La Marée – Mars 2019

SAINT-LAURENT
DE-L'ÎLE-D'ORLÉANS

Le conseil municipal Tel: 828-2322 Fax: 828-2170 Courriel: info@saintlaurentio.com

Debbie Deslauriers	Mairesse, Communauté Métropolitaine de Québec, Bibliothèque, Marina
Joëlle Derulle	Comité des fêtes et loisirs, MADA, Famille, Comité de bienvenue
Nicolas Girard	Comité environnement/embellissement, Journaux communautaires et communications, Culture, patrimoine & tourisme
Gilles Godbout	Culture, patrimoine & tourisme, Agriculture
Bruno Gosselin	Agriculture, Infrastructures
Julien Milot	Comité consultatif d'urbanisme, Infrastructures, Marina
Benoit Pouliot	Service incendie, Sécurité civile et Sûreté du Québec, Transport PLUmobile, Comité consultatif d'urbanisme

DATE DE TOMBÉE DE LA PROCHAINE MARÉE: 8 MAI 2019
Pour nous envoyer vos communiqués: Courriel: **admin@saintlaurentio.com**
Veuillez nous transmettre vos coordonnées complètes.

PUBLICITÉ DANS LA MARÉE

Tarifs pour les résidents de Saint-Laurent et de l'extérieur

Format	Prix par publication
carte d'affaires	5$
1/4 de page	10$
1/2 de page	20$
1 page	30$

Pour information ou location d'espace publicitaire, veuillez vous adresser au bureau municipal au 418-828-2322

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Depuis jan. 2003, le journal **La Marée** est membre de l'ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

ISSN1206-33098 Tirage : 800 copies

Sommaire

Mot de Debbie Deslauriers, mairesse 3
Dates à retenir 4
Taxes 4
Déneigement 4
Fleur emblème de la Municipalité 5
Site Internet 5
Gazon et autres rebuts végétaux 5
Règlement de construction 5
Règlement sur les feux 5
Règlement sur les animaux 5
Camp Saint-François 6
Camp de jour de Saint-Pierre 6
Fête des voisins - Samedi 8 juin 7
Retour du marché public 7
Bibliothèque David-Gosselin 7
Grille des loisirs – Printemps 2019 9
Bibliothèque David-Gosselin – Suite 13
Assemblée générale du Parc maritime 14
Offre d'emploi – Superviseur au Parc maritime 14
Offre d'emploi - Guide-interprète au Parc maritime 15
L'ABIO offre un service d'aide en impôt gratuit 18
Petites annonces 18

Mot de Debbie Deslauriers, mairesse

Le plan d'urgence de la municipalité continue d'être une priorité et nous avançons étape par étape. Vous avez reçu une information importante dans l'enveloppe avec vos taxes municipales concernant le système de communication TELMATIK. La municipalité, à l'instar des autres municipalités de l'île d'Orléans, a conclu une entente de services avec l'entreprise TELMATIK pour avoir la possibilité d'envoyer des messages automatisés à ses citoyens, soit par; téléphone, courriel ou SMS (texto). La Municipalité a déjà inscrit les citoyens dont elle avait les coordonnées. Un test a été effectué avec succès le 1er mars vers 11 h 45. Entre temps si vous désirez vérifier ou insérer vos coordonnées, rendez-vous sur le site de la Municipalité www.saintlaurentio.com à la page d'accueil, sur la barre latérale de droite et cliquez sur le lien TELMATIK. Par la suite, insérez votre adresse courriel en cliquant sur 'déjà inscrit' sous le logo de la Municipalité. Si nous n'avions pas votre adresse courriel, pour vous inscrire, insérez vos données sous « Identification et localisation ». Vous pouvez également appeler au bureau municipal au 418-828-2322 poste 1.

La majorité des travaux du réseau d'assainissements des eaux usées a pris fin. Il y a encore des citoyens qui ne sont pas connectés au système mais dans l'ensemble le bruit et la poussière de ces dernières années sont derrière nous. C'est temps d'être créatif avec vos aménagements paysagers.

Nous rappelons aux propriétaires du secteur qui n'ont qu'un puisard, qu'ils ont jusqu'à l'automne 2019 pour se raccorder au réseau. Les propriétaires possédant un système de traitement conforme pour leur part pas l'obligation de se raccorder au réseau. Tous les citoyens du secteur desservi seront tout de même taxés pour le service.

La Municipalité a reçu le devis du plan fonctionnel et technique de l'ancien presbytère. La prochaine étape sera de faire un appel d'offres pour la première phase des rénovations intérieures. La municipalité a connu des revers avec ce dossier et espère commencer les travaux cet automne. Les réparations extérieures dépendront du permis municipal et du ministre de la Culture et des Communications. L'argent reçu lors de la vente de l'ancien bureau municipal sera utilisé pour cette première phase ainsi que quelques subventions gouvernementales.

Les plans pour le réaménagement du quai sont prêts. La première phase débutera à la fin de l'été ou au début de l'automne, une fois que la municipalité aura reçu les documents officiels de propriété. Le travail sera effectué avec la somme versée par l'entreprise Polaris en échange de leur utilisation du quai en 2017.

Depuis février 2018, notre directeur des services incendies, M. Yvan Garneau, agissait comme chef par intérim auprès des pompiers de Saint-Jean. En décembre dernier, la municipalité de Saint-Jean a nommé M. François Delisle comme nouveau directeur des services incendies. Je profite de l'occasion pour remercier M. Garneau et les pompiers volontaires pour leur dévouement et leur service envers nos communautés.

Depuis novembre, j'ai assisté à quelques réunions du CA du Club Nautique île Bacchus (CNIB). Ce furent des réunions très productives où plusieurs dossiers ont été discutés, y compris celui du budget pour l'année 2019. Les deux groupes continuent de respecter l'ordonnance du juge et se conforment à la structure corporative établie par les lettres patentes du CNIB. Nous tentons également de trouver une entente à l'amiable hors cours.

La Sureté du Québec (SQ) continue de travailler sur les 3 priorités identifiées par les municipalités : contrer les incivilités dans les lieux publics, partager la route (vélos-voitures) et être proactif au niveau des drogues. La SQ travaille également avec les directeurs généraux de l'île à l'élaboration d'un règlement harmonisé sur le cannabis. La SQ sera plus présente aux feux de circulation et à d'autres points stratégiques pendant les tempêtes hivernales.

Le comité organisé par la MRC, le CIUSSS et le Dr Bonenfant s'est réuni deux fois avant la fin de l'année dernière pour discuter du recrutement d'un médecin de famille au Centre médical Prévost. Il faut noter que les problématiques de recrutement de médecins n'est pas unique à l'Île d'Orléans. Le Dr Bonenfant doit d'ailleurs écrire une lettre au Dr Bouchard, chef du Département de médecine générale du CIUSSS, pour expliquer la situation. Le comité continue à travailler sur ce dossier.

En décembre, le conseil des maires a adopté une résolution demandant au ministère des Transport du Québec (MTQ) de communiquer régulièrement avec le public pour les tenir bien informés des réparations du pont et de l'éventuelle construction d'un nouveau pont. Le rapport d'inspection générale du pont actuel réalisée en 2018 a été présenté aux élus de l'île d'Orléans le 6 février. Le MTQ planifie et effectuera tous les travaux d'entretien nécessaires afin de maintenir le pont fonctionnel et sécuritaire. Devenez ami de la page Facebook de la MRC de l'île d'Orléans pour des informations à jour ou consultez Québec 511 (section alerte et avertissement).

Notre préfet de la MRC, M. Harold Noel, continue de communiquer et de rencontrer le ministre de la Culture et des Communications au sujet du plan de conservation du site patrimonial de l'Île-d 'Orléans. Le 7 février, le conseil des maires a également rencontré la députée, Emily Foster. Un dossier à suivre.

En espérant que le printemps nous trouve sous toute cette neige!

Debbie Deslauriers

Dates à retenir

Les prochaines séances publiques du conseil municipal auront lieu les :

- Lundi 1 avril 2019
- Lundi 6 mai 2019
- Lundi 3 juin 2019

Événements :

- 16 mars, 20 avril, 18 mai et 15 juin – Heure du conte
- 26 mars – Atelier sur les outils numériques offerts par la bibliothèque
- 4 mai – Méga-recyclage au Logisport de Saint-Pierre
- 20, 21 et 22 mai – Ramassage des encombrants
- 23 et 24 mai – Ramassage des feuilles mortes

Taxes

Les comptes de taxes ont été expédiés le 12 février. Nous vous rappelons que le premier versement est exigible pour le 15 mars Il est de votre responsabilité de nous contacter pour nous signaler toute erreur, y compris le fait que vous n'auriez pas reçu votre compte 2019. Les 2e et 3e versements seront exigibles les 15 mai et 15 août prochains.

Déneigement

La Municipalité rappelle également à tous les citoyens qu'il est important de déneiger les toits ainsi que les sorties des résidences. Les gens ne déneigent régulièrement qu'une seule entrée en hiver, mais en cas d'urgence, selon les conseils des pompiers et des ambulanciers, il est important que deux accès soient accessibles en tout temps.

Quelques rappels

Fleur emblème de la Municipalité

La Gentiane de Victorin est la fleur emblème de notre municipalité. Il s'agit d'une plante herbacée annuelle ou bisannuelle qui mesure de 10 à 50 cm de hauteur. Chaque plant peut produire jusqu'à 30 fleurs bleues foncé ou violacées. La floraison a lieu d'août à septembre et peut donner par la suite environ 400 graines brunes par fruit.

La gentiane de Victorin a la particularité de ne se retrouver qu'à un seul endroit un monde, soit les berges du fleuve Saint-Laurent dans les zones de marées. Un habitat aussi restreint et spécialisé a contribué à faire de la gentiane de Victorin une espèce menacée.

Il est important de noter que certaines activités humaines peuvent contribuer au déclin des populations de l'espèce :

- Opération de remblais et de déblais
- Circulation en véhicule tout-terrain
- Tonte et rejet de débris végétaux
- Cueillette des fleurs

La collaboration de tous est donc nécessaire afin d'aider à protéger notre fleur emblème.

Site Internet

Visitez le site Internet de la municipalité en se rendant au www.saintlaurentio.com. Vous y trouverez de nombreuses informations dont les règlements, les procès-verbaux et autres nouvelles municipales. N'hésitez pas à contacter votre bureau municipal au 418-828-2322 poste 1 afin d'obtenir plus de renseignements.

Gazon et autres rebuts végétaux

Pour la protection des cours d'eau et du fleuve Saint-Laurent, il est interdit d'y jeter des feuilles, du gazon, des plantes de maison, des plantes envahissantes, des rejets de jardin ou toute autre matière résiduelle.

Règlement de construction

Pour toute nouvelle construction, rénovation, ajout de piscine gazebo, patio, aménagement paysager bref, tout ce qui touche l'extérieur d'une propriété doit faire l'objet d'une demande de permis de la municipalité et une demande de certificat d'autorisation du ministère de la Culture et des communications.

Règlement sur les feux

La municipalité a adopté un règlement pour gérer les feux extérieurs. Tout résident qui désire faire un feu doit se procurer sans frais un permis auprès du directeur du service incendie. Les feux extérieurs, lorsque réalisés dans un contenant en métal muni d'un couvercle pare-étincelles n'ont pas besoin de permis. De plus, aucune étincelle ou fumée ne devra déranger le voisinage.

Règlement sur les animaux

Les propriétaires de chiens ont l'obligation de se procurer une licence pour les chiens le 1er mai de chaque année. Celle-ci permet au contremaître d'identifier l'animal et de contacter le propriétaire si l'animal est retrouvé.

Un maximum 2 chiens est autorisé à une même adresse. À l'extérieur, l'animal doit être retenu à l'intérieur de son terrain ou avec l'aide d'une laisse. Un animal hurlant ou aboyant constitue également une nuisance.

Camp Saint-François

Cette année encore, grâce à une entente de partenariat avec les municipalités de Saint-François, Saint-Laurent et Saint-Jean, nous offrons aux jeunes de ces municipalités l'opportunité de vivre l'expérience d'un camp de jour au Camp Saint-François à coût très intéressant.

Le Camp Saint-François de l'île d'Orléans est un camp d'été unique en son genre, situé en bordure du fleuve Saint-Laurent. Chaque année, des centaines d'enfants de 5 à 12 ans viennent y découvrir le bonheur de la vie de groupe et des activités en plein air dans un environnement sécuritaire. Organisme sans but lucratif, le Camp Saint-François de l'île d'Orléans œuvre au bonheur des enfants depuis 1949.

Horaire : du 25 juin au 9 août de 8h30 à 16h30 (7 semaines)

Ce que nous offrons

- Transport par autobus – moniteur présent dans l'autobus à l'aller et au retour
- À noter que les couchers au camp et les sorties seront aux frais des parents, ils ne sont pas inclus dans le prix d'inscription.

Coût

- 345 $ pour un enfant
- 560 $ pour deux enfants de la même famille
- 740 $ pour trois enfants de la même famille

Programme apprenti moniteur (PAM)

Sous la forme d'un stage, tu apprendras à animer des jeux, t'occuper d'un groupe, bâtir une programmation, veiller à la sécurité des enfants, etc.

Admissibilité

Être âgé de 14-15 ans au 1er juillet et ne pas avoir été campeur au Camp St-François à l'été 2016

Choix du (des) (séjour(s)

- Intro (2 au 13 juillet)
- Mi-été (16 au 27 juillet)
- Projet (30 juillet au 10 août)

Coût

- Pour 1 séjour 420 $
- Pour 2 séjours 760 $
- Pour 3 séjours 1040 $

Inscriptions et renseignement Un formulaire d'inscription est disponible sur le site web du Camp Saint-François au www.campst-francois.com. Il est possible d'obtenir plus de renseignements en communiquant au (418) 204-1444 ou par courriel info@campstfrancois.com.

Finalement, il est possible de communiquer avec la municipalité à blemelin@saintlaurentio.com ou par téléphone au (418) 828-2322 poste

Camp de jour de Saint-Pierre

Bien que la municipalité privilégie le Camp Saint-François pour en assurer sa pérennité, elle paiera directement à la municipalité de St-Pierre la surcharge pour les non-résidents seulement au camp de jour. (Les camps spécialisés ne sont pas inclus). Pour information : Mélanie Bourdeau-Giroux au 418-828-2855 poste 5 ou mbgiroux@stpierreio.ca

Fête des voisins - Samedi 8 juin

Des voisins, c'est important! Ils sont toujours là pour nous donner du sucre, nous aider quand notre voiture est prise dans l'entrée l'hiver ou tout simplement pour une jasette sur le bord de la clôture. Samedi le 8 juin, pourquoi ne pas souligner le bon voisinage en organisant une petite fête dans votre cour! Des BBQ, des sourires et du soleil. La recette parfaite pour une magnifique fête.

La fête des voisins est organisée par les citoyens eux-mêmes, pour développer un esprit de voisinage chaleureux et sympathique.

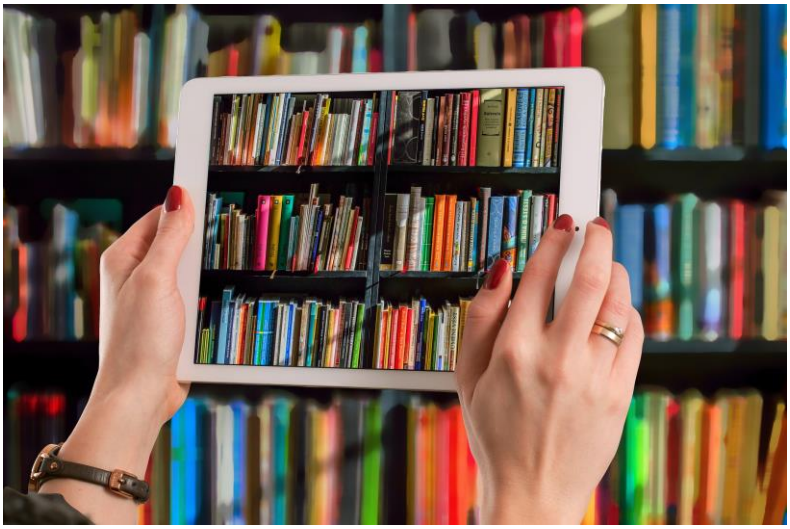
Brigitte Lemelin
Coordonnatrice communautaire

Retour du marché public

L'hiver est encore bien installé dans notre belle province, mais nous devons déjà penser à l'été 2019. L'année dernière, plusieurs d'entre vous ont participé aux deux premières éditions du Marché Public de Saint-Laurent. Résidents et visiteurs étaient au rendez-vous et très heureux de pouvoir profiter de ce rassemblement pour pouvoir faire leurs emplettes au même endroit. Plusieurs personnes nous ont signifié leurs désirs de voir l'activité être reconduite en 2019 avec une édition de plus. Alors, c'est avec une grande joie que nous vous annonçons son retour les samedis 20 juillet, 17 août et 21 septembre. Si vous êtes un producteur agricole, un artisan, un agro-transformateur ou encore simplement un citoyen dynamique et que vous avez un intérêt à participer dans le démarrage du marché public de Saint-Laurent, écrivez à blemelin@saintlaurentio.com.

Bibliothèque David-Gosselin

Atelier d'initiation aux livres et revues numériques



Vous aimeriez vous familiariser avec les livres et les revues numériques que met gratuitement à votre disposition votre bibliothèque municipale? Rien de plus simple! Inscrivez-vous à l'atelier qui aura lieu le mardi 26 mars 2019 à compter de 18h30 à la salle communautaire de Saint-Laurent-de-l'Île-d'Orléans situé au 6822, chemin Royal.

Au menu de l'atelier :

- Livre numérique : Des milliers de livres en français et en anglais, des auteurs à succès, des BD, du livre jeunesse, des essais… de tout pour tous les goûts!
    - Découverte du site pretnumerique.ca
    - Création d'un compte usager et téléchargement d'une application de lecture

  - Emprunt d'un livre numérique

- Magazines numériques : 40+ magazines populaires à votre portée, en tout temps, comme 7 Jours, La Semaine, Science & Vie, Coup de Pouce, National Geographic, ELLE Qc, etc.
  - Découverte de RBdigital
  - Création d'un compte usager et téléchargement de l'application RBdigital
  - Téléchargement de revues numériques

Vous aurez besoin de votre appareil de lecture sur place.

Cet atelier pratique est destiné aux débutants. Vous n'êtes pas encore abonné à la bibliothèque? Visitez bit.ly/biblioenligne pour vous abonner à partir de la maison ou passez à la bibliothèque. De belles découvertes vous attendent!

Inscription requise auprès de la bibliothèque ; les places sont limitées.

Trois façons de vous inscrire : à la bibliothèque, par téléphone 418-828-2529 et par courriel biblio@saintlaurentio.com. Vous devez fournir le nom du participant, votre numéro de téléphone, votre adresse courriel et le type d'appareil que vous allez utiliser.

Activité de bricolage

Le samedi 26 janvier, Véronique Rousseau a organisé un bricolage permettant à huit enfants de fabriquer des cadres de différentes grandeurs et de les réunir pour former un tableau mural. Ils devaient mettre en valeur les choses qu'ils aiment et qui les motivent à l'aide de dessins, de photos, de mots et d'autocollants. Merci aux parents présents lors de cette matinée.

Afin de demeurer informé des ateliers de bricolage, veuillez faire parvenir vos coordonnées à l'adresse: vrousseau79@gmail.com

Les inscriptions sont obligatoires afin de prévoir le matériel nécessaire à l'activité. Un parent doit accompagner son enfant pour l'aider dans le montage du bricolage.

Photo 1: Clémence L, Dahlia S, Lily G, Marion S, Jules L, Zack M-Q et Maïka M-Q. Absente : Thalia A.

Grille des loisirs – Printemps 2019

Activités Artistiques						
ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	LIEU	INSCRIPTION	RESPONSABLE
Bricolage parent-enfant de 3 et plus	Activité de bricolage thématique chapeautée par une bénévole de la bibliothèque de Saint-Laurent. Matériel fourni	Samedi 9h30 à 11h30 Une activité par mois Avril à Juin	Gratuit (Inscription obligatoire)	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent		Véronique Rousseau vrousseau79@gmail.com
Le Cercle des fermières de Saint-Laurent	Cours de tissage et courtepointe avec le Cercle des Fermières de Saint-Laurent	Mardi 13h à 16h	35$ pour devenir membre (coût annuel)	Sous-sol de la sacristie 6985 chemin Royal Saint-Laurent		Diane Paradis T.: 418-828-0521
Atelier de jonglerie	Vous désirez impressionner vos copains en jonglant avec des œufs sans faire d'omelette ? Venez apprendre les techniques de bases de la manipulation d'objets lors de cette activité d'initiation pour petits et grands.	Samedi 4 mai de 10h à 12h	15$ pour l'atelier	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	5 pers min/ 30 pers max	Véronique Provencher verojongle@gmail.com
Guitare pour tous les niveaux	Électrique, acoustique et classique,	Soir/semaine Lundi au jeudi	30$/h en bloc de 4X1h (20$ pour essai 1h)	6936 chemin Royal ou à domicile avec supplément	La période d'inscription pour les nouveaux étudiants débutera en Mars	Cédric Chabot T. 418-953-4756 cedric_chabot@outlook.com
Peinture acrylique	Cours de peinture acrylique pour débutants et intermédiaires	Mardi soir 19h à 22h du 1e avril au 29 avril Jeudi pm de 13h à 16h du 28 mars au 25 avril	110 $	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Jusqu'au 25 mars	Karina Kelly 418-265-8044 info@karinakellyartistepeintre.com
Heure du conte	Une bénévole de la bibliothèque offre une heure de lecture de conte pour les tout-petits les samedis matin.	Samedi le 16 mars Samedi le 20 avril Samedi le 18 mai Samedi le 19 juin	Gratuit	Bibliothèque David-Gosselin 6822 chemin Royal Saint-Laurent	En continu	Guy Delisle guy.delisle2@gmail.com
Atelier création capteur de rêve	Les fermières de Saint-Laurent vous offrent un atelier pour créer votre propre capteur de rêve, question de faire de beaux rêves.	Samedi le 11 mai	A venir	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Jusqu'au 29 avril Enfant de 6 ans et plus accompagné d'un parent	Diane Paradis diane.paradis2006@gmail.com
Activités sociales, éducatives et culturelles						
ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	LIEU	INSCRIPTION	RESPONSABLE
Cours de gardiens avertis	Tu es un(e) adolescent(e) de 11 ans ou plus et tu as décidé de devenir un(e) gardien(ne); es-tu prêt(e) à remplir cette responsabilité importante? Le cours de Gardiens avertis aidera les adolescents à assurer la sécurité des tout-petits.	Samedi 6 avril	55$ (comprend trousse, manuel, taxes et certificat)	Salle communautaire 6822 chemin royal Saint-Laurent	Min 12 enfants Inscriptions jusqu'au 1 avril	www.formeduc.ca

Atelier de micro-pousses	Venez apprendre comment vous faire de belles pousses de tournesol, luzerne et cie pour garnir vos repas.	Horaire à déterminer Atelier de 2 hrs	40$ pour l'atelier	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Max de 10 personnes Possibilité de faire plusieurs ateliers	Geneviève Mainville-Laliberté 581-888-4746 labelleverte.ateliers@gmail.com
Cours prêts à rester seul	Apprends à faire des choix responsables et à assurer ta sécurité lorsque tu es seul en suivant le cours Prêts à rester seuls! de la Croix-Rouge canadienne. Dispensé par un animateur jeunesse de la Croix-Rouge, ce cours permet aux jeunes âgés de 9 à 13 ans d'apprendre des techniques de base en secourisme et d'acquérir les compétences nécessaires pour assurer leur sécurité à tout moment où ils ne sont pas sous la supervision directe d'un parent, d'un tuteur ou d'un adulte en qui ils ont confiance, qu'ils soient à la maison ou dans leur collectivité.	Samedi le 8 juin	45.00$ / personne (taxes, manuel, certificat et pochette Je suis prudent inclus)	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Min 12 enfants Inscriptions jusqu'au 1 juin	www.formeduc.ca
Maison des jeunes	Activités pour adolescents au chalet des loisirs de Saint-Laurent, Saint-Jean et Saint-Pierre. Il s'agit d'un lieu de rencontre pour les adolescents qui la fréquentent sur une base volontaire. Les intervenants/animateurs travaillent à développer le potentiel personnel et social des jeunes en leur proposant divers projets et activités.	Voir le site ou la Page Facebook	Gratuit	Chalet des loisirs 7018 chemin Royal Saint-Laurent	En continu	Caroline Gosselin http://mdj.notreile.com
Café Rencontre	Activité sociale autour d'un bon café et des biscuits. Jeux de cartes et discussions.	Mercredi de 13h à 16h en continu	Gratuit	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	En continu	Brigitte Lemelin T. 418-828-2322 blemelin@saintlaurentio.com
Cuisine collective végétarienne	Confection de repas végétariens, sains et économiques préparés en groupe pour rapporter à la maison.	Horaire à déterminer ensemble Avril à juin	6$ par portion par cuisine	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Début avril	Brigitte Lemelin T. 418-828-2322 b.lemelin@saintlaurentio.com

Activités Sportives

Activité	Description	Horaire	Coût	Lieu	Inscription	Responsable
Marche Vitalité	Vous avez pour habitude de faire des marches ? L'approche de Marche vitalité vous permettra de profiter d'un entrainement en plein air supervisé par un instructeur créatif qui vous aidera à obtenir de meilleurs résultats.	Mardi 9h00-10h00 Jeudi 9h00-10h00 Du 15 avril au 23 juin	115$ avant taxes. Le prix comprend un élastique d'entrainement qui sera remis au premier cours.	Parc Maritime et Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	du 11 mars au 7 avril 2019	http://gg.gg/ouvertatousP19 Compagnie Du cœur à l'ouvrage
Circuit vitalité	Circuit d'entrainement balisé utilisant les obstacles naturels.	En tout temps	Gratuit	Parc maritime de Saint-Laurent 120 Chemin de la Chalouperie	Accès en tout temps	Brigitte Lemelin blemelin@saintlaurentio.com

Combo cardio pop/latino	Entrainement chorégraphié inspiré de la musique populaire et de la musique latine pop, rock, Funk, merengue, salsa,... Le combo Cardio Pop / Latino est un entraînement amusant, simple à suivre et chorégraphié par un instructeur créatif. Mettez de la Pop/Latino dans votre journée !	Mercredi 18h30-19h30 Du 15 avril au 23 juin	95$ avant taxes pour 10 semaines	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	du 11 mars au 7 avril 2019	http://gg.gg/ouvertatousP19 Compagnie Du cœur à l'ouvrage
Kung Fu familial (parent et enfant)	Arts martiaux chinois traditionnels. Auto-défense, conditionnement et pratique traditionnelle avec et sans armes.	Lundi, 18h30 à 19h45 Du 25 mars au 10 juin	75$/personne	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	5 pers. min. / 20 max .	Jérôme Lemelin 418-828-2865 jerome.lemelin.2@ulaval.ca
Kung Fu (ado-adultes)	Arts martiaux chinois traditionnels. Auto-défense, conditionnement et pratique traditionnelle avec et sans armes.	Lundi, 20h à 22h00 Du 25 mars au 10 juin	90$/personne	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	5 pers. min. / 12 max	Jérôme Lemelin 418-828-2865 jerome.lemelin.2@ulaval.ca Steeve Tremblay 418-994-0504 tremblaysteeve1@gmail.com
Rest'actif adultes	Cette mise en forme sur fond musical a pour but d'améliorer graduellement votre bien-être et votre condition physique. Période aérobique d'intensité légère, exercices de musculation et période d'étirements. Cours supervisé par un kinésiologue.	Mercredi de 8h15 à 9h15 Du 17 avril au 22 mai	48,23$	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Limite 8 Avril 8 pers. min. / 20 max.	Julie Faucher 418-834-7312 www.restactif.ca
Taekwondo Débutant	Art martial d'origine sud-coréenne spécialisé dans les techniques de coups de pied et de coups de poing	Samedi de 9h à 10h Du 6 avril au 15 juin	85$/personne	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	29 mars	Caroline Beaudoin T. 418-997-0986 caro_sportive_3@hotmail.com
Taekwondo Avancé 5 ans et plus et adultes	Art martial d'origine sud-coréenne spécialisé dans les techniques de coups de pied et de coups de poing	Du 2 avril au 15 juin Mardi-jeudi 18h45 à 20h Samedi 10h à 11h30	140$ 3 fois/sem	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	29 mars	Caroline Beaudoin T. 418-997-0986 caro_sportive_3@hotmail.com
Mini ninja (enfants de 3 à 5 ans)	Art martial d'origine sud-coréenne spécialisé dans les techniques de coups de pied et de coups de poing	Samedi de 9h à 10h Du 6 avril au 15 juin	85$/personne	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	29 mars	Caroline Beaudoin T. 418-997-0986 caro_sportive_3@hotmail.com
Yoga Pilates	Le yoga Pilates relie la tonicité du corps (souplesse et force) et l'harmonie de celui-ci avec le souffle. Le cours consiste en une fusion du yoga et du Pilates pour une approche dynamique qui recentre. Une façon intéressante de prendre conscience de votre	Lundi de 8h45 à 9h45 Jeudi de 8h à 9h00	100$+taxes par cours 10% de rabais si vous prenez les 2 cours.	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	10 pers. min. / 30 max	Cathy Lam cathy@mongymenligne.com T. 581.777.0581 Inscription en ligne à yoga.mongymenligne.com

	posture, de renforcer vos abdominaux dans le respect de vos capacités					
Yoga sur Chaise 65 ans et +	Venez faire du yoga différemment à l'aide d'une chaise. Des mouvements pour améliorer votre mobilité, souplesse musculaire, système immunitaire. Tout ça dans la détente.	Mercredi de 9h45 à 10h45 Du 24 avril au 12 juin	80$/ 8 semaines	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	12 avril 6 pers. min. / 10 max	Paule Laperrière T. 418-829-0425 pauly@oricom.ca
VIACTIVE ORLÉANS + 55 ans et plus	Dans une ambiance joyeuse, exercices variés: Gym douce senior, Stretching, Qi Gong, Yoga sur chaise, etc., incluant de l'aérobie, du renforcement musculaire et de la danse libre. Les participants ajustent le niveau d'intensité selon leur condition physique.	Mardi + Jeudi 10 h à 11 h Jusqu'au 20 juin 2019	Contribution volontaire	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	En tout temps durant la session	Micheline Laliberté T. 418 828 0586 mlaliberte49@gmail.com
Activités de détente						
ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	LIEU	INSCRIPTION	RESPONSABLE
Cours Anti-stress par la Sophrologie Adulte	Relaxation Dynamique – Méditation - Exercices corporels – Respiration (Méthode Caycedo). Découverte et approfondissement	Lundi 10h à 11h 1e avril au 10 juin	115$ / 10 semaines	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	Limite : 31 mars 6 pers. min. / 15 max.	Halim Tazi T: 418-991-0642 C: 418-922-7089 halim_tazi@videotron.ca www.espacetherapeutiqueorleans.ca
Essentrics	La méthode Essentrics est un entrainement dynamique et complet qui combine simultanément l'étirement et le renforcement tout en engageant les 650 muscles. Efficace pour la flexibilité, la mobilité de l'ensemble des articulations et la douleur, ainsi que pour la prévention des blessures. Le cours comporte des exercices debout et au sol, accompagnés de musique variée. Tapis de sol requis	Lundi de 16h45 à 17h45 Lundi de 18h00 à 19h00 Du 29 avril au 17 juin	80$ / 8 semaines	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	5 pers. min. / 20 max.	Michèle Roy micheleroy56@gmail.com http://micheleetclaudel.ca/essentrics-qui/ FB: @essentricsavecmichele
Qi-Gong	Exercices de santé chinois visant la détente et le relâchement des tensions.	Mercredi, 19 h 30 à 21 h Du 27 mars au 29 mai	75$/personne	Gymnase de l'école de Saint-Laurent	5 pers. min. / 15 max.	Steeve Tremblay 418-994-0504 tremblaysteeve1@gmail.com

Bibliothèque David-Gosselin – Suite

Rappel - exposition de Karina Kelly

Nous accueillons depuis le mois de janvier une nouvelle artiste peintre. Il s'agit de madame Karina Kelly.

Nous vous invitons donc à venir découvrir ses œuvres à la bibliothèque de Saint-Laurent-de-l'Île-d'Orléans. Cette dernière est située au 6822, chemin Royal. L'exposition s'intitule « Voici qui je suis, voici ma signature »

Les heures d'ouverture sont les suivantes :

- Mardi de 19h00 à 20h45
- Mercredi de 14h00 à 16h00
- Jeudi de 19h00 à 20h45
- Samedi de 9h30 à 11h30

Rappel concours – campagne de recrutement de bénévoles

Notre bibliothèque est constamment à la recherche de bénévoles afin de pouvoir offrir le même service aux usagers. Une campagne de recrutement de bénévoles est actuellement en cours à travers le réseau.

En devenant bénévole durant la campagne, la personne reçoit un bulletin de participation. Elle doit compléter la section du bulletin de participation identifiée à cette fin et ajouter le nom du bénévole de la bibliothèque qui l'a recrutée, le cas échéant. Un jeune âgé de 24 ans et moins durant la campagne reçoit 2 bulletins de participation.

Il y aura tirage d'un chèque-cadeau de 350 $ de La cache à Maxime dans la catégorie nouveau bénévole et un chèque-cadeau de 100 $ de la boutique de thé Monsieur T. Le concours se termine le 13 avril 2019.

Nous vous réitérons donc notre offre à vous joindre à nous pour assurer le fonctionnement de la bibliothèque.

Heure du conte

L'heure du conte se poursuit avec Mimie Lucie. Les prochaines représentations auront lieu le 16 mars, 20 avril, 18 mai et 15 juin.

Guy Delisle
Responsable de la bibliothèque
418-828-2529

Assemblée générale du Parc maritime

Nous avons le plaisir de vous convier à la prochaine assemblée générale annuelle du Parc maritime de Saint-Laurent, qui se tiendra le mardi 2 avril 2019, à 19h00 à la salle municipale de Saint-Laurent, située au 6822, chemin Royal, Saint-Laurent.

Nous vous saurions gré de bien vouloir confirmer votre présence, d'ici le 25 mars, auprès de madame Sylviane Pilote, au 418 828-9672 ou par courriel à info@parcmaritime.ca

Le Conseil d'administration du Parc maritime de Saint-Laurent, est constitué d'un administrateur élu d'office et de 6 autres dont le mandat est d'une durée de deux ans. Cette année, trois postes sont en élection. Deux personnes qui occupent ces postes demandent un renouvellement et une personne a donné sa démission, il y a donc un poste vacant.

Tout membre en règle du Parc maritime de Saint-Laurent est admissible au poste d'administrateur à condition d'être proposé par deux membres en règle du Parc maritime. Le formulaire dûment complété et signé doit nous être parvenu avant le 25 mars 2019.

Nous vous prions d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de nos sentiments distingués.

Jeanne d'Arc Delisle, présidente

Offre d'emploi – Superviseur au Parc maritime

- Durée de l'emploi : Emploi saisonnier. Du 13 mai au 14 octobre 2019
- Nombre d'heures de travail : 35 heures/semaine
- Horaire de travail : Variable semaine et fin de semaine de 10h à 17h
- Salaire : 15$/h

Description des tâches

Sous la supervision de la directrice générale, la personne à la coordination aura pour tâches principales :

- Collaborer au besoin à la mise en oeuvre de projets et d'activités
- Évaluer le travail des guides-interprètes, organiser et participer aux réunions d'équipe
- Vérifier et approuver les feuilles de temps et établir les horaires des guides-interprètes
- Recueillir et compiler les statistiques d'achalandage (visites individuelles et groupes)
- Gérer et superviser la boutique (inventaire, commandes, ventes)
- Gérer la perception des revenus d'entrées et de ventes et effectuer les dépôts régulièrement.
- Effectuer l'accueil et vendre le Site aux visiteurs.
- Vérifier et approuver les feuilles de temps et établir les horaires des guides-interprètes
- Recevoir et gérer les demandes de réservations et en assurer tous les suivis.
- Toutes autres tâches connexes demandées par la directrice générale.

Profil du candidat

Le ou la candidate devra posséder des connaissances en administration, en gestion de ressources humaines et en vente, un bon français écrit et une maîtrise des logiciels informatiques courants.

Autonomie, entregent, esprit d'équipe et expérience en vente sont des qualités et connaissances

recherchées.

Procédures pour postuler

Date limite : 25 avril 2019

Tout(e) candidat(e) intéressé(e) à poser sa candidature pourra le faire en envoyant son curriculum vitae ainsi qu'une lettre de présentation par courriel au info@parcmaritime.ca ou par la poste au 120 chemin de la Chalouperie, Saint-Laurent-de-l'Île-d'Orléans, G0A 3Z0. Les demandes doivent être adressées à Mme Sylviane Pilote.

Offre d'emploi - Guide-interprète au Parc maritime

- Lieu: Parc maritime de Saint-Laurent, Saint-Laurent-de-l'Île-d'Orléans
- Durée: 3 juin 2019 au 15 septembre 2019 - 35 heures/semaine, 5 jours semaine
- Horaire variable sur semaine, fins de semaine et jours fériés.
- Salaire: 13$/h
- Formation rémunérée.
- Possibilité de travail les fins de semaine jusqu'au mois d'octobre.

Tâches

- Réaliser des visites guidées et animer des ateliers
- Accueillir et informer les visiteurs
- Participer à l'animation des activités spéciales
- Tenir la billetterie et la boutique

Compétences recherchées

Études de niveau collégial ou universitaire dans l'un des domaines suivants: patrimoine, ethnologie, anthropologie, histoire, tourisme, muséologie ou toute personne ayant un intérêt marqué pour l'histoire et le patrimoine.

Avec ou sans expérience.

Compétence en informatique de base.

Les candidats devront être autonomes, dynamiques, à l'aise devant public, créatifs, avoir l'esprit d'équipe, le sens du service à la clientèle et une aptitude à s'adapter à différentes situations. La maîtrise de l'anglais sera considérée comme un atout. Ils devront aussi être disponibles entre les dates susmentionnées de jour, entre 10h et 17h, de semaine et fin de semaine (horaire variable).

Le candidat doit aussi être aux études à temps plein à l'hiver 2019 et à l'automne 2019.

Nous encourageons les femmes, les minorités visibles et les autochtones à poser leur candidature.

Toute personne intéressée devra faire parvenir une lettre de présentation ainsi qu'un curriculum vitae à l'attention de Mme Sylviane Pilote au info@parcmaritime.ca Date limite : 26 avril 2019. Seuls les candidats retenus pour une entrevue seront contactés. Pour informations : 418-828-9672.

Cours de natation

La Municipalité est heureuse de vous offrir des cours de natation à la piscine municipale cet été. Que vos tout-petits en soient à leurs premiers balbutiements ou que vous voulez parfaire la technique de vos plus grands, ils pourront apprendre différents styles de nages, apprivoiser la natation dans un environnement stimulant et sécuritaire.

Plusieurs groupes seront offerts:

- moins de 3 ans
- 3 à 5 ans
- 5 à 7 ans
- 7ans à 10 ans

Le prix: 150,00$

La durée des cours: 8 cours de 45min à 1h (dépendant des groupes d'âge)

POUR INSCRIPTIONS

Constance Brossard

BROSSARDCONSTANCE@ICLOUD.COM

Soccer

5-12ANS
75$ /10 SÉANCES
1 HEURE LE SAMEDI MATIN (HEURE À CONFIRMER)

GROUPE 5-7 ANS GROUPE 8-12 ANS

COMPREND : APPRENTISSAGE DU SPORT ET DE CONTRÔLE DE BALLE, MINIS MATCHS, CHANDAIL D'ÉQUIPE, REMISE DE MÉDAILLES ET CÉLÉBRATION AU DERNIER COURS

BIENVENUE AUX DÉBUTANTS
ANNABELLE BLOUIN,
JOUEUSE DE SOCCER AAA
DÉBUT LE SAMEDI 29 JUIN
FIN SAMEDI 31 AOÛT

5-12 ANS MIXTE
TERRAIN DES LOISIRS DE SAINT-LAURENT

INSCRIPTIONS PAR COURRIEL À annabelleblouin1@gmail.com AVANT LE 10 JUIN. (min. de 10 inscriptions par groupe d`âge 5- 7 ans / 8-12 ans) INDIQUEZ LES POINTS SUIVANTS POUR L'INSCRIPTION : NOM DE L`ENFANT, ÂGE, NUMÉRO DE TÉLÉPHONE, ADRESSE
LE PAIEMENT S'EFFECTURA PAR VIREMENT INTERAC, JE VOUS AVISERAI AU MOMENT DE LE FAIRE. SHORTS ET BAS NOIR AINSI QUE LES PROTÈGE-TIBIAS SONT OBLIGATOIRES. SOULIERS ET BALLON DE SOCCER RECOMMANDÉS. AU PLAISIR DE VOUS ENSEIGNER CE MERVEILLEUX SPORT

L'ABIO offre un service d'aide en impôt gratuit

L'Association bénévole de l'Île d'Orléans, est fière d'annoncer un tout nouveau service d'aide en impôt offert aux résidents de l'Île d'Orléans.

Ce programme a pour objectif d'offrir gratuitement de l'aide aux personnes qui ne peuvent pas remplir leurs déclarations de revenus et qui n'ont pas les moyens de confier cette tâche à des professionnels. Il est administré conjointement par l'Agence du revenu du Canada (ARC) et Revenu Québec. De plus, il est rendu possible grâce à la collaboration de l'Association bénévole de la Côte-de-Beaupré et est gratuit et confidentiel.

Chaque année, les bénévoles du service d'aide en impôt soutiennent des dizaines de milliers de personnes en remplissant leurs déclarations de revenus. Grâce à cette aide, ces personnes peuvent bénéficier des prestations et des crédits d'impôt auxquels elles ont droit.

Ce service est disponible sur rendez-vous dès maintenant et ce jusqu'au 26 avril 2019. Toute personne résidants sur le territoire de l'île d'Orléans et qui répond aux critères d'admissibilité peut en faire la demande.

Sont admissibles :	**Sont non admissibles** :
• Personne seule 25 000$ • Un couple 30 000$ • Un adulte avec un enfant 30 000$ • Chaque personne à charge supplémentaire 2 000$ • Les revenus de placement ne doivent pas dépasser 1 000$	• Personnes décédées • Personnes en faillite • Personnes ayant des gains ou des pertes en capital • Personnes ayant un revenu de travail indépendant ou de location • Personnes ayant des dépenses d'emploi

Les personnes admissibles, résidants sur le territoire de l'Île d'Orléans peuvent désormais bénéficier gratuitement de ce service. Les personnes intéressées qui souhaitent obtenir plus d'informations ou s'inscrire, bien vouloir communiquer avec Claire Beaulé au 418-828-1586, poste 1 ou via info@abiorleans.ca.

PETITES ANNONCES

PRÉPOSÉ(E) À L'ENTRETIEN MÉNAGER

Nous sommes à la recherche d'une personne :

- ***Fiable***
- ***Organisée***
- ***Responsable***

Bienvenue aux retraité(e)s!

Auberge Les Blancs Moutons
418-828-1859

RESPONSABLE DU DÉJEUNER

Nous sommes à la recherche d'une personne:

- ***Organisée***
- ***Possédant un grand sens de l'initiative***
- ***Responsable***
- ***Ayant de l'entregent***

Bienvenue aux retraité(e)s

Auberge Les Blancs Moutons
418-828-1859

OFFRE DE SERVICES

Entretien ménager
minimum 4 h
Lavage des vitres,
printemps
Entretien paysager du
printemps

Marlaine Verreault
581-777-6713

St-Laurent-Ile-d'Orleans EST Z+5 — 2019 — TIDE TABLES

March-mars

Day	Time	Metres	Feet	jour	heure	mètres	pieds
1	0227	**3.7**	12.1	**16**	0109	**3.9**	12.8
	0909	**0.8**	2.6		0806	**0.7**	2.3
FR	1445	**4.3**	14.1	SA	1327	**4.6**	15.1
VE	2227	**0.4**	1.3	SA	2130	**0.3**	1.0
2	0339	**3.9**	12.8	**17**	0230	**4.0**	13.1
	1021	**0.7**	2.3		0930	**0.5**	1.6
SA	1548	**4.5**	14.8	SU	1445	**4.9**	16.1
SA	2327	**0.3**	1.0	DI	2245	**0.2**	0.7
3	0436	**4.1**	13.5	**18**	0339	**4.4**	14.4
	1124	**0.5**	1.6		1051	**0.3**	1.0
SU	1639	**4.7**	15.4	MO	1548	**5.3**	17.4
DI				LU	2348	**0.2**	0.7
4	0018	**0.2**	0.7	**19**	0430	**4.7**	15.4
	0518	**4.3**	14.1		1157	**0.2**	0.7
MO	1215	**0.4**	1.3	TU	1645	**5.5**	18.0
LU	1721	**4.9**	16.1	MA			
5	0100	**0.3**	1.0	**20**	0042	**0.2**	0.7
	0551	**4.5**	14.8		0518	**5.1**	16.7
TU	1257	**0.3**	1.0	WE	1254	**0.2**	0.7
MA	1754	**5.1**	16.7	ME	1736	**5.7**	18.7
6	0133	**0.2**	0.7	**21**	0130	**0.2**	0.7
	0621	**4.7**	15.4		0603	**5.5**	18.0
WE	1333	**0.3**	1.0	TH	1348	**0.1**	0.3
ME	1824	**5.2**	17.1	JE	1821	**5.8**	19.0
7	0206	**0.2**	0.7	**22**	0212	**0.2**	0.7
	0648	**4.8**	15.7		0642	**5.6**	18.4
TH	1409	**0.3**	1.0	FR	1436	**0.1**	0.3
JE	1854	**5.2**	17.1	VE	1906	**5.7**	18.7
8	0236	**0.2**	0.7	**23**	0254	**0.2**	0.7
	0715	**5.0**	16.4		0724	**5.7**	18.7
FR	1442	**0.3**	1.0	SA	1518	**0.1**	0.3
VE	1921	**5.2**	17.1	SA	1948	**5.5**	18.0
9	0303	**0.2**	0.7	**24**	0330	**0.2**	0.7
	0739	**5.0**	16.4		0806	**5.7**	18.7
SA	1515	**0.2**	0.7	SU	1603	**0.2**	0.7
SA	1951	**5.1**	16.7	DI	2033	**5.2**	17.1
10	0330	**0.2**	0.7	**25**	0406	**0.3**	1.0
	0809	**5.0**	16.4		0851	**5.5**	18.0
SU	1551	**0.2**	0.7	MO	1645	**0.2**	0.7
DI	2024	**5.0**	16.4	LU	2121	**4.8**	15.7
11	0400	**0.3**	1.0	**26**	0445	**0.3**	1.0
	0839	**5.0**	16.4		0936	**5.2**	17.1
MO	1627	**0.3**	1.0	TU	1730	**0.4**	1.3
LU	2103	**4.7**	15.4	MA	2212	**4.4**	14.4
12	0433	**0.3**	1.0	**27**	0521	**0.6**	2.0
	0918	**4.9**	16.1		1027	**4.8**	15.7
TU	1706	**0.3**	1.0	WE	1818	**0.5**	1.6
MA	2145	**4.4**	14.4	ME	2315	**4.1**	13.5
13	0509	**0.4**	1.3	**28**	0603	**0.8**	2.6
	1000	**4.7**	15.4		1130	**4.5**	14.8
WE	1754	**0.3**	1.0	TH	1918	**0.7**	2.3
ME	2239	**4.2**	13.8	JE			
14	0551	**0.5**	1.6	**29**	0027	**3.8**	12.5
	1100	**4.6**	15.1		0700	**1.0**	3.3
TH	1851	**0.4**	1.3	FR	1242	**4.4**	14.4
JE	2348	**3.9**	12.8	VE	2030	**0.7**	2.3
15	0648	**0.7**	2.3	**30**	0148	**3.8**	12.5
	1209	**4.5**	14.8		0824	**1.1**	3.6
FR	2009	**0.4**	1.3	SA	1403	**4.3**	14.1
VE				SA	2148	**0.7**	2.3
				31	0300	**4.0**	13.1
					0948	**0.9**	3.0
				SU	1509	**4.4**	14.4
				DI	2248	**0.6**	2.0

April-avril

Day	Time	Metres	Feet	jour	heure	mètres	pieds
1	0357	**4.3**	14.1	**16**	0315	**4.6**	15.1
	1054	**0.8**	2.6		1039	**0.5**	1.6
MO	1606	**4.6**	15.1	TU	1533	**5.2**	17.1
LU	2342	**0.5**	1.6	MA	2324	**0.4**	1.3
2	0442	**4.6**	15.1	**17**	0409	**5.1**	16.7
	1151	**0.6**	2.0		1145	**0.4**	1.3
TU	1645	**4.8**	15.7	WE	1630	**5.4**	17.7
MA				ME			
3	0024	**0.4**	1.3	**18**	0015	**0.4**	1.3
	0518	**4.7**	15.4		0454	**5.5**	18.0
WE	1233	**0.5**	1.6	TH	1242	**0.3**	1.0
ME	1724	**5.0**	16.4	JE	1721	**5.6**	18.4
4	0100	**0.4**	1.3	**19**	0100	**0.4**	1.3
	0548	**5.0**	16.4		0536	**5.8**	19.0
TH	1312	**0.5**	1.6	FR	1333	**0.3**	1.0
JE	1754	**5.2**	17.1	VE	1803	**5.5**	18.0
5	0130	**0.4**	1.3	**20**	0142	**0.4**	1.3
	0612	**5.2**	17.1		0618	**5.9**	19.4
FR	1348	**0.4**	1.3	SA	1418	**0.3**	1.0
VE	1827	**5.2**	17.1	SA	1848	**5.5**	18.0
6	0200	**0.4**	1.3	**21**	0224	**0.4**	1.3
	0639	**5.3**	17.4		0657	**6.0**	19.7
SA	1421	**0.4**	1.3	SU	1500	**0.4**	1.3
SA	1857	**5.2**	17.1	DI	1927	**5.4**	17.7
7	0230	**0.4**	1.3	**22**	0300	**0.4**	1.3
	0709	**5.4**	17.7		0736	**5.9**	19.4
SU	1457	**0.3**	1.0	MO	1542	**0.4**	1.3
DI	1927	**5.1**	16.7	LU	2006	**5.1**	16.7
8	0300	**0.4**	1.3	**23**	0336	**0.5**	1.6
	0736	**5.4**	17.7		0818	**5.7**	18.7
MO	1530	**0.3**	1.0	TU	1624	**0.4**	1.3
LU	2000	**5.0**	16.4	MA	2051	**4.8**	15.7
9	0330	**0.4**	1.3	**24**	0409	**0.6**	2.0
	0809	**5.4**	17.7		0900	**5.4**	17.7
TU	1609	**0.3**	1.0	WE	1706	**0.5**	1.6
MA	2039	**4.7**	15.4	ME	2139	**4.5**	14.8
10	0406	**0.4**	1.3	**25**	0445	**0.8**	2.6
	0848	**5.3**	17.4		0948	**5.1**	16.7
WE	1648	**0.4**	1.3	TH	1748	**0.6**	2.0
ME	2124	**4.5**	14.8	JE	2236	**4.2**	13.8
11	0442	**0.5**	1.6	**26**	0527	**1.0**	3.3
	0936	**5.1**	16.7		1042	**4.6**	15.1
TH	1739	**0.4**	1.3	FR	1836	**0.8**	2.6
JE	2221	**4.3**	14.1	VE	2342	**4.0**	13.1
12	0530	**0.7**	2.3	**27**	0618	**1.2**	3.9
	1036	**4.9**	16.1		1157	**4.5**	14.8
FR	1839	**0.5**	1.6	SA	1942	**0.8**	2.6
VE	2330	**4.1**	13.5	SA			
13	0630	**0.8**	2.6	**28**	0103	**3.9**	12.8
	1148	**4.7**	15.4		0736	**1.2**	3.9
SA	1951	**0.5**	1.6	SU	1312	**4.3**	14.1
SA				DI	2054	**0.8**	2.6
14	0051	**4.1**	13.5	**29**	0215	**4.0**	13.1
	0751	**0.8**	2.6		0906	**1.1**	3.6
SU	1309	**4.8**	15.7	MO	1424	**4.4**	14.4
DI	2109	**0.5**	1.6	LU	2200	**0.7**	2.3
15	0209	**4.3**	14.1	**30**	0312	**4.3**	14.1
	0921	**0.7**	2.3		1015	**0.9**	3.0
MO	1427	**5.0**	16.4	TU	1524	**4.4**	14.4
LU	2224	**0.4**	1.3	MA	2251	**0.6**	2.0

May-mai

Day	Time	Metres	Feet	jour	heure	mètres	pieds
1	0400	**4.5**	14.8	**16**	0348	**5.3**	17.4
	1112	**0.7**	2.3		1130	**0.4**	1.3
WE	1609	**4.6**	15.1	TH	1615	**5.1**	16.7
ME	2336	**0.5**	1.6	JE	2345	**0.4**	1.3
2	0439	**4.8**	15.7	**17**	0436	**5.6**	18.4
	1200	**0.5**	1.6		1227	**0.3**	1.0
TH	1651	**4.8**	15.7	FR	1706	**5.2**	17.1
JE				VE			
3	0015	**0.5**	1.6	**18**	0030	**0.4**	1.3
	0509	**5.1**	16.7		0518	**5.8**	19.0
FR	1245	**0.4**	1.3	SA	1315	**0.3**	1.0
VE	1724	**4.9**	16.1	SA	1751	**5.2**	17.1
4	0051	**0.5**	1.6	**19**	0112	**0.4**	1.3
	0539	**5.3**	17.4		0600	**5.9**	19.4
SA	1321	**0.4**	1.3	SU	1400	**0.3**	1.0
SA	1757	**5.1**	16.7	DI	1833	**5.1**	16.7
5	0121	**0.5**	1.6	**20**	0154	**0.4**	1.3
	0609	**5.5**	18.0		0636	**5.9**	19.4
SU	1400	**0.4**	1.3	MO	1442	**0.3**	1.0
DI	1830	**5.1**	16.7	LU	1912	**5.0**	16.4
6	0157	**0.5**	1.6	**21**	0230	**0.4**	1.3
	0636	**5.6**	18.4		0715	**5.8**	19.0
MO	1436	**0.4**	1.3	TU	1521	**0.3**	1.0
LU	1903	**5.1**	16.7	MA	1951	**4.8**	15.7
7	0230	**0.5**	1.6	**22**	0306	**0.5**	1.6
	0709	**5.7**	18.7		0754	**5.6**	18.4
TU	1515	**0.4**	1.3	WE	1557	**0.4**	1.3
MA	1939	**4.9**	16.1	ME	2033	**4.6**	15.1
8	0306	**0.5**	1.6	**23**	0342	**0.6**	2.0
	0745	**5.6**	18.4		0836	**5.4**	17.7
WE	1554	**0.4**	1.3	TH	1639	**0.4**	1.3
ME	2021	**4.7**	15.4	JE	2118	**4.5**	14.8
9	0345	**0.5**	1.6	**24**	0418	**0.7**	2.3
	0833	**5.6**	18.4		0921	**5.1**	16.7
TH	1639	**0.4**	1.3	FR	1718	**0.5**	1.6
JE	2112	**4.5**	14.8	VE	2209	**4.3**	14.1
10	0427	**0.6**	2.0	**25**	0500	**0.9**	3.0
	0921	**5.3**	17.4		1012	**4.7**	15.4
FR	1733	**0.4**	1.3	SA	1800	**0.6**	2.0
VE	2212	**4.5**	14.8	SA	2306	**4.1**	13.5
11	0521	**0.7**	2.3	**26**	0548	**1.0**	3.3
	1024	**5.1**	16.7		1112	**4.4**	14.4
SA	1830	**0.5**	1.6	SU	1854	**0.8**	2.6
SA	2321	**4.4**	14.4	DI			
12	0627	**0.8**	2.6	**27**	0009	**4.1**	13.5
	1136	**4.9**	16.1		0648	**1.1**	3.6
SU	1936	**0.5**	1.6	MO	1218	**4.3**	14.1
DI				LU	1951	**0.8**	2.6
13	0039	**4.4**	14.4	**28**	0118	**4.1**	13.5
	0748	**0.8**	2.6		0809	**1.0**	3.3
MO	1254	**4.8**	15.7	TU	1327	**4.2**	13.8
LU	2048	**0.5**	1.6	MA	2054	**0.7**	2.3
14	0151	**4.6**	15.1	**29**	0218	**4.3**	14.1
	0909	**0.6**	2.0		0924	**0.9**	3.0
TU	1412	**4.8**	15.7	WE	1433	**4.3**	14.1
MA	2154	**0.4**	1.3	ME	2151	**0.7**	2.3
15	0254	**4.9**	16.1	**30**	0309	**4.5**	14.8
	1027	**0.4**	1.3		1027	**0.7**	2.3
WE	1518	**5.0**	16.4	TH	1527	**4.4**	14.4
ME	2254	**0.4**	1.3	JE	2242	**0.6**	2.0
				31	0351	**4.7**	15.4
					1121	**0.5**	1.6
				FR	1615	**4.5**	14.8
				VE	2324	**0.5**	1.6

TABLE DES MARÉES **2019** **St-Laurent-Ile-d'Orleans** HNE Z+5

June-juin

Day	Time	Metres	Feet	jour	heure	mètres	pieds
1	0430	**5.1**	16.7	**16**	0003	**0.4**	1.3
	1212	**0.4**	1.3		0506	**5.6**	18.4
SA	1657	**4.6**	15.1	SU	1300	**0.3**	1.0
SA				DI	1742	**4.7**	15.4
2	0006	**0.5**	1.6	**17**	0048	**0.4**	1.3
	0503	**5.3**	17.4		0545	**5.6**	18.4
SU	1254	**0.4**	1.3	MO	1345	**0.2**	0.7
DI	1733	**4.7**	15.4	LU	1824	**4.7**	15.4
3	0045	**0.4**	1.3	**18**	0130	**0.4**	1.3
	0539	**5.6**	18.4		0624	**5.6**	18.4
MO	1339	**0.3**	1.0	TU	1424	**0.3**	1.0
LU	1809	**4.8**	15.7	MA	1900	**4.7**	15.4
4	0124	**0.4**	1.3	**19**	0209	**0.4**	1.3
	0615	**5.7**	18.7		0700	**5.6**	18.4
TU	1421	**0.3**	1.0	WE	1503	**0.3**	1.0
MA	1848	**4.8**	15.7	ME	1939	**4.6**	15.1
5	0206	**0.4**	1.3	**20**	0245	**0.4**	1.3
	0651	**5.8**	19.0		0742	**5.5**	18.0
WE	1500	**0.3**	1.0	TH	1539	**0.3**	1.0
ME	1930	**4.8**	15.7	JE	2015	**4.5**	14.8
6	0248	**0.4**	1.3	**21**	0321	**0.5**	1.6
	0736	**5.8**	19.0		0818	**5.4**	17.7
TH	1548	**0.3**	1.0	FR	1615	**0.4**	1.3
JE	2015	**4.7**	15.4	VE	2057	**4.5**	14.8
7	0336	**0.4**	1.3	**22**	0400	**0.6**	2.0
	0824	**5.7**	18.7		0857	**5.1**	16.7
FR	1633	**0.3**	1.0	SA	1654	**0.4**	1.3
VE	2109	**4.6**	15.1	SA	2139	**4.4**	14.4
8	0424	**0.5**	1.6	**23**	0439	**0.7**	2.3
	0921	**5.5**	18.0		0945	**4.8**	15.7
SA	1724	**0.3**	1.0	SU	1730	**0.4**	1.3
SA	2206	**4.6**	15.1	DI	2227	**4.3**	14.1
9	0521	**0.5**	1.6	**24**	0521	**0.8**	2.6
	1018	**5.2**	17.1		1033	**4.5**	14.8
SU	1821	**0.4**	1.3	MO	1809	**0.5**	1.6
DI	2312	**4.5**	14.8	LU	2321	**4.2**	13.8
10	0624	**0.6**	2.0	**25**	0612	**0.9**	3.0
	1130	**5.0**	16.4		1130	**4.3**	14.1
MO	1921	**0.4**	1.3	TU	1857	**0.6**	2.0
LU				MA			
11	0021	**4.6**	15.1	**26**	0018	**4.2**	13.8
	0739	**0.6**	2.0		0718	**0.9**	3.0
TU	1242	**4.7**	15.4	WE	1230	**4.1**	13.5
MA	2021	**0.4**	1.3	ME	1945	**0.7**	2.3
12	0127	**4.7**	15.4	**27**	0115	**4.3**	14.1
	0854	**0.5**	1.6		0830	**0.8**	2.6
WE	1354	**4.6**	15.1	TH	1336	**4.0**	13.1
ME	2124	**0.4**	1.3	JE	2045	**0.7**	2.3
13	0230	**5.0**	16.4	**28**	0212	**4.3**	14.1
	1009	**0.4**	1.3		0933	**0.6**	2.0
TH	1500	**4.6**	15.1	FR	1439	**4.1**	13.5
JE	2221	**0.4**	1.3	VE	2139	**0.6**	2.0
14	0327	**5.3**	17.4	**29**	0300	**4.6**	15.1
	1112	**0.3**	1.0		1039	**0.4**	1.3
FR	1603	**4.6**	15.1	SA	1536	**4.2**	13.8
VE	2315	**0.4**	1.3	SA	2236	**0.6**	2.0
15	0418	**5.5**	18.0	**30**	0348	**4.9**	16.1
	1209	**0.3**	1.0		1136	**0.3**	1.0
SA	1654	**4.7**	15.4	SU	1627	**4.3**	14.1
SA				DI	2327	**0.5**	1.6

July-juillet

Day	Time	Metres	Feet	jour	heure	mètres	pieds
1	0430	**5.3**	17.4	**16**	0030	**0.4**	1.3
	1230	**0.3**	1.0		0536	**5.3**	17.4
MO	1709	**4.5**	14.8	TU	1327	**0.2**	0.7
LU				MA	1812	**4.5**	14.8
2	0018	**0.4**	1.3	**17**	0112	**0.4**	1.3
	0515	**5.6**	18.4		0612	**5.4**	17.7
TU	1318	**0.2**	0.7	WE	1409	**0.2**	0.7
MA	1751	**4.5**	14.8	ME	1848	**4.5**	14.8
3	0103	**0.3**	1.0	**18**	0154	**0.4**	1.3
	0557	**5.7**	18.7		0648	**5.4**	17.7
WE	1406	**0.2**	0.7	TH	1445	**0.2**	0.7
ME	1836	**4.6**	15.1	JE	1924	**4.5**	14.8
4	0151	**0.3**	1.0	**19**	0230	**0.4**	1.3
	0642	**5.9**	19.4		0724	**5.4**	17.7
TH	1451	**0.2**	0.7	FR	1518	**0.2**	0.7
JE	1921	**4.7**	15.4	VE	1957	**4.5**	14.8
5	0239	**0.3**	1.0	**20**	0309	**0.4**	1.3
	0727	**5.9**	19.4		0757	**5.3**	17.4
FR	1536	**0.2**	0.7	SA	1551	**0.3**	1.0
VE	2009	**4.8**	15.7	SA	2033	**4.5**	14.8
6	0330	**0.3**	1.0	**21**	0342	**0.4**	1.3
	0818	**5.7**	18.7		0833	**5.1**	16.7
SA	1624	**0.2**	0.7	SU	1624	**0.3**	1.0
SA	2100	**4.8**	15.7	DI	2109	**4.5**	14.8
7	0421	**0.3**	1.0	**22**	0421	**0.4**	1.3
	0912	**5.5**	18.0		0912	**4.8**	15.7
SU	1712	**0.2**	0.7	MO	1657	**0.3**	1.0
DI	2154	**4.8**	15.7	LU	2148	**4.4**	14.4
8	0515	**0.4**	1.3	**23**	0457	**0.5**	1.6
	1009	**5.2**	17.1		0954	**4.5**	14.8
MO	1800	**0.2**	0.7	TU	1730	**0.4**	1.3
LU	2254	**4.8**	15.7	MA	2230	**4.4**	14.4
9	0618	**0.4**	1.3	**24**	0542	**0.6**	2.0
	1112	**4.9**	16.1		1042	**4.4**	14.4
TU	1854	**0.3**	1.0	WE	1806	**0.5**	1.6
MA	2354	**4.8**	15.7	ME	2318	**4.4**	14.4
10	0724	**0.4**	1.3	**25**	0633	**0.7**	2.3
	1221	**4.5**	14.8		1136	**4.1**	13.5
WE	1948	**0.3**	1.0	TH	1848	**0.6**	2.0
ME				JE			
11	0100	**4.8**	15.7	**26**	0012	**4.3**	14.1
	0836	**0.4**	1.3		0733	**0.7**	2.3
TH	1333	**4.4**	14.4	FR	1239	**3.9**	12.8
JE	2048	**0.4**	1.3	VE	1942	**0.7**	2.3
12	0203	**4.9**	16.1	**27**	0112	**4.3**	14.1
	0948	**0.3**	1.0		0845	**0.6**	2.0
FR	1445	**4.3**	14.1	SA	1348	**3.8**	12.5
VE	2148	**0.5**	1.6	SA	2042	**0.7**	2.3
13	0306	**5.0**	16.4	**28**	0212	**4.5**	14.8
	1054	**0.3**	1.0		0957	**0.4**	1.3
SA	1551	**4.3**	14.1	SU	1454	**3.9**	12.8
SA	2248	**0.5**	1.6	DI	2151	**0.6**	2.0
14	0400	**5.2**	17.1	**29**	0309	**4.8**	15.7
	1151	**0.3**	1.0		1106	**0.3**	1.0
SU	1645	**4.4**	14.4	MO	1557	**4.1**	13.5
DI	2342	**0.4**	1.3	LU	2254	**0.4**	1.3
15	0448	**5.3**	17.4	**30**	0403	**5.2**	17.1
	1242	**0.3**	1.0		1206	**0.2**	0.7
MO	1733	**4.5**	14.8	TU	1648	**4.3**	14.1
LU				MA	2354	**0.3**	1.0
				31	0457	**5.5**	18.0
					1300	**0.1**	0.3
				WE	1736	**4.5**	14.8
				ME			

August-août

Day	Time	Metres	Feet	jour	heure	mètres	pieds
1	0048	**0.2**	0.7	**16**	0136	**0.4**	1.3
	0542	**5.8**	19.0		0633	**5.3**	17.4
TH	1351	**0.2**	0.7	FR	1421	**0.2**	0.7
JE	1821	**4.7**	15.4	VE	1903	**4.6**	15.1
2	0142	**0.2**	0.7	**17**	0215	**0.3**	1.0
	0627	**5.9**	19.4		0703	**5.3**	17.4
FR	1436	**0.1**	0.3	SA	1454	**0.2**	0.7
VE	1906	**5.0**	16.4	SA	1933	**4.7**	15.4
3	0233	**0.2**	0.7	**18**	0251	**0.3**	1.0
	0715	**5.9**	19.4		0733	**5.2**	17.1
SA	1521	**0.1**	0.3	SU	1524	**0.2**	0.7
SA	1951	**5.1**	16.7	DI	2003	**4.7**	15.4
4	0324	**0.2**	0.7	**19**	0324	**0.3**	1.0
	0803	**5.8**	19.0		0806	**5.1**	16.7
SU	1606	**0.2**	0.7	MO	1551	**0.2**	0.7
DI	2039	**5.2**	17.1	LU	2033	**4.7**	15.4
5	0415	**0.2**	0.7	**20**	0357	**0.3**	1.0
	0854	**5.5**	18.0		0842	**4.8**	15.7
MO	1648	**0.2**	0.7	TU	1621	**0.2**	0.7
LU	2130	**5.2**	17.1	MA	2109	**4.6**	15.1
6	0506	**0.2**	0.7	**21**	0430	**0.3**	1.0
	0948	**5.2**	17.1		0918	**4.6**	15.1
TU	1733	**0.2**	0.7	WE	1651	**0.3**	1.0
MA	2224	**5.1**	16.7	ME	2145	**4.5**	14.8
7	0600	**0.3**	1.0	**22**	0509	**0.4**	1.3
	1048	**4.7**	15.4		1003	**4.4**	14.4
WE	1821	**0.2**	0.7	TH	1724	**0.4**	1.3
ME	2324	**4.9**	16.1	JE	2224	**4.4**	14.4
8	0700	**0.3**	1.0	**23**	0554	**0.5**	1.6
	1157	**4.3**	14.1		1051	**4.1**	13.5
TH	1912	**0.4**	1.3	FR	1800	**0.5**	1.6
JE				VE	2318	**4.3**	14.1
9	0027	**4.7**	15.4	**24**	0648	**0.6**	2.0
	0809	**0.4**	1.3		1157	**3.8**	12.5
FR	1309	**4.1**	13.5	SA	1848	**0.6**	2.0
VE	2009	**0.5**	1.6	SA			
10	0136	**4.7**	15.4	**25**	0018	**4.3**	14.1
	0921	**0.4**	1.3		0800	**0.6**	2.0
SA	1427	**4.0**	13.1	SU	1309	**3.7**	12.1
SA	2115	**0.6**	2.0	DI	1954	**0.7**	2.3
11	0242	**4.7**	15.4	**26**	0130	**4.5**	14.8
	1030	**0.3**	1.0		0924	**0.4**	1.3
SU	1536	**4.0**	13.1	MO	1424	**3.8**	12.5
DI	2221	**0.6**	2.0	LU	2115	**0.6**	2.0
12	0345	**4.8**	15.7	**27**	0236	**4.7**	15.4
	1133	**0.2**	0.7		1039	**0.3**	1.0
MO	1636	**4.1**	13.5	TU	1533	**4.0**	13.1
LU	2321	**0.5**	1.6	MA	2230	**0.4**	1.3
13	0436	**5.0**	16.4	**28**	0339	**5.2**	17.1
	1227	**0.2**	0.7		1145	**0.2**	0.7
TU	1721	**4.3**	14.1	WE	1627	**4.3**	14.1
MA				ME	2339	**0.2**	0.7
14	0015	**0.4**	1.3	**29**	0436	**5.5**	18.0
	0521	**5.1**	16.7		1242	**0.1**	0.3
WE	1309	**0.3**	1.0	TH	1715	**4.6**	15.1
ME	1757	**4.5**	14.8	JE			
15	0100	**0.4**	1.3	**30**	0036	**0.1**	0.3
	0600	**5.2**	17.1		0527	**5.7**	18.7
TH	1348	**0.3**	1.0	FR	1330	**0.1**	0.3
JE	1833	**4.5**	14.8	VE	1800	**5.0**	16.4
				31	0133	**0.1**	0.3
					0612	**5.9**	19.4
				SA	1415	**0.1**	0.3
				SA	1842	**5.3**	17.4