

Le **C**ontact

de chez nous

JOURNAL TRIMESTRIEL D'INFORMATION MUNICIPALE DE SAINTE-SOPHIE / VOLUME 6, NO 3 - ÉDITION SEPTEMBRE 2019



Pour la rentrée scolaire, on redouble de vigilance
sur les routes et aux abords des écoles.



Sainte-Sophie **MUNICIPALITÉ DE SAINTE-SOPHIE**

SALLE DE RÉCEPTION DU

LAC-BRIÈRE

Ste-Sophie



À partir de
39,99\$

**MARIAGE - ANNIVERSAIRE
ÉVÉNEMENTS CORPORATIFS
RÉCEPTION DE TOUT GENRE**

450 821-9490

641, rue des Cèdres, Sainte-Sophie (Québec) J5J 2T7

■ CONSEIL MUNICIPAL.....	5
■ ÉDITORIAL.....	6
■ ACTUALITÉ.....	10
■ INFORMATIONS MUNICIPALES.....	15
■ LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE.....	19
■ TRAVAUX PUBLICS.....	47
■ URBANISME.....	50
■ SÉCURITÉ INCENDIE.....	51
■ PARTENAIRES.....	55
■ CALENDRIER DES COLLECTES SÉLECTIVES.....	61

Le bulletin trimestriel est imprimé à 7 400 exemplaires, distribué à chaque porte sur le territoire et publié sur le site Web de la municipalité. La Municipalité se réserve le droit d'adapter les textes et la publicité pour les besoins de la publication. Les textes de collaborateurs n'engagent pas la responsabilité de la Municipalité de Sainte-Sophie.

MUNICIPALITÉ DE SAINTE-SOPHIE

2199, boul. Sainte-Sophie, Sainte-Sophie (Québec) J5J 1A1
Téléphone : 450 438-7784 | Sans frais : 1 877 438-7784

Suivez-nous
stesophie.ca



Conception et réalisation : Service des communications Éditions Média Plus communication
Impression : Imprimerie BEL inc.
Dépôt légal : Bibliothèque Nationale du Québec
ISSN 2292-7212 | ISSN 2292-7220 (Internet)



COORDONNÉES

HEURES D'OUVERTURE ADMINISTRATION

Lundi au jeudi : 8 h 30 à 12 h • 13 h à 16 h
Vendredi : 8 h 30 à 12 h

HEURES D'OUVERTURE URBANISME

Lundi au jeudi : 8 h à 12 h • 13 h à 17 h
Vendredi : 8 h à 12 h

CONSEIL MUNICIPAL

Louise Gallant	Mairesse	Résidence : 450 431-7168 / lgallant@stesophie.ca
Sophie Astri	Conseillère, district 1	Résidence : 450 432-2778 / sastri@stesophie.ca
Claude Lamontagne	Conseiller, district 2	Résidence : 450 530-9874 / clamontagne@stesophie.ca
Linda Lalonde	Conseillère, district 3	Résidence : 450 432-9487 / llalonde@stesophie.ca
Éric Jutras	Conseiller, district 4	Résidence : 514 886-6525 / ejutras@stesophie.ca
Guy Lamothe	Conseiller, district 5	Résidence : 450 432-6578 / glamothe@stesophie.ca
Normand Aubin	Conseiller, district 6	Résidence : 450 438-3196 / naubin@stesophie.ca

ADMINISTRATION

Mathieu Ledoux	Directeur général	450 438-7784, poste 5202 / mledoux@stesophie.ca
Sandra Lévis	Adjointe adm. et directrice des communications	450 438-7784, poste 5217 / slevis@stesophie.ca
France Charlebois	Directrice du greffe et secrétaire-trésorière adjointe	450 438-7784, poste 5212 / fcharlebois@stesophie.ca

FINANCES

Sophie Plouffe	Directrice générale adjointe et secrétaire-trésorière adj.	450 438-7784, poste 5208 / splouffe@stesophie.ca
Josée Paquette et Karine Caron	Réceptionniste	450 438-7784, poste 5225 / evaluation@stesophie.ca

URBANISME

Alexandre Larouche	Directeur	450 438-7784, poste 5206 / alarouche@stesophie.ca
Brigitte Leroux	Directrice adjointe	450 438-7784, poste 5203 / bleroux@stesophie.ca
Martine Major	Secrétaire	450 438-7784, poste 5201 / mmajor@stesophie.ca

TRAVAUX PUBLICS

François Deneault	Directeur	450 438-7784, poste 5272 / fdeneault@stesophie.ca
Martin Pagé	Contremaître	450 438-7784, poste 5270 / mpage@stesophie.ca
Suzie Coutu	Secrétaire	450 438-7784, poste 5249 / scoutu@stesophie.ca
Marielle Bélanger	Secrétaire	450 438-7784, poste 5241 / tp@stesophie.ca

LOISIRS

Martin Paquette	Directeur	450 438-7784, poste 5237 / mpaquette@stesophie.ca
Johanna Fontaine	Coordonnatrice	450 438-7784, poste 5229 / jfontaine@stesophie.ca
Céline Le Bire	Secrétaire	450 438-7784, poste 5221 / loisirs@stesophie.ca
Marielle Lafrance	Bibliotechnicienne	450 438-7784, poste 5231 / biblio@stesophie.ca

SÉCURITÉ INCENDIE

Ghislain Grenier	Directeur	450 438-7784, poste 5250 / ggrenier@stesophie.ca
Pascal Grenier	Directeur adjoint	450 438-7784, poste 5260 / pgrenier@stesophie.ca
Lise Bouvier	Secrétaire	450 438-7784, poste 5211 / incendie@stesophie.ca

TÉLÉCOPIEUR

Administration : 450 438-1080
Urbanisme : 450 438-0858

Loisirs : 450 438-8181
Travaux publics : 450 438-9606



De gauche à droite :

Guy Lamothe, Normand Aubin, Éric Jutras, Claude Lamontagne, Linda Lalonde, Louise Gallant, mairesse, Sophie Astri.

Districts électoraux : stesophie.ca

La mairesse siège à tous les comités municipaux.

SOPHIE ASTRI, district n° 1

- Loisirs et culture;
- Mesures d'urgence;
- Transport adapté et collectif MRC Rivière-du-Nord (TAC);
- Office municipal d'habitation.

CLAUDE LAMONTAGNE, district n° 2

- Comité de vigilance;
- Convention collective SCFP;
- Développement économique;
- Finances;
- Mesures d'urgence;
- Travaux publics.

LINDA LALONDE, district n° 3

- Finances;
- Mesures d'urgence;
- Régie intermunicipale du parc régional de la Rivière-du-Nord;
- Transport adapté et collectif MRC Rivière-du-Nord (TAC).

ÉRIC JUTRAS, district n° 4

- Développement économique;
- Loisirs et culture;
- Mesures d'urgence.

GUY LAMOTHE, district n° 5

- Convention collective Syndicat des pompiers et pompières du Québec;
- Mesures d'urgence;
- Sécurité publique / Incendie;
- Urbanisme.

NORMAND AUBIN, district n° 6

- Comité de vigilance;
- Conventions collectives / SCFP et Syndicat des pompiers et pompières du Québec;
- Mesures d'urgence;
- Office municipal d'habitation;
- Régie intermunicipale de l'aréna régional de la Rivière-du-Nord;
- Sécurité publique / Incendie;
- Travaux publics;
- Urbanisme.

Sophiennes, Sophiens,

Au printemps dernier, nous avons publié, sur le site Web de la municipalité ainsi que dans l'édition de juin du journal, un sondage sur le développement de la communauté. Nous invitons les citoyens à nous faire part de leur opinion en répondant à quelques questions. Vous avez été plus d'une centaine à nous avoir transmis vos suggestions. Je profiterai donc de cette tribune pour vous partager l'opinion publique. Je vous parlerai des principaux sujets qui en sont ressortis.

La Municipalité travaille en étroite collaboration pour assouplir ou modifier, au besoin, certains règlements de zonage pour délivrer les permis de manière conforme aux critères établis par le schéma d'aménagement et en respectant la vision de développement de la municipalité.

D'entrée de jeu, nous questionnions les citoyens à savoir quelle serait la principale mesure qui pourrait améliorer la qualité de vie. Le développement commercial fut la suggestion première. Vous savez, nous travaillons depuis plusieurs années pour favoriser la venue de divers commerces de proximité, restaurants et bannières. Le choix d'un emplacement pour ces investisseurs et ces promoteurs est complexe : plusieurs études, dont celle de marché, sont effectuées. L'achat local est une partie de l'équation. Plus l'économie est bonne, plus le développement est attrayant. Il est important de savoir que lorsque le service d'urbanisme reçoit une demande de permis commercial par des promoteurs ou des investisseurs, ce sont eux qui approchent les bannières. La Municipalité travaille en étroite collaboration pour assouplir ou modifier, au besoin, certains règlements de zonage pour délivrer les permis de manière conforme. Par la suite, les promoteurs s'associent ou louent selon différents critères. Continuer à encourager les entreprises d'ici est sans doute la clé du développement local.

Deuxièmement, nous voulions connaître trois priorités desquelles la Municipalité devrait s'occuper. Vous avez été nombreux à suggérer l'entretien des routes, le déneigement et la poursuite de la piste cyclable. Été comme hiver, du déneigement à la réparation des trous, nous sommes toujours les esclaves des conditions météorologiques. 2018-2019 furent des années complexes. L'hiver a débuté très tôt, et nous avons été largement choyés par les dizaines de tempêtes. Les déneigeurs ont travaillé d'arrache-pied sans compter les heures.

Pas facile dans le confort de votre demeure, imaginez dans un camion de déneigement! Au printemps, nous avons réparé tout près de 50 nids-de-poule sans compter les fissures, etc. Les intempéries font bien des ravages sur nos routes. L'an dernier, nous avons investi 722 815 \$ en asphalte divers. L'investissement est important, et nous devons le maintenir pour assurer le maintien des infrastructures. De plus, je tiens à vous spécifier que les problématiques rencontrées sur la route 158 sont de juridiction provinciale. La Municipalité ne peut pas effectuer de réparation sur cette artère, c'est au MTQ à veiller au bon état de la chaussée.

En lien avec la troisième question sur l'accroissement de l'économie locale, l'organisation de nouveaux événements à grand déploiement, de nouvelles activités communautaires et culturelles fut soulevée. Les citoyens sont ouverts à des nouveautés. Nous travaillerons de pair avec le service des loisirs pour proposer des projets tout en respectant notre capacité de payer, sans négliger les possibilités des retombées économiques pour nos commerçants. La venue de nouveaux événements verra probablement le jour dans les prochaines années. Sainte-Sophie est en constante évolution, il faut cependant prendre le temps de faire les choses correctement.

Les citoyens nous ont partagé qu'un des éléments essentiels au futur de la municipalité serait en priorité la prolongation de la piste cyclable. Il est indéniable d'associer cette recommandation à la santé, au bien-être corporel et psychologique. De plus en plus de gens font de l'exercice physique et en retirent énormément de bienfaits. La piste cyclable en forêt demeure pour le moment un projet. Nous devons déboursier près de 300 000 \$ pour chaque 2 km. Les investissements sont considérables et doivent être planifiés à long terme. Nous avons, en marge de cette demande, créé un sentier multiservice au cœur du village pour tout d'abord assurer une sécurité piétonnière. Vous pouvez aussi y circuler en vélo et en patins. Un autre sentier verra le jour ultérieurement sur la rue Godard, reliant la montée Morel au chemin de Val-des-Lacs : un espace de circulation sécuritaire, adapté aux familles d'aujourd'hui. Les choix judicieux sont importants. Quinze parcs sont également accessibles aux familles, et ce, partout sur le territoire. Allez les découvrir!



FAITS SAILLANTS DU SONDAGE

Je tiens également à vous relater brièvement quelques faits saillants du sondage qui nous ont particulièrement interpellés.

Quand on parle d'environnement, on parle inévitablement de la **propreté**. Nous sollicitons la participation citoyenne à cet effet, car l'entretien de son terrain, c'est aussi important pour conserver un cadre de vie agréable.

À propos du développement tant commercial que résidentiel, la Municipalité doit jongler avec **l'Orientation 10** (norme gouvernementale en matière d'aménagement). Cette norme freine l'étalement urbain de la métropole et aussi de la couronne nord. Il faut comprendre que notre périmètre urbain est très restreint au village en raison des zones agricoles. Nous sommes limités, mais poursuivons nos objectifs de développement.

Les propriétaires de véhicules électriques doivent avoir accès à des **bornes électriques** pour recharger leur batterie. Sainte-Sophie vous offre trois points de recharge, soit deux adjacents à la caserne d'incendie sur la rue de l'Hôtel-de-Ville et une au restaurant Benny sur la route 158. Utilisez-les!

L'accès à une **plage publique** demande beaucoup de ressources pour une municipalité. Tout d'abord, il faut savoir que tous les lacs à Sainte-Sophie sont privés. Ce type d'usage nécessite des installations adaptées, de l'entretien quotidien, des tests de qualité d'eau, en passant par l'embauche de sauveteurs qualifiés, etc. Beaucoup d'effectifs sont indispensables dans ce genre de projet.

Comme les **jeux d'eau** sont à la mode, branchés au service d'aqueduc, avec un équipement au coût de 300 000 \$ ainsi que l'entretien annuel au coût de 10 000 \$, ils constituent une infrastructure municipale importante. À ce jour, aucune autre installation n'est prévue à court terme.

Nous ne parlons jamais assez du **transport en commun**. Le circuit 35 chapeauté par le CRT Lanaudière fait la navette vers Saint-Jérôme et Saint-Lin-Laurentides. De plus, nous avons le transport adapté et collectif, qui vous permet de vous rendre de la maison à l'arrêt du circuit 35 ou pour effectuer d'autres déplacements non desservis vers Prévost, Saint-Colomban et Saint-Hippolyte. Deux moyens pour assurer vos déplacements en tout temps. Toute l'information est disponible sur le site Web de la municipalité.

La **réparation des ponts** à Sainte-Sophie, comme celui de la rivière de l'Achigan et celui de la rue des Cèdres, relève du MTQ. Fermés depuis l'été 2017, nous attendons toujours, à ce jour, des dénouements dans le dossier. Une situation particulière, mais non prioritaire pour le ministère.

Quand vous souhaitez faire installer un **lampadaire** sur votre rue, vous devez déposer une demande à la Municipalité. Celle-ci doit être adoptée par le conseil municipal et, par la suite, envoyée à Hydro-Québec. Il en va de même pour les nouveaux développements. Les promoteurs défraient les coûts des lampadaires. Lorsqu'ils sont livrés, c'est Hydro-Québec qui procède au branchement.

La **sécurité routière** est une préoccupation pour les citoyens. Il en coûte 2 M\$ par année aux contribuables pour le service de la Sûreté du Québec. Nous travaillons en amont pour sensibiliser et informer la population. Les limites de vitesse, les dos d'âne et les arrêts sont des outils persuasifs pour les automobilistes. Nous vivons une recrudescence de vols d'affiches pour l'aluminium. Nous invitons la population à garder l'œil ouvert et à dénoncer. Cela met la vie des citoyens en danger et coûte très cher pour le remplacement.

Humanichat est un organisme communautaire qui vient en aide pour freiner la **prolifération des chats errants**. Il faut comprendre que l'organisme n'est pas un refuge. Il pratique le programme CSRM (capture, stérilisation-retour-maintien). Organisme à but non lucratif, les dirigeants organisent différentes activités pour amasser des fonds. Suivez-les sur Facebook pour en apprendre davantage.

Nous avons dans le passé démarré un projet de **marché public** à la halte municipale ; cependant, la réponse des citoyens n'était pas là. Peut-être un projet à refaire pour les prochaines années.

Dans le cadre du développement durable et de la réduction des gaz à effet de serre, en collaboration avec l'activité La Journée du Sophien, nous **plantons annuellement des arbres** sur le territoire. De cette manière, nous contribuons à diminuer notre empreinte écologique.

La **vaporisation écologique pour les moustiques** est un élément à caractère régional. Les huit villes et municipalités environnantes, soit Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Saint-Lin-Laurentides, Saint-Calixte, Sainte-Anne-des-Plaines, La Plaine, Terrebonne et Mirabel doivent effectuer le même traitement pour en retirer le bénéfice. Si nous investissons sans consensus, les résultats ne seront pas significatifs.

La **collecte des ordures ménagères** est hebdomadaire durant l'été. De septembre à mai, elle est effectuée aux deux semaines pour favoriser et inciter les citoyens à participer au recyclage et au compostage. Pour toutes les autres matières, vous pouvez visiter l'écocentre de Sainte-Sophie.

La Municipalité emboîtera le pas d'ici un an avec un **programme de vidanges de fosses septiques**. Nous travaillons à l'élaboration du projet. Soyez assurés que nous informerons la population des démarches relativement à ce projet.

Nous avons grandement apprécié que les citoyens participent à ce questionnaire. Comme mentionné en préambule, en répondant à ce sondage, vous nous permettez de mieux orienter les décisions et de cibler les enjeux importants. Votre opinion est importante pour nous : elle nous guide pour entreprendre des actions afin d'assurer une croissance selon les aspirations et les besoins des citoyens. Prendre part à la vie politique de votre communauté, c'est essentiel!

Laurie Gallant

Dear Sophiennes and Sophiens,

Last spring, we published a survey on the Municipality's website and in the June edition of the municipal newspaper, regarding the development of our community. We invited our residents to partake in this survey by answering a few questions and by sharing their opinions. Over one hundred residents kindly took the time to send in their suggestions and their vision for the development of our municipality. Therefore, I would like to use this opportunity to share with all of you, the main topics or issues that were brought up in this survey.

One of the most important questions published in this survey, was asking the citizens what was the main element that would help improve everyday quality of life in Sainte-Sophie. The most common answer that we received was to further pursue and focus on commercial development. As a municipality, one of our main goals is to attract commercial investors, local businesses, restaurants and other well-known commercial chains. We are in constant search of ways to help increase our desirability and help draw them to our Municipality. However, one must not forget, that regardless of how hard a Municipality works, the location choice remains up to these investors and as is often based on several complex studies, including market research and traffic research. Buying locally is also an important part of the equation, as a prosperous local economy is far more attractive to investors.

It is important to know, that it is not the Municipality that chooses what commercial banner can and cannot implement itself in our territory. It is the commercial real estate developer or investor that approaches the various banners and often has the key contacts. However, as commercial development is one of our main goals, we can assure you that when the urban planning department receives a request for a commercial project, the Municipality works with the promoter in order to find common ground and when possible or as needed, can modify certain zoning by-laws in order to finalise the project. However, this is only possible when the project remains in compliance to the Municipal strategic development vision as well as the guidelines given to the municipality by the MRC Rivière du Nord in their Regional Development Plan. Once promoters know what land use is permitted on their property, they can then begin the process of attracting important banners and renting out their buildings. We must continue to encourage the businesses that we have here in order to further attract local economic development.

The second question addressed in the survey was to identify three main priorities that the Municipality should take care of. Many of you suggested road maintenance and snow removal as well as the continuation of the bike path. Regardless of the season, the public works department is constantly trying to do it all and get to the bottom of the job list. However, we remain largely under the fluence of mother nature! 2018 and 2019 were not easy years. The winter started early, and we had many snowstorms. It goes without say, that it was an incredibly challenging year for snow removers, who worked tirelessly

without counting the extra hours! It was a difficult winter in the comfort of our own home, imagine what is was like in a snow removal truck?

When spring finally arrived, we repaired around 50 potholes, without considering the cracks, minor road damages and other. Unfortunately, the weather here, has a severe impact on our roads. Last year only, we invested \$ 722,815 in asphalt. Such investments are important in order to maintain the existing infrastructures. In addition, I would like to specify that the problems encountered on the Route 158 do not fall under municipal jurisdiction. This is a main artery and it is subject to provincial jurisdiction. Therefore, the municipality can not repair any damages to this artery, it is up to the Transport minister of Quebec to ensure the good condition of this roadway.

The third priority identified was the extension of the bicycle path, which undeniably brings other benefits such as health, physical and psychological well-being. As of now, the extension of the bicycle path remains a long-term project. The cost of this project has a price tag of \$ 300,000 for every 2 km that is built. Such investments are considerable and must be planned over a longer time period. However, we have finalised construction on a multi-service trail in the heart of the village that provides pedestrian and cyclist safety. In the near future, the Municipality wishes to build another trail that will be located on Godard Street, in order to link the Morel and Val-des-Lacs roads. Again, this trail will provide a safe circulation area, suitable for today's families. Our municipality also has 15 parks that are accessible to everyone, we strongly encourage you to go discover them!

One of the final suggestions that we received was the organization of new large-scale community and cultural activities or events. Therefore, we plan on working with the recreation department in order to propose and establish new projects. However, we must also take into consideration our financial ability to pay but must not disregard the potential economic benefits that such large-scale events may have on our local economy and for our businesses. The creation of new events will most like occur in the coming years. Sainte-Sophie is constantly changing, but sometimes you must take the time to plan thing right.

SURVEY HIGHLIGHTS

I would also like to briefly share some of the highlights mentioned in the survey that we are particularly interested in. Such as:

- Environment: When we talk about environment, we inevitably talk about **cleanliness** and the importance it has in maintaining a pleasant living environment. Therefore, we are seeking the help of our citizens by maintaining their properties in a state of cleanliness by keeping up with general tasks such as: cutting the grass, throwing out waste, placing equipment and tools in the garage when not being used and so on.

- Commercial and residential development: This is a tricky one, as the municipality must deal with the **guideline # 10** set forth by the government in its spatial planning and development guide. This rule, that we must abide by, hinders urban sprawl in the metropolis and on the north shore as it requires municipalities to consolidate all future development in the urban core. This proves as a major issue for us as our urban perimeter is restricted to the village and is surrounded by the agricultural green belt. Consequently, limiting us in pursuing our development goals.

- Electric charging stations for vehicles: In Sainte-Sophie we are proud to be part of the **Electric Circuit** of Quebec. Electric vehicle owners have access to three charging stations on our territory. Two of them are located by the fire station on Hotel-de-Ville street and one at Benny & Co restaurant on route 158. Use them!

- Public beach: access to a **public beach** is a fantastic idea but requires a lot of resources for a municipality. Our main issue is that all the lakes in Sainte-Sophie are privately owned. Also, this type of installation requires lots of planning and work such as: daily maintenance, water quality tests, hiring of qualified lifeguards and the hiring of general staff, just to name a few.

- **Water games**: Though they are greatly appreciated and used by most families, they do come at an expensive cost. Each water game costs around \$ 300,000 to implement and the annual maintenance comes at a cost of \$ 10,000. As of today, no other installations are planned in the short term.

- Public transit: We can not talk enough about **public transit**. Circuit 35 headed by the CRT of Lanaudière, offers service to Saint-Jérôme and Saint-Lin-Laurentides. In addition to this service, we also have the adapted collective transportation service that allows you to get from home to the bus stop of circuit 35 or to make other trips to unserved areas such as Prévost, Saint-Colomban and Saint-Hippolyte. These are two modes of transportation that are always available to you. Further information regarding these services can be found of the municipality's website.

- **Bridges**: Unfortunately, the repair and maintenance of bridges, such as the Achigan River and the Cèdres Street ones, fall under the responsibility of the MTQ. We are aware of the inconvenience this closing has had since the summer of 2017, but unfortunately, we are still waiting on the Ministry.

- **Lampposts**: If you wish to have a lamppost installed on your street, the first step is to submit a written request to the Municipality. This request must be approved by the municipal council and subsequently sent to Hydro-Québec. The same procedure applies for new residential developments. The promoters pay the costs of the lampposts and when they are delivered, Hydro-Québec proceeds to their connection.

- **Road safety**: This is a major concern for all our citizens. It costs the taxpayers roughly 2 million dollars per year for the service of the Sûreté du Québec. As a Municipality, we work hard to help raise awareness and inform the population on proper road etiquette and safety. Lower speed limits, an

increase in speed signs, speed bumps and stops are persuasive tools for motorists. However, we are currently experiencing an increase in the theft of our speed signs, which are then sold for the for aluminum. Therefore, we invite you all to keep your eyes open and denounce any wrongdoing. This puts the lives of our citizens at risk and is very expensive for the municipality to constantly replace.

- Humanichat: This is a community organization that helps to limit **the proliferation of stray cats**. It is important to understand that this organization is not a shelter. Humanichat practices the CSRM program (Capture, Sterilization-Return-Hold). As a non-profit organization, they organize various activities to help raise funds. Follow them on Facebook to learn more.

- **Public Market**: This is a project that we have tried to implement in the past near the town hall, however, the response from residents was very low. Maybe this is a project that we can try again in the next years.

- Sustainable development and the reduction of greenhouse gases: This is a very in the moment issue for everyone. As a municipality and in collaboration with the Sophien Day activity, we invest a lot of effort in **planting various types of trees** on our territory and encourage residents to do so also, by giving everyone a tree and some plans. These small gestures are a great way to help contribute to reducing our ecological footprint.

- **Ecological mosquito spay**: This issue requires a regional effort from the eight surrounding towns and municipalities of Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Saint-Lin-Laurentides, St-Calixte, Sainte-Anne-des-Plaines, La Plaine Terrebonne and Mirabel. In order to achieve a desired result, everyone must participate. If not, the results will not be significant!

- **Garbage collection**: This is a service that is offered weekly during the summer months and every two weeks from September to May, in order to encourage citizens to participate in recycling and composting. For all other subjects regarding waste collection or disposal, you can visit the Ecocentre of Sainte-Sophie!

- **Septic tank management**: Next year, the municipality will implement a mandatory program in which the municipality will take charge of emptying all the septic tanks on its territory, to ensure as per imposed by provincial law that the tanks be emptied every two years. We are currently working on the development of this program and rest assured that we will inform you of its process as soon as it is finalized.

We greatly appreciate everyone that took the time to participate in this questionnaire. As previously mentioned, by responding to this survey, you allow us to better guide our decision-making process and help us direct our focus on more important issues. Your opinion is important to us and allows us to ensure that our growth is in accordance to the aspirations and needs of our citizens. Taking part in political life of your community is essential!



CONSEIL MUNICIPAL D'UN JOUR

L'administration et les services municipaux sont un ensemble de fonctions qui constitue l'appareil municipal. Diverses responsabilités et tâches sont interreliées pour offrir des services de proximité à la population. Les découvrir pour mieux les comprendre est l'objectif de cette activité parascolaire offerte pour une 5^e édition aux élèves de 5^e et 6^e année des écoles primaires de Sainte-Sophie.



C'est à l'assemblée du conseil municipal du 4 juin dernier que nos conseillers d'un jour ont assisté. Par leur intérêt à l'amélioration des différents services, ils ont proposé des idées intéressantes pour favoriser le développement de la municipalité et favoriser le bien-être des Sophiens.

Félicitations et merci aux participants de l'école Jean-Moreau : Kara Rose Brousseau; de l'école du Grand-Héron : Allison Gibeault et Anthony Petelle; et de l'école du Joli-Bois : Amélie-Anne Boisvert, Morgane Joly Pillon, Aurélie Clément et Maélie Bélair.

Nous remercions également les enseignants et la direction des écoles de promouvoir et d'appuyer cette activité enrichissante. Les connaissances et le savoir sont aussi acquis par la découverte de nouveaux intérêts. Initier la jeunesse à s'impliquer et à s'intéresser à leur municipalité, c'est offrir une richesse à notre communauté.

SPECTACLE CPE LES BONHEURS DE SOPHIE

Quoi de plus merveilleux qu'un spectacle d'enfants rempli de créativité et de plaisir. Les enfants du CPE Les Bonheurs de Sophie ont présenté le 30 mai dernier le spectacle annuel, sous la direction artistique de leurs éducatrices. Une magnifique mise en scène présentant des numéros dont l'essence était «Le plaisir de chanter». Merci de contribuer, par votre initiative artistique, à l'épanouissement des enfants.



INAUGURATION DE NOUVEAUX PARCS

Les espaces de loisirs en plein air fournissant un divertissement sont essentiels pour répondre aux besoins et favoriser des saines habitudes de vie auprès des familles et de la population. Offrir un cadre de vie adapté et sécuritaire dans tous les quartiers de la municipalité fait partie des objectifs établis résultant d'une recommandation du Plan directeur des parcs, espaces verts et des sentiers de la municipalité.

En début d'été, nous avons procédé à l'aménagement de deux nouveaux parcs de voisinage. De conception personnalisée selon les critères environnementaux des secteurs et offrant une facilité d'accès pour les résidents concernés, ces espaces verts sont composés d'un module de jeux pour les 18 mois à 5 ans, d'un module pour les 5 à 12 ans, de balançoires, d'aires paysagées et de zones de détente.

Le conseil municipal de Sainte-Sophie était heureux de souligner en compagnie des citoyens et dignitaires, l'inauguration officielle en août dernier. On vous invite à les découvrir, si ce n'est pas déjà fait, et de profiter du plein air.

Parc des Millésimes :

situé au 141, rue des Millésimes dans le quartier des Sommeliers, ce parc offre aux citoyens un environnement naturel avec des aires de jeux et de mobiliers urbains. Conservant l'aspect naturel de la forêt, l'aménagement suscite l'exploration et la découverte du boisé.



Parc des Jardins-du-Ruisseau : situé au 144, rue des Champs-Fleuris dans le quartier Les Jardins du Ruisseau, l'espace est complètement végétalisé. L'aménagement ludique d'un sentier sinueux, de grosses roches et de plantations favorise le jeu et l'exploration.

NOUVEAU DIRECTEUR DU SERVICE DES TRAVAUX PUBLICS



Le conseil municipal de Sainte-Sophie est heureux d'annoncer l'embauche de monsieur François Deneault au poste de directeur du service des travaux publics. M. Deneault est entré en fonction le 12 août.

formation de contremaître en infrastructures urbaines. Au cours de sa carrière, M. Deneault a occupé divers postes au sein de diverses villes et a réalisé plusieurs projets d'envergure. Son implication dans différents dossiers démontre également son engagement dans ses responsabilités professionnelles. Son expérience en gestion opérationnelle, en planification et en logistique d'opérations dans le secteur municipal sera certes un atout crucial pour relever de nouveaux défis.

Toute l'équipe de la municipalité de Sainte-Sophie souhaite la bienvenue à M. François Deneault.

Titulaire d'un baccalauréat en gestion par cumul de certificats à l'école Polytechnique et à l'Université de Montréal ainsi que d'un cours en mécanique du bâtiment, il a dispensé pendant plusieurs années des cours en



COLLECTE DE SANG DES SOPHIENS

Héma-Québec et Sainte-Sophie, c'est une histoire de partage depuis 17 ans. Depuis 17 ans, les Sophiens et les bénévoles sont au rendez-vous pour cette cause solidaire. Par l'organisation de cet événement, nous contribuons à sauver des vies. 100 dons furent offerts le 7 août dernier à la banque d'approvisionnement du Québec. Posez un petit geste significatif d'une grande générosité, c'est offrir une deuxième chance à quelqu'un. Merci infiniment aux donateurs, aux employés et aux bénévoles pour votre formidable engagement.



20 ANS POUR LE TOURNOI DE GOLF SAINTE-SOPHIE

L'organisation d'un événement caritatif pour soutenir des organismes communautaires dans la poursuite de leurs engagements auprès de la population est essentielle et contribue largement au dynamisme d'une communauté.

La planification et la gestion structurées pour maximiser les retombées auprès de la population sont gérées par un comité motivé qui travaille plusieurs mois à la réussite de l'événement.

Deux objectifs fusionnés, deux décennies et toujours à guichets fermés, le Tournoi de golf Sainte-Sophie célébrait, sous la présidence d'honneur de monsieur Sylvain Rochon, président, directeur général Claude Beaulieu Sports inc., son 20^e anniversaire. Vingt ans de fidélité, une belle histoire de partenariat avec des gens de cœur.

C'est au nombre de 160 golfeurs que le tournoi se déroula le 5 juillet dernier au club de golf Val des Lacs. Une édition unique et renouvelée était présentée. Une soirée d'initiation au golf afin de promouvoir

le sport auprès de la relève entrepreneuriale de la région, agrémentée de la présentation d'un spectacle d'humour d'un jeune humoriste de la relève.

En collaboration avec plusieurs partenaires dont l'agence de voyage Cinquième Saison, Christine Dubuc, Construction Denis Rocheleau et Merrell, c'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous avons eu le plaisir de faire tirer un voyage en formule européenne en Martinique. Félicitations à monsieur Éric Jutras, l'heureux gagnant. C'est avec une grande fierté et grâce à l'immense implication et collaboration du président d'honneur que cette journée nous a permis d'amasser un montant de 20 026 \$ pour les organismes communautaires de chez nous. Le comité organisateur souhaite chaleureusement remercier tous les participants pour leur énorme générosité dans la concrétisation de cette journée. Un immense merci au président d'honneur, monsieur Sylvain Rochon, qui s'est impliqué de façon exceptionnelle; merci aux commanditaires, aux partenaires, aux participants et aux bénévoles extraordinaires.



ENCOURAGEONS NOS ATHLÈTES



Merci à la Municipalité de Sainte-Sophie d'encourager Emmanuelle Gouin, fière récipiendaire d'une bourse du Fonds de l'athlète élite dans la discipline du ballet classique.

Emmanuelle a travaillé très fort cette année à poursuivre ses études post-secondaires au sein de la division professionnelle de danse classique à l'Académie du Ballet Métropolitain à Montréal. Elle y reçoit des entraînements intensifs de plus de 25 heures par semaine et, dans ses temps libres, elle prend part à des classes avec Les Ballets Jazz de Montréal en tant qu'invitée et participe à diverses classes de maître.

Emmanuelle a participé à la compétition nationale de danse BRAVISSIMO au mois d'avril et a remporté une deuxième place (prix Émeraude) pour la variation #4 de Paquita dans la catégorie ballet classique 17 ans, en plus d'une première place et Coup de cœur du jury pour la prestation «Concerto Assai».

À la suite d'auditions, elle a été invitée par deux écoles réputées, Joffrey Ballet School New York et Alberta Ballet School, à compléter un stage intensif d'été. Emmanuelle a choisi Alberta Ballet School, qui répond à ses aspirations de carrière et qui est affiliée à la prestigieuse compagnie de danse Alberta Ballet. Emmanuelle a donc fait un fantastique séjour à Calgary du 2 au 28 juillet pour danser plus de 42 heures par semaine avec des professionnels dans une des écoles les plus réputées au Canada.

Pendant ce stage, son talent et sa rigueur ont été remarqués, et une place lui a été offerte, qu'elle a acceptée, dès cet automne, pour y poursuivre ses études en danse classique à un niveau supérieur menant à une carrière, soit son objectif.

Nous préparons une levée de fonds pour aider Emmanuelle à poursuivre ses études en danse classique. Vous pouvez contribuer à son succès via Facebook ou tout simplement la suivre et l'encourager sur Facebook et Instagram : Emmanuelle Gouin Danseuse.

Texte d'Isabelle Drapeau, mère d'Emmanuelle



DONS À L'ORGANISME LA MONTAGNE D'ESPOIR

Lors des Assises annuelles de l'Union des municipalités du Québec en mai dernier à Québec, auxquelles assistait le conseil municipal de Sainte-Sophie, le Conseil québécois de la coopération et de la mutualité présent à l'événement et représenté sur la photo par monsieur Evan Murray, directeur régional à la CDRQ Lanaudière-Laurentides, faisait tirer une carte cadeau de chez BMR d'un montant de 500 \$ auprès des congressistes. La CDRQ est un acteur de premier plan dans l'entrepreneuriat coopératif. Elle offre un soutien aux coopératives, que ce soit pour le démarrage, la croissance ou le redressement, pour maximiser leurs chances de succès. Elle offre des formations spécialisées et diversifiées sur plusieurs aspects d'une entreprise coopérative. Vous pouvez la contacter pour toute question sur les coopératives. Monsieur Normand Aubin, conseiller, a remporté le prix, qu'il a offert avec un grand plaisir à l'organisme La Montagne d'Espoir. Un don grandement apprécié et accueilli par madame Yvette Rocheleau, directrice générale de l'organisme œuvrant auprès des familles démunies.

MARATHON DU P'TIT TRAIN DU NORD

Le Marathon du P'tit train du Nord est de retour cette année pour une 3^e édition. Le 20 octobre 2019, les Laurentides reçoivent des coureurs de partout au Québec, du Canada et de plusieurs pays dans le monde. De Val-David à Saint-Jérôme, si votre route doit croiser le Parc linéaire du P'tit Train du Nord, soyez patient. La courtoisie est votre meilleure amie. Pendant les quelques heures du déroulement du marathon, la circulation pourrait être au ralenti dans votre secteur. Certaines rues seront fermées à la circulation et pour d'autres, la circulation sera entravée.

Fermeture de rue route 333 vers Saint-Jérôme
Détours : chemin de Val-des-Lacs et côte Saint-André



AVIS DE DÉCÈS

À la douce mémoire des gens qui nous ont quittés dernièrement, nous garderons de beaux souvenirs des moments passés en votre compagnie. À toutes les familles endeuillées, nos sincères condoléances !

- M. Donald Fortier : 15 avril 2019
- Mme Thérèse Grenier Levingston : 18 avril 2019
- M. Jean-René Roy : 18 mai 2019
- Mme Pierrette Beauchamp St-Germain : 10 juin 2019
- Mme Johanne Côté Lambert : 11 juin 2019
- M. Gaston Courchesne : 12 juin 2019
- M. Joseph Aubin : 22 juin 2019
- Mme Carole Blain Larose : 11 août 2019

L'amour de ceux qui vous entourent reconfortera votre cœur.
Louise Gallant et le conseil municipal

DATES DES ASSEMBLÉES DU CONSEIL MUNICIPAL :

3 septembre, 1^{er} octobre, 5 novembre

TAXES MUNICIPALES

VERSEMENTS POUR 2019

4^e et dernier versement : 5 septembre



FAÇONS DE FAIRE VOTRE PAIEMENT

- Guichet automatique ou au comptoir de caisses populaires.
- Accès-D Desjardins, composez-le 1 800 caisses.
- Internet : Caisse Desjardins, Banque Nationale, Banque Royale, Banque de Montréal, Banque Scotia, Banque Laurentienne et Banque TD.
- Chèques postdatés.
- Réception de l'hôtel de ville (argent comptant, paiement direct, chèque, carte Visa ou MasterCard).
- Vous pouvez obtenir gratuitement l'information concernant l'évaluation et les taxes municipales de votre propriété au stesophie.ca avec le programme. Voilà! Inscrivez-vous!



LICENCE DE CHIEN 2019

L'entreprise Inspecteur Canin est mandatée par la Municipalité pour faire respecter la réglementation municipale concernant la garde des animaux domestiques et offre le service de vente à domicile de licences. Advenant votre absence lors de leur passage, chaque propriétaire est responsable de s'assurer que leurs chiens détiennent une licence valide.

COÛT DE LA LICENCE

Toute personne possédant un chien doit obtenir une licence au coût de 25 \$ du 1^{er} janvier au 31 octobre en vertu du règlement et munir ledit animal de cette licence portant le numéro dudit permis pour l'année courante. Les citoyens âgés de 60 ans et plus pourront se prévaloir, sur dépôt d'une pièce de résidence avec date de naissance, d'une exemption de paiement pour une première licence.

La deuxième est facturée au coût tarifaire inscrit.

DURÉE DE VALIDITÉ

Toute licence émise en vertu du présent règlement est annuelle (du 1^{er} janvier au 31 décembre) et expire le 31 décembre de chaque année et ne peut être transférée ou remboursée. Pour les citoyens âgés de 60 ans et plus, la licence est valide pour toute la durée de vie de l'animal.

ANIMAUX PERDUS OU ERRANTS

Vous avez perdu votre animal de compagnie, avez trouvé un animal errant ou avez une plainte à formuler, communiquez avec Inspecteur Canin pour les informer de la situation.

COMMENT SE PROCURER UNE LICENCE ET MODE DE PAIEMENT

- à la réception de l'hôtel de ville (comptant, paiement direct, chèque, Visa ou MasterCard),
- par téléphone : 450 438-7784 (Visa ou MasterCard),
- par envoi postal (chèque au nom de la municipalité, vos coordonnées (nom, adresse, téléphone, date de naissance) ainsi que les informations sur votre chien (sexe, race, couleur et nom), chez Inspecteur Canin situé au 1728, route 335 à Saint-Lin-Laurentides, par Paypal sur le site Web de Inspecteur Canin.

À SAVOIR

Il est permis de garder un maximum de quatre animaux par unité d'occupation et ses dépendances, soit deux (2) chiens et (2) chats.

Tout chien de race Bull terrier, Staffordshire Bull terrier, American Bull terrier, American Staffordshire terrier (pitbull) ou tout chien dont l'apparence et les caractéristiques physiques sont essentiellement semblables à celles des chiens visés, la garde est prohibée et aucune licence ne pourra être émise.

Tout chien gardé à l'extérieur d'une unité d'occupation ou ses dépendances doit être tenu ou retenu au moyen d'un dispositif (attache, laisse ou d'une clôture, etc.) l'empêchant de sortir de la propriété. Un chien doit également être porté ou conduit par son gardien au moyen d'une laisse dont la longueur ne peut excéder deux (2) mètres, sauf lorsque le chien se trouve dans les limites de l'unité d'occupation et les dépendances de la personne à qui il appartient. Advenant le non-respect de ces dispositions, le contrevenant est passible d'une amende.

Les frais annuels déboursés par les propriétaires pour l'acquisition de la licence sont complètement réinvestis pour payer le service du contrôleur animalier. Celui-ci a le mandat de faire observer les dispositions du présent règlement SQ-907, de procéder à la vente de licences et de capturer les animaux errants. Un service nécessaire au sein de notre municipalité.

Pour l'élevage, vous devez vous procurer un permis de chenil auprès du service d'urbanisme.



450 439-9683



www.inspecteurcanin.net



administration@inspecteurcanin.net



[InspecteurCaninSt-Lin-Laurentides](https://www.facebook.com/InspecteurCaninSt-Lin-Laurentides)



****Afin de maintenir le registre animalier à jour et d'éviter des procédures d'infractions à la réglementation municipale relative à l'acquisition de la licence, nous vous invitons à nous contacter pour nous informer lorsque vous n'avez plus votre animal à la maison.****

NOUVEAUX PROPRIÉTAIRES

Les comptes annuels de taxes municipales seront postés à la mi-janvier 2020. Si vous ne le recevez pas, veuillez s'il vous plaît communiquer avec la réceptionniste au 450 438-7784, poste 5225.

Pour votre information, la date d'échéance du 1^{er} versement de taxes municipales sera en février 2020. Vous retrouverez la date exacte sur votre compte de taxes. Advenant que vous mandatiez votre institution bancaire à effectuer le paiement de vos taxes, il est de votre responsabilité de lui transmettre le compte de taxes municipales.

Le paiement des taxes municipales est possible via Internet si vous êtes membre des institutions financières suivantes : Caisse populaire Desjardins, Banque Nationale, Banque Royale, Banque de Montréal, Banque T.D. ou Banque Scotia. Vous sélectionnez la municipalité de Sainte-Sophie comme fournisseur et vous saisissez les 19 chiffres inscrits sur les coupons au bas du compte de taxes.

Un délai moyen de 6 mois s'écoulera entre la date du contrat notarié et la date à laquelle la Municipalité disposera du nom des nouveaux propriétaires ainsi que de leur adresse de correspondance. Selon les informations inscrites dans le contrat notarié, l'adresse de correspondance qui nous est transmise par la MRC de La Rivière-du-Nord est parfois celle de l'adresse précédente à l'acquisition de votre nouvelle propriété. Si tel est le cas ou pour toutes questions relatives à votre compte de taxes municipales, veuillez s'il vous plaît communiquer avec notre réceptionniste au 450 438-7784, poste 5225.

IMPORTANT

En ce qui concerne les nouvelles propriétés construites ou les propriétés rénovées, un délai moyen de 6 mois s'écoulera entre la date de fin de la construction ou de rénovation et la date à laquelle vous recevrez votre compte de taxes complémentaires reflétant la taxation liée à l'augmentation du montant d'évaluation municipale de votre propriété.

Pour toutes questions relatives aux droits de mutation (taxe de bienvenue), veuillez communiquer avec le percepteur soit la MRC de La Rivière-du-Nord au 450 436-9321.

Pour toutes questions relatives aux taxes scolaires, veuillez communiquer avec la Commission scolaire de la Rivière-du-Nord au 450 438-3131.

Je vous souhaite la bienvenue à Sainte-Sophie.

Sophie Plouffe, CPA, CMA
Directrice générale adjointe
et secrétaire-trésorière adjointe
splouffe@stesophie.ca
450 438-7784, poste 5208

RAPPEL

Afin de recevoir votre compte annuel de taxes municipales en ligne en janvier 2020, veuillez vous inscrire à la plateforme Voilà! Finances, avant le 29 novembre 2019 sur le site de la Municipalité de Sainte-Sophie.



ÉVALUATION GRATUITE

Kathleen Labonté

courtier immobilier résidentiel

- Service professionnel de qualité
- Assurance **Tranquilli-T** **Intégri-T** **Sécuri-T**
- Photographie professionnelle
- Publicité ciblée • Home staging et visibilité



bonjour
Agence immobilière

450 712-9894
450 431-1515

L'unique référence
en immobilier
à Sainte-Sophie

kathleen.labonte@remax-quebec.com
www.kathleenlabonte.com



Garage D.L. Mécanique inc.



MÉCANIQUE GÉNÉRALE

Mise au point
Freins • Direction
Silencieux
Suspension, etc.

3235, Godard, Sainte-Sophie

450 436-2545



**Christine
Langevin**

Rendez-vous :
450 822-2227

363, rue du Rossignol
Sainte-Sophie

Membre SCMMAC

L'homme de Griffintown:
L'invité surprise du G7, de MARKUS



Vous ne devinerez jamais
qui s'est invité au G7...

Si vous avez aimé
L'homme invisible
de H. G. Wells,
vous adorerez ceci.

Disponible dès
maintenant en
numérique et papier
dans toutes les
bonnes librairies

Pour en savoir plus sur cette nouvelle parution,
ou connaître ses différents points de vente,
visitez: editions1pd.com

Distribution: Edipresse Éditeur: La Plume D'or

GYM

STE-SOPHIE

Pour le plaisir de s'entraîner

2512, boul. Ste-Sophie
Sainte-Sophie

450 504-6030

www.gymstesophie.com



ÉDITIONS MÉDIA PLUS COMMUNICATION

Nous éditons gratuitement les publications des municipalités!

DESIGN GRAPHIQUE
IMPRESSION
RÉGIE PUBLICITAIRE



Cartes routières
Calendriers
Guides citoyens | touristiques | achat
Bulletins municipaux | Magazines
Mise à disposition gratuite de mobilier urbain



www.editionsmpc.ca • Courriel: info@editionsmpc.ca

Loisirs

AUTOMNE 2019






CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

ATELIERS CULTURELS
ET SPORTIFS

LES JOURNÉES
DE LA CULTURE


INFORMATIONS GÉNÉRALES

COORDONNÉES

-  Adresse du service : 2212, rue de l'Hôtel-de-Ville
-  Adresse postale : 2199, boulevard Sainte-Sophie, Sainte-Sophie, (Québec) J5J 1A1
-  450 438-7784
-  450 438- 8181
-  stesophie.ca

CONTACT

- Martin Paquette, directeur
poste 5237 • mpaquette@stesophie.ca
- Johanna Fontaine, coordonnatrice
poste 5229 • jfontaine@stesophie.ca
- Céline Le Bire, réception
poste 5221 • loisirs@stesophie.ca
- Marielle Lafrance, bibliothécaire
poste 5231 • biblio@stesophie.ca

-  **Heures d'ouverture service des loisirs, culture et vie communautaire :**
Lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h • Vendredi de 8 h 30 à 12 h

Fermeture de nos bureaux

Action de grâce : 14 octobre



PARCS ET ESPACES VERTS

- **Parc Bellevue** : 425, rue Gascon
- **Parc Breen** : 409, rue des Loisirs
- **Parc Brière #1** : 296, rue Metthé
- **Parc Brière #2** : rue des Cèdres
- **Parc Clearview** : rue du Domaine
- **Parc des Chutes-de-New Glasgow** :
500, chemin de l'Achigan Ouest
- **Parc Duquette** : rue Duquette
- **Parc de la halte routière** : boulevard Sainte-Sophie
- **Parc Lionel-Renaud** :
2181, rue de l'Hôtel-de-Ville
- **Parc Racine** : 320, 5^e Avenue
- **Parc Roland-Guindon** : 113, rue du Cap
- **Parc Sophie-Masson** : 400, montée Masson
- **Parc Vianney-Dupré** : montée Masson
- **Parc des Millésimes** : 141, rue des Millésimes
- **Parc des Jardins-du-Ruisseau** :
144, rue des Champs-Fleuris

PISTE CYCLABLE (ACCÈS)

- Rue de Val-des-Chênes
- Rue Louis
- Rue des Pins
- Rue Lemming

PAVILLONS MUNICIPAUX ET GYMNASES

- **Pavillon Lucette-Carey :**
2172, boulevard Sainte-Sophie
- **Pavillon Roland-Guindon :** 113, rue du Cap
- **Pavillon Bellevue :** 425, rue Gascon
- **Pavillon Racine :** 320, 5^e Avenue
- **Pavillon Lionel-Renaud :**
2181, rue de l'Hôtel-de-Ville
- **École Jean-Moreau :**
2334, rue Saint-Joseph
- **École du Joli-Bois :** 100, rue de Val-des-Chênes
- **École du Grand-Héron :** 1131, montée Morel

LOCATION DE SALLES

	RÉSIDENT	NON-RÉSIDENT
Pavillon Bellevue	200 \$	300 \$
Pavillon Racine	200 \$	300 \$
Pavillon Lionel-Renaud		
- petite salle	225 \$	350 \$
- grande complète	300 \$	450 \$

Les montants indiqués n'incluent pas les taxes applicables. Le locataire devra déposer une somme de soixante-quinze dollars (75 \$). Cette somme sera remboursée au locataire si les lieux sont propres et nettoyés à la satisfaction du représentant de la municipalité.

INSCRIPTION

En ligne : stesophie.ca

En personne :

service des loisirs, culture et vie communautaire

- Une preuve de résidence vous sera exigée lors de l'inscription.
- Il est important de respecter les dates d'inscription afin de vous assurer d'avoir votre place.

MODALITÉS DE PAIEMENT

En ligne au stesophie.ca : Cartes Visa ou Mastercard

En personne : Argent comptant, cartes de crédit Visa et Mastercard, débit et chèque (libellé au nom de la Municipalité de Sainte-Sophie).

Au moment de l'inscription, le tarif des activités doit être acquitté en totalité. Nos tarifs incluent les taxes.

- Pour les non-résidents, un tarif supplémentaire de 20 \$, plus taxes, sont ajoutés aux frais d'inscription.
- Si vous prenez un 2^e, 3^e, 4^e et 5^e cours du volet «Ateliers sportifs», vous obtiendrez un rabais de 25 %.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Avant le début de l'activité : Remboursement total des frais moins les frais d'administration.

Après le début de l'activité : Le coût de l'activité sera remboursé en totalité, sans frais administratifs, pour des raisons médicales seulement. La demande doit être effectuée par écrit, accompagnée d'une copie originale du certificat médical dûment signé par un médecin, et acheminée au secrétariat du Service loisirs et culture et vie communautaire au plus tard 21 jours civils après le premier jour d'absence. Le remboursement sera effectué au prorata des activités non suivies.









Tous nos cours sont accessibles aux personnes en situation de handicap.











ATELIERS CULTURELS ET SPORTIFS - AUTOMNE 2019

INSCRIPTION À COMPTER DU 26 AOÛT 2019

DÉBUT DES COURS LE 21 SEPTEMBRE 2019

ANGLAIS NOUVEAU !	
<p>Pour les personnes ne parlant aucunement l'anglais ou qui ont quelques notions de base. Le cours est divisé en deux parties, séparées par une pause de 15 minutes. La première partie est consacrée aux exercices du cahier et la deuxième à la conversation et aux jeux d'apprentissage. Les étudiants doivent faire des devoirs à la maison pour accélérer la matière en classe et assimiler la langue plus rapidement.</p> <p>Professeure : Lynda Leith</p>	
	Adulte
	24 septembre - 12 semaines
	Mardi 18 h 15 à 20 h 45
	155 \$
	Bibliothèque
	8 participants Cahier Basic English (20,95 \$ + tx), dictionnaire bilingue au choix. (Matériel non fourni)

CARDIO LATINO			
<p>Êtes-vous prêts pour la fiesta? C'est exactement ça, le programme Cardio latino. C'est une fête de fitness et de danse latine exaltante, efficace, facile à suivre, pour brûler les calories et amener des millions de personnes vers la joie et la santé.</p> <p>Professeure : Katy de Denus</p>			
	Adulte		
	23 septembre - 12 semaines		
	Lundi 17 h 30 à 18 h 30	Mercredi 17 h 30 à 18 h 30	Judi 9 h 30 à 10 h 30
	89 \$		
	Pavillon Lionel-Renaud		
	25 participants		







ATELIER DE CIRQUE				
<p>Au programme : trapèze, tissus, foulard, balles, diabolos, bâtons-fleurs, acrobaties, pyramides, équilibre sur boule, rola-bola, et plus encore!</p> <p>Cirque Vire-Volte.</p>				
	2 à 4 ans	5 à 10 ans	Cirque ado 11 à 16 ans	Gymnastique 5 à 10 ans
	22 septembre - 10 semaines			
	Dimanche 15 h 15 à 16 h 16 h 15 à 17 h	Dimanche 14 h 55 à 16 h 10	Dimanche 17 h 10 à 18 h 25	Dimanche 16 h 10 à 17 h 10
	103 \$	171 \$	141 \$	
	École Jean-Moreau			
	Pour le groupe de 2 à 4 ans, la présence d'un parent accompagnateur est obligatoire. Cours du 13 octobre reporté à la fin de la session.			

CARDIO MIXTE

NOUVEAU !

Pour débutant et avancé, ce cours se compose d'un 10 minutes d'échauffement, 20 minutes d'exercices cardiovasculaires, 3-5 minutes de récupération suivie d'une période de musculation avec ou sans équipement, et se termine par des étirements. Chaque cours est différent : danse aérobique, step, cardio intervalle, abdos/fesses de fer, cardio avec baguettes de drum et ballon d'exercice, Tae boxe, etc.







Professeure : Katy de Denus

	Adulte
	25 septembre - 12 semaines
	Mercredi 18 h 45 à 19 h 45
	89 \$
	Pavillon Lionel-Renaud
	25 participants

DANSE - BALLET

Cours technique et chorégraphique qui permet aux danseurs de développer souplesse, force, élégance, maintien et posture. Les danseurs apprennent les mouvements et le vocabulaire du ballet classique en effectuant des exercices et des enchaînements au rythme de la musique.

Professeure : Éloïse Champagne

	Niveau 1 (5-6 ans)	Niveau 2 (6-8 ans)	Niveau 3 (7-10 ans)
	22 septembre - 12 semaines		
	Dimanche 10 h à 11 h	Dimanche 11 h à 12 h	Dimanche 12 h 13 h
	63 \$		
	École du Grand-Héron		
	Costume « suggéré » : Maillot noir, collant beige, demi-pointes roses, jupe noire (optionnelle)		









DANSE CONTEMPORAIN

NOUVEAU !

Cours technique et chorégraphique qui permet aux danseurs de découvrir l'univers de la danse contemporaine qui allie le moderne et le ballet. Cours axé sur l'expression, les danseurs sont donc amenés à développer leur contrôle, leur gestuel et leurs émotions.







Professeure : Éloïse Champagne

	7 - 12 ans
	27 septembre - 12 semaines
	Vendredi 18 h à 19 h
	63 \$
	École du Grand-Héron
	Costume « suggéré » : Maillot ou chandail/camisole noir, cuissard ou leggings noir

DANSE - INITIATION

Cours permettant à l'enfant de s'initier aux différents styles de danse en se basant sur un apprentissage par le jeu. Il permet de développer sa coordination, son rythme et sa motricité en plus de donner une base solide pour les années à venir.







**Professeures : 3 ans - Éloïse Champagne
4 ans - Laurie Babineau**

	3 ans	4 ans
	22 septembre - 12 semaines	
	Dimanche 9 h à 9 h 45	Dimanche 9 h à 10 h
	48 \$	63 \$
	École du Grand-Héron	
	Costume « suggéré » : Maillot et collant rose, demi-pointes roses, jupe rose (optionnelle)	

DANSE - HIP HOP

Cours basé sur la chorégraphie pour découvrir et perfectionner ce style de danse très actuel. Les danseurs apprennent un enchaînement de style urbain qui permettra de développer davantage la confiance en soi, l'exécution des mouvements et la musicalité.

Professeures : 5 à 12 ans - Lauriann Labelle - 17 à 25 ans - Ariane Tremblay







	Niveaux 1-2 (5-8 ans)	Niveau 3 (7-10 ans)	Niveau 4 (9-12 ans)	17 - 25 ans
	25 septembre - 12 semaines			
	Jeudi 17 h 30 à 18 h 30	Mercredi 18 h à 19 h	Mercredi 19 h à 20 h	Mercredi 20 h à 21 h 30
	63 \$			95 \$
	Pavillon Lionel-Renaud	École du Grand-Héron		
	Costume « suggéré » : Espadrilles fermées, vêtements au choix			



DANSE - JAZZ

Cours technique et chorégraphique qui permet aux danseurs d'explorer plusieurs styles de jazz (lyrique, moderne, street, Broadway, etc.). Il permet de travailler la technique de base en danse et de développer force, souplesse et expression corporelle en s'appuyant sur l'énergie et le dynamisme des danseurs.

Professeures : 5 à 12 ans - Laurie Babineau, 17 à 25 ans - Roxanne Locas







	Niveau 1 (5-6 ans)	Niveau 2 (6-8 ans)	Niveaux 3-4 (7-12 ans)	17 - 25 ans
	22 septembre - 12 semaines			
	Dimanche 11 h à 12 h	Dimanche 12 h à 13 h	Dimanche 10 h à 11 h	Jeudi 18 h 30 à 20 h
	63 \$			95 \$
	École du Grand-Héron			Pavillon Lionel-Renaud
	Costume « suggéré » : Maillot ou chandail/camisole noir, cuissard ou leggings noir			

DESSIN HYPERRÉALISTE

NOUVEAU !

Ces ateliers sont offerts dans le but premier de découvrir son talent caché. Vous savez faire un casse-tête, vous savez dessiner. Oubliez le complexe du bonhomme allumette! Dessiner nous permet de créer une bulle de silence autour de nous et de tout oublier, de relaxer.

Professeure : Sylvie Leblanc







	Adulte	
	24 septembre - 10 semaines	
	Mardi 13 h à 16 h	Mardi 18 h à 21 h
	190 \$	
	Pavillon Lucette-Carey	
	6 participants maximum Prévoir 20 \$ de matériel	



ÉTIREMENT (STRETCHING)

Pour tous, ce cours est excellent pour tous ceux et celles désirant accroître leur flexibilité ou tout simplement profiter d'un moment de détente. Un échauffement de 10 minutes en douceur suivi de 50 minutes d'étirements et de relaxation.







Professeure : Katy de Denus

	Adulte	
	23 septembre - 12 semaines	
	Lundi 18 h 45 à 19 h 45	
	89 \$	
	Pavillon Lionel-Renaud	
	16 participants	

GUITARE – COURS PRIVÉS

Apprendre à lire la musique et à jouer de la guitare.







Professeur : Roger Hubert

	8 à 14 ans	15 à 17 ans	Adulte
	23 septembre - 10 semaines		
	Lundi 15 h 15 à 16 h <u>ou</u> 16 h à 16 h 45 <u>ou</u> 16 h 45 à 17 h 30		
	169 \$	192 \$	216 \$
	Bibliothèque		
	1 participant Guitare non fournie – Méthode de guitare 20 \$		

GUITARE – COURS EN GROUPE

Apprendre à lire la musique et à jouer de la guitare.

Professeur : Roger Hubert







	8 à 14 ans	15 à 17 ans	Adulte
	23 septembre - 10 semaines		
	Lundi 18 h à 19 h 30 <u>ou</u> 19 h 30 à 21 h		
	68 \$	76 \$	81 \$
	Bibliothèque		
	8 participants maximum Guitare non fournie – Méthode de guitare 20 \$		



ATELIERS CULTURELS ET SPORTIFS

HOCKEY COSOM LIBRE

Parties amicales supervisées par un arbitre.







	30 ans et +
	26 septembre - 10 semaines
	Jeudi 20 h à 21 h 30
	35 \$
	École du Grand-Héron
	Bâton de hockey avec palette de plastique non enrubbannée obligatoire. Lunette de protection et casque suggérés.



JOYEUX BAMBINS

Ateliers amusants qui favorisent la socialisation et l'autonomie de vos petits trésors. Bricolage, jeux, histoires, danse et chansons sont au programme. Ce répit hebdomadaire peut être un moyen ludique de préparer votre enfant à la maternelle.

Animatrice : Émilie Archambault







	3 - 5 ans	
	23 septembre - 10 semaines	
	Lundi 9 h à 11 h 30	Jeudi 9 h à 11 h 30
	110 \$	
	Pavillon Lucette-Carey	
	8 participants Prévoir une collation sans noix ni arachides.	



KARATÉ SHOTOKAN

Le karaté dans la plus pure tradition japonaise. L'enseignement du karaté traditionnel vise à former le caractère de l'athlète et promeut le respect de l'adversaire. Détermination, sincérité, effort, étiquette et contrôle de soi sont les règles du dojo. N.B. Afin de favoriser la participation familiale, les parents peuvent participer dans le cours de leur enfant.







Professeur : Michel Lecavalier

	Ceinture blanche	Ceinture jaune orange	Ceinture verte et +
	23 septembre - 12 semaines		
	Lundi et vendredi 18 h 30 à 19 h 30	Mercredi et vendredi 19 h 30 à 20 h 30	Lundi et « mercredi ou samedi » 19 h 30 à 21 h
	60 min. : 14 ans et (-) : 70 \$, 15 ans et + : 80 \$ (tx inc.) 90 min. : 14 ans et (-) : 105 \$, 15 ans et + : 121 \$ (tx inc.)		
	École Jean-Moreau		
	Résidents seulement : 2 ^e enfant à 50 % et 3 ^e enfant gratuit Uniforme (en sus) : 32 \$ Passeport sportif (en sus) : 20 \$ enfant, 30 \$ adulte		

KARATÉ SHORINJIRYU

Le karaté nous permet d'acquérir une bonne condition physique, de développer des réflexes efficaces et d'augmenter la coordination ainsi que la concentration, tout en aidant à réduire le stress. N.B. Afin de favoriser la participation familiale, les parents peuvent participer dans le cours de leur enfant.

Professeur : Martin Juteau







	6 – 12 ans	13 ans et +
	23 septembre - 12 semaines	
	Lundi et mercredi 18 h 30 à 19 h 30	Lundi et mercredi 19 h 30 à 21 h
	60 min. : 14 ans et (-) : 70 \$, 15 ans et + : 80 \$ (tx inc.) 90 min. : 14 ans et (-) : 105 \$, 15 ans et + : 121 \$ (tx inc.)	
	École du Joli-Bois	
	30 participants Résidents seulement : 2 ^e enfant à 50 % et 3 ^e enfant gratuit	



PEINTURE SUR TOILE

Cours de peinture à l'huile ou à l'acrylique. Apprentissage technique, mélange des couleurs, la perspective, le dessin, les jeux de lumière.







Professeure : Linda Desrochers

	Adulte		
	25 septembre - 10 semaines		
	Mercredi 9 h à 12 h	Mercredi ou Jeudi 9 h à 12 h	Mercredi 18 h à 21 h
	190 \$		
	Pavillon Lucette-Carey		
	6 participants maximum – Les cours du mercredi soir du 9 octobre et du 13 novembre sont devancés au 7 octobre (lundi) et 11 novembre (lundi).		

KARATÉ SHOTOKAN SÉNIOR

NOUVEAU !

Professeur : Michel Lecavalier






	50 ans et +
	23 septembre - 12 semaines
	Lundi 13 h à 14 h
	40 \$
	Pavillon Lucette-Carey
	Uniforme (en sus) : 32 \$ Passeport sportif (en sus) : 30 \$

MARCHE PLEIN AIR

NOUVEAU !

Pour débutant et intermédiaire, avec option avancée, ce cours inclut la marche avec, en intervalle, des exercices de musculation et cardiovasculaires.







Professeure : Katy de Denus

	Adulte
	26 septembre - 12 semaines
	Jeudi 11 h à 12 h
	89 \$
	Parc des Chutes-de-New Glasgow

POWER YOGA

Yoga dynamique et moderne qui a comme particularités un enchaînement dynamique de postures (asanas) et un entraînement très rigoureux.

Professeure : France Malette







	Adulte
	23 septembre - 12 semaines
	Lundi 18 h 45 à 19 h 45
	89 \$
	Pavillon Bellevue
	12 participants

ATELIERS CULTURELS ET SPORTIFS

PILATES

La méthode Pilates met l'emphasis sur la respiration, le conditionnement central et la conscience du corps. Le programme d'exercices est une façon sécuritaire et très efficace d'étirer, de renforcer et d'affiner votre corps sans ajouter de volume ou surcharger vos articulations.

Professeure : France Malette







	Adulte	
	23 septembre - 12 semaines	
	Lundi 17 h 30 à 18 h 30	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
	89 \$	
	Pavillon Bellevue	
	12 participants	



REMISE EN FORME - DÉBUTANT

Exercices de mouvements rythmés, échauffement, musculation, danse cardio et étirements.

Professeure : France Malette







	Adulte	
	26 septembre - 12 semaines	
	Jeudi 17 h 30 à 18 h 30	
	89 \$	
	Pavillon Racine	
	12 participants	

QI-KUNG

NOUVEAU !

Discipline chinoise taoïste quatre fois millénaire. La traduction signifie le travail sur l'énergie vitale. Le Chi-Kong consiste essentiellement à discipliner le corps, le mental décisionnel et émotionnel, la respiration, le Qi et l'esprit spirituel. Cette discipline s'adresse à tous ceux qui veulent améliorer leur santé physique et mentale. À ceux qui veulent comprendre le fonctionnement de l'énergie corporelle et à l'utiliser consciemment.

Professeur : Marcel Charron

	Adulte	
	24 septembre - 12 semaines	
	Mardi 9 h à 10 h 30	
	170 \$	
	Pavillon Lucette-Carey	
	18 participants	









TAI JI QUAN

NOUVEAU !

Art méditatif s'adressant à qui s'intéresse à retrouver le calme, à éliminer le stress, à augmenter son niveau de concentration, à améliorer sa capacité respiratoire, à améliorer sa condition physique et à retrouver de la souplesse ainsi que du tonus musculaire.







Professeur : Marcel Charron

	Adulte	
	26 septembre - 12 semaines	
	Jeudi 18 h 15 à 19 h 45	
	170 \$	
	Pavillon Lucette-Carey	
	18 participants	

TONUS FLEX

Pour les participants(es) désirant améliorer leur tonus musculaire et leur flexibilité. Une période de 10 minutes d'échauffement dynamique sera suivie de 25 minutes de tonus musculaire avec utilisation de matériel tel que : ballon, élastique, poids, etc., et de 25 minutes d'étirements avec matériel comme les ballons, blocs de yoga, et l'élastique. Ce cours s'adresse à tous!







Professeure : Katy de Denus

	Adulte
	25 septembre - 12 semaines
	Mercredi 20 h à 21 h
	89 \$
	Pavillon Lionel-Renaud
	25 participants

WORKOUT 20-20-20

20 minutes cardio, 20 minutes musculation, 20 minutes Pilates ou Yoga

Professeure : France Malette

	Adulte	
	25 septembre - 12 semaines	
	Mercredi 17 h 30 à 18 h 30	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
	89 \$	
	Pavillon Bellevue	Pavillon Racine
	12 participants	









ATELIERS DES CENTRES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES RIVIÈRE-DU-NORD AUTOMNE 2019



INSCRIPTION ET INFORMATION : CAPRDN.CA OU 450 436-1560
DÉBUT DES COURS LE 12 SEPTEMBRE 2019







HOCKEY COSOM - 7-13 ANS

Professeur : Hugo

	7-13 ans
	Du 12 septembre au 28 novembre - 12 semaines
	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
	67,50 \$
	Ecole du Grand-Héron
	20 participants maximum

TENNIS

Professeur : Tristan

	Tennis débutant 8-12 ans	Tennis adulte débutant 14 ans +
	Du 12 septembre au 10 octobre - 5 semaines	
	Jeudi 17 h 45 à 18 h 30	Jeudi 19 h à 20 h
	42 \$	55 \$
	Parc Lionel-Renaud	
	10 participants maximum	

CONFÉRENCE LE SOMMEIL ET LES APPRENTISSAGES

Le Club optimiste, en partenariat avec les écoles primaires de notre municipalité, vous présente une conférence avec le docteur Emmanuel Tremblay, neuropsychologue, sur les impacts des écrans sur les enfants et les adolescents.

Date : 9 octobre

Endroit : École du Grand-Héron

Heure : 19 h

Coût : Gratuit



Vous vous demandez quels effets peuvent avoir sur vos jeunes l'exposition aux tablettes, téléphones cellulaires, Internet, jeux vidéo? Vous vous questionnez concernant leurs impacts possibles sur le sommeil de vos enfants et sur leurs apprentissages à l'école? Cette conférence est pour vous!



COMITÉ DE SUIVI DU PLAN D'ACTION À L'ÉGARD DES PERSONNES HANDICAPÉES

Vous avez des commentaires ou des suggestions au sujet de l'accessibilité dans notre municipalité? Le comité invite toute personne concernée et désireuse de participer aux rencontres à communiquer avec le service des loisirs, culture et vie communautaire.

JOURNÉE INTERNATIONALE DES PERSONNES AGÉES 1^{ER} OCTOBRE

Sur la planète, 700 millions de personnes ont plus de 60 ans. Ce nombre atteindra 2 milliards en 2050, soit plus de 20 % de la population mondiale. La composition démographique joue un rôle important dans le développement durable et représente un des facteurs qui déterminera les principaux défis auxquels le monde sera confronté au XXI^e siècle. Il devient nécessaire de porter une attention accrue aux besoins spécifiques des personnes âgées. (Source : Organisation des Nations Unies)

La Municipalité de Sainte-Sophie encourage les initiatives d'activités socialisantes des organismes dédiés aux aînés et leur souhaite une magnifique journée!



Madame Louise Gallant en compagnie des participants lors d'une activité western du Club social le Réveil Amical.

FONDS DE L'ATHLÈTE ÉLITE DE SAINTE-SOPHIE

La Municipalité de Sainte-Sophie offre une bourse pour reconnaître l'excellence des citoyens qui se démarquent par leurs réalisations d'exploits ou par leur participation à des événements reconnus du milieu sportif élite. Créé en 2009, ce Fonds octroie annuellement des bourses à de jeunes athlètes étudiants de 12 à 30 ans qui pratiquent une discipline sportive reconnue officiellement. L'aide financière est accordée selon le niveau de l'athlète reconnu par sa Fédération (régionale, provinciale, nationale et internationale). Ce programme s'adresse uniquement aux Sophiens et Sophiennes. Les groupes, organismes ou équipes sportives ne sont pas éligibles.

Le service des loisirs, culture et vie communautaire assure le fonctionnement du Fonds.

Pour plus d'information, consultez la politique et le formulaire du Fonds de l'athlète élite de Sainte-Sophie au stesophie.ca/Politiques-et-programmes.

LOCALISEZ UN CROQUE-LIVRES PRÈS DE CHEZ VOUS!

QU'EST-CE QUE LES CROQUE-LIVRES?

S'inspirant de l'approche «Prends un livre ou donne un livre», l'initiative des Croque-livres est un réseau de boîtes de partage de livres destinés aux jeunes âgés de **0 à 12 ans** du Québec. Lancée en septembre 2014, l'initiative vise à rassembler et à engager les communautés autour du **plaisir de la lecture**. Adoptés et pris en charge par la bibliothèque municipale, les Croque-livres sont des points de chute qui offrent aux enfants et à leur famille un libre accès à des livres partagés.



ENDROIT DES CROQUE-LIVRES

- Parc de la Halte routière
- Parc Roland-Guindon
- Parc Duquette
- Dépanneur A. Plouffe
(1110, Chemin de Val des Lacs)



N.B. Vous ne pouvez pas retourner vos prêts de la bibliothèque dans ces boîtes.

RABAIS EXCLUSIFS POUR LES SOPHIENS

Le Club de golf Val-des-Lacs ainsi que les Écuries Casa Blanca, en partenariat avec la Municipalité, offrent 15 % de rabais aux résidents de Sainte-Sophie s'inscrivant aux activités des deux clubs.

Une preuve de résidence est exigée.

Pour plus info : info@lesecuriescasablanca.com ou valdeslacs.clublink.ca



Le Quartier 50+ est un centre récréatif destiné aux citoyens de 50 ans et plus. Il comporte une salle de billard, un gymnase, 11 terrains de pétanque intérieurs, cinq surfaces de shuffleboard intérieures, une salle de ping-pong, une salle de spectacle, des salles de cours, une salle d'informatique, une aire de restauration et de nombreuses salles multifonctionnelles

Services

Une centaine d'activités hebdomadaires en haute saison : conditionnement physique, danse, informatique, théâtre, cours de langues, excursions, voyages, orchestre, karaoké, badminton, volley-ball, shuffleboard, billard, pétanque, conférences.

Situé au 425, boulevard Jean-Baptiste-Rolland Est, Saint-Jérôme

Information : 450 432-0550

VOLLEY-BALL

Responsable : Anne-Marie Bourret
Téléphone : 450 822-5713
Info : ambourret@gmail.com

Une soirée de volley-ball est organisée tous les jeudis soir de 19 h à 21 h à l'école du Joli-bois. Communiquez avec la responsable pour connaître les disponibilités ou pour toutes autres informations.



PICKLEBALL

Le pickleball est une variante du tennis traditionnel. Il est souvent présenté comme un sport de raquette nord-américain qui combine des éléments du tennis, du badminton et du tennis de table. Pour en faire la pratique, nous vous invitons à communiquer avec le bénévole responsable qui vous initiera à la pratique de ce sport.

Endroit : Parc Brière #1

Bénévole responsable : Jean-Guy Asselin

Information : 450 436-5649

TENNIS LIBRE

INSCRIPTION ET ACCÈS AUX TERRAINS

Vous devez vous procurer la clé des terrains à la réception du service des loisirs. Une preuve de résidence vous sera exigée lors de votre inscription.

Coût : 10 \$

N.B. : Une fois la saison terminée, vous n'avez qu'à retourner la clé au service des loisirs afin d'obtenir le remboursement de 10 \$ ou la conserver pour une autre année.

TERRAINS : Parc Lionel-Renaud

Durée de jeu : Pendant les périodes d'affluence, les utilisateurs sont invités à respecter le règlement concernant la durée de jeu, soit 1 heure. Information : 450 438-7784, poste 5221.

ACTIVITÉS DE NOS PARTENAIRES

Discipline	Association	Inscriptions
Baseball	<i>Baseball mineur de Sainte-Sophie</i> baseballstesophie@hotmail.com	En personne : Bibliothèque municipale de Sainte-Sophie
Soccer	<i>Club de soccer</i> <i>Les Cavaliers de Sainte-Sophie</i> soccerstesophie.com	
Hockey	<i>Fédération des Clubs</i> <i>de hockey mineur de Saint-Jérôme</i> fhmstjerome.com	Du 21 mai 13 h au 7 juin, à 12 h En ligne : stesophie.ca En personne : Service des loisirs, Sainte-Sophie
Hockey féminin	<i>Mistral des Laurentides</i> Ahflaurentides.com	En ligne dès le 1 ^{er} mai
Patinage artistique	<i>Club de patinage artistique</i> <i>Saint-Jérôme</i> cpastjerome.ca	Du 8 juillet 8 h 30 au 19 juillet, à 12 h En ligne : stesophie.ca En personne : Service des loisirs, Sainte-Sophie
Patinage de vitesse	<i>Club de patinage de vitesse</i> <i>Mirabel et Saint-Jérôme</i> info@cpvmsj.ca @CPVMirabelSaintJerome	Du 5 au 23 août En ligne : cpvmsj.ca/inscription
Football	<i>Association régionale de football</i> <i>Laurentides-Lanaudière</i> 4496, boul. de la Grande-Allée, bureau 103, Boisbriand Tél. : 514 318-5376 Arfl.com @ARFLL	En ligne : arfl.com/inscriptions En personne : Boisbriand
Natation	<i>Neptune Natation</i> Institut régional des sports 451, rue Melançon, Saint-Jérôme 450 431-6616 neptunenatation.com @neptunenatation	En ligne : neptunenatation.com/inscription En personne : Saint-Jérôme
Nage synchronisée	<i>Neptune Synchro</i> Cégep de Saint-Jérôme, bloc sportif neptunesynchro@hotmail.com neptunesynchro.com	Juin à septembre En ligne : neptunesynchro.com
Gymnastique et trampoline	<i>Club Les Zénith</i> 450 436-8889 leszenith.com @leszenith	leszenith.com



Les journées de la culture



VENDREDI 27 SEPTEMBRE - 19 H

**SPECTACLE DE SANZA PERCUSSIONS ET SADIO SISSOKHO
SUIVI D'UN ATELIER MUSICAL (8 ANS ET +)**

Pavillon Lionel-Renaud - Ouverture des portes à 18h45



PRODUCTIONS MARIE CHEVRIER
Art de la scène d'ici et d'ailleurs

Le spectacle de Sanza Percussions et Sadio Sissokho transporte le public dans un univers mystérieux, peu connu. Un univers musical qui met en vedette des instruments traditionnels africains dont la kora (harpe africaine) qui est l'instrument par excellence des griots, ces musiciens porteurs de la tradition ancestrale et la sanza (aussi nommée selon les régions d'Afrique: mbira, kalimba, gongoma, likembé, piano à pouces) qui est un instrument très ancien issu de la culture des villages africains. Le groupe explore le métissage de deux grandes musiques improvisées, la musique mandingue et le jazz. Les deux styles se côtoient et se mélangent avec brio et imagination, entremêlés des solos du saxophone de Bryan et de la kora de Sadio Sissokho avec ses envolées vocales. Bon Voyage !

**DIMANCHE 29 SEPTEMBRE
10 H 30**

**FLASH BOOM ET PATATRA
VOYAGE EN AFRIQUE**

Pièce de théâtre pour enfants

Pavillon Lionel-Renaud

Ouverture des portes à 10 h



Destination l'Afrique: À bord du Air Flash Patatra, les spectateurs atterrissent sur le continent africain où ils découvriront des paysages, des animaux et des coutumes bien différentes de chez nous. Spectacle de contes africains, haut en couleurs, animé par Sylvie et Julie. 4-10 ans / famille

**SAMEDI
28 SEPTEMBRE
DE 10 H À 11 H**

**Mille et une façons
de raconter une
histoire**

Voir détails page 35.



Atelier gratuit



THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

DE CONCERT AVEC


 Desjardins

POUR LES ENFANTS DE 8 À 10 ANS
ET LEURS PARENTS

Mille et une façons de raconter une histoire

Avec un des acteurs du spectacle *La légende de Barbe d'Or*, les enfants découvrent et expérimentent comment raconter une histoire avec des objets du quotidien.

Samedi 28 septembre 2019, 10 h à 11 h

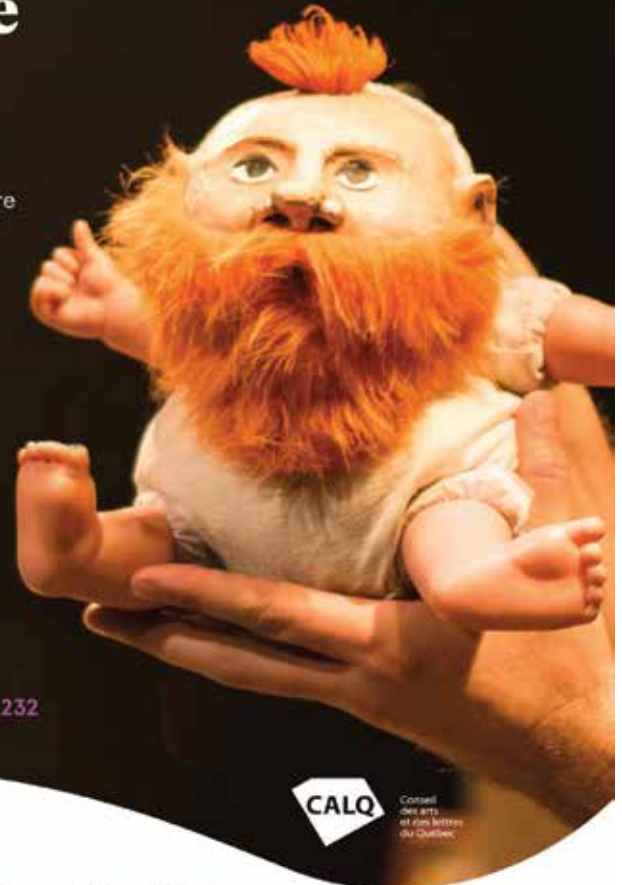
 Salle du conseil municipal
2199, Boulevard Sainte-Sophie
Sainte-Sophie

Gratuit

20 participants seulement

> **Inscription obligatoire**

Contacteur : Émilie Gauvin
emiliegauvin@enscene.ca 450-432-0660 #232



CALQ Conseil
des arts
et des lettres
du Québec

DIMANCHES EN FAMILLE

Le spectacle *La Légende de Barbe d'Or*, de Marc-André Berthold et Simon-Pierre Lambert, sera présenté le **29 septembre à 15 h** au Théâtre Gilles-Vigneault.

Achetez vos billets
theatregillesvigneault.com

Restez informés



Les journées
de la culture

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE DE SAINTE-SOPHIE

HEURES D'OUVERTURE BIBLIOTHÈQUE

Mardi : 11 h à 18 h • Mercredi à vendredi : 12 h à 20 h 30 • Samedi : 9 h à 16 h 30

PRÊTS ET CONSULTATIONS

Périodiques, documents de références et livres traitant de sujets d'arts, économie, spiritualité, politique, tourisme, gastronomie, littérature, sciences, éducation, culture, informatique, sports, romans pour adultes (anglais-français), romans jeunesse, albums, documentaires jeunes et adultes (anglais-français), biographies, affaires, écologie, histoire, géographie, ésotérisme, philosophie, etc.

DURÉE ET NOMBRE DE PRÊTS

- **6 semaines** : Quatre volumes, deux revues et un casse-tête
- **1 semaine** : Best-sellers (nouveau)

SERVICES OFFERTS

Réservation de livres, suggestion d'achat, tables de travail, section enfants, postes informatiques, service WIFI, chute à livres, animation de l'heure du conte, programme : *Une naissance, un livre*.



CONNAISSEZ-VOUS LES SERVICES OFFERTS PAR LA BANQ?

(Bibliothèque et Archives nationales du Québec)

En plus de pouvoir bénéficier d'une multitude de services directement sur place, les résidents du Québec qui désirent simplement profiter des ressources en ligne de BANQ peuvent s'abonner gratuitement aux services à distance.

Cet abonnement au service à distance est offert en ligne sur le portail de BANQ au www.banq.qc.ca, et seule une preuve de résidence est nécessaire pour s'en prévaloir. Vous aurez donc accès à une multitude de documents tels que livres numériques, journaux, magazines, bases de données, archives, archives généalogiques et autres.

LA GRANDE BIBLIOTHÈQUE EST SITUÉE AU
475, boulevard De Maisonneuve Est à Montréal
Téléphone : 1 800 363-9028

HEURE DU CONTE (Gratuit)

5-12-19-26 octobre
2-9-16-23 novembre

10 h à 10 h 45 - Durée : 45 min.
Lieu : Bibliothèque

Pour les 2 à 7 ans, accompagné d'un parent.
S'inscrire une semaine à l'avance à la bibliothèque.
Places limitées

CLUB SOCIAL LE RÉVEIL AMICAL (POUR 50 ANS ET +)



Venez nous rencontrer à compter du 18 septembre au Pavillon Bellevue. Tous les mercredis de 9 h 30 à 16 h : cours de danse, bingo et autres activités vous sont offerts. Un service de repas santé est offert sur place. Vous voulez venir voir ce qui s'offre à vous? Venez découvrir notre journée d'essai.

La prochaine activité : sortie aux pommes et méchoui chez Constantin le 25 septembre 2019.

Tout au long de l'année, des sorties organisées et des dîners spéciaux vous seront offerts.

Pour les résidents de Sainte-Sophie, une navette d'autobus vous est offerte gratuitement aller-retour au domicile. Bonne rentrée à tous et au plaisir de se voir en septembre!

Consultez le bottin des organismes pour information.

LA MONTAGNE D'ESPOIR www.lamontagnedespoir.com

Aide alimentaire / dépannage d'urgence

Aide alimentaire : mardi, 9 h à 12 h

Vous devez vous procurer votre numéro à la porte dès 8 h 30

N.B. : Stationnement interdit dans la rue.

Service offert uniquement aux résidents de Sainte-Sophie.



Brunch de Noël des pompiers au profit de La Montagne d'Espoir

Le 17 novembre 2019 aura lieu le brunch des pompiers de la Municipalité de Sainte-Sophie. L'événement aura lieu au pavillon Lionel-Renaud, au 2181, rue de l'Hôtel-de-Ville, de 10 h à 14 h. Les profits amassés seront utilisés pour les paniers de Noël. Les billets seront disponibles à La Montagne d'Espoir et aux deux casernes de pompiers. Venez nous encourager en grand nombre!

Barrage routier

Notre traditionnel barrage routier aura lieu le 30 novembre 2019. Les sous amassés seront utilisés pour les paniers de Noël. Merci à l'avance pour vos dons!

Inscriptions aux paniers de Noël pour les membres réguliers

Les inscriptions aux paniers de Noël auront lieu du 15 octobre au 15 novembre 2019.

Contactez-nous au 450 436-4747 pour prendre rendez-vous.

De plus, nous remercions madame Louise Gallant, mairesse, tous les conseillers ainsi que la Municipalité de Sainte-Sophie pour leur soutien et leur implication dans nos activités.



Humanichat est un organisme sans but lucratif qui a pour mission de freiner la surpopulation des chats errants et abandonnés et de sensibiliser la population de Sainte-Sophie à l'importance de la stérilisation. À ce jour, nous avons fait stériliser plus de 500 chats, ce qui signifie plusieurs milliers de dollars en frais vétérinaires.

Afin de poursuivre notre travail, nous comptons sur des contributions et des dons, mais nous devons aussi organiser des levées de fonds et, pour ce faire, **nous avons besoin de votre soutien, concitoyens de Sainte-Sophie.**

Nous vous invitons donc à notre souper spaghetti annuel.

SOUPER SPAGHETTI

Quand : Samedi 19 octobre 2019 de 17 h à 23 h (souper servi à 18 h, DJ et danse en soirée)

Où : Pavillon Lionel-Renaud

Prix : adulte 18 \$ enfant 8 \$ (12 ans et moins)

Pour vous procurer des billets : contactez-nous via notre page **Facebook** ou à l'adresse courriel humanichat@outlook.com.

Il y aura également des points de vente à Sainte-Sophie.

Formez un groupe de 10 adultes et recevez un billet gratuit.

Merci de participer en grand nombre et de nous encourager!

CERCLE DE FERMIERES STE-SOPHIE



Déjà septembre! Les activités du Cercle reprendront officiellement!

Nous invitons les dames intéressées aux travaux manuels et aux techniques en tissage, tricot, couture, broderie, à se joindre à nous en communiquant avec le secrétariat au 450 431-1480.

Invitation à la population de Sainte-Sophie à l'occasion des Journées de la culture; une porte ouverte vous accueillera le samedi 28 septembre de 10 h à 16 h, au Pavillon Lucette-Carey. Nous vous attendons en grand nombre, c'est un rendez-vous!

Bienvenue, femmes de cœur!



LA PAROISSE SAINTE-SOPHIE

À tous les paroissiens désireux de faire baptiser leur enfant à la paroisse de Ste-Sophie, veuillez vous inscrire en téléphonant au presbytère.

De même pour les inscriptions au parcours familial (communion et confirmation) pour des enfants de 8 à 13 ans

Communiquez avec Lucienne Dubois tél : 450 431-1426

MAISON DES JEUNES SAINTE-SOPHIE

L'été est déjà terminé, et l'horaire d'automne est de nouveau en place. Le calendrier sera publié sur le Facebook de la MDJ. Visitez notre page régulièrement afin de connaître tous les détails de la programmation des activités qui seront offertes. Une super activité d'improvisation est en cours; viens te joindre à nous! Bienvenue aux jeunes de 12 à 17 ans!



MARCHÉ DE NOËL DE SAINTE-SOPHIE

Le Marché de Noël de Sainte-Sophie aura lieu **les 23 et 24 novembre 2019**. L'événement se déroulera au Pavillon Lionel-Renaud. Près de 40 artisans ont été sélectionnés pour vous offrir la plus belle variété de produits de chez nous. Merci et au plaisir de vous voir pour ce bel événement!

CLUB OPTIMISTE SAINTE-SOPHIE



Disco Optimiste

Dates : 6 septembre, 4 octobre,
29 novembre et 13 décembre

Heure : 18 h 30 à 22 h

Clientèle : Enfants 7 à 12 ans

Endroit : Pavillon Lionel-Renaud

Coût : 3 \$ par personne

Restaurant sur place

Disco Optimiste pause parent Extrême

(levée de fonds)

Date : 16 novembre à 20 h

Endroit : Pavillon Lionel-Renaud

Coût : 20 \$ par personne

Permis de la SAQ

Vous amenez vos enfants à la Disco Optimiste et vous appréciez la musique! C'est à votre tour de venir danser sur la musique de DJ MAX.

Cette levée de fonds nous aidera à élaborer de nouvelles activités pour les jeunes de Sainte-Sophie. Amenez vos amis et venez vous éclater avec nous. Tables de 8 ou 10 personnes. Un coupon pour une boisson gratuite à l'entrée. Pour obtenir des billets, communiquez avec nous au 450 602-4852.

Pour les adultes seulement

Bricocoptimiste

Dates : 7 septembre, 5 octobre,
30 novembre, 14 décembre

Heure : 9 h

Clientèle : enfants de 4 à 12 ans

Endroit : Pavillon Lionel-Renaud

Coût : 2 \$ par personne

Service de restaurant sur place

Activité de bricolage visant à stimuler la créativité artistique. Une pré-inscription est requise. Les enfants doivent apporter un tablier. La présence d'un adulte est obligatoire pour les enfants de 4 et 5 ans, et nous n'acceptons aucun enfant de moins de 4 ans dans la salle.

(Voir site Facebook pour le bricolage qui sera réalisé)

Disco Optimiste de Rosalie pour l'Halloween

Date : 2 novembre

Disco Optimiste spéciale où les enfants et leurs parents sont invités à se costumer pour fêter l'Halloween! Même coût et même heure, mais les parents peuvent accompagner les enfants. Veuillez noter que nous n'accepterons aucun enfant de moins de 7 ans s'il n'est pas accompagné d'un parent.

Vous désirez vous impliquer et devenir bénévole, n'hésitez pas à communiquer avec nous! Consultez notre page Facebook et le bottin des organismes pour plus d'information.



CENTRE DE MÉDITATION TSONGKHAPA

Un joyau de sérénité au cœur de la forêt



Le Centre de Méditation Tsongkhapa (CMT) vous invite à venir le découvrir, à expérimenter la méditation et à explorer le chemin spirituel vers l'Éveil.

Nos activités sont :

- Philosophie bouddhiste tibétaine par notre directeur spirituel
- Cours de méditation par l'enseignant laïc résident
- Différents rituels et cérémonies traditionnelles, selon le calendrier lunaire
- Événements spéciaux mensuels et annuels
- Cours de langue tibétaine
- Ambiance paisible pour étudier dans notre bibliothèque; plus de 1000 livres dans plusieurs langues sont aussi disponibles sur place

C'est avec grand plaisir que le Centre de Méditation Tsongkhapa vous accueille et vous guide dans votre recherche spirituelle.

Le CMT est un organisme de bienfaisance enregistré qui fonctionne uniquement sur les dons (reçus de charité disponibles) et qui est maintenu par les moines et les bénévoles.

Diverses activités sont aussi au programme, avec tous les détails du calendrier; veuillez consulter notre site Web.



Service agréé d'archives privées

HISTOIRE ET GÉNÉALOGIE DES FAMILLES À PARTIR DES ARCHIVES

Venez découvrir comment mettre en valeur votre patrimoine familial en créant un blogue. Cette plateforme vous permet de diffuser sur Internet le résultat de vos recherches historiques au fur et à mesure et de les partager avec les membres de votre famille.

CONFÉRENCE AVEC HAROLD LARENTE, membre de la Société d'histoire de la Rivière-du-Nord

Date : Mardi 5 novembre 2019, 14 h à 15 h 30

Lieu : Quartier 50+ de Saint-Jérôme



Coût : Gratuit - Ouvert à tous

Réservation obligatoire au :
www.quartier50.eventbrite.ca

Harold Larente, B. Sc. Urbanisme et étudiant en histoire, vous présentera son blogue et vous fera part des recherches qu'il a entreprises depuis qu'il a commencé la généalogie des Vinet dit Larente.

Symbole visuel du blogue d'Harold qui représente la campagne en Charente-Maritime, en France, d'où provient Barthélémy Vinet dit Larente.



Hockey Féminin

Équipes pré-novice à senior!

Pour être au courant des événements et des activités du Mistral suivez nous sur Facebook et Instagram.

info@ahflaurentides.com
www.ahflaurentides.com

AHFL
Association Hockey Féminin des Laurentides



Programme
Première Présence
Canadiens de Montréal
pour les filles de 6 à 10 ans

- Essais sur glace à faible coût
- Équipement BAUER gratuit
- Accessible, sécuritaire, amusant
- Places limitées!



AUTOMNE - HIVER

SESSION AUTOMNE

Gymnastique et Trampoline



Cours de gymnastique dès 2 ans et cours de trampoline dès 5 ans. La session automne 2019 débute dès le **samedi 7 septembre 2019** pour 15 semaines. Consultez leszenith.com.



SESSION HIVER

Débutant le **samedi 4 janvier 2020**.
Pré-inscriptions pour les membres inscrits à la session automne 2019 sur notre site Internet du 3 décembre (8 h) au 9 décembre 2019.

Inscriptions pour tous : en ligne
Du 10 décembre 2019 (8 h) au 2 janvier 2020.

MAGASINAGE des fêtes!

Profitez de notre après-midi gardiennage pour aller magasiner et terminer vos courses pour le temps des fêtes.

Deux après-midi offerts :

dimanche 17 novembre
et dimanche 8 décembre 2019
de 13 h à 17 h.

Pour les enfants de 5 ans et + : 20 \$.

Inscription en ligne ou à la boutique dès le 1^{er} novembre.

Consultez notre site Web pour plus d'info.





Après avoir fait en juillet dernier de son souper champêtre / équestre un grand succès, L'Association des gens d'affaires de Sainte-Sophie est fière de vous présenter les deux prochaines activités à venir.

le **samedi 14 septembre** aura lieu le Rallye automobile familial découverte, une occasion de mieux connaître les divers attraits et commerces de Sainte-Sophie. Cette activité se terminera par un souper Blé d'Inde. Soyez-y en grand nombre.

Puis le **19 octobre prochain** se tiendra la toute première édition du Gala Hommage aux employés(es), une façon pour les entrepreneurs, commerçants et autres de commémorer et reconnaître le travail ou les années de travail de vos employés(es) au sein de votre entreprise.

Pour renseignements, www.agasaintesophie.com ou par téléphone au 450 516-0976 ou 450 848-4100

On se remet en forme cet automne ?
Essayez le forfait illimité !
—
Horaire et information en ligne
caprpn.quebec

Les CENTRES d'activités physiques
Rivière-du-Rouge

**SAMEDI
28 SEPTEMBRE
2019**



COURSE NATURE
x EXTREME
1^{ère} édition

Course familiale à obstacles

Organisée par



Présentée par



Activités pour toute la famille :

- Maquillage
- Jeux gonflables
- Mascottes
- Et plusieurs autres!

1.5 km
(5 ans et +)

- Accompagné d'un parent
10 h 30 à 12 h 30
départs aux 10 minutes

3.5 km
(12 ans et +)

- Individuel 14 h 20 à 15 h
départs aux 10 minutes
- Équipe (3 personnes)
13 h 30 à 14 h 10
départs aux 10 minutes

Tarifs

1.5 km - 15 \$ / 18 \$*

3.5 km ind. - 30 \$ / 33 \$*

3.5 km combo (2) - 50 \$ / 60 \$*

3.5 km équipe (3) - 75 \$ / 90 \$*
































*Augmentation le 13 septembre
Taxes et frais inclus dans le prix.

Sentiers
655 rue Filion,
Saint-Jérôme
Centre Notre-Dame
































coursenature.ca

450-436-5757 (3913)

ORGANISMES LOCAUX	CONTACTS	COORDONNÉES
ASSOCIATION DES GENS D'AFFAIRES DE SAINTE-SOPHIE	André Guillemette, président	 450 516-0976  aguillemette@golfelegrandduc.com
BASEBALL MINEUR STE-SOPHIE	Patrick Chastenais, président	 514 916-2039  pchastenais@gmail.com  baseballstesophie@hotmail.com
CERCLES DE FERMÏÈRES SAINTE-SOPHIE (LES)	Manon Desroches, présidente	 450 553-3793  manondesroches@hotmail.com
CLUB OPTIMISTE SAINTE-SOPHIE 2017 INC.	Yves Dion, président	 Yves Dion : 450 602-4852  Richard Gohier : 450 438-3221  cosaintesophie2017@hotmail.com  Facebook : Club optimiste Sainte Sophie
CLUB DE SOCCER « LES CAVALIERS DE STE-SOPHIE » INC.		 450 504-2775  info@soccerstesophie.com
CLUB SOCIAL LE RÉVEIL AMICAL INC.	Lisette Trudeau, vice-présidente	 450 504-3359  tweety41@hotmail.com
CPE LES BONHEURS DE SOPHIE	Francine Huot, directrice	 450 432-8065, poste 23  cpebonheursophie@videotron.ca
FABRIQUE DE LA PAROISSE SAINTE-SOPHIE (LA)	Georges Dubé, président	 450 432-7168  gdube333@gmail.com  450 431-1426  egliseeste-sophie@videotron.ca
HUMANICHAT	Sophie Young	 humanichat@outlook.com
MONTAGNE D'ESPOIR (LA)	Yvette Rocheleau, administratrice	 450 436-4747  lamontagnedespoir@bellnet.ca  lamontagnedespoir.com
MAISON DES JEUNES SAINTE-SOPHIE	Lison Girard, présidente	 450 565-4200  reli50@hotmail.com
MARCHÉ DE NOËL DE SAINTE-SOPHIE	Sophie Astri, présidente	 450 712-2225  sastri@stesophie.ca

LACS	CONTACTS	COORDONNÉES
ASSOCIATION DES PROPRIÉTAIRES DU DOMAINE DES VALLONS	Sylvie Desjardins, présidente	 450 504-5221  sylviedesjardins2727@hotmail.com
ASSOCIATION DU LAC BELLEVUE	Maryse Deslongchamps	 marysedeslong@hotmail.com
ASSOCIATION DU LAC CLEARVIEW (L')	Michel Deschênes, président	 450 432-2609  mdeschesnes@videotron.ca
ASSOCIATION DU LAC DUQUETTE	Frank Cowan, président	 450 530-3393  cowan.frank@videotron.ca
ASSOCIATION DU LAC HIRONDELLE	François Houle, président	 450 438-0035  associationdulachironnelle@gmail.com
COMITÉ DES LOISIRS DE SAINT-JOSEPH DES LAURENTIDES	Pierre Gendron, président	 450 592-2459  gendrondupuis@videotron.ca
COMITÉ DES LOISIRS DU LAC BREEN DE STE-SOPHIE	Diane Robitaille, présidente	 450 438-9601  dianedesj@hotmail.com
COOPÉRATIVE DU LAC DION	Christian Génier, président	 450 432-5789  coopdulaction@gmail.com
CORPORATION DES TROIS LACS SAINTE-SOPHIE INC.	Guy Beauchamp, président	 450 432-5680  baignoirevr@hotmail.com
ORGANISMES RÉGIONAUX	CONTACTS	COORDONNÉES
A.L.P.F.Q. « LES BONS AMIS » INC.	André Leclerc, président	 514 863-6743  hab.and-jo@videotron.ca
CENTRE « LE SOLEIL LEVANT »	Ghyslain Julien, président	 450 565-3721  ghyslainjulien@gmail.com
CENTRE DE MÉDITATION TSONGKHAPA		 450 504-2955  meditationtsongkhapa@gmail.com  www.meditationtsongkhapa.org
CLUB DES BALADEURS ÉQUESTRES DES LAURENTIDES	Daniel Matte, président	 450 432-6531  ranchentr_amis@hotmail.ca
CLUB QUAD BASSES-LAURENTIDES	Ligne info	 1 877 505-2025
CLUB RÉCRÉATIF ÉQUESTRE DES LAURENTIDES	Nicole S. Joyal, présidente	 450 565-0381  crel@live.ca
MAISON DE RÉPIT « CLAIRE » DE LUNE	Marie-France Taylor, coordonnatrice	 450 431-3248  cldelune1988@gmail.com

BOTTIN DES ORGANISMES

ORGANISMES RÉGIONAUX EXTÉRIEURS	CONTACTS	COORDONNÉES
ASSOCIATION RÉGIONALE DE FOOTBALL LAURENTIDES/LANAUDIÈRE		 514 318-5376  arfl.com
CLUB DE GYMNASTIQUE LES ZÉNITH		 450 436-8889  info@leszenith.com
CLUB DE NATATION NEPTUNE		 450 431-6616  info@neptunenatation.com
CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MIRABEL ET SAINT-JÉRÔME	Karine Desrochers	 450 858-1497  president@cpvmsj.ca
CLUB NEPTUNE SYNCHRO		 neptunesynchro@hotmail.com
CPA SAINT-JÉRÔME	Alexandre Durocher, président	 450 565-0422  cpadurocher.alex@gmail.com
ESCADRON LE 682 LAURENTIDES	Manon Cormier, présidente	 450 848-1682  info@escadron682.com
FÉDÉRATION DES CLUBS DE HOCKEY MINEUR DE SAINT-JÉRÔME		 secretaire@fhmstjerome.com  president@fhmstjerome.com
MAISON D'HÉBERGEMENT JEUNESSE LA PARENTHÈSE	Christine Richard, coordonnatrice	 450 565-0958  crichard@mhjlaparenthese.org
PARTENAIRES	COORDONNÉES	
CENTRES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES RIVIÈRE-DU-NORD (LES) (CAPRDN)	 450 436-1560  info@caprpn.ca	
CONSEIL DE LA CULTURE DES LAURENTIDES	 450 432-2425  ccl@culturelaurentides.com	
EN SCÈNE	 450 432-0660  info@enscene.ca	
MUSÉE D'ART CONTEMPORAIN DES LAURENTIDES	 450 432-7171  musee@museelaurentides.ca	
RÉGIE INTERMUNICIPALE DE L'ARÉNA RIVIÈRE-DU-NORD	 450 327-6435  direction@arrdn.ca	
RÉGIE INTERMUNICIPALE DU PARC RÉGIONAL DE LA RIVIÈRE-DU-NORD	 450 431-1676  accueil@parcrivieredunord.ca	
SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE LA RIVIÈRE-DU-NORD	 450 436-1512  courriel@shrn.org	

COLLECTE DES ORDURES MÉNAGÈRES

1 FOIS AUX 2 SEMAINES À COMPTER DU 10 SEPTEMBRE 2019

V1

SECTEUR VILLAGE • MARDI

Au nord du chemin Abercrombie jusqu'au lac Dion, secteur New Glasgow, montée Morel au sud de la rue du Roc et du chemin de Val-des-Lacs.

V2

SECTEUR DES LACS • VENDREDI

Haut Sainte-Sophie, montée Morel au nord de la rue du Roc et du chemin de Val-des-Lacs au nord de la 4^e Rue.

COLLECTE DES MATIÈRES RECYCLABLES

R1

SECTEUR VILLAGE • 1 MERCREDI SUR 2

Au nord du chemin Abercrombie jusqu'au lac Dion, secteur New Glasgow, montée Morel au sud de la rue du Roc et du chemin de Val-des-Lacs.

R2

SECTEUR DES LACS • 1 MERCREDI SUR 2

Haut Sainte-Sophie, montée Morel au nord de la rue du Roc et du chemin de Val-des-Lacs au nord de la 4^e Rue.

MATIÈRES RECYCLABLES ACCEPTÉES

- **Papier et carton** : journaux, feuilles, circulaires, revues, enveloppes et sacs de papier, livres, annuaires téléphoniques, rouleaux de carton, boîtes de carton, boîtes d'œufs, cartons de lait et de jus.
- **Verre** : bouteilles et pots, peu importe la couleur.
- **Plastique** : bouteilles, contenants et emballages de produits alimentaires, de boissons, de cosmétiques, de produits d'hygiène personnelle, bouchons et couvercles, sacs et pellicules d'emballage et d'entretien ménager identifiés par un de ces symboles.



- **Métal** : contenants en aluminium, canettes, boîtes de conserve, clous, fil métallique, chaudrons, cintres.

MATIÈRES NON RECYCLABLES

- **Papier et carton** : papier ou carton multicouches (sachet de sauce, emballage à biscuits, etc...), mouchoirs de papier, essuie-tout et couches jetables, papier ou carton souillé de graisse, d'aliments, etc.
- **Verre** : verre plat, cristal, pyrex, porcelaine et vaisselle, contenants de produits dangereux, ampoules électriques, etc.
- **Plastique** : tous les sacs et pellicules de plastique, contenants de produits dangereux, styromousse, produits composés de plusieurs matériaux (rasoirs jetables, cartables, ...), emballages (sacs de croustilles, tablettes de chocolat, ...).
- **Métal** : contenants de produits dangereux (peinture, solvant, etc.), batteries, sacs d'emballage métallisés (croustilles et cristaux de saveur, ...).

COLLECTE DES MATIÈRES ORGANIQUES PUTRESCIBLES

CHAQUE SEMAINE DU 2 MAI AU 31 OCTOBRE 2019

(aux deux semaines dès le 7 novembre 2019)



SECTEUR VILLAGE • JEUDI

Au nord du chemin Abercrombie jusqu'au lac Dion, secteur New Glasgow, montée Morel au sud de la rue du Roc et du chemin de Val-des-Lacs.



SECTEUR DES LACS • JEUDI

Haut Sainte-Sophie, montée Morel au nord de la rue du Roc et du chemin de Val-des-Lacs au nord de la 4^e Rue.

NE PAS DÉPASSER 125 KILOS (275 LBS) MAXIMUM

MATIÈRES ACCEPTÉES

- **Résidus alimentaires** : fruits et légumes, incluant les noyaux, pains, pâtes et autres produits céréaliers, viandes, volailles, poissons et fruits de mer, os, arêtes, peau, graisses et coquilles, produits laitiers, aliments périmés sans l'emballage, sachets de thé, de tisane, grains et filtres à café, desserts et sucreries, noix et leurs coquilles, oeufs et leurs coquilles, nourriture d'animaux.
- **Résidus verts** : feuilles mortes, surplus de gazon, branches de moins de 1 cm de diamètre, fleurs, plantes et mauvaises herbes, résidus de taille de haies, bran de scie, copeaux et écorces, petites racines, cônes et aiguilles de conifères, paille et foin, plantes d'intérieur, terre de rempotage.
- **Autres matières** : papier, carton et emballages souillés (boîtes de pizza, papier à muffins), assiettes et verres de carton souillés, cheveux, poils, plumes, litière et excréments d'animaux, serviettes de table, essuie-tout, cendres refroidies depuis 72 heures.

MATIÈRES REFUSÉES

Sacs de plastique de toutes sortes incluant les sacs de plastique dits compostables ou biodégradables, emballages plastifiés et styromousse, vaisselle, ustensiles et verres en plastique de toutes sortes, résidus de construction, de rénovation et de démolition, morceaux de bois et branches de plus de 1 cm de diamètre, matières recyclables, carton ciré, textile et cuir, couches et produits sanitaires (serviettes hygiéniques, cure-oreilles, soie dentaire), liquides en grande quantité (soupe, lait, jus, café), charpie de sècheuse, feuilles d'assouplissant, animaux morts, poussière d'aspirateur, résidus domestiques dangereux (huiles usées, piles, peinture, pesticides et autres produits chimiques dangereux), chandelles, mégots de cigarettes, médicaments et déchets biomédicaux.



Il est important de savoir que les bacs distribués appartiennent à la municipalité et qu'ils sont répertoriés selon le numéro civique de votre domicile. Si vous déménagez, vous devez les laisser sur place. Il est interdit d'utiliser les bacs à des fins autres qu'à la récupération et aux matières organiques. Toutes modifications ou altérations de façon à modifier leur utilité sont interdites. La Municipalité pourra procéder au ramassage des bacs et rend le contrevenant passible d'une amende.

Prendre votre douche
le temps d'une chanson
peut vous permettre
d'économiser jusqu'à

200

litres d'eau
par semaine.



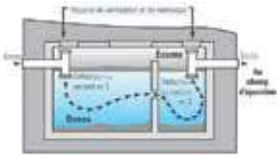
**MON
EMPREINTE
BLEUE**

Calculez votre consommation d'eau à
Quebec.ca/monempreintebleue

Votre
gouvernement

Québec

L'ENTRETIEN DE VOTRE INSTALLATION SANITAIRE



en faisant vidanger régulièrement les boues accumulées dans sa fosse septique.

Ainsi, toute fosse septique utilisée à longueur d'année doit être vidangée au moins une fois tous les deux (2) ans, à l'exception d'une installation à vidange périodique qui doit être vidangée plus fréquemment. À la suite de la vidange, l'entrepreneur vous remet un reçu confirmant que l'entretien de l'installation sanitaire a été effectué. Cette preuve d'entretien **doit être transmise à la Municipalité** dans un délai raisonnable.

Tout propriétaire doit entretenir son dispositif de traitement des eaux usées desservant sa résidence ou tout autre bâtiment, notamment

Par ailleurs, tout propriétaire d'un système de traitement secondaire avancé et tertiaire (Premier Tech, Bionest, Enviro-Septic) doit être lié en tout temps par contrat avec le fabricant du système ou un tiers qualifié. Le contrat doit stipuler qu'un entretien annuel minimal du système sera effectué. Par la suite, une copie de ce contrat **doit être transmise à la Municipalité**.

Enfin, tout propriétaire doit s'assurer que son dispositif est en état d'utilisation permanente et doit s'assurer qu'il ne constitue pas une source de nuisance ou de contamination. N'oubliez pas qu'en matière de nuisances et de causes d'insalubrité, **le droit acquis n'existe pas**.

Source : ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques



LES SACS EN PLASTIQUE

Chaque année, près de 1,4 milliards de sacs en plastique sont utilisés par les consommateurs québécois. C'est beaucoup! Surtout quand on sait que ces sacs servent en moyenne **20 minutes** et pourraient prendre entre **100 et 400 ans** avant de se dégrader dans l'environnement.

Afin de réduire l'ampleur du phénomène, il existe deux solutions faciles et efficaces. La première, la réduction à la source : lors d'achats, on refuse qu'on mette l'article dans un sac, (c'est déjà un de moins!), et on utilise des sacs en tissu ou recyclés pour faire l'épicerie ou le magasinage. La deuxième solution, la réutilisation ou le recyclage des sacs : on peut les réutiliser comme sacs à lunch ou sacs à ordures. Pour le recyclage, il est préférable de mettre les sacs ou autres pellicules

dans un seul et même sac. Lorsque votre sac est plein, vous le nouez et le déposez au recyclage.

Tous les plastiques souples ne sont pas recyclables. Pour savoir s'ils vont dans le bac ou non, vous prenez le sac ou l'emballage et tentez de l'étirer en poussant avec votre pouce. Si le sac s'étire aisément, cela signifie qu'il se recycle. Dans le cas contraire, il va à la poubelle.

Vous ne savez pas si un produit ou une matière est recyclable, téléchargez l'appli mobile «Ça va où?» ou consultez l'outil de recherche «Ça va où?» sur le site Internet de Recyc-Québec à : **www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/points-de-recuperation**.

Vous n'avez qu'à sélectionner Sainte-Sophie (Laurentides) et choisir le produit ou la matière pour obtenir la réponse.

Source : Recyc-Québec

VENTS VIOLENTS

Les vents violents peuvent être associés à des dépressions atmosphériques ou à des phénomènes météorologiques localisés. On parle de vents violents lorsque les vents soufflent à plus 60 km/h pendant au moins une heure ou lorsque surviennent des rafales de plus de 90 km/h. Ces phénomènes météorologiques ne sont pas sans conséquence : pannes de courant prolongées, inondations, mouvements de sol, ruptures de barrage, verglas, feux de forêt ou ondes de tempête. Les vents violents peuvent causer des dégâts importants et même des décès. Soyez prévoyants et limitez les dangers de ces phénomènes météorologiques!

En cas d'alerte météorologique de vents violents, **suivez les messages d'alerte météorologique à la radio, à la télévision ou sur Internet**. Vous pouvez remiser et attacher solidement tout ce que le vent pourrait emporter : Meubles de jardin • Barbecue • Boîtes à ordures • Antenne parabolique



Comment se préparer à des vents violents?

- Ayez chez vous les articles essentiels en cas de situation d'urgence.
- Coupez et ramassez régulièrement les branches d'arbre mortes sur votre terrain.
Si vous avez des arbres à proximité de fils électriques, communiquez avec Hydro-Québec.

Que faire si vous êtes chez vous?

- Réunissez les membres de votre famille en un lieu sûr, comme au sous-sol, et abritez-vous sous un meuble solide. Si votre domicile n'a pas de sous-sol, abritez-vous dans la salle de bain, un corridor, une garde-robe ou sous un meuble solide.
- Éloignez-vous des portes et des fenêtres.
- Évitez de prendre l'ascenseur si vous habitez un immeuble d'appartements.
- Évacuez votre maison mobile, car elle pourrait être emportée par le vent.

Que faire si vous êtes dehors?

- Cherchez à vous réfugier dans un bâtiment sûr dont le toit semble solide pour résister à la force du vent et au poids de la neige.
- Si vous êtes dans un lieu découvert et qu'il n'y a pas d'abri à proximité, cherchez refuge sous un viaduc, dans un fossé ou un repli de terrain. Couchez-vous face contre sol et protégez votre tête avec vos mains.

Que faire si les vents faiblissent?

- Faites attention aux débris comme la tôle, le verre ou tout autre objet coupant.
- Ne touchez pas aux fils électriques par terre ou qui pendent, car ils peuvent être sous tension. Communiquez avec Hydro-Québec.
- N'entrez jamais dans un édifice endommagé par les vents.
- Soyez attentif à la qualité de l'eau potable, surtout après des pluies abondantes.

PLAN FAMILIAL D'URGENCE

Un plan familial d'urgence est très utile en cas de danger. Prenez quelques minutes pour préparer le vôtre. C'est si simple!

- Ayez chez vous en tout temps une trousse d'urgence qui contient les articles essentiels pour subvenir aux besoins de première nécessité de votre famille pendant les 3 premiers jours d'une situation d'urgence.
- Dressez une liste de coordonnées des personnes à joindre en cas d'urgence – membres de votre famille, garderie, école, municipalité, etc.
- Faites le plan d'évacuation de votre maison.
- À la maison, sachez comment couper l'eau, l'électricité et le gaz, s'il y a lieu.
- En cas d'urgence, évitez de prendre l'ascenseur.
- Planifiez un itinéraire pour quitter votre quartier. Prévoyez un autre chemin au cas où des routes seraient impraticables. Pour votre sécurité, n'oubliez pas de signaler aux responsables des mesures d'urgence de votre municipalité que vous avez quitté votre domicile et l'endroit où vous logez.
- Dressez un inventaire de vos biens, avec preuves d'achat, photos ou bandes vidéo. Conservez ces documents et une copie de vos polices d'assurance habitation et automobile à l'extérieur de votre domicile en lieu sûr, au bureau par exemple.

Au fait, êtes-vous assuré?

La majorité des contrats d'assurance habitation couvre les dommages causés par des catastrophes naturelles comme la grêle, la foudre, les tempêtes de vent ou les tornades. Vous pouvez même vous procurer une protection contre les tremblements de terre!

LA TROUSSE D'URGENCE

Avoir une trousse d'urgence à la maison est important. Elle doit contenir suffisamment d'articles pour permettre à votre famille de subsister pendant les 3 premiers jours d'un sinistre. Placez votre trousse d'urgence dans un endroit facilement accessible. Vérifiez annuellement son contenu. Remplacez au besoin les piles et les réserves d'eau. Ayez en tout temps à la maison les articles suivants, idéalement rassemblés dans un sac à dos ou un contenant :

- Eau potable, deux litres par personne par jour, pour au moins 3 jours
- Nourriture non périssable, provisions pour au moins 3 jours
- Ouvre-boîte manuel
- Radio à piles, piles de rechange
- Lampe frontale ou de poche, piles de rechange ou lampe à manivelle
- Briquet ou allumettes et chandelles
- Trousse de premiers soins, antiseptiques, analgésiques, bandages adhésifs, compresses de gaze stériles, ciseaux, etc.
- Masques antipoussières pour filtrer l'air contaminé
- GPS, boussole
- Lunettes de soleil et écran solaire
- Canif, petit coffre à outils
- Sac à dos
- Tente, sac de couchage, matelas de sol
- Réchaud, combustible et ustensiles de cuisine
- Articles de toilette
- Médicaments en vente libre (antihistaminique, ibuprofène, acétaminophène, etc.)
- Médicaments d'ordonnance (prescrits par votre médecin)
- Sacs à ordures
- Bottes de randonnée pédestre
- Vêtements imperméables
- Vêtements de rechange
- Jeu de cartes, livres, revues

Les 7 premiers articles vous permettront, à vous et à votre famille, **de subsister pendant les 3 premiers jours** d'une situation d'urgence, le temps qu'arrivent les secours ou que les services essentiels soient rétablis.



LE RAMONAGE

Plus de 1 200 feux de cheminée surviennent en moyenne chaque année au Québec. Ils représentent une source potentielle d'incendie de bâtiment qui pourrait causer d'importantes pertes matérielles et humaines. Par conséquent, il est important de confier l'installation d'un nouvel appareil de chauffage à un professionnel du domaine. Il faut également s'assurer d'un entretien régulier de l'appareil et de ses composantes.

Pourquoi ramoner? Le ramonage contribue à prévenir les incendies. Il permet aussi :

- De prévenir les intoxications au monoxyde de carbone en permettant une meilleure évacuation de la fumée et des gaz toxiques ou nocifs.
- D'éliminer la suie et les dépôts inflammables (créosote) qui se sont accumulés dans la cheminée.
- D'optimiser l'efficacité de l'appareil de chauffage et de permettre une économie de combustible.
- Au professionnel du ramonage de déceler la présence de bris ou de détérioration du système de chauffage et de ses composantes.

Dénicher un ramoneur compétent : Le registre des détenteurs de licence de la Régie du bâtiment du Québec peut être consulté afin de trouver ou de vérifier certaines informations sur un entrepreneur. Vous pouvez également vous informer auprès des différentes associations de l'industrie du chauffage. Un ramoneur professionnel devrait détenir les connaissances et l'expertise pour déceler des problèmes liés aux installations. Il devrait être en mesure de vous conseiller quant à l'utilisation et à l'entretien propres à chaque appareil en plus de posséder l'équipement, les outils et les vêtements de protection nécessaires pour effectuer un ramonage efficace et en toute sécurité.

Un bon ramonage : Afin de procéder efficacement au ramonage, le professionnel devra intervenir autant à l'intérieur qu'à l'extérieur du bâtiment. Il effectuera, entre autres, les tâches suivantes :

- Brosser la cheminée vigoureusement avec une brosse de grandeur adéquate.
- Vérifier l'état du système de chauffage en entier, nettoyer chacune de ses composantes, procéder à l'ajustement des pièces et vous faire part de tout bris ou anomalie.
- Vérifier les distances de dégagement autour de l'appareil ainsi que son installation générale.



Méfiez-vous d'un ramonage partiel qui n'inclut que le passage d'une brosse dans le conduit de la cheminée. Des interventions à l'intérieur du bâtiment devraient aussi être effectuées par un ramoneur professionnel et les résidus du ramonage devraient être retirés par celui-ci.

Le chauffage au mazout ou à l'anthracite nécessite un ramonage moins fréquent. Il est approprié de retirer la suie en ramonant la cheminée lorsque nécessaire. Cependant, il est recommandé de vous référer à un professionnel de ce type de chauffage qui possède les connaissances et l'expertise nécessaires pour vous conseiller. Puisque qu'aucun dépôt n'est créé lors de la combustion du gaz naturel ou du propane, le ramonage de la cheminée n'est pas requis lors de l'utilisation des appareils de chauffage au gaz, sauf lorsque prescrit.

Qu'est-ce que la créosote? La créosote est un dépôt formé par la fumée résultant d'une combustion incomplète ou d'une mauvaise combustion du bois. Elle s'agrippe aux parois de la cheminée et est très inflammable. Seul un ramoneur professionnel peut l'éliminer efficacement.

Comment prévenir la formation de la créosote? Il est impossible d'empêcher complètement la formation de créosote lorsqu'on brûle du bois. Cependant, il est possible de limiter sa formation en adoptant ces quelques bonnes habitudes :

- Commencer votre attisée par des flammes ardentes (chaleur vive)
- Brûler du bois sec
- Utiliser des bûches de petite taille : elles brûleront plus proprement, formant ainsi moins de créosote.

Ne vous fiez pas uniquement aux bûches ou aux additifs de ramonage (chimique), puisque ces produits n'éliminent que partiellement les dépôts de créosote.

Source : Sécurité publique / Conseils de prévention

ACEF (Association coopérative d'économie familiale Basses-Laurentides)	450 430-2228
Alcooliques anonymes	450 438-5799
Acouphènes Québec	1 877 276-7772
Association de la fibromyalgie des Laurentides	450 569-7766
Association laurentienne des proches de personnes atteintes de maladie mentale (ALPPAMM)	450 438-4291
Association regroupement des handicapés visuels des Laurentides (RHVL)	450 432-9689
Carrefour Jeunesse-emploi de Rivière-du-Nord	450 431-5253
Centraide Laurentides	450 438-0231
Centre antipoison	1 800 463-5060
Centre d'aide aux personnes traumatisées crâniennes et handicapées physiques Laurentides (CAPTCHPL)	450 431-3437
Centre d'action bénévole Saint-Jérôme inc. (Le)	450 432-3200
Centre de femmes Les Unes et Les Autres	450 432-5642
Centre Marie Ève (femme enceinte en difficulté)	450 438-1484
Centre Sida Amitié	450 432-9444
Centre intégré de santé et des services sociaux (CISSS)	450 436-8622
Drogue : aide et référence	1 800 265-2626
Grands-parents Tendresse	450 436-6664
Interligne (anciennement Gai Écoute)	1 888 505-1010
Jeunesse J'écoute	1 800 668-6868
Maison d'Ariane (aide et hébergement pour femmes et enfants victimes de violence conjugale)	450 432-9355
La Montagne d'Espoir	450 436-4747
Centre Prévention Suicide Faubourg	1 866 277-3553
Maison des parents d'enfants handicapés des Laurentides	450 431-7428
Maison Pause Parents Inc.	450 565-0015
Mesures alternatives des Vallées du Nord	450 436-6749
Société Alzheimer des Laurentides	1 800 978-7881
Société canadienne de la sclérose en plaques - Section Laurentides	450 436-4469
Société canadienne du cancer	450 436-2691
Société de l'autisme des Laurentides	450 569-1794
SOS Violence conjugale	1 800 363-9010
Tel-jeunes	1 800 263-2266
INFO-SANTÉ	8-1-1
INFO-CRIME QUÉBEC	1 800 711-1800
OMH (Office municipal d'habitation)	514 826-9190
SÛRETÉ DU QUÉBEC - NON URGENT	310-4141
SÛRETÉ DU QUÉBEC	9-1-1

TRANSPORT CIRCUIT 35

Coût pour les passages : Un seul tarif unitaire, comptant à bord, monnaie exacte : 3,95 \$.

Pour informations : 450 759-5133, poste 106 ou 1 866 755-2917, poste 106 ou consultez le site Web de CRT Lanaudière au www.jembarque.com. La Municipalité n'est pas responsable des changements d'horaire et du coût de passage.

DIRECTION SAINT-JÉRÔME / LUNDI AU VENDREDI							
Rue Ste-Henriette / Route 335	6h30	8h15	10h15	12h15	14h15	16h15	18h15
Rue du Marché	6h33	8h18	10h18	12h18	14h18	16h18	18h18
510, rue St-Isidore (salle Opale)	6h36	8h21	10h21	12h21	14h21	16h21	18h21
920, 12e Avenue (bibliothèque)	6h38	8h23	10h23	12h23	14h23	16h23	18h23
Rue St-Isidore (face au Provigo)	6h43	8h28	10h28	12h28	14h28	16h28	18h28
Saint-Louis et 12e Avenue	6h48	8h33	10h33	12h33	14h33	16h33	18h33
Rang de la Rivière-du-Nord (route 158 et rue Lapalme)	6h52	8h37	10h37	12h37	14h37	16h37	18h37
2210, rue de l'Hôtel-de-ville (casernes d'incendie)	6h59	8h44	10h44	12h44	14h44	16h44	18h44
Ch. de Val-des-Lacs et rue des Pins	7h08	8h53	10h53	12h53	14h53	16h53	18h53
1133, chemin de Val-des-Lacs (casernes d'incendie)	7h11	8h56	10h56	12h56	14h56	16h56	18h56
Carrefour du Nord (900, boul. Grignon)	•	9h09	11h09	13h09	15h09	17h09	19h09
295, rue Saint-Jovite	7h22	9h22	11h22	13h22	15h22	17h22	19h22
290, rue de Montigny (hôpital)	7h23	9h23	11h23	13h23	15h23	17h23	19h23
280, rue Latour (gare Saint-Jérôme)	7h27	9h27	11h27	13h27	15h27	17h27	19h27

DIRECTION SAINT-JÉRÔME / WEEK-END		
Rue Ste-Henriette / Route 335	7h54	16h34
Rue du Marché	7h57	16h37
510, rue St-Isidore (salle Opale)	8h	16h40
920, 12e Avenue (bibliothèque)	8h02	16h42
Rue St-Isidore (face au Provigo)	8h07	16h47
Saint-Louis et 12e Avenue	8h12	16h52
Rang Rivière-du-Nord (route 158 et rue Lapalme)	8h16	16h56
2210, rue de l'Hôtel-de-ville (casernes d'incendie)	8h23	17h03
Ch. de Val-des-Lacs et rue des Pins	8h32	17h12
1133, chemin de Val-des-Lacs (casernes d'incendie)	8h35	17h15
Carrefour du Nord (900, boul. Grignon)	8h48	17h28
295, rue Saint-Jovite	9h01	17h41
290, rue de Montigny (hôpital)	9h02	17h42
280, rue Latour (gare Saint-Jérôme)	9h06	17h46

TRANSPORT CIRCUIT 35

DIRECTION SAINT-LIN-LAURENTIDES / LUNDI AU VENDREDI

Carrefour du Nord (900, boul. Grignon)	•	9h09	11h09	13h09	15h09	17h09	19h09
295, rue Saint-Jovite	7h22	9h22	11h22	13h22	15h22	17h22	19h22
290, rue de Montigny (hôpital)	7h23	9h23	11h23	13h23	15h23	17h23	19h23
280, rue Latour (gare Saint-Jérôme)	7h29	9h29	11h29	13h29	15h29	17h29	19h29
1133, chemin de Val-des-Lacs (caserne d'incendie)	7h41	9h41	11h41	13h41	15h41	17h41	19h41
Ch. de Val-des-Lacs et rue des Pins	7h44	9h44	11h44	13h44	15h44	17h44	19h44
2210, rue de l'Hôtel-de-Ville (caserne d'incendie)	7h53	9h53	11h53	13h53	15h53	17h53	19h53
Rang de la Rivière-du-Nord (route 158 et rue Lapalme)	8h	10h	12h	14h	16h	18h	20h
510, rue St-Isidore (salle Opale)	8h07	10h07	12h07	14h07	16h07	18h07	•
Rue Ste-Henriette / Route 335	8h10	10h10	12h10	14h10	16h10	18h10	•
920, 12e Avenue (bibliothèque)	•	•	•	•	•	•	20h05
Rue St-Isidore (face au Provigo)	•	•	•	•	•	•	20h10
510, rue St-Isidore (salle Opale)	•	•	•	•	•	•	20h14
Rue du Marché (station de service)	•	•	•	•	•	•	20h16
Rue Ste-Henriette / Route 335	•	•	•	•	•	•	20h19

DIRECTION SAINT-LIN-LAURENTIDES / WEED-END

Carrefour du Nord (900, boul. Grignon)	8h48	17h28
295, rue Saint-Jovite	9h01	17h41
290, rue de Montigny (hôpital)	9h02	17h42
280, rue Latour (gare Saint-Jérôme)	9h08	17h48
1133, chemin de Val-des-Lacs (caserne d'incendie)	9h20	18h
Chemin de Val-des-Lacs et rue des Pins	9h23	18h03
2210, rue de l'Hôtel-de-Ville (caserne d'incendie)	9h32	18h12
Rang de la Rivière-du-Nord (route 158 et rue Lapalme)	9h39	18h19
510, rue St-Isidore (salle Opale)	•	•
Rue Ste-Henriette	•	•
920, 12e Avenue (bibliothèque)	9h44	18h24
Rue St-Isidore (face au Provigo)	9h49	18h29
510, rue St-Isidore (salle Opale)	9h53	18h33
Rue du Marché (station de service)	9h55	18h35
Rue Ste-Henriette / Route 335	9h58	18h38

Réduit : Unitaire : **6 bill. / Mens. : 3,60 \$ 19,80 \$ 3,95 \$ 7,60 \$ 3,95 \$ Pour bénéficier du tarif réduit, veuillez consulter les conditions d'admissibilité au www.jembarque.com ou au 1-866-755-2917 Comptant à bord (monnaie exacte) ou disponible dans nos points de vente Titres disponibles uniquement sur carte OPUS dans un de nos points de vente

Prix régulier : 6 billets : 19,00\$ | Mensuel : 95,60\$ • **Prix réduit** : 6 billets : 11,40\$ | Mensuel : 57,35\$

CHRONIQUE :

Le 20 juin dernier, le Comité de vigilance a tenu sa deuxième rencontre de l'année 2019. Cette rencontre portait principalement sur le suivi des eaux réalisé par Waste Management (WM), et a également été l'occasion de faire le point sur deux projets de l'entreprise visant à améliorer le traitement des eaux.

Comme c'est le cas depuis plusieurs années, la rencontre de juin a permis aux membres de prendre connaissance des résultats des trois campagnes d'échantillonnages des eaux de surface et souterraines réalisées par WM en 2018, qui sont des exigences du ministère de l'Environnement. Les résultats peuvent être consultés en annexe du compte rendu, sur le site Internet du Comité : <http://vigilancewmste-sophie.org/>.

Pour l'année 2018, WM a indiqué avoir porté une attention particulière aux points de mesure situés près de la tranchée drainante, qui sert à capter le lixiviat et le biogaz de l'ancien site, puisque certaines pompes de ce système nécessitaient un remplacement. La mise en opération des nouvelles pompes est prévue au début septembre.

Les membres ont également fait le suivi de deux projets visant à améliorer le traitement des eaux, soit :

- **La nouvelle usine de traitement des eaux**, dont les plans d'aménagement ont été présentés aux membres, tout comme la technologie qui sera utilisée. La construction de l'usine devrait débuter en septembre.
- **Le marais filtrant**, qui vise à filtrer naturellement les eaux de surface du site (qui ne sont pas entrées en contact avec les déchets), sans avoir à recourir à l'aménagement d'un bassin (ce qui constitue la méthode traditionnelle). Ce marais est situé près de la balance, et il permettra de filtrer les eaux en provenance du nord, qui s'écoulent vers le ruisseau Castor.

Plusieurs autres thèmes ont été abordés, notamment, à l'initiative d'un membre, la couverture médiatique des émissions de gaz à effet de serre du site.

Les membres soulignent qu'une **journée portes ouvertes** a été organisée par WM le 1^{er} juin dernier. Il est possible de consulter un résumé dans un article paru dans le Journal Le Nord :

www.journallenord.com/lieu-denfouissement-de-sainte-sophie-pres-de-150-visiteurs-a-la-journee-portes-ouvertes/



UNE MÉSENTENTE DE VOISINAGE ? PAS DANS MA COUR !



De nouveaux voisins sont débarqués à la porte d'à côté cet été ? Peut-être les aimez-vous déjà, ou n'avez pas eu encore la chance de les rencontrer. Pour certains, la période des déménagements peut s'avérer propice à des situations dérangementes dans le voisinage.

Que ce soit un conflit interpersonnel, un problème de bruit, d'animal dérangeant ou de clôture, un malentendu n'est jamais agréable à gérer. Si vous avez de la difficulté à régler cette mésentente, pensez à la médiation citoyenne ! C'est un service offert sans frais par l'Organisme de Justice Alternative MAVN, avec le soutien financier de votre ville. Une équipe de personnes conciliatrices-médiatrices est disponible pour vous accompagner à rétablir la communication.

N'hésitez pas à les contacter !

www.mediationdequartier.ca | info@mavn.ca
1 800 265-6749, poste 104

 Mesures Alternatives des Vallées du Nord



JOURNÉE DE LA PRÉSIDENTE LE SAMEDI 7 SEPTEMBRE 2019 DE 9 H À 17 H



Quelle belle initiative de la présidente du parc régional de la Rivière-du-Nord, Mme Louise Gallant, d'offrir gratuitement l'accès à tous les résidents de la MRC Rivière-du-Nord lors de cette journée!
*Une preuve de résidence sera exigée.
Venez pique-niquer et y découvrir votre parc!



Au menu :

Randonnée pédestre, vélo, pêche, piste d'hébertisme, parcours à obstacles et jeux d'eau.

De plus, visitez notre sentier des arts et notre circuit historique.

Sans oublier nos magnifiques chutes wilson!



LE SAMEDI 28 SEPTEMBRE 2019

**8 000 km
D'ESPOIR**

**PARCOURS
Parkinson**

**PAR
KIN
SON**
QUÉBEC
CŒUR DES LAURENTIDES

Samedi 28 septembre 2019
Toutes les générations marchent ensemble au
3^{ème} Parcours Parkinson régional

Parc John-H. Molson
rue Viviane, Saint-Sauveur

13h00	Inscriptions
13h30	Mots de bienvenue
14h00	Marche et défi alternatif de course
15h30	Collation animée – Tirage

Informations : 450 630-4122
coeurdeslaurentides@parkinsonquebec.ca
Inscriptions : parcoursparkinson.ca

**PAR
KIN
SON**
QUÉBEC

Marchez ou donnez à la mémoire de...



Fondation Pallia-Vie
Je marche pour Toi!

3^e édition
DIMANCHE
29 SEPTEMBRE 2019
DÉPART: 10h



3 km 5 km 10 km

Marchez seul ou en équipe !



Notre porte-parole
Danny Berger



SENTIER DU PARC DU LAC JÉRÔME
STATIONNEMENT AU BOUT DE LA RUE OUMET



Fondation Pallia-Vie

INSCRIPTION / INFORMATIONS :
pallia-vie.ca | evenements@pallia-vie.ca | 450 431-0488

UNE RENTRÉE SCOLAIRE TOUT EN PRUDENCE!



La Sûreté du Québec rappelle à tous les usagers de la route d'être particulièrement vigilants aux abords des zones scolaires. Afin d'assurer la sécurité des nombreux écoliers qui se déplaceront à pied, à vélo ou en autobus, les patrouilleurs s'assureront que la signalisation en vigueur soit respectée. Ils seront attentifs notamment au respect des limites de vitesse ainsi qu'aux arrêts obligatoires lorsque les feux rouges intermittents des autobus scolaires sont en fonction. Les policiers demandent aux automobilistes d'être particulièrement vigilants et de faire preuve de courtoisie, surtout au moment où les écoliers sont les plus vulnérables, soit lorsqu'ils montent et descendent d'un autobus.

En présence d'un autobus scolaire, les usagers de la route doivent surveiller les signaux lumineux et se préparer à arrêter. Il est à noter que les sanctions sont sévères pour les conducteurs qui contreviennent à la réglementation en vigueur dans les zones scolaires. À titre d'exemple, un conducteur qui dépasse ou croise un autobus scolaire dont les feux rouges intermittents clignotent commet une infraction entraînant l'accumulation de neuf points d'inaptitude et une amende de 200 \$ plus les frais et la contribution. De plus, un conducteur qui circule à 60 km/h dans une zone de 30 km/h commet une infraction entraînant l'accumulation de deux points d'inaptitude et une amende de 105 \$ plus les frais et la contribution. La Sûreté du Québec remercie les usagers de la route pour leur collaboration et souhaite à tous une bonne rentrée scolaire!

CALENDRIER DES COLLECTES 2019



JANVIER						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FÉVRIER						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

MARS						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

AVRIL						
D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAI						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

JUIN						
D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

JUILLET						
D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AOÛT						
D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SEPTEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

OCTOBRE						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

NOVEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

DÉCEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ORDURES MÉNAGÈRES

V1 secteur village V2 secteur des lacs

MATIÈRES RECYCLABLES

R1 secteur village R2 secteur des lacs

MATIÈRES ORGANIQUES

O1 secteur village O2 secteur des lacs

2199, boul. Sainte-Sophie
Sainte-Sophie (Québec) J5J 1A1
450 438-7784, poste 6241
tp@stesophie.ca | f.stesophie.ca



CALENDRIER DES COLLECTES 2019



SEPTEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

OCTOBRE

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

NOVEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



WM, partenaire pour une gestion responsable des matières résiduelles et sécuritaire de l'environnement

Pour en connaître davantage sur nos activités,
consulter notre site web à l'adresse
<https://www.wm-sainte-sophie.org>



2535, 1^{ère} Rue, Sainte-Sophie

ACADÉMIE DANSETOUT

Directrice Sylvie Régimbald
www.academiedansetout.com

489, BOUL. DES LAURENTIDES
SAINT-JÉRÔME, QUÉBEC
450 438-1110
dansetout@hotmail.com

- Session spéciale enfants (2 à 6 ans)
- Parents-Enfants (2 ans)
- Danse créative (3 ans)
- Initiation au ballet (4 à 6 ans)
- Mini-jazz (4 à 6 ans)
- Hip-hop (enfant 4 ans +/ado/adulte)
- Claquette (enfant 5 ans +/ado/adulte)
- Acro-danse (7-12 ans)
- Waacking (ado/adulte)
- Contemporain (enfant/ado/adulte)
- Cabaret (ado/adulte)
- Ballet classique - pointe
- Jazz (enfant/ado/adulte)

L'ÉCOLE DE LA PROMO!

info@iguanacreations.ca
iguanacreations.ca

RECYCLAGE SAINTE-SOPHIE

450 438-3244

318, MONTÉE MASSON,
SAINTE-SOPHIE

SUIVEZ-NOUS SUR
Facebook

aim-recycling.com

VOTRE EXPERT POUR RECYLER VOS PRODUITS FERREUX ET NON-FERREUX, UN PARTENAIRE AIM.

Les produits que nous achetons :

- Acier N 1
- Tôle
- Drum disk
- Fonte
- Catalyseur
- Stainless
- Aluminium
- Cuivre
- Brass
- Batterie
- Filages
- Autos
- Plomb
- Recyclage électronique

Service de conteneurs 20 - 30 - 40 verges

Pour une évaluation de vos besoins ou pour une demande de crédit hypothécaire!

Stéphane Forget

Représentant hypothécaire Desjardins
Distinction Grand Contributeur Desjardins 2017

- Expérience de plus de 30 ans dans le Mouvement Desjardins
- Taux très compétitifs
- Rencontre à votre domicile, au bureau de votre agent immobilier ou à la Caisse
- Services totalement gratuits

514 755-1530

stephane.h.forget@desjardins.com

Desjardins



Jean Coutu

**VOTRE DOSSIER EST DANS
UNE AUTRE PHARMACIE?**

Rien de plus facile!

Venez nous rencontrer et notre équipe se chargera de **transférer votre dossier d'ordonnances** en plus d'en aviser votre ancienne pharmacie.

Certaines restrictions s'appliquent, veuillez consulter notre équipe de pharmaciens pour plus de renseignements.

SERVICES OFFERTS

- Dossier Santé en ligne
- Liste de médicaments
- Renouvellement d'ordonnances par :
 - Téléphone - Internet
 - Application mobile
 - Renouvellement préautorisé
- Anticoagulothérapie/INR (test et suivi)
- Mise en pilulier des médicaments



Pierre Dannel

Olivier Dannel

**PIERRE DANNEL ET
OLIVIER DANNEL**
Pharmaciens propriétaires



Service de photos
de passeport
et d'identité

Affiliés à **Jean Coutu**

2370, BOUL. STE-SOPHIE, STE-SOPHIE

450 **431-5151**

Heures d'ouverture

Lundi au vendredi
9 h à 21 h
Samedi et dimanche
9 h à 20 h



Obtenez un
rabais de
25\$

sur présentation
de cette publicité

Jeux gonflables
Réceptions
Fêtes
Événements
Artistes



Suivez-nous sur
 Facebook

450 675-2235
chezfunfou.com

611, boul. Roland-Godard, St-Jérôme
info@chezfunfou.com

*Peu importe
votre événement,
nous saurons
satisfaire
vos attentes.*