



VLB

INFO TBL

BULLETIN MUNICIPAL D'INFORMATION ■ MUNICIPAL NEWS BULLETIN

NUMÉRO SPÉCIAL
LOISIRS PRINTEMPS 2022
SPRING 2022 RECREATION
SPECIAL ISSUE

PRINTEMPS • SPRING 2022

VOL. 7 – No. 3B

lacbrome.ca & f/vlbtbl

**VIVEMENT LE RETOUR
DU PRINTEMPS !**

**CAN'T WAIT
FOR SPRING!**



CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS - EVENTS CALENDAR

COVID-19

Nous vous invitons à visiter le site Internet du **gouvernement du Québec** afin de vous tenir informés des différentes normes sanitaires en vigueur.

Veuillez également consulter le **lacbrome.ca** et la page **Facebook** de la Ville pour connaître les détails les plus à jour concernant les événements, les cours et les activités.



COVID-19

We invite you to visit the **Government of Quebec's** website in order to stay informed of the different sanitary standards in effect.

Please also visit **lacbrome.ca/en** and the Town's **Facebook** page for the most up-to-date details on events, courses and activities.

TOUTE L'ANNÉE - YEAR ROUND



Chaque premier samedi
du mois
8 h à 16 h

First Saturday
of every month
8 am to 4 pm

Dégustation gratuite de café!

Rejoignez-nous le premier
samedi de chaque mois
pour une dégustation de
café gratuite!

Free coffee tasting!

Join us on the first
Saturday of every month
for a free coffee tasting!

Brûlerie Virgin Hill Coffee /

Virgin Hill Coffee Roasters - 770, Lakeside

450 539-5222 - atelier@virginhillcoffee.com

virginhillcoffee.com

Gratuit / Free



Toute l'année
Sur inscription seulement

Year round
Registration only

Frigo commu

Le Frigo commu permet
l'échange d'aliments entre
les citoyens. Son but est
de contrer le gaspillage
alimentaire et d'aider les
familles de Lac-Brome.
Les dons et la cueillette
de nourriture se font par
inscription seulement.

Commu Fridge

The Commu Fridge
allows the exchange of
food between citizens.
Its purpose is to counter
food waste and help the
families of Brome Lake.
Donations and food
pick-ups are by
registration only.

Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria St.

joanne.nowak@lacbrome.ca - 450 242-2020, poste / ext. 306

Gratuit / Free



Les jeudis
10 h à midi

Thursdays
10 am to noon

Les amis des sentiers Lac-Brome

Randonnées tous les
jeudis matin
de l'année.

Les amis des sentiers Lac-Brome

Walks every Thursday
mornings throughout
the year.

Voir le site Internet / See online

450 243-5620 - amissentierslac-brome.com

Gratuit / Free



Ce printemps

This Spring

Club de la Bonne Humeur de Lac-Brome

Activités de printemps

Pour une liste complète
des activités offertes,
veuillez consulter:

clubdelabonnehumeur.ca.

Club de la Bonne Humeur de Lac-Brome

Spring activities

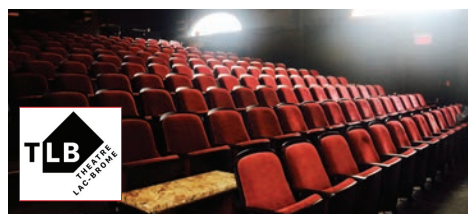
For a complete list of
activities available, please
consult:

clubdelabonnehumeur.ca.

clubdelabonnehumeur.ca

clubdelabonnehumeur@gmail.com

ou composez le / or dial 450 243-5620



En tout temps

Anytime

Théâtre Lac-Brome

Abonnez-vous à l'infolettre!

C'est le moyen idéal pour
découvrir les spectacles à
venir et en savoir plus sur
les artistes à l'affiche, nos
expositions ou tout ce qui
se prépare en coulisses!

Theatre Lac-Brome

Subscribe to our Newsletter!

It is a fun way to discover
more information about
upcoming shows, behind-
the-scenes activities, and
what's going on at TLB!

En ligne / Online

theatrelacbrome.ca/fr/infolettre

theatrelacbrome.ca/newsletter

Gratuit / Free



Lundi et mercredi
9 h 30 à 11 h 30

Mondays and Wednesdays
9:30 to 11:30 am

Stimulation précoce (0 - 5 ans)

La stimulation précoce a
pour objectif de développer
le potentiel de l'enfant
avant l'âge de 5 ans en
intervenant directement
auprès de lui dans les
différentes sphères de son
développement.

Early Learning Workshops (Ages 0 - 5)

The goal of early stimulation
is to develop the child's
potential before the age
of 5 by intervening directly
with the child in the various
spheres of his or her
development.

Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria St.

joanne.nowak@lacbrome.ca - 450 242-2020, poste / ext. 306

Gratuit / Free



Mardi
9 h 30 à 11 h 30

Halte-répét (18 mois - 5 ans)

Accompagnés de notre éducatrice qualifiée, les enfants de 18 mois à 5 ans pourront faire des jeux, du bricolage, se faire lire des histoires et bien plus encore! Vous pouvez réserver jusqu'à 24 h à l'avance.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria St.

📞 joanne.nowak@lacbrome.ca - 450 242-2020, poste / ext. 306

🆓 Gratuit / Free

Tuesday
9:30 to 11:30 am

Drop-in Daycare (18 months to 5 years old)

Accompanied by our qualified educator, children from 18 months to 5 years old will be able to play games, do crafts, have stories read to them and much more!
You can book up to 24 hours in advance.



12 mars au 2 avril

Inscription au soccer U8+ et Microsoccer

Inscrivez votre enfant à la saison de soccer 2022!

March 12 to April 2

Registration for U8+ soccer and Microsoccer

Register your child for the 2022 soccer season!

Voir les détails en p. 9 / See details on p. 9

📍 En ligne ou en personne / Online or in person

Inscriptions / Registration: **Amilia**

📞 450 242-2020 - info@lacbrome.ca

FR: lacbrome.ca/loisirs/soccer

ou / or ENG: lacbrome.ca/en/loisirs/soccer



À partir du 14 mars

Ouverture des inscriptions au jardin communautaire (ouvert du 15 avril au 31 octobre).

Starting March 14

Registration opening for the Community garden (open from April 15 to October 31).

Voir les détails en p. 5 / See details on p. 5

📍 En ligne ou en personne / Online or in person

Inscriptions / Registration: **Amilia**

📞 Ville de Lac-Brome: 450 242-2020 - info@lacbrome.ca

FR: lacbrome.ca/loisirs/jardin-communautaire

ou / or ENG: lacbrome.ca/en/loisirs/community-garden

📞 20 \$ par bac de jardinage / per gardening bed



À partir du 14 mars

Inscriptions au Club Pickleball Lac-Brome

Saison été 2022
(15 avril au 15 novembre).

Starting March 14

Registration to the Pickleball Club Lac-Brome

Summer 2022 Season
(April 15 to November 15).

📍 En ligne ou en personne / Online or in person

Inscriptions / Registration: **Amilia**

Lieu des cours : Terrains de Pickleball, parc des Lions /

Classes location: At the Pickleball courts, Lions' Park - 37, Centre

📞 club.pickleball.lac.brome@gmail.com

📞 35 \$ pour devenir membre du club Pickleball Lac-Brome / to become member of Club Pickleball Lac-Brome



17, 18, 19 mars
11 h à 21 h

St-Patrick à La Knowlton Co.

Menu spécial, restez à l'affût! Spéciaux sur la bière pour les gens habillés avec la thématique.

March 17, 18 & 19
11 am to 9 pm

St-Patrick at La Knowlton Co.

Special menu, stay tuned! Beer special for people dressed according to the theme.

Abonnez-vous à la page Facebook de La Knowlton Co. pour plus de détails / Subscribe to La Knowlton Co. Facebook page for more details

📍 La Knowlton Co. - 576, chemin Knowlton Rd

📞 450 243-9001 - info@laknowltonco.com - laknowltonco.com

facebook: f/laknowltonco



18 mars, 9 h à 10 h

Banque alimentaire Lac-Brome Distribution d'aliments.

March 18, 9 to 10 am

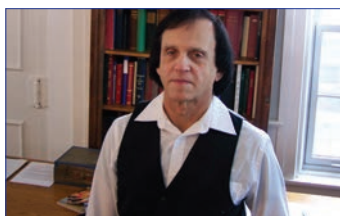
Brome Lake Food bank Food distribution.

📍 Centre Communautaire Lac-Brome - 270, Victoria

📞 Gary Crandall: 450 242-2020, poste / ext. 319

📞 Gratuit - Inscription au plus tard le 14 mars /

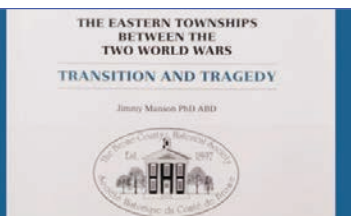
Free - Registration up to March 14



19 mars, 13 h

Lancement littéraire de Jimmy Manson

Un lancement virtuel de *The Eastern Townships Between the Two World Wars: Transition and Tragedy* par Jimmy Manson. L'événement se tiendra sur Zoom et se déroulera en anglais.



March 19, 1 pm

Jimmy Manson Book Launch

A virtual book launch for *The Eastern Townships Between the Two World Wars: Transition and Tragedy* by Jimmy Manson. The event will be held on Zoom and in English.

📍 Lancement virtuel / Virtual book launch: Zoom

📞 450 243-6782 - lacbromemuseum.ca - info@shcb.ca

🆓 Gratuit / Free

Atelier d'écriture avec Isabelle Laflèche



Writer's workshop led by Isabelle Laflèche

26 et 27 mars, 9 h à 11 h

Atelier d'écriture de l'Association littéraire Knowlton

L'auteure québécoise de renom, Isabelle Laflèche, animera un atelier en ligne. Elle a notamment publié *J'adore New York* et une série pour les adolescents. Pour vous inscrire, visitez le site du festival.

March 26 & 27, 9 to 11 am

Knowlton Literary Association's Writers' Workshop

This online workshop will be led by renowned Quebec author Isabelle Laflèche. Her published works include *J'adore New York* and a series for teens. To register visit the Festival's website.

📍 Atelier en ligne / Online workshop: Zoom

📞 Jane Livingston: 450 525-1420 - knowltonliteraryfestival.ca - janelivingston@iteract.ca

📞 30 \$ pour le programme de deux jours / for the two-day program

AVRIL - APRIL



4 avril au 20 mai

Inscriptions
au camp de jour

April 4 to May 20

Registration
to day camp

Voir les détails en p. 11 / See details on p. 11

En ligne ou en personne / Online or in person

Inscriptions / Registration: Amilia

450 242-2020 - info@lacbrome.ca

FR: lacbrome.ca/loisirs/camps-de-jour

ou / or ENG: lacbrome.ca/en/loisirs/day-camp



16 et 17 avril
Toute la journée

Chasse au trésor
de Max le lapin

Venez en famille pour participer à la chasse au trésor, en mettant à l'épreuve vos connaissances langagières. Beaucoup de plaisir en vue!

Parc des Lions / Lions' Park

joanne.nowak@lacbrome.ca - 450 242-2020, poste / ext. 306

Gratuit / Free

April 16 & 17
All day

Max the rabbit
treasure hunt

Come with your family to participate in the treasure hunt, putting your language skills to the test, a lot of fun in sight.



16, 17 et 18 avril
11 h à 21 h

Week-end de Pâques
à La Knowlton Co.

Chasse aux cocos pour parents et enfants dans le village et à la brasserie, rabais et chocolats au rendez-vous! Détails sur notre page Facebook.

La Knowlton Co. - 576, chemin Knowlton Rd

450 243-9001 - info@laknowltonco.com - laknowltonco.com

facebook: f/laknowltonco

April 16, 17 & 18
11 am to 9 pm

Easter Weekend
at La Knowlton Co.

Easter egg hunt downtown Knowlton and at the brewery for adults and children, discounts and chocolate will be part of the game. More details on our Facebook page.



22 avril
9 h à 10 h

Banque alimentaire
Lac-Brome

Distribution d'aliments.

April 22
9 to 10 am

Brome Lake Food bank
Food distribution.

Centre Lac-Brome - 270, Victoria

Gary Crandall : 450 242-2020, poste / ext. 319

Gratuit - Inscription au plus tard le 18 avril / Free - Registration up to April 18



Les bases du zéro déchet chez soi
Producing zero garbage at home

4 mai, 18 h 30 à 20 h

Conférence « Les bases
du zéro déchet chez soi »

Nouvelles astuces originales pour une vie zéro déchet en cohérence avec nos valeurs. Produire moins de déchets et adopter une consommation responsable, c'est facile et agréable! Anne-Marie vous donne des trucs et astuces pour adopter une vie zéro déchet chez soi. Informations pratiques remises aux participants.

Par / by Anne-Marie Comparot, conseillère en alimentation / Food advisor

May 4, 6:30 to 8 pm

"Producing
zero garbage at home" Conference

New ways to produce less wastes at home, adopting an eco responsible lifestyle in regards with consumption. Here you will be given tricks to help with those factors.

Séance virtuelle / Virtual session: Teams ou / or Zoom

Inscriptions / Registration: Ville de Lac-Brome

450 242-2020 - info@lacbrome.ca

Gratuit / Free



6 mai, 18 h 30 à 20 h 30

Danse jeunesse
du printemps (9-12 ans)

Venez danser sur les succès de l'heure! Cantine sur place.

May 6, 6:30 to 8:30 pm

Spring Preteen Dance
(Ages 9-12)

Come dance to the hits of the day! Canteen on site.

Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria St.

Inscriptions / Registration: joanne.nowak@lacbrome.ca

450 242-2020, poste / ext. 306

5 \$



14 mai, 8 h à 12 h

Renaissance lac Brome
Assemblée générale
annuelle de Renaissance
lac Brome. Plus de détails
à venir dans les prochaines
semaines.

May 14, 8 am to 12 pm

Renaissance lac Brome
Renaissance lac Brome's
annual general assembly.
More details to come
in the coming weeks.

Centre Lac-Brome - 270, Victoria

renaissancelbl.com - Hélène Drouin : hdrouin55@gmail.com

Gratuit / Free



20 mai, 9 h à 10 h

Banque alimentaire
Lac-Brome
Distribution d'aliments.

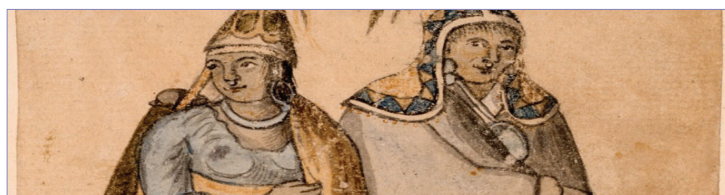
May 20, 9 to 10 am

Brome Lake Food bank
Food distribution.

Centre Lac-Brome - 270, Victoria

Gary Crandall : 450 242-2020, poste / ext. 319

Gratuit - Inscription au plus tard le 16 mai / Free - Registration up to May 16



Ouverture le 21 mai,
jusqu'au printemps 2023

Exposition temporaire : La présence abénakise dans le comté de Brome, hier et aujourd'hui

La prochaine exposition temporaire présentée au Musée Lac-Brome mettra à l'affiche des pièces de la collection autochtone du MLB, du Musée des Abénakis d'Odanak et des œuvres d'art originales de Christine Sioui.

Temporary exhibition: The Abenaki Presence in Brome County, Past and Present

The upcoming temporary exhibition at the Lac-Brome Museum will present pieces from the LBM's Indigenous collection, the Musée des Abénakis in Odanak and original art pieces from Abenaki artist Christine Sioui.

📍 Musée Lac-Brome Museum – 130, chemin Lakeside Road

📞 450 243-6782 – lacbromemuseum.ca – info@shcb.ca

🕒 0-6 ans / ages 0-6: gratuit / free

7-17 ans / ages 7-17: 6 \$

18-64 ans / ages 18-64: 10 \$

65+ ans / ages 65+: 8 \$

Opening May 21,
until Spring 2023

JUIN - JUNE



À partir du 4 juin,
tous les samedis,
8 h 30 à 12 h 30

Starting June 4,
Saturday Mornings,
8:30 am to 12:30 pm

Marché public

Votre marché public est de retour pour l'été (jusqu'au 8 octobre).

Farmer's Market

Your farmer's market is back for the Summer (until October 8).

Voir les détails en p. 9 / See details on p. 9

📍 À l'arrière du Bistro Knowlton Pub / Behind the Knowlton Pub Bistro
267, chemin Knowlton Road

📞 450 242-2020

FR : lacbrome.ca/residents/marche-public

ou / or ENG: lacbrome.ca/en/residents/farmers-market



ÇA BOUGE AU THÉÂTRE LAC-BROME

Après un arrêt de quelques mois en raison de la COVID, le Théâtre Lac-Brome a ouvert de nouvelles portes le 1^{er} mars avec le spectacle solo de l'artiste de renommée internationale Gowan. Avec l'arrivée en poste de la nouvelle directrice artistique, madame Anne Dubé, le TLB vous promet une programmation diversifiée qui plaira autant aux francophones qu'aux anglophones.

Madame Dubé possède plus de 20 ans d'expérience dans le domaine des arts de la scène et de la diffusion. Elle a notamment assumé, jusqu'à tout récemment, les fonctions de directrice générale et artistique du mythique Théâtre Petit Champlain dans le Vieux-Québec.

Pour tout savoir sur ce qui se passe au TLB, abonnez-vous à l'infolettre (voir page 2). Puis, nouveauté cette année, les membres en règle du TLB bénéficieront dorénavant d'une prévente de 24 heures sur les billets de spectacles. D'autres avantages s'ajouteront au cours des prochains mois.

theatrelacbrome.ca

AN EXCITING YEAR FOR THEATRE LAC-BROME

After a few months' hiatus due to COVID, TLB reopened its doors on March 1st with the solo show of internationally renowned artist Gowan. With the arrival of the new artistic director, Ms. Anne Dubé, TLB promises a diversified program that will appeal to both French and English audiences.

Ms. Dubé has more than 20 years of experience in performing arts and broadcasting. Until recently, she was the general and artistic director of the mythical Théâtre Petit Champlain in Old Quebec City.

To find out what's going on at TLB, subscribe to the newsletter (see page 2). New this year, TLB Members in good standing will now benefit from a 24-hour pre-sale on show tickets. More benefits will be added in the coming months.

theatrelacbrome.ca

JARDIN COMMUNAUTAIRE



Dès le 14 mars, les citoyens qui souhaitent faire la location d'un jardinet pour l'été 2022 pourront s'inscrire en ligne, à partir du site Internet de la Ville.

La saison débute le 15 avril et se termine le 31 octobre.

Consultez le lacbrome.ca/loisirs/jardin-communautaire pour toutes les informations.

Inscription : 20 \$ par bac de jardinage.

Ville de Lac-Brome

450 242-2020

info@lacbrome.ca

COMMUNITY GARDEN

Beginning March 14, residents who wish to rent a garden for the summer of 2022 can register online through the Town's website.

The season begins April 15 and ends October 31.

Visit the lacbrome.ca/en/loisirs/community-garden for more information.

Registration: \$20 per gardening bed.

Town of Brome Lake

450 242-2020

info@lacbrome.ca

COURS PRINTEMPS 2022 - SPRING 2022 CLASSES

COVID-19 : Voir la note en haut de page 2 lacbrome.ca/loisirs et fbtbtbl • See note at the top of page 2 lacbrome.ca/en/loisirs and fbtbtbl

■ JEUNES - KIDS ■ ADULTES - ADULTS ⌚ HORAIRE - SCHEDULE ① 1^{er} COURS - 1st CLASS ✓ COURS D'ESSAI GRATUIT - FREE TRIAL CLASS 📍 LIEU - LOCATION 💰 COÛT - COST 📅 DURÉE - DURATION
À moins d'indication contraire, la session dure 8 semaines (du 11 avril au 3 juin) / Unless specified, all classes last 8 weeks (from April 11 to June 3) • Modalités d'inscription / Registration information: p. 8



CLUB 9-12

JOANNE NOWAK

Activités gratuites après l'école pour les 9-12 ans. Une activité spéciale est prévue chaque semaine, suivie de jeux de groupe ou d'activités à l'extérieur.

Free activities after school for 9 to 12-year-olds. A different project or activity every week as well as group games or outdoor fun.

⌚ VENDREDI, 15 h - 16 h 30
① LE VENDREDI 8 AVRIL

⌚ FRIDAY, 3 - 4:30 pm
① FRIDAY, APRIL 8

📍 CENTRE LAC-BROME 💰 Gratuit / Free
📅 9 semaines / 9 weeks



DISTRICT 12-17

ÉRIC CROSIER

Activités gratuites après l'école pour les 12-17 ans. Une activité spéciale est prévue chaque semaine, suivie de jeux de groupe ou d'activités à l'extérieur.

Free activities after school for 12 to 17-year-olds. A different project or activity every week as well as group games or outdoor fun.

⌚ VENDREDI, 17 h - 20 h
① LE VENDREDI 8 AVRIL

⌚ FRIDAY, 5 - 8 pm
① FRIDAY, APRIL 8

📍 CENTRE LAC-BROME 💰 Gratuit / Free
📅 9 semaines / 9 weeks



FUTSAL

XAVIER LEMAITRE ET MAHEL PROULX-LEPAGE

De jeunes joueurs élités de soccer et de futsal animeront des séances dynamiques pour vos enfants. Plaisir assuré! Pour tous les niveaux (U8) 2014 et -

Young elite soccer and Futsal players will give clinics for your children to learn techniques while having fun! For all levels (U8) 2014 and -

⌚ SAMEDI, 11 h 45 - 12 h 45
① LE SAMEDI 9 AVRIL

⌚ SATURDAY, 11:45 am - 12:45 pm
① SATURDAY, APRIL 9

📍 ÉCOLE SAINT-ÉDOUARD SCHOOL
💰 60 \$
📅 4 semaines / 4 weeks



GYMNASTIQUE 5 À 12 ANS GYMNASTICS AGES 5 TO 12

ISABELLE GIASSON

Développer les habiletés motrices, la confiance et la passion de la gymnastique tout en s'amusant! Pour tous.

Develop the skills, confidence and passion of gymnastics while having fun! All levels.

⌚ LUNDI, 17 h 45 - 19 h 15
① LE LUNDI 4 AVRIL

⌚ MONDAY, 5:45 - 7:15 pm
① MONDAY, APRIL 4

📍 ÉCOLE SAINT-ÉDOUARD SCHOOL
💰 180 \$
📅 Inscriptions / Registration: 450 919-1095 - academieisabellegiasson@hotmail.com



RUGBY JUNIOR 8 À 12 ANS JUNIOR RUGBY AGES 8 TO 12

BROME LAKE DUCKS RFC

Viens apprendre les rudiments du rugby dans un cours unique offert par les joueurs des Ducks! Pour tous.

A unique chance to learn rugby skills from the Duck players! All levels.

⌚ MARDI, 16 h 30 - 17 h 30
① LE MARDI 10 MAI

⌚ TUESDAY, 4:30 - 5:30 pm
① TUESDAY, MAY 10

📍 PARC DES LIONS, TERRAIN DE RUGBY - LIONS PARK, RUGBY FIELD
💰 46 \$
📅 4 semaines / 4 weeks



BADMINTON

SANS PROFESSEUR - NO TEACHER

Activité libre. Pour tous.

Open practice. For all levels.

⌚ MARDI, 18 h - 20 h
① LE MARDI 12 AVRIL

⌚ TUESDAY, 6 - 8 pm
① TUESDAY, APRIL 12

📍 ÉCOLE SAINT-ÉDOUARD SCHOOL
💰 25 \$



CARDIO PUMP

NATHALIE GAUVREAU

Un entraînement du type cardio-résistance pour tout le corps incluant des étirements à la fin de la séance. Viens t'entraîner avec un excellent groupe et de la musique motivante ! Pour tous.

🕒 **MARDI, 18 h - 19 h**
📅 **LE MARDI 5 AVRIL**

A full body workout with cardio resistance training and stretching at the end. All done to motivating music and a great group to work out with. For all levels.

🕒 **TUESDAY, 6 - 7 pm**
📅 **TUESDAY, APRIL 5**

📍 **CENTRE LAC-BROME** 📞 **Voir avec l'enseignante / Look with the teacher**
📝 **Inscriptions / Registration: 450 525-3014 - natgavreau@gmail.com**



MISE EN FORME POUR ÂNÉS FITNESS FOR SENIORS

ANDREA WILSON

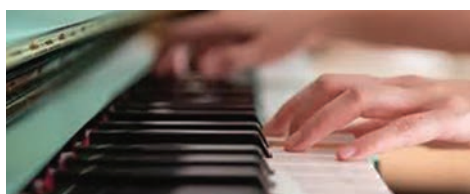
Renforcement, équilibre et cardio pour maintenir votre forme pour la vie quotidienne. Pour tous.

🕒 **MARDI et JEUDI**
13 h 15 - 14 h 15
📅 **LE MARDI 12 AVRIL**
✓ **LE MARDI 5 AVRIL**

Strength, balance and aerobic exercises to stay fit for everyday life. All levels.

🕒 **TUESDAY and THURSDAY**
1:15 - 2:15 pm
📅 **TUESDAY, APRIL 12**
✓ **TUESDAY, APRIL 5**

📍 **CENTRE LAC-BROME**
💰 **208 \$**



COURS DE PIANO PIANO LESSONS

SYLVIE PATENAUDE

Cours de piano destinés aux adultes. Pour le plaisir de jouer, d'accompagner, d'arranger, de composer et même d'improviser. Pour tous.

🕒 **SUR MESURE,**
VOIR AVEC L'ENSEIGNANTE

Piano lessons for adults only. Learn to play, compose and improvise on your favourite musical instrument. For all levels.

🕒 **CUSTOMIZED COURSES,**
LOOK WITH TEACHER

📍 **STUDIO CROCUS, MUSIQUE ET INSPIRATION, LAC-BROME**
CROCUS STUDIO, MUSIC AND INSPIRATION, BROME LAKE
📞 **Voir avec l'enseignante / Look with the teacher**
📝 **Inscriptions / Registration: Détails au / Details at**
studio-crocus.com/a-propos-des-cours - 450 525-3014



EN FORME POUR LA VIE 55 ANS ET + FIT FOR LIFE AGES 55 +

ANDREA WILSON

Mise en forme des aînés actifs qui propose une grande variété d'activités motivantes. Entraînement à faible impact. Intensité modérée. Pour tous.

🕒 **MARDI et / ou JEUDI**
15 h 45 - 16 h 45
📅 **LE MARDI 12 AVRIL**
✓ **LE MARDI 5 AVRIL**

Fun, motivating, no-fuss fitness class for active older adults. Anyone looking for a low-impact workout. Moderate intensity. For all levels.

🕒 **TUESDAY and / or THURSDAY**
3:45 - 4:45 pm
📅 **TUESDAY, APRIL 12**
✓ **TUESDAY, APRIL 5**

📍 **CENTRE LAC-BROME**
💰 **104 \$**



ÉQUILIBRE POUR ÂNÉS 65 ANS ET + BALANCE FOR SENIORS AGES 65 +

ANDREA WILSON

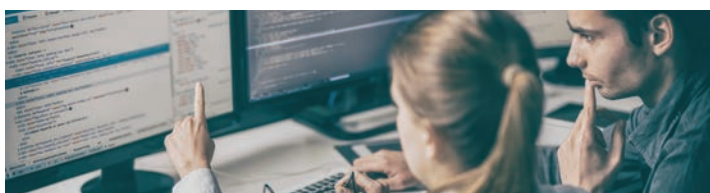
Exercices pour prévenir les chutes et augmenter votre confiance. Offert en partenariat avec le Centre de bénévolat Mieux-être Lac-Brome. Débutant.

🕒 **MARDI et JEUDI**
14 h 30 - 15 h 30
📅 **LE MARDI 12 AVRIL**
✓ **LE MARDI 5 AVRIL**

Exercices designed to prevent falls and increase your confidence. Offered in partnership with Wellness Lac-Brome. Beginner.

🕒 **TUESDAY and THURSDAY**
2:30 - 3:30 pm
📅 **TUESDAY, APRIL 12**
✓ **TUESDAY, APRIL 5**

📍 **CENTRE LAC-BROME**
💰 **80 \$**



INFORMATIQUE (COURS EN FRANÇAIS) COMPUTER SCIENCE (CLASSES IN FRENCH)

MICHEL CHEVRIER

Améliorer vos réflexes de sécurité, l'utilisation de Windows, de Google Maps et des recherches Google. Découvrir des outils, exemples : gestion des mots de passe, aide à distance (TeamViewer). Apportez votre ordinateur portable Windows pour suivre le cours. Niveau intermédiaire, connaissance de base de Windows.

🕒 **MERCREDI, 13 h - 14 h 30**
📅 **LE MERCREDI 13 AVRIL**

Improve your security reflexes, Windows' functionality, Google Maps and Google searches. Also, discover different tools as password management and remote assistance (TeamViewer). Bring your Windows laptop to follow the course. Intermediate, basic knowledge of Windows.

🕒 **WEDNESDAY, 1 - 2:30pm**
📅 **WEDNESDAY, APRIL 13**

📍 **CENTRE LAC-BROME**
💰 **26 \$**

📅 **4 semaines / 4 weeks**



MÉDITATION MEDITATION

NATHALIA THÉORET

Divers thèmes (voir ci-bas). Pour tous.

🕒 **VENDREDI, 10 h - 11 h 30**
📅 **LE VENDREDI 8 AVRIL**

Various themes (see below). All levels.

🕒 **FRIDAY, 10 - 11:30 am**
📅 **FRIDAY, APRIL 8**

📍 **CENTRE LAC-BROME**

💰 **8 avril / April 8 - Gratuit / Free -**

Exploration des différents types de méditation / Exploring different types of meditation
15 avril / April 15 - 20 \$ - Introduction à la méditation / nettoyage énergétique
Introduction to meditation / energetic cleaning

22 avril / April 22 - 20 \$ - La méditation et la visualisation d'un futur souhaité
Visualization of a better future and meditation

29 avril / April 29 - 20 \$ - La méditation marchée et les affirmations - Walking meditation

📅 **4 semaines / 4 weeks**



TAI-CHI CHUAN

GUY CÔTÉ

Mouvements précis en douceur développant souplesse, force et favorisant le bien-être global. Pour tous.

🕒 LUNDI ou MERCREDI
LUNDI, 13 h 30 - 15 h
MERCREDI, 13 h - 14 h 30
📅 LE LUNDI 4 AVRIL

Gentle precise movements developing strength, flexibility and increasing overall well-being. For all levels.

🕒 MONDAY or WEDNESDAY
MONDAY, 1:30 - 3 pm
WEDNESDAY, 1 - 2:30 pm
📅 MONDAY, APRIL 4

📍 CENTRE LAC-BROME

🕒 LUNDI / MONDAY: 120 \$ - MERCREDI / WEDNESDAY: 150 \$
À LA CARTE / DROP-IN: 15 \$

📅 LUNDI / MONDAY: 8 semaines / 8 weeks
MERCREDI / WEDNESDAY: 10 semaines / 10 weeks



WINSLOW DANCERS

NICOLAS LACHANCE

Cours de danse country-pop. Pour tous.

🕒 MERCREDI
18 h 30 - 19 h 30 : débutant / premier pas
19 h 30 - 20 h 30 : débutant / novice
20 h 30 - 21 h 30 : intermédiaire
📅 LE MERCREDI 6 AVRIL
✓ LE MERCREDI 6 AVRIL

Pop country dance classes. For all levels.

🕒 WEDNESDAY
6:30 - 7:30 pm: beginner / first step
7:30 - 8:30 pm: beginner / novice
8:30 - 9:30 pm: intermediate
📅 WEDNESDAY, APRIL 6
✓ WEDNESDAY, APRIL 6

📍 CENTRE LAC-BROME

🕒 115 \$

À LA CARTE / DROP-IN: 12 \$



ZUMBA FITNESS-STRONG

ANNE-LISE PREUSSER

Entraînement de danse stimulant de haute et basse intensités, incluant des exercices musculaires et pliométriques. Difficulté modérée.

🕒 MERCREDI, 18 h - 19 h
📅 LE MERCREDI 6 AVRIL

High and low intensity dance fitness workout, including muscular and plyometric exercises. Moderate difficulty.

🕒 WEDNESDAY, 6 - 7 pm
📅 WEDNESDAY, APRIL 6

📍 ÉCOLE SAINT-ÉDOUARD SCHOOL

🕒 108 \$

À LA CARTE / DROP-IN: 14 \$

INSCRIPTIONS AUX COURS • CLASSES REGISTRATION

DU 21 MARS AU 1^{er} AVRIL • FROM MARCH 21 TO APRIL 1st

EN LIGNE

- Inscriptions en ligne sur lacbrome.ca/loisirs.
- Paiement complet par carte de crédit lors de l'inscription.

EN PERSONNE

- Au **Centre Lac-Brome**, en semaine de 13 h à 16 h 30.
- Paiement complet par carte de crédit, comptant ou chèque lors de l'inscription.

MODALITÉS

- Les places sont limitées selon les groupes. Les inscriptions se font selon le principe du premier arrivé, premier servi.
- **Rabais familial** : pour les cours de la programmation régulière, économisez 5% sur les frais d'inscription si deux enfants ou plus sont inscrits au même moment.

ONLINE

- Online registration at lacbrome.ca/en/loisirs.
- Full payment by credit card upon registration.

IN PERSON

- At **Centre Lac-Brome**, weekdays, from 1 to 4:30 pm.
- Full payment by credit card, cheque or cash, upon registration.

INFORMATION

- Places are limited depending on the group. Registration is on a first come, first served basis.
- **Family discount**: save 5% on the total bill if two or more children register at the same time, for recreational classes.

LIEU DES COURS - LOCATION OF CLASSES

- 📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria Street
- 📍 École St-Édouard School - 376, chemin Lakeside Road
- 📍 Parc des Lions Park - 37, chemin du Centre Road

📞 450 242-2020 - info@loisirs@lacbrome.ca & [facebook: f/vlbtl](https://www.facebook.com/vlbtl)

NORMES SANITAIRES EN VIGUEUR - SANITARY STANDARDS IN EFFECT



OBLIGATOIRE / RECOMMANDATIONS

- Le passeport vaccinal n'est pas exigé.
- Couvre-visage requis lors des déplacements à l'intérieur. Peut être retiré lors d'une activité physique intense.
- Aucune distanciation requise.
- Aucune limite de participants.



Pour plus de détails concernant le port du masque, nous vous invitons à consulter le site internet du [gouvernement du Québec](https://www.gouvernement.qc.ca).

MANDATORY / RECOMMENDATIONS

- The vaccination passport is not mandatory.
- Mask is required when walking inside the building. Can be taken off during an intense activity.
- No distancing required.
- No limit of number of participants.

For more information concerning wearing a mask, we invite you to visit the [Quebec Government](https://www.gouvernement.qc.ca) website.



VOTRE MARCHÉ PUBLIC EST DE RETOUR POUR L'ÉTÉ!

Your farmer's market is back for the summer!

Tous les samedis
Every Saturday

4 juin au 8 octobre
8 h 30 à 12 h 30

June 4 to October 8
8:30 a.m. to 12:30 p.m.

267, ch. Knowlton rd
À l'arrière du Bistro Knowlton Pub
Behind the Knowlton Pub Bistro

lacbrome.ca/residents/marche-public ou / or lacbrome.ca/en/residents/farmers-market

SOCCER RÉCRÉATIF INTER-VILLE (U8+) ET LIGUE TIMBITS (MICROSOCCKER) RECREATIONAL INTERMUNICIPAL SOCCER (U8+) & TIMBITS LEAGUE (MICROSOCCKER)



Inscriptions Du 12 mars 2 avril - En ligne SEULEMENT
lacbrome.ca/loisirs/soccer



Procédure d'inscriptions

- Téléchargez le **bordereau d'affiliation des membres de Soccer Québec** qui se trouve sur notre site Internet au lacbrome.ca/loisirs/soccer dans l'onglet Inscriptions. Complétez le bordereau et téléversez-le sur la plateforme.
- Amilia, à l'endroit indiqué.



Photos obligatoires pour :

- Tous les **nouveaux** joueurs U8
- Tous les **nouveaux** entraîneurs
- Tous les joueurs U8 + nés en **mai, juin, juillet et août**

Lors de l'inscription sur **Amilia**, téléversez une photo du joueur inscrit à partir des épaules jusqu'à la tête sur un fond blanc.

Registration From March 12 until April 2 - Online ONLY
lacbrome.ca/en/loisirs/soccer



Registration procedure

- To complete the registration, you need to **download the Soccer Québec Member Affiliation Form** which can be found on our website lacbrome.ca/en/loisirs/soccer in the registration tab. Complete it and upload it while registering on the Amilia platform.



Photos required for:

- All new **U8** players
- All **new** coaches
- All **U8 +** players born in **May, June, July and August**

When registering on **Amilia**, you need to upload a shoulder-to-head picture of the registered player on a white background.

Tarifs/fees 2022

	Résidents de VLB et de Bolton-Ouest Residents of TBL and West Bolton	Autres Others
Timbits (nés/born 2016 - 2018)	65 \$	115 \$
U8 (nés/born 2014 - 2015)	95 \$	145 \$
U10 (nés/born 2012 - 2013)	105 \$	155 \$
U12 - U14 (nés/born 2008 - 2011)	115 \$	165 \$
U17 (nés/born 2005 - 2007)	120 \$	170 \$
U20 (nés/born 2002 - 2004)	130 \$	180 \$



VILLE DE LAC-BROME
TOWN OF BROME LAKE

info@lacbrome.ca
lacbrome.ca/loisirs
450 242-2020
facebook.com/vlbtl



DES SERVICES SONT OFFERTS AUX FAMILLES DE LAC-BROME

► Une personne-ressource à la famille

Celle-ci peut :

- Vous fournir une aide pratique;
- Vous soutenir dans vos défis quotidiens;
- Vous orienter vers les services sociaux et de santé;
- Vous écouter et vous fournir des conseils et des ressources.

► Des ateliers de la petite enfance

Sur inscription seulement

Le but de ces ateliers est d'éveiller la curiosité de votre enfant, sa confiance, son autonomie, son estime de soi et son développement global.

lacbrome.ca/loisirs/familles

SERVICES ARE OFFERED TO FAMILIES OF BROME LAKE

A Family Resource Person who can

- Provide you with practical help;
- Support you in your daily challenges;
- Give you referrals to health and social services;
- Listen and provide you with advice and resources.

Early learning workshops

By registration only

The goal of these workshops is to encourage your child's curiosity, confidence, independence, self-esteem, and overall healthy development.

lacbrome.ca/en/loisirs/familles

Joanne Nowak
Joanne.Nowak@lacbrome.ca
450 242-2020, poste / ext. 306

Centre Lac-Brome • 270, rue Victoria St.

FRIGO COMMU



Donnez ce que vous pouvez, prenez ce dont vous avez besoin !

Le Frigo commu permet l'échange d'aliments entre les citoyens. Il a pour but de contrer le gaspillage alimentaire et d'aider les familles de Lac-Brome.

Les dons et la cueillette de nourriture sont les bienvenus.

Communiquez avec Joanne Nowak, ressource à la famille, par courriel au joanne.nowak@lacbrome.ca ou par téléphone au 450 242-2020, poste 306.

COMMU FRIDGE

Give what you can, take what you need!

The Commu Fridge allows the exchange of food between citizens. Its purpose is to counter food waste and help the families of Brome Lake.

Donations and food pick-ups are welcome.

Contact Joanne Nowak, family resource person, by email at joanne.nowak@lacbrome.ca or by phone at 450 242-2020, ext. 306.



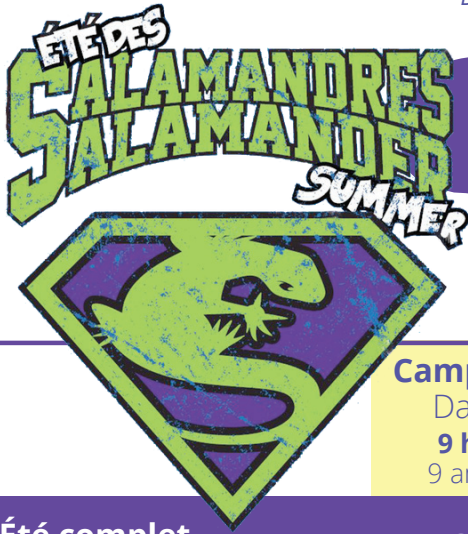
Pour les enfants de 5 à 13 ans For children aged 5 to 13



CAMP DE JOUR BILINGUE BILINGUAL DAY CAMP

Durée de 8 semaines : du 27 juin au 19 août 2022

Duration of 8 weeks: from June 27 to August 19, 2022



CAMP THÉMATIQUE

pour les 9 - 13 ans

THEMATIC CAMP

for the 9 to 13 years old

Sports • arts & culture • science

TARIFS RÉSIDENTS

de Lac-Brome / Bolton-Ouest

PRICES RESIDENTS

of Brome Lake / West Bolton

	Camp de jour Day camp 9 h - 16 h 9 am - 4 pm	Service de garde Day care 7 h - 9 h et 16 h - 17 h 30 7 am - 9 am & 4 pm - 5:30 pm	Sorties du vendredi Friday outings
Été complet All summer	300 \$	155 \$	180 \$
À la semaine (4 jours) Weekly (4 days)	60 \$	AM : 12 \$ PM : 12 \$	30 \$
À la semaine (5 jours) Weekly (5 days)	65 \$	AM : 15 \$ PM : 15 \$	30 \$
Les sorties seront annoncées plus tard Outings will be announced later Tarifs pour les non-résidents : lacbrome.ca/loisirs/camps-de-jour Non-resident rates: lacbrome.ca/en/loisirs/day-camp			Les sorties du vendredi ne sont pas incluses dans l'inscription de base - Places limitées Friday outings are not included in the registration - Limited places

Rabais applicable à l'inscription de plus d'un enfant.

Discount applicable for registration of more than one child.

INSCRIPTIONS

INSCRIPTIONS ILLIMITÉES
DU 4 AVRIL AU 20 MAI

En ligne

lacbrome.ca/loisirs/camps-de-jour

PAIEMENT

Paiement par carte de crédit,
comptant ou chèque

REGISTRATIONS

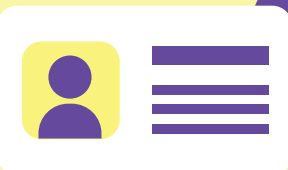
UNLIMITED REGISTRATIONS
FROM APRIL 4 TO MAY 20

Online

lacbrome.ca/en/loisirs/day-camp

PAYMENT

Credit card,
cheque or cash



Preuve de résidence
obligatoire
Proof of residence
required