur des Etchemins	418 625-1441
École Notre-Dame	418 228-5541 poste 71330
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

POUR NOUS REJOINDRE

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

Jude Emond, directeur	jemond@lac-etchemin.ca poste 2232
José Poulin, gérant aréna, animation loisirs et sports	jpoulin@lac-etchemin.ca poste 2229
Claudia Fortin Bibliothèque l'Élan	biblio@lac-etchemin.ca 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**

POUR S'INFORMER ET NE RIEN MANQUER

Site Internet de la municipalité : 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 boite aux lettres.

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

Afficheur électronique
Centre des arts et de la culture

Etchemins EN DIRECT
Portail qui couvre toute la MRC des Etchemins

NATATION ET AQUAFORME

ÉCOLE DES APPALACHES SAINTE-JUSTINE

Pour la session d'automne 2025, l'inscription se fera uniquement en ligne. Vous devez vous rendre sur : ceaenligne.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 : 18 août 2025, 9 h.

Dorénavant les sessions seront de 8 cours.

DATE PRÉVUE DU DÉBUT DES COURS : MARDI LE 23 SEPTEMBRE 2025

HORAIRE DES COURS - SESSION AUTOMNE (8 COURS)

Jours et Date de début	Heures	Niveaux
Mardi (23 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 (24 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 (25 sept.)	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 (27 sept.)	8 h à 8 h 55	Nageur 1 (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 2 (100 $)
	15 h 30 à 16 h 25	Nageur 4 (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

Centre de services scolaire de la Beauce-Etchemin Québec

BAIN LIBRES ET CLUB DE LONGUEURS

*CLUB DE LONGUEURS : 16 ANS ET PLUS SEULEMENT

Automne
Du 7 septembre au 21 décembre 2025

Hiver
Du 4 janvier au 17 juin 2026

Piscine de l'École des Appalaches
135, boulevard Lessard, Sainte-Justine

	Dimanche	Lundi	Mercredi
Bain libre bloc 1	14h à 14h55	18h05 à 18h55	--------
Bain libre bloc 2	15h05 à 16h	--------	--------
Club de longueurs*	--------	19h05 à 20h	17h00 à 17h55

	PRIX PAR BLOC	ABONNEMENT 12 BLOCS
FAMILLE 1 ADULTE 1 ENFANT	8 $	80 $
FAMILLE 2 ADULTES 2 ENFANTS ET +	15 $	150 $
ENFANTS MOINS DE 2 ANS	GRATUIT	-----
3 À 17 ANS	4 $	40 $
Adultes Bain libre et club de longueurs	6 $	60 $

CHOEUR L'ÉCHO DU LAC
RETOUR INCERTAIN

Le comité tient à informer les citoyens que le retour des activités de l'Écho du lac à l'automne demeure incertain, en raison d'un nombre d'inscriptions actuellement insuffisant.

Nous vous tiendrons informés de tout développement.

Nous vous invitons à manifester votre intérêt ou à vous inscrire rapidement si vous souhaitez que les activités reprennent.

? Pour information :
Valérie Dumont, présidente 418 625-3776

Anne Bouchard

cheminement personnel | méditation

AUTOMNE 2025

Méditer, c'est revenir chez soi.
C'est se déposer dans l'instant, habiter son corps, écouter son souffle… et renouer avec ce qu'il y a de plus vivant en soi.

La méditation est une pratique d'attention et de présence. Elle consiste à porter un regard bienveillant sur ce que l'on vit, sans jugement, pour mieux se connaître et mieux vivre.

C'est un entraînement de l'esprit, qui développe la stabilité intérieure, la lucidité et la paix, même dans les situations difficiles.

Méditer, ce n'est pas arrêter de penser, mais apprendre à ne plus se laisser emporter par ses pensées.

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

9 septembre 2025, MARDI 19 h 30 à 21 h

en ligne Zoom

4 rencontres / 100 $

Inscription requise

Les jeudis méditation :
Méditation de groupe | 19 h 30 à 21 h
Les 3e jeudis du mois 21 août | 18 septembre | 23 octobre | 11 décembre 2025
Inscription requise

Mes services d'accompagnement en privée
- 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 15 ans les gens à découvrir cette pratique. Je souhaite offrir une pratique simple qui s'intègre au quotidien

Informations & inscriptions : Anne Bouchard
418 625-8654 @ : info@annebouchardmeditation.com
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

COMITÉ DE SUIVI

Politique culturelle

LAC-ETCHEMIN

- Mise en valeur du microsite culturel www.patrimoine.lac-Etchemin.ca.
- Mise à jour de la Politique culturelle avec la MRC.
- Présentation de Centre-ville en couleurs - Août.
- Création d'un circuit historique sur l'avenue Nadeau
- Collaborer au projet des « Chef-d'oeuvreux » 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

Politique familiale et des aînés
Grandir Ensemble

- Réalisation d'une **VASTE CONSULTATION PUBLIQUE** auprès des 2 clientèles pour le renouvellement de la Politique familiale et des aînés.
- Dévoilement de la nouvelle politique et mise en œuvre du nouveau plan d'action.
- Recruter de nouveaux membres.
- Maintenir l'aide au Salon des familles des Etchemins.

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

Les Cœurs villageois

Les Cœurs villageois

- Création d'un parc au centre-ville.
- Mise en œuvre du plan d'action
- Recrutement de nouveaux membres.

Membres : Guyda Deblois, Élisa 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 2026 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/

La date limite pour le dépôt des projets au Fonds culturel est au **début mai 2026**, auprès de la MRC des 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

DANSE COUNTRY

WINSLOW

COURS JEUDI

LAC ETCHEMIN

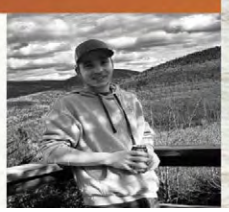
15$

- **18H30** - Débutant
- **19H30** - Novice
- **20H30** - Intermédiaire

Centre des Arts et de la Culture de Lac-Etchemin
1470 Route 277, Lac-Etchemin

DÉBUT DES COURS

18 SEPTEMBRE 2025



JOINS-TOI AU **TROUPEAU**

LA BOXE, BIEN PLUS QU'UN SPORT

La boxe offre une multitude de **bienfaits pour la santé** physique et mentale. Que vous soyez en quête d'une meilleure condition physique, d'un renforcement musculaire, d'un exécutoire au stress, d'un moyen d'améliorer votre coordination, concentration et favoriser les interactions sociales, la boxe a beaucoup à offrir. Joins-toi à la grande famille M-A-A.

167, route 204
Sainte-Justine
418 383-5217

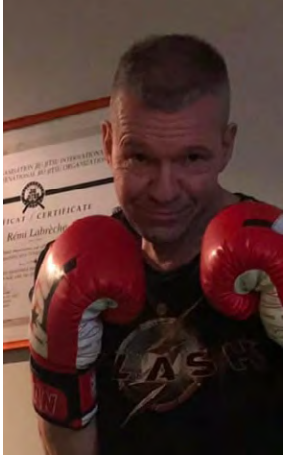
Début saison 2025-2026 : Mardi 19 août
Boxe récréatif et compétition : Inscription en tout temps
Cours de groupe cardio femme / boxe enfant
(début semaine 15 septembre 10 cours)

Inscription du 8 septembre au 11 septembre
Au club de boxe de 17 h 30 à 19 h

418 383-5217 /418 625-7122

*Horaire de jour et soir sur la page FB Club de boxe MAA

Photo : Page Facebook Club de Boxe MAA



KICKBOXING LAC-ETCHEMIN

La boxe offre une multitude de **bienfaits pour la santé** physique et mentale.

Centre des arts et de la culture à Lac-Etchemin

du 26 août au 9 décembre 2025* (sauf 11 novembre)

SENIOR 16 ans et plus (+adultes) mixtes
DUO PARENTS-ENFANTS 8 à 15 ans mixtes
Les MARDIS de 18 h 45 à 20 h
(durée 1 h 15)
Tarifs 195 $ taxes incluses pour une session de 15 semaines de cours.

Paiement par virement Interac.
Dépôt de 40 $ pour réserver votre place.
Balance de paiement payable au premier cours. Un reçu détaillé et officiel en format PDF est envoyé par la suite. Nous payons les taxes si applicables.

facebook.com/ARL628
Courriel : remi_labreche@yahoo.ca
Tél./texto : 514.963.4911

Pour toute question ou achat d'équipement, vous pouvez communiquer avec le professeur.

Les horaires, tarifs, spéciaux, promotions et le nombre d'élèves peuvent être sujets à changements sans préavis.

Inscriptions dès maintenant ! Faites vite. Places limitées.

GROUPE

Vous êtes invités à faire partie du groupe pour les élèves et personnes intéressées aux arts martiaux et sports de combat à l'Académie Rémi Labrèche :

facebook.com/groups/1148861249339839/

Sensei Rémi Labrèche est un professeur très expérimenté avec 40 ans d'expérience en divers arts martiaux et sports de combat. Il fut combattant aux Championnats Canadiens de Kickboxing de 2001 et ancien élève en Boxe anglaise de Michel Gouin (entraîneur de renom au jadis célèbre Club de Boxe Champion à Montréal).

Sensei Rémi offre un cours très motivant et énergique qui enseigne les techniques et stratégies de la Boxe, du Kickboxing ainsi que du Muay Thai. Ce cours pour tous les niveaux se pratique en espadrilles avec gants de boxe par contacts contrôlés. Pour les adultes, il y a également possibilité de faire occasionnellement des combats (sparring) sportifs légers, graduels, respectueux et avec équipements de protection.

IMPORTANT
*Le cours se déroule en français et les élèves doivent pouvoir être en mesure de suivre attentivement les procédures et d'exécuter les techniques sans limitations notables question santé physique. La violence gratuite n'a pas sa place dans ce cours. Le respect est primordial pour en faire partie. L'élève doit avoir ses propres gants de boxe en bon état entre 10 et 14 onze junior et entre 12 et 16 onze senior, selon son poids.

COURS DE FITNESS/ CARDIO

212, 2e Avenue à Lac-Etchemin
(centre-ville)

Du 9 septembre au 18 décembre 2025
- Mardi de 16 h 30 à 17 h 30

15 mardis = 120 $

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

COURS DE YOGA

212, 2e Avenue, Lac-Etchemin
(centre-ville)

Du 9 septembre au 18 décembre 2025
- 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 9 septembre
à l'aréna de Lac-Etchemin
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.

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 7 octobre 2025
- 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

COURS DE SKI ET DE PLANCHE

Photo : Artagraph par Stéphanie Cloutier

Ici, apprendre à skier ou à surfer, c'est bien plus qu'un cours : c'est un vrai bon moment en plein air, à ton rythme, entouré de gens vrais qui embarquent avec toi, peu importe ton point de départ.

Nos moniteurs certifiés sont là pour t'accueillir, t'encourager et célébrer chaque progrès, un virage à la fois, dans la simplicité et la bonne humeur.

Petits ou grands, ski ou planche, on a le groupe fait pour toi.

- **Enfants (4 ans +)**
  8 semaines de plaisir, samedi ou dimanche
- **Groupe freestyle (7 ans +)**
  Pour les jeunes qui skient déjà en parallèle
- **Option initiation freestyle**
  2 sessions pour essayer le freestyle (ski)
- **Club freestyle (7 ans +)**
  8 semaines, 9 h à 14 h, pour les passionnés
- **Adultes (4 + 1 semaines)**
  4 semaines en gang + 1 h de privé quand tu veux

Début des cours : 10-11 janvier
Leçons privées aussi disponibles.

418 625-1551 #2225
ecole@montorignal.com
www.montorignal.com
158, rang du Mont-Orignal, Lac-Etchemin

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.

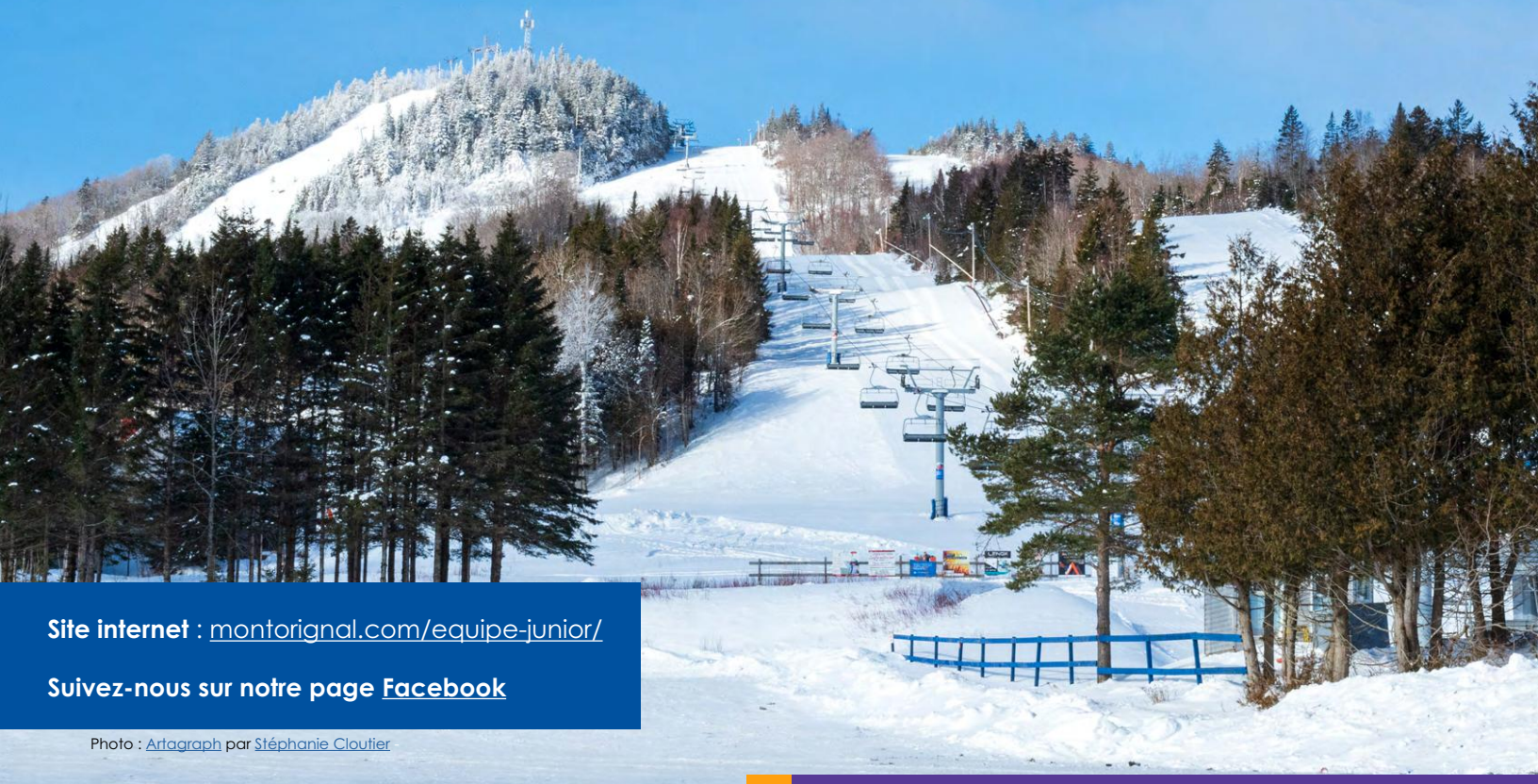
Mont-Orignal, coopérative de solidarité.

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 adhésion à l'EJSMO.

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

Intéressés? Contactez-nous! ejsmo2017@gmail.com



Site internet : montorignal.com/equipe-junior/

Suivez-nous sur notre page Facebook

Photo : Artagraph par Stéphanie Cloutier

ACTIVITÉS LIBRES

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 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 précédent les vacances des fêtes, nous prendrons les réservations par téléphone seulement, **le 3e 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 3e lundi du mois de décembre à compter de 8 h 30**.

Les frais de location sont de 30 $ / heure, peu importe la nature de l'événement. Le locataire doit détenir une assurance responsabilité d'un million et doit en fournir la preuve lors de la réservation.

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 17500.

Aréna municipal

Patinage libre
Hockey libre
Bâton rondelle

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 calendrier des évènements 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.

Carte familiale

Hockey libre	60 $
Patinage libre	60 $
Hockey et patinage libre (ensemble)	90 $

(Taxes incluses)

Activités	Adultes (17 ans et plus)	Enfants (16 ans et moins)
Patinage libre à la fois	3 $	2 $
Patinage libre billet de saison	40 $	15 $
Hockey libre à la pièce	5 $	2 $
Hockey libre billet de saison	40 $	22 $

Il est possible de vous procurez votre carte sur notre site Internet via le logiciel Sport-Plus ou directement à l'aréna auprès d'un préposé.

Voici le programme d'activités prévues à l'automne 2025. 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 2025

BINGO RÉCRÉATIF

Tous les vendredis à 13 h 30
à compter du 26 septembre 2025
Belvédère du Lac au
301, rue du Sanatorium (entrée côté lac)
Pour tous
Coût minimum 5 $

BILLARD

Salle communautaire Belvédère du Lac
Tous
Début le 13 octobre 2025
Gratuit
Roger Ferland, responsable

JOURNÉE DANSANTE

Tous les 1er dimanches du mois à 13 h 30
à compter du 3 août 2025
Belvédère du Lac au
301, rue du Sanatorium (entrée côté lac)
10 $ payable à l'entrée

TOURNOI DE CARTES (PIQUE)

Tous les 2e et 4e dimanches du mois
à compter du 12 octobre 2025
Belvédère du Lac au
301, rue du Sanatorium (entrée côté lac)
2 $ payable à l'entrée

Activités spéciales

- 28 septembre à 12 h :
  Gala d'amateurs à la salle communautaire
  du Belvédère du Lac

- 17 octobre :
  Voyage en autobus au salon FADOQ à Québec
  (Coût à déterminer)
  Responsable : Jacinthe Tanguay

- 14 décembre :
  Brunch de Noël
  à la salle communautaire du Belvédère du Lac

Pour le billard et les joueurs de cartes, informez-vous auprès de Mme Odette Langlois au 418 625-2731 afin de connaitre les disponibilités.

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

Nous vous suggérons fortement de devenir membre du club des Ainés afin de pouvoir profiter de meilleurs tarifs.

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 AUTOMNE 2025

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

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

Aucune inscription obligatoire

VIACTIVE / Animé par Colombe Grégoire (Debout, assis, au sol)	**Lundi 22 septembre de 13 h 15 à 14 h 30.** CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE
ÉTIREMENTS ET POSTURE / Animé par Colombe G (Debout, assis, au sol)	**Lundi 22 septembre de 14 h 45 à 16 h.** CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE
VIACTIVE / Animé par Johanne Nadeau (Debout, assis)	**Mardi 16 septembre de 9 h 30 à 10 h 15.** BELVÉDÈRE DU LAC. SALLE DE L'ÂGE D'OR
STRETCHING / Animé par Sylvie Savoie (Debout, assis, au sol)	**Mercredi 8 octobre de 9 h 30 à 10 h 15.** CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE
DANSE EXERCICE / Animé par Sylvie Savoie (Debout seulement)	**Mercredi 8 octobre de 9 h 30 à 10 h 15.** CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE
VIACTIVE MIX ENERGIE / Animé par Sylvie & Francine (Debout, assis, au sol)	**Vendredi 19 septembre de 9 h 15 à 11 h 30.** CENTRE DES ARTS ET DE LA CULTURE

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

Nouvel Essor

VINIYOGA Automne 2025

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

PROGRAMMATION SPÉCIALE POUR LES 50 ANS ET +

ANIMÉ PAR COLOMBE GRÉGOIRE
PROFESSEURE ACCRÉDITÉE

LES MERCREDIS, DU 8 AU 29 OCTOBRE
14 H À 15 H 30
45 $ POUR 4 COURS

LES MERCREDIS, DU 19 NOV. AU 10 DÉC.
14 H À 15 H 30
45 $ POUR 4 COURS

MATÉRIEL NÉCESSAIRE :
Eau, tapis, 2 serviettes de plage, vêtements souples et bas antidérapants.

* DEBOUT, ASSIS, AU SOL ET APPUI AU MUR *

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
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

Nouvel Essor

BESOIN DE SOCIALISER ET DE BOUGER?

VIACTIVE
PROGRAMME D'ACTIVITÉS PHYSIQUES POUR LES 50 ANS ET +

Viens prendre l'air, défi des 28 jours!

1er au 28 octobre

C'EST QUOI ?

- Se donner comme défi de marcher tous les jours, ou presque, un minimum de 15 minutes.
- Si le coeur vous en dit, participer aux marches de groupe 1x/semaine.
- Penser à faire de l'eau votre boisson de choix pour vous hydrater.
- Un prétexte pour être en contact avec la nature.
- Relever le défi = bénéfices pour la santé !

FACILE D'Y PARTICIPER !

- Procurez-vous la carte défi 28 jours sur le site Internet de Nouvel Essor ou à nos locaux.
- Participez aux marches de groupe.
- Retournez votre formulaire à Nouvel Essor avant le 7 novembre pour participer au concours.

HORAIRE DES MARCHES DE GROUPE

- **Mercredi 1 octobre 13 h:** Piste cyclable à Saint-Zacharie (2e Avenue). 6 Km
- **Mercredi 8 octobre 13 h :** Sentier de la tour à Gervais à Sainte-Sabine (Se stationner à l'église). 4.5 Km
- **Mercredi 15 octobre 13h :** Sentier Probiski à Saint-Prosper (2925, 15e Avenue). 8 Km
- **Jeudi 23 octobre 13 h** : Parcours du Morne à Groux, Rang Ste-Sabine à Saint-Luc. 6.4 km
- **Mercredi 29 octobre 13h :** Sentier du lac Caribou à Lac-Etchemin (167, 5e Rang) 8 Km

NOUS JOINDRE

Nouvel Essor

191, rue Langevin
Sainte-Justine QC G0R 1Y0
418 383-5252 poste 2
m.carrier@nouvelessor.org
https://nouvelessor.org/viactive/

Saute à pieds joints sur cette belle occasion!
À vos marches, prêt, santé!

Parentaime
Maison de la Famille des Etchemins

Lac-Etchemin: 319, rue du Sanatorium
Saint-Prosper: 1865-B, 20 ième Avenue
418 625-2223
parentaime@parentaime.ca
www.parentaime.com

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.

Site WEB

FACEBOOK

NOS ATELIERS

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

Maison de jeunes

L'Olivier des Etchemins

Pour les jeunes de 12 à 17 ans

La MDJ c'est:

- L'endroit idéal pour venir passer du bon temps avec tes ami(e)s
- 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

Contenants consignés:

Surveillez nos réseaux sociaux afin d'être au courant de nos collectes de contenants consignés.
En tout temps, vous pouvez aller porter vos contenants consignés à notre point de dépôt situé à la Maison de jeunes au *242, 2e Avenue*.
Merci infiniment pour votre générosité!

Heures d'ouverture

Jeudi : 18 h à 21 h
Vendredi : 18 h 30 à 23 h
Samedi : 18 h 30 à 23 h

Bureau

Nous sommes présents à l'École des Appalaches du lundi au jeudi de 8 h à 16 h. Passez nous voir à notre bureau situé à côté de la piscine.

Pour nous suivre sur nos réseaux sociaux:

Maison de jeunes l'Olivier des Etchemins

mdj_olivier

mdj_olivier

Notre site Web:

www.mdjolivieretchemins.com

INSCRIPTIONS

Corps de cadets 2765 de Lac-Etchemin
Dans la communauté depuis 1964

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

VOUS POUVEZ JOINDRE EN TOUT TEMPS EN VENANT NOUS VOIR LE VENDREDI SOIR À L'ÉCOLE NOTRE-DAME DE LAC-ETCHEMIN DÈS 19 H À PARTIR DU 5 SEPT. 2025.

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? Alors nous avons la solution pour lui .

Le Corps de cadets 2765 de Lac-Etchemin lui permettera de s'épanouir, tout en lui apportant une bonne préparation pour sa vie adulte. Les activitées offertes par le programme sont extrêmement variées et sécuritaires. 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

facebook.com/CC2765
cc2765_lacetchemin
(418) 625-1304
2765armee@cadets.gc.ca

CADETS CANADA

LES ATELIERS CRÉATIFS

Viens découvrir 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 t'amusant accompagné de votre formatrice, l'artiste Valérie Marquis Dion.

Cours de groupe ou privés
activités de
team-building
évènements et fêtes

POUR TOUS LES DÉTAILS VISITE MON SITE WEB

www.lecreatifartistepeintre.com

ASSOCIATION ÉCOLOGIQUE DES ETCHEMINS

L'Association écologique des Etchemins (AEE) est en période de recrutement pour assurer la pérennité des 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 en juillet 2024. 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.

Finalement, 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 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

BIENVENUEÀ LA BIBLIOTHÈQUE L'ÉLAN

208, 2e Avenue , Lac-Etchemin

Lundi	18 h 30 à 20 h 30
Mardi	13 h à 16 h
Mercredi	13 h à 16 h
	18 h 30 à 20 h 30
Jeudi	18 h 30 à 20 h 30
Samedi	9 h à 12 h

Nous sommes là pour vous servir.
Grands et petits, nous avons un vaste choix de documents, revues, romans et bandes dessinées. Des suggestions d'achats peuvent nous être soumises afin d'enrichir davantage notre répertoire.

Grâce à notre affiliation au Réseau Biblio, nous avons accès à divers documents que nous ne possédons pas dans notre répertoire.

Surveillez les mises à jour sur la page Facebook de la bibliothèque
(Bibliothèque l'Élan Lac-Etchemin)

Vous y trouverez des messages importants, nouveautés, concours et thématiques concernant la bibliothèque.

Vous pouvez également nous écrire par Messenger pour faire un renouvellement, une réservation ou pour toutes autres questions.

Concours Rendez-vous à la BIBLIO
Le concours Rendez-vous à la BIBLIO se tient du mois d'octobre au mois de novembre 2025 (date à venir). Il est organisé par le Réseau BIBLIO de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches (CNCA) en collaboration avec ses bibliothèques membres.
Les personnes qui visitent leur bibliothèque pour un emprunt de document recevront un coupon de participation par visite.
Les personnes qui s'abonnent sur place recevront un coupon de participation supplémentaire.
Les abonnements en ligne ne sont pas admissibles.

Le Réseau BIBLIO CNCA offre des chèques-cadeaux échangeables dans une librairie agréée au choix des gagnants.
Le tirage des prix aura lieu en décembre 2025 au centre administratif du Réseau BIBLIO CNCA.

Les gagnants seront avisés par téléphone et par courriel dans les 5 jours ouvrables suivant le tirage au sort. La remise des prix sera faite selon les modalités établies par le Réseau BIBLIO CNCA.

SAVIEZ-VOUS

Vente de livres
La vente de livres annuelle débute en octobre pour une durée indéterminée.

Échange de biens culturels
Tous les 4 mois, plus de 1 000 documents culturels sont échangés avec le Réseau (novembre, mars et juin).

CLUB INTERGÉNÉRATIONS

OTJ SAINTE-GERMAINE-STATION

Déjeuner mensuel :

7 septembre 2025
5 octobre 202e5
2 novembre 2025
7 décembre 2025
4 janvier 2026
1 février 2026
1 mars 2026
5 avril 2026
10 mai 2025 exceptionnellement
7 juin 2026

Aussi :

Billard à partir du	19 septembre 2025
Parcours rallye mystère Halloween	25 octobre 2025
Tournoi de billard (24 équipes)	15 novembre 2025
Tournoi final de ligue billard	25 avril 2026
Marché aux puces (aréna Lac Etchemin)	2 et 3 mai 2026

Ligue de billard à tous les vendredis du 19 septembre au 12 décembre 2025 inclusivement et du 9 janvier au 8 mai 2026.

$ 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 $

LE GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE

LA GRANDE MARCHE 7E ÉDITION

LE SAMEDI 18 OCTOBRE 2025

L'activité populaire de la Grande Marche Pierre Lavoie à Lac-Etchemin aura lieu le **samedi 18 octobre 2025**. Départ à l'Éco-Parc des Etchemins pour 10 h. Trois distances seront proposées : 1 km, 5 km et 8 km.

Nous souhaitons apporter quelques changements lors de la prochaine édition de la grande Marche Pierre Lavoie, entre autre ajouter de l'animation le long des parcours. Nous vous invitons à vous joindre à nous afin de partager vos idées de nouveautés. La marche se tiendra en octobre 2025 et seulement 2 à 3 rencontres sont nécessaires avant l'évènement et une rencontre supplémentaire par la suite pour conclure l'événement. Présentement 3 personnes travaillent à l'organisation de cette activité, soit, Mme Marjorie Carrier de Nouvel Essor, M. Yannick Provost du corps de cadets 2765 de Lac-Etchemin et le responsable de l'animation loisirs et sports de la municipalité, M. José Poulin.

On vous invite à communiqué avec M. Poulin au 418 625-4521, poste 2229
ou par courriel à jpoulin@lac-etchemin.ca

EXPOSITIONS

Féminitude qui se meut
Lyne Fontaine
6 septembre au 7 décembre

Geschichte sur la distance et ce qui est proche
Robie Schuler
6 septembre au 30 novembre

La vie est un jeu
Christine Grenier
6 septembre au 7 décembre

MOULIN LA LORRAINE

Pour la saison automne-hiver 2025, le Centre d'arts Moulin La Lorraine vous propose de découvrir ses différentes expositions et activités où l'art, la culture, le patrimoine seront mis à l'honneur.

Moulin La Lorraine
1286, route 277, Lac-Etchemin
(418) 625-4400

Visitez notre site web pour plus d'informations : www.moulinlalorraine.ca

6 septembre au 7 décembre : samedi et dimanche de 12 h à 16 h

ÉVÉNEMENTS

- **21 septembre | 13 h à 16 h** *Gratuit
  Dialogue musical sur l'exposition Féminitude qui se meut avec Lyne Fontaine et Jean-Pierre-Desrochers

- **5 octobre | 13 h à 16 h** *Gratuit
  À carnets ouverts sur l'exposition Féminitude qui se meut avec l'artiste Lyne Fontaine

- **19 octobre | 11 h à 16 h**
  Fête de la farine
  Admission :
  adulte 12 $,
  17 ans et moins et Ami du Moulin gratuit

- **7 décembre à 13 h**
  Noël au Moulin avec le quatuor a capella YULE
  *Places limitées, réservations recommandées
  Admission : adulte 18 $
  Ami du Moulin 8 $

JOURNÉES DE LA CULTURE 27 ET 28 SEPTEMBRE *GRATUIT

27 septembre – Robie Schuler
13 h 30 | Lecture de Geschichte sur la distance et ce qui est proche

14 h 30 | Atelier de création et d'écriture explorant les possibles de l'épistolaire

28 septembre – Lyne Fontaine
13 h à 16 h | Visite de l'exposition Féminitude qui se meut en présence de l'artiste

Crédit photo : Ghislain Fortin

25E ÉDITION

NOËL DES ARTISANS DE LAC-ETCHEMIN

Chers artisans, chers visiteurs,

Le Cercle de Fermières Lac-Etchemin, en collaboration avec la Municipalité, vous invite à la 25e 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 15 novembre de 10 h à 17 h
Dimanche 16 novembre de 10 h à 16 h

Gratuit pour tous les visiteurs

Ateliers créatifs pour les enfants
Visite du Père Noël
Restauration sur place
Tirages
Entrée gratuite

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

Diane Lagacé
Communications
Cercle de Fermières Lac-Etchemin
fermieresetchemin@outlook.com

Jude Émond
Directeur des loisirs,
culture et vie communautaire

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

ORGANISMES ASSOCIÉS

Club de patinage artistique - Les Patineurs Volants	Line Pouliot	418 625-2761
Conseil d'établissement - École Notre-Dame	Mélanie Breton	418 228-5541 (71330)
Corps de cadets 2765 Lac-Etchemin	Yannick Provost	514 434-5822
Éco-Parc des Etchemins	François Charest	418 625-3272
Équipe junior de ski du Mont-Orignal	Martin Goulet	418 625-1551
Hockey mineur des Etchemins	Claudia Rodrigue	418 225-6472
Maison de Jeunes Le Chabotté	Alexis Boudreault	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		418 625-4521
Association de protection du lac Etchemin	Richard Bertrand	418 952-2205
Centre de l'amitié	Jeannette Tanguay	418 625-3761
Cercle des Fermières Lac-Etchemin	Lise Tremblay	581-307-5030
Chevaliers de Colomb Lac-Etchemin	Nelson Jacques	418 625-6232
Chorale L'Écho du Lac	Valérie Dumont	418 625-3776
Club des Aînés de Lac-Etchemin	Martial Poulin	418 625-3360
Club des générations - OTJ de la Station	Alain Audet	418 625-5333
Comité de tennis	Édith Bilodeau	418 625-5349
Moulin La Lorraine	Andréane Tremblay	418 625-4400
Sanctuaire Notre-Dame d'Etchemin	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-Etchemin	Nathalie Chabot	418 625-2711
Club Motoneige des Etchemins	Martin Nicol	418 257-2165
Club nautique de Lac-Etchemin	Patrick Lachance	418 625-4521 (2225)
Conseil de bassin de la Rivière Etchemin (CBE)	Mathieu Provost	418 882-0042
Services à domicile des Etchemins - Coopérative de solidarité	Mélanie Gagnon	418 625-4500
CPE À la Bonne Garde	Sherley Fortier	418 625-3186
Épicerie Pop	Linda Couture	418 625-3836
Fondation Sac-O-Dos	Priscilla Côté Lavoie	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

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (SUITE)

ORGANISMES DE SERVICE (SUITE)

Nouvel-Essor	Audrey Mercier	418 383-5252
ParentAime - Maison de la famille des Etchemins	Josée Panneton	418 625-2223
Passion FM	Sylvie Lamontagne	418 625-3737
Mont-Orignal, 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 : Ghislain Fortin

Lac-Etchemin

Ville et campagne...
AU NATUREL