La Marée – Juin 2023

SAINT-LAURENT
DE-L'ÎLE-D'ORLÉANS

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

Yves Coulome	Maire, Agriculture, Communauté métropolitaine de Québec, Parc maritime, Marina
Marc-André Goulet	Bibliothèque, MADA, Famille, comité de bienvenue
Andréanne Lapointe Deblois	Comité des loisirs et Fêtes, Journaux communautaires et communications, Transport PLUMobile
Bruno Gosselin	Service incendie, Sécurité civile, Sûreté du Québec
Olivier Parent	Comité consultatif d'urbanisme, Marina
Marion Richard	Comité d'environnement, Comité d'embellissement, Culture, patrimoine & tourisme, Saint-Laurent Village maritime, Infrastructures
André Vézina	Comité consultatif d'urbanisme, Infrastructures

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 : 200 copies

Sommaire

Mot du maire 3
Dates à retenir 3
Méfait et vandalisme - Appel à la vigilance 4
Construction et rénovation 4
..... 4
Résidences de tourisme 5
Gazon et autres rebuts végétaux 5
Règlement sur les feux 5
Bénévoles recherchés - Activités de la Fête nationale et autres événements estivaux 5
..... 6
Soirée de danses traditionnelles – 17 juin 6
Diffusion du film Babine – 18 juin 7
Fête nationale – 24 juin 7
Spectacle Légendes de l'île – 7 juillet 8
Fête du nautisme 8 et 9 juillet 9
Marché public – 19 août et 2 septembre 9
Pour la programmation complète des événements 10
Ouverture de la piscine 10
Bibliothèque David-Gosselin 10
Activités sociales 13
Activités sportives 14
Activités de détente 15

Mot du maire

Comme vous l'avez sûrement remarqué, il y a des travaux à l'Église ce printemps. En plus de la réfection du parvis, il y a aura restauration de la toiture et de la maçonnerie. La Fabrique investira près d'un demi-million de dollars.

Comme les revenus annuels diminueront et que les coûts d'opération augmentent, la Fabrique mise sur les stationnements pour aider à combler les déficits annuels. Elle fera l'installation d'horodateurs (bornes de paiement) à Saint-Laurent et à Saint-Jean. Des vignettes seront distribuées pour les résidents de ces municipalités et les participants aux cérémonies religieuses.

En ce qui concerne le Club nautique de l'île d'Orléans, (CNIO) plusieurs changements au niveau du conseil d'administration. M. Michel Kearney a été nommé par la Municipalité en remplacement de M denys Maheux (sic) qui avait accepté le rôle de maitre de port pour la saison 2022. Lors de l'assemblée annuelle 2023, les membres ont élus M. Jean-Michel Carpentier et M. denys Maheux (sic) à titre d'administrateur. M. Maheux a accepté de reprendre la présidence. Un nouveau maître de port a été embauché, nommément, M. Sylvain Hunter de Saint-François. Je tiens également à remercier M. Michel Bergeron pour son dévouement à titre de trésorier pendant les dernières années.

Parmi les suggestions de la firme Vignola pour le développement de Saint-Laurent village maritime, le conseil municipal a retenu un projet de sentier pédestre sur l'enrochement du bassin de la Marina et une alimentation électrique au parvis de l'église pour des spectacles extérieurs.

À la suite du sondage sur l'utilisation du terrain des loisirs, la Municipalité a mandaté la firme Option Aménagement pour élaborer un plan directeur de l'aménagement du site afin d'en maximiser l'espace en fonction des installation actuelles et futures retenues par le conseil.

Je vous souhaite une belle saison estivale.

Yves Coulombe
Maire

Dates à retenir

- 15 juin – 2e versement de taxes municipales
- 16 juin – Spectacle Vintage Connection
- 17 juin – Soirée de danse traditionnelle
- 18 juin – Diffusion du film Babine
- 24 juin – Fête nationale
- 7 juillet – Spectacle sur le parvis – Les Légendes de l'île
- 8 et 9 juillet – Fête du nautisme
- 19 août et 2 septembre – Fêtes de marché public
- 15 octobre – 3e versement de taxes municipales

Les prochaines séances publiques du conseil municipal auront lieu les :

- Lundi 10 juillet
- Lundi 7 août
- Lundi 11 septembre
- Lundi 2 octobre

Méfait et vandalisme - Appel à la vigilance

Depuis quelques temps, nous constatons une recrudescence des méfaits et du vandalisme. Ces situations sont d'autant plus déplorables qu'elles engendrent pour tous les citoyens des coûts supplémentaires d'entretien, de réparation ou de remplacement d'équipement et vous privent de l'accès à nos infrastructures. Ainsi, l'ouverture du kiosque sanitaire a dû être retardée de plusieurs semaines en raison de bris survenus en mai dernier quand des personnes ont tenté de forcer l'entrée. Des vols mineurs ont aussi été commis et il est à noter que certains autres actes sont même très dangereux pour la sécurité.

De plus, certaines voies de fait plus graves se seraient produits et une personne aurait été blessée.

Certains jeunes de la Municipalité seraient parmi les contrevenants et la Sûreté du Québec nous a informés qu'il y aurait tolérance « 0 » pour les rassemblements sur le quai ou autres lieux publics. La collaboration des parents est essentielle afin de sensibiliser leurs adolescents aux conséquences possibles d'actes répréhensibles qui peuvent aller d'amendes jusqu'à des poursuites criminelles.

Nous sollicitons donc votre vigilance et nous comptons sur votre collaboration pour rapporter tout méfait dont vous seriez témoin. Il est possible de le faire en communiquant avec la Municipalité au 418-828-2322 poste 1 ou en téléphonant directement à la Sûreté du Québec au 418-828-4141. Nous vous rappelons que tous signalement peut se faire de manière totalement anonyme auprès de la Sûreté du Québec.

Pour toute urgence, veuillez composer le 911. Ne tentez surtout pas d'intervenir vous-même !

Construction et rénovation

Nous vous rappelons que pour toute nouvelle construction, rénovation, ajout de piscine, de gazebo, de patio, d'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.

Ces demandes peuvent maintenant être complétées directement en ligne. Nous vous invitons donc à vous rendre sur notre site internet au www.saintlaurentio.com dans la section de droite.

Résidences de tourisme

En vertu des règlements, tout citoyen qui désire effectuer de la location à court terme (moins de 31 jours) dans une maison qui n'est pas sa résidence principale doit dorénavant présenter une demande d'usage conditionnel en plus d'effectuer un changement d'usage. Le conseil municipal souhaitait ainsi mieux encadrer les résidences de tourisme. Devant le nombre croissant de demandes, le conseil adoptait l'automne dernier un contingentement qui fixait à 38 le nombre de résidence qui pouvaient être opérées sur l'ensemble du territoire. Ce nombre étant sur le point d'être atteint, il est important de faire votre demande dès maintenant si vous désirez opérer ce type de commerce. Une fois le nombre atteint, les demandes seront inscrites sur une liste d'attente.

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 sur les feux

La Municipalité a un règlement pour gérer les feux extérieurs. Tout résident qui désire faire un feu doit se procurer sans frais un permis auprès du service incendie, Yvan Garneau, au 418-951-7671. Les feux extérieurs, lorsque réalisés dans un contenant en métal muni d'un couvercle pare-étincelles n'ont pas besoin de faire une demande de permis.

De plus, par ces temps secs, nous vous rappelons que la plus grande prudence est de mise et que les feux en forêt ou à proximité sont interdits depuis le 28 mai. Même si notre territoire n'est pas aussi touché qu'ailleurs au Québec, nous vous invitons à être très vigilent afin d'éviter tant les feux de résidence que les feux de forêt.

Bénévoles recherchés - Activités de la Fête nationale et autres événements estivaux

L'été ne fait que pointer le bout de son nez que nous en sommes déjà à planifier les célébrations entourant la Fête nationale 2023 qui se tiendront à Saint-Laurent le 24 juin et quelques autres dates. Ça ne sera un secret pour personne, mais des fêtes comme celles-là ont besoin de bénévoles pour être un franc succès. Sans l'implication de bénévoles, nos fêtes ne pourraient connaître la réussite qu'elles ont d'année en année. Alors aujourd'hui, entre autres pour la Fête nationale, nous vous sollicitons encore une fois, pour faire de cette fête un événement familiale inoubliable. Nous avons particulièrement besoin d'adultes qui seraient disponibles deux (2) heures durant l'après-midi afin de nous aider entre autres à gérer le flot d'enfants dans les jeux gonflables et s'assurer que tous les enfants se divertissent en sécurité.

Votre contribution vous permettra de profiter de merveilleuses journées où sourires et rires seront au rendez-vous. Vous faites LA différence lors de ces événements. Pour plus d'informations ou pour vous porter volontaire, contactez Sylvain au 418-828-2322 poste 2 ou par courriel à admin@saintlaurentio.com.

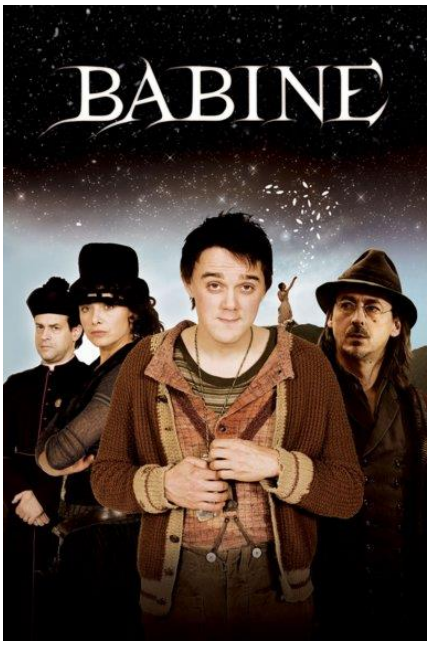
Soirée de danses traditionnelles – 17 juin

Pour une soirée, venez faire revivre la tradition des « Veillées de danses traditionnelles québécoises ». La Municipalité de Saint-Laurent est heureuse de convier toute la population à un grand rassemblement festif basé sur la pratique collective de danses, principalement le set carré, la contredanse et le quadrille qui se déroulera sous chapiteau le 17 juin dès 20 h. Trois musiciens et une « calleuse » de la région animeront cette soirée. Au son du violon et de l'accordéon, venez découvrir les rythmes enjoués de cet art traditionnel. Que vous soyez un débutant ou un danseur expérimenté laissez-vous entrainer par la voix de Marie-Capucine Maldague Mathieu, une « calleuse » d'expérience. La soirée est gratuite et à la portée de tous. C'est l'occasion rêvée de venir vivre une soirée pour découvrir ou redécouvrir les danses traditionnelles québécoises. Mentionnons que ce projet est réalisé grâce au soutien financier du Conseil québécois du patrimoine vivant et du gouvernement du Québec. Pour plus de renseignement un envoi postal sera distribué dans toutes les municipalités de l'île d'Orléans au début juin.

Détails

- Soirée de danses traditionnelles du Québec
- 17 juin dès 20 h
- Entrée gratuite
- Terrain des loisirs de Saint-Laurent
- 7018, chemin Royal
- Renseignements : Sylvain - 418-828-2322 poste 2 – admin@saintlaurentio.com

Diffusion du film Babine – 18 juin

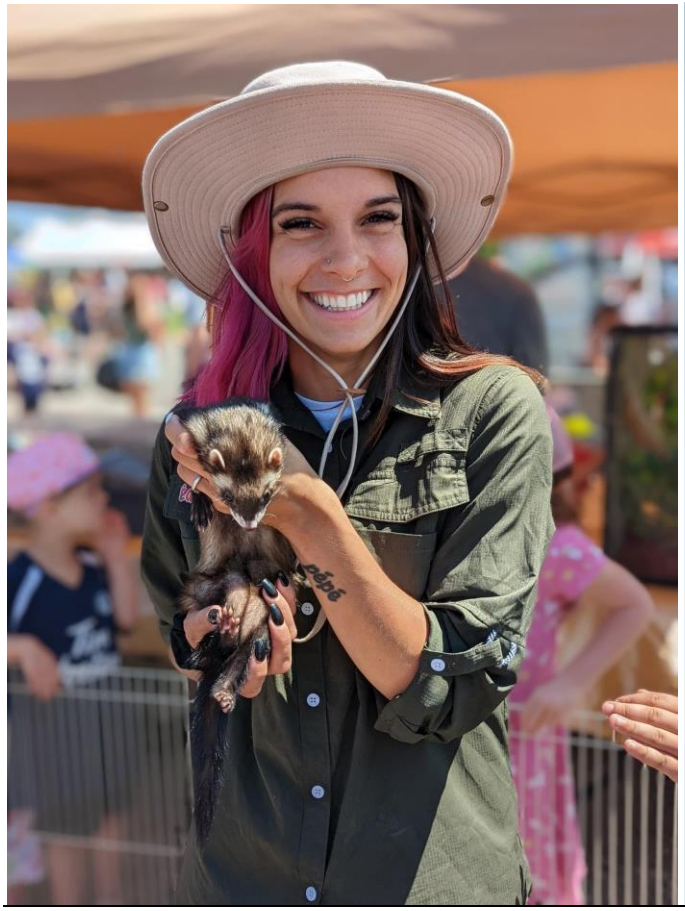


En partenariat avec le gouvernement du Québec et *Aime ton cinéma*, la Municipalité est heureuse d'offrir, dans le cadre des célébrations de la Fête nationale, une projection en plein air gratuite d'un film québécois porteur et rassembleur le 18 juin au Parc maritime dès 20 h.

Ne manquez pas la projection de BABINE, qui suit les aventures d'un jeune homme simple d'esprit dans un village québécois au début du XXe siècle. Rejoignez-nous pour voir le film en plein air lors de notre événement « FIERS DE NOTRE CINÉMA ! »

Fête nationale – 24 juin

Cette année encore nous célébrons la Fête nationale en grand ! Ne manquez pas cette fête pour toute la famille. Jeux gonflables et spectacles sont au programme. Deux nouveautés cette année vous en mettront plein la vue. **Éducazo**o sera sur place pour faire découvrir et manipuler leurs animaux exotiques. En fin d'après-midi, Martin le magicien vous émerveillera par son spectacle et ses illusions. Venez le voir faire léviter un enfant! Une journée remplie d'activités en perspective.



Spectacle Légendes de l'île – 7 juillet

Légendes de l'Île

SPECTACLE PRÉSENTÉ SUR LES PARVIS DES ÉGLISES

Pendant 70 minutes, à l'heure du coucher du soleil, trois conteurs accompagnés de deux musicien.ne.s entraîneront les spectateurs dans le monde fascinant mi-vrai, mi-fabulé des légendes de l'Île d'Orléans.

Un spectacle inspiré par l'Île d'Orléans et les versions locales des légendes traditionnelles.

Production
Théâtre de l'Île d'Orléans
(Sébastien Dorval et Claude Montminy)

Direction artistique, mise en scène et textes
Mélissa Bouchard

Scénographie
Dominique Giguère

Conception musicale
Philippe Bourque

Auteure et interprète musicale
Jordane Labrie

Comédien.ne.s
David Biron
Nicola Boulanger
Karine Chiasson

3 DATES
3 LIEUX

Vendredi 7 juillet
Église de Saint-Laurent

Samedi 8 juillet
Église de Sainte-Famille

Dimanche 9 juillet
Église de Sainte-Pétronille

Pour votre confort, apportez vos chaises.
En cas de pluie, le spectacle aura lieu à l'intérieur de l'église.

LE NOUVEAU THÉÂTRE DE L'ÎLE D'ORLÉANS

COLLABORATION
Fabrique de Sainte-Famille Île-d'Orléans

Entente de développement culturel | MRC de l'Île d'Orléans | Québec

Fête du nautisme 8 et 9 juillet

Pour la deuxième année, la Municipalité célèbrera la Fête du nautisme. En partenariat avec le Parc maritime, le club nautique et Quatre natures nous offrirons deux jours d'activités à thématique nautique. Expédition sur le fleuve, clinique de sensibilisation seront de retour. Ne manquez pas le spectacle musical du samedi soir et profitez de l'occasion pour profiter du Camion-restaurant à saveur de fiesta mexicaine qui sera sur place.

Marché public – 19 août et 2 septembre

Invitation aux commerçants

L'organisation des Fêtes du marché public de Saint-Laurent-de-l'île-d'Orléans bat son plein. Cette année, les marchés se tiendront les samedis 19 août et 2 septembre (fin de semaine de la Fête du travail) sur les terrains de l'Espace F.X.-Lachance de 11 h à 16 h 30.

L'objectif de cette Fête est de rassembler le plus grand nombre de producteurs, de transformateurs agro-alimentaires, artistes, artisans et commerces locaux et de les faire connaître autant aux résidents qu'aux visiteurs de passage. Cette année, la Municipalité propose une édition bonifiée qui inclura de l'animation pour ainsi transformer le traditionnel marché en véritable « Fête des récoltes » qui permettra à tous de s'approvisionner de magnifiques légumes frais et de découvrir tout le savoir-faire d'artisans locaux.

Vous avez de nouveaux produits, une nouvelle variété de fruits ou de légumes à faire découvrir? Vous aimeriez faire une démonstration de votre art ? Les « Fêtes du marché public de Saint-Laurent-de-l'île-d'Orléans » sont l'occasion rêvée d'être en contact et d'échanger directement avec de nombreux visiteurs. Une dégustation, des suggestions de recettes? Laissez libre cours à votre imagination.

Vous êtes producteur, transformateur, artiste, artisan, propriétaire d'un commerce à l'île d'Orléans? Participez et aidez-nous à faire un succès de cette nouvelle formule festive. Vous aimeriez profiter de cette opportunité et aimeriez tenir un kiosque lors de ces Fêtes? C'est gratuit. Inscrivez-vous pour le 19 août et le 2 septembre, ou l'une des deux dates. Il suffit de nous contacter pour réserver votre kiosque ou obtenir plus de renseignements.

Faites partie de fête! Inscrivez-vous dès maintenant. Renseignements: Sylvain - 418-828-2322 poste 2 – admin@saintlaurentio.com

Pour la programmation complète des événements

Plusieurs événements sont en cours de préparation pour l'été. La programmation finale sera diffusée pour chaque événement au bureau municipal, sur notre site Internet (www.saintlaurentio.com) et sur notre page Facebook (facebook.com/saintlaurentio).

Ouverture de la piscine

L'ouverture de la piscine municipale est prévue du 24 juin au 4 septembre. Celle-ci sera ouverte du lundi au mercredi de 10 h à 17 h et du jeudi au dimanche de 10 h à 20 h. Des cours de natation sont également offerts. Vérifiez l'offre des loisirs dans ces pages.

Gratuité

Pour les résidents de la Municipalité avec preuve de résidence, l'accès à la piscine est gratuit. L'accès est également gratuit pour les enfants de 12 ans et moins.

Tarification pour non-résidents

- Accès journalier 13 ans & plus : 3 $
- Passe saisonnière - Famille : 90 $
- Passe saisonnière - Adulte : 60 $
- Passe saisonnière - Étudiants : 13 ans et + : 30 $

Bibliothèque David-Gosselin

Le besoin de profiter du soleil et de la lumière de l'été ne supprime pas celui de lire et fréquenter une bibliothèque. Aussi, nous vous présentons les évènements marquants du dernier mois.

Rotation et nouveautés

Vous pourrez découvrir à partir du 17 juillet de nouveaux titres sur nos tablettes. Cette rotation permet ainsi le renouvellement du tiers de la collection livrée par le réseau.

Ce mois-ci, l'acquisition de nouveaux documents a enrichi notre collection locale.

Parmi essais et romans pour adultes, notons :

- Petit traité sur le racisme, une réflexion de Dany Laferrière
- Je ferai le tour du monde, d'Alexandra Schatzka qui livre son expérience de journaliste de grand reportage, sans esquiver l'envers du décor
- Rose des Vents, de Valérie Chevalier relatant l'émouvant passage à l'âge adulte
- Mille Secrets, Mille Dangers, de Alain Farah, une histoire de famille, de deuil et de souffranceMaitre chez Soi t. 2, Passe-temps t. 2, de Jean-Pierre Charland

Nouveauté (suite)

- Hôtesses de l'air, t. 2, de Julie Rivard
- Abigaël, t. 1 et t. 2, de Marie-Bernadette Dupuis
- L'Ange Purificateur, de Pierre Cusson, roman policier

Pour les jeunes, mentionnons :

- La Bête de Gévaudan, de Bryan Perro
- Une nouvelle série Mini chat et son club BD t. 1 et 2, de Dav Pilkey

Et des personnages de séries qui reviennent pour de nouvelles aventures :

- Billie jazz t.8 et 9 ; Full text t. 4 et 5 ; Zoélie t.10 ; Narvel t.6 et 7
- L'académie des étoiles t. 3

Généalogie

Que l'on soit un généalogiste aguerri ou un débutant dans ce domaine, la carte d'abonné permet d'accéder à des ressources importantes fournissant outils et aides nécessaires à la recherche. Sur la page d'accueil de notre site, cliquez sur le bouton « généalogie », et accédez ainsi à deux ressources riches en données.

Généalogie Québec offre des millions d'images et de fiches, dont des registres paroissiaux de mariage, de baptême et de décès, mais aussi des images de cartes mortuaires, de pierres tombales, etc.. Avec émotion et patience, le chercheur peut retrouver la trace de ses ancêtres et remonter jusqu'au tout premier parent arrivé au Québec ou en Nouvelle-France.

Le PRDH (Programme de Recherche en Démographie Historique) est un arbre généalogique massif englobant tous les individus catholiques ayant vécu au Québec entre 1621 et 1849. Si vous avez un seul ancêtre né, marié ou décédé au Québec avant 1849, vous pourrez retracer aisément l'intégralité de vos racines canadiennes-françaises.

Presto et Balthazar

Vendredi 19 mai : jour de fête pour tous les élèves de l'école invités au spectacle de Presto et Balthazar ! Lors des séances du matin et de l'après-midi, et toujours accompagné de ses instruments de musique, Roger Dubé a animé un beau spectacle « très divertissant » d'après une jeune élève... De plus à la fin de sa prestation, le conteur s'est prêté volontiers au jeu des questions de son public, ravi de connaître la genèse de la création puisque Roger Dubé est aussi l'auteur, l'illustrateur et le producteur de l'histoire. Les enfants peuvent retrouver la magie de ce moment en empruntant à la bibliothèque les livres relatant les aventures de Presto et Balthazar.

La maternelle à la bibliothèque

Ce 26 mai, les écoliers de la maternelle de Saint-Laurent ont repris pour la dernière fois de l'année scolaire le chemin de la bibliothèque sous la conduite de leurs professeures Julie et Virginie. Le thème retenu leur a permis d'entrouvrir les portes du monde de la science. Nous espérons que le lien école-bibliothèque se maintiendra l'an prochain, développant ainsi chez le jeune le désir de lire et de fréquenter une bibliothèque.

Heure du conte

Le 11 juin, Nicole et Nathalie ont raconté les aventures du grand Emile Pantalon, bien trop grand pour trouver sa place et souvent moqué. Les enfants, captivés par cette merveilleuse histoire pleine de tendresse et de poésie ont approfondi le droit à la différence, et le devoir du respect de l'autre.

A présent, l'heure du conte prend des vacances, mais Nicole et Nathalie retrouveront avec plaisir leur jeune public dès cet automne ! Elles vous feront signe !

Atelier numérique

Dans le cadre des activités culturelles, une quinzaine de personnes munies de leur appareil de lecture numérique ont bénéficié le 12 juin de cet atelier donné par des experts du réseau. Cette formation a permis de s'initier aux emprunts de livres et revues numériques, de recevoir une configuration complète de son appareil de lecture et de découvrir les nombreuses ressources numériques de la bibliothèque. Les participants ont beaucoup apprécié cet atelier très pratique et remercient vivement les formateurs à l'écoute de chaque participant.

Abonnement résident temporaire

C'est le début de l'été où touristes et travailleurs saisonniers arrivent dans les gîtes, les commerces ou la marina. Nous sommes heureux de proposer nos services à ces résidents temporaires. Pour s'inscrire, ils doivent fournir leur adresse habituelle, leur adresse temporaire à Saint-Laurent ainsi qu'un numéro de téléphone. Informés du règlement de la bibliothèque, ils ont les mêmes droits et devoirs que les habitants de Saint-Laurent.

Artistes invités

Si vous désirez exposer vos œuvres, nous vous proposons notre local pour les faire connaître d'un public. Être résident de Saint-Laurent n'est pas obligatoire ! Renseignements par téléphone ou courriel.

Jeunes bénévoles

Nous invitons les jeunes à faire leurs premiers pas de bénévolat dans une bibliothèque, que ce soit pour un été ou davantage. Pour tenter cette expérience, les futurs bénévoles peuvent s'adresser par courriel ou téléphone afin de trouver des renseignements.

Heures d'ouverture

Pendant la période estivale, nous gardons l'horaire habituel :

- le mardi de 19 h à 20 h 30
- le mercredi de 14 h à 18 h
- le samedi de 10 h à 12 h

Rappels utiles

Bibliothèque David Gosselin 6822 chemin royal
Saint-Laurent de l'île d'Orléans
Tél. : 418-828-2529
biblio@saintlaurentio.com
Vous pouvez aussi nous suivre sur Facebook :
https://www.facebook.com/bibliodavidgosselin

Nous vous souhaitons un bel été, propice aux rencontres, aux activités et à la lecture !

Danielle Aymard

Activités sociales

TITRE	DESCRIPTION	HORAIRE	PRIX	CONTACT
Bingo-carte	Bingo amusant avec un jeu de cartes. Matériel fourni.	1er lundi de chaque mois de 13 h à 16 h	5 $/personne qui seront remis en prix. Espace F.-X.-Lachance	Sylvain Delisle 418-828-2322 poste 2 admin@saintlaurentio.com
Café rencontre	Activité sociale autour d'un bon café et des biscuits. Jeux de cartes et discussions	Mercredi 13 h à 16 h	Gratuit Salle communautaire	Sylvain Delisle 418-828-2322 poste 2 admin@saintlaurentio.com
Jeux et jasettes	Jeux de société simples et amusants. Discussions autour d'un café et biscuits.	Chaque lundi sauf le 1er du mois de 13 h à 16 h	Gratuit Espace F.-X.-Lachance	Sylvain Delisle 418-828-2322 poste 2 admin@saintlaurentio.com
Maison des jeunes	Activités pour adolescents au chalet des loisirs de Saint-Laurent, Saint-Jean et Saint-Pierre. Il s'agit d'un lieu de rencontre pour les adolescents qui la fréquentent sur une base volontaire. Les intervenants/animateurs travaillent à développer le potentiel personnel et social des jeunes en leur proposant divers projets et activités.	Voir le site ou la Page Facebook	Gratuit Saint-Laurent, Saint-Jean et Saint-Pierre	Caroline Gosselin 418-828-1875 https://www.facebook.com/mdjio
Scrabble	Nouveau club de scrabble Formule duplicate permettant aux joueurs de tous les niveaux d'avoir du plaisir. Ouvert aux nouveaux joueurs.	Jeudi 13 h - 15 h 30 A l'exception des 29 juin, 13 juillet, 27 juillet, 10 août et 31 août.	Inscription à la fédération Québécoise de scrabble. 17.50$ pour les nouveaux membres. 35 $/an par la suite. Salle communautaire	Sylvain Delisle admin@saintlaurentio.com 418-828-2322 poste 2

Activités sportives

TITRE	DESCRIPTION	HORAIRE	PRIX	CONTACT
Baignade libre	Profitez de la piscine municipale de Saint-Laurent ouverte de la fin juin au début septembre	Jeudi au dimanche de 10 h à 20 h et lundi au mercredi de 10 h à 17 h.	Gratuit pour les résidents de Saint-Laurent Piscine municipale	Sylvain Delisle 418-828-2322 poste 2 admin@saintlaurentio.com
Aquaforme en eau peu profonde 50 +	Séance de mise en forme en piscine, eau peu profonde. travaille l'endurance, la souplesse et la force.	Lundi de 9 h à 9 h 55 du 10 au 28 août (8 semaines)	140 $ tx. incluses Piscine municipale	www.restactif.ca T 418 834-7312
Cours de tennis	Cours de tennis privés et semi-privés sur appel.	Samedi et dimanche	40 $/h Terrain des loisirs	Jarrod Bonneau 514-805-4718
Danse en ligne (Ouvert à tous)	Danse en ligne sur différents styles musicaux	Mercredi de 19 h à 20 h 30 7 juin au 26 juillet	8 $ la soirée Parc maritime de Saint-Laurent	Édith Bourgault 418-953-0681 Facebook : Musedance EB
Natation semi-privé	3 élèves maximum	Lundi 9 h – 9 h 55 10 - 24 juillet (3 semaines)	100 $ Piscine municipale	www.restactif.ca 418 834-7312

Activités de détente

TITRE	DESCRIPTION	HORAIRE	PRIX	CONTACT
Yoga des Marées [Hatha Flow]	Pratique fluide et vivifiante de yoga surfant sur des enchaînements de postures (asanas) rythmées par les vagues du souffle. Comme une danse, générant force & souplesse à tous les niveaux, mais aussi focus, appaisement et centration.	MARDI dès le 20 juin 2023 17 h 30 à 18 h 30	Carte de 10 classes (au choix) : 160 $* À-la-carte : 20 $* *taxes incluses Parc maritime de Saint-Laurent	YOGA D'ORLÉANS Aurélie Bélanger yoga.dorleans@gmail.com 418.590.4046
Yoga des Éléments [Hatha thématique]	Connecter à sa Nature, en nature. Explorer et apprendre, par le yoga à reconnaître, activer, harmoniser, équilibrer, apaiser les énergies des 5 éléments (eau, air, terre, feu et ether/espace) qui nous habitent, nous composent de façon unique et font qui nous sommes. Pour tous.	MARDI dès le 20 juin 2023 19 h à 20 h 15 +	Carte de 10 classes (au choix) : 160 $* À-la-carte : 22 $* *taxes incluses Parc maritime de Saint-Laurent	YOGA D'ORLÉANS Aurélie Bélanger yoga.dorleans@gmail.com 418.590.4046
Yoga des Berges [Ashtanga]	Pratique dynamique de yoga traditionnel fondée sur un enchaînement de postures (asanas) spécifiques guidé par le rythme fluide du souffle (ujjayi). Une méditation tout en mouvements, parfaite pour se réveiller, s'énergiser, s'aligner et débuter la journée avec motivation et focus.	MERCREDI dès le 21 juin 2023 8 h à 9 h	Carte de 10 classes (au choix) : 160 $* À-la-carte : 20 $* *taxes incluses Parc maritime de Saint-Laurent	YOGA D'ORLÉANS Aurélie Bélanger yoga.dorleans@gmail.com 418.590.4046
Yoga des Champs [Hatha & Hatha doux]	Des plus accessibles, ce cours invite à se déposer, à respirer et se mouvoir à travers les grandes postures (asanas), parfois passives, pour favoriser la souplesse, l'enracinement, le ressourcement, la relaxation en plus d'harmoniser, équilibrer et aligner les diverses facettes de notre Être.	MERCREDI dès le 21 juin 2023 17 h 30 à 18 h 30	Carte de 10 classes (au choix) : 160 $* À-la-carte : 20 $* *taxes incluses Parc maritime de Saint-Laurent	YOGA D'ORLÉANS Aurélie Bélanger yoga.dorleans@gmail.com 418.590.4046

TABLE DES MARÉES — 2023 — ST-FRANÇOIS I.O. HNE(UTC-5h)

June-juin

Day	Time	Metres	jour	heure	mètres
1	0315	5.2	16	0400	5.6
	1036	0.7		1136	0.5
TH	1545	4.8	FR	1639	4.8
JE	2230	0.9	VE	2315	0.8
2	0354	5.5	17	0442	5.8
	1124	0.6		1221	0.5
FR	1627	4.9	SA	1721	4.8
VE	2312	0.8	SA		
3	0433	5.9	18	0000	0.8
	1212	0.5		0521	5.9
SA	1709	5.0	SU	1303	0.5
SA	2357	0.7	DI	1757	4.9
4	0515	6.1	19	0039	0.8
	1257	0.5		0600	5.9
SU	1751	5.1	MO	1342	0.6
DI			LU	1833	4.8
5	0039	0.7	20	0118	0.8
	0554	6.3		0636	5.8
MO	1345	0.5	TU	1418	0.6
LU	1833	5.1	MA	1909	4.8
6	0124	0.7	21	0154	0.8
	0639	6.3		0712	5.7
TU	1430	0.5	WE	1454	0.6
MA	1918	5.0	ME	1948	4.7
7	0209	0.7	22	0233	0.9
	0724	6.2		0748	5.6
WE	1518	0.5	TH	1530	0.7
ME	2009	4.9	JE	2024	4.7
8	0300	0.8	23	0309	1.0
	0815	6.0		0827	5.4
TH	1606	0.6	FR	1609	0.7
JE	2103	4.8	VE	2109	4.6
9	0354	0.8	24	0351	1.1
	0912	5.7		0912	5.1
FR	1700	0.6	SA	1648	0.8
VE	2206	4.8	SA	2157	4.6
10	0457	0.9	25	0445	1.1
	1018	5.4		1000	4.9
SA	1800	0.7	SU	1730	0.9
SA	2312	4.8	DI	2248	4.6
11	0609	0.9	26	0539	1.2
	1130	5.2		1057	4.6
SU	1900	0.7	MO	1815	0.9
DI			LU	2342	4.6
12	0024	5.0	27	0645	1.1
	0724	0.9		1203	4.5
MO	1242	5.0	TU	1906	1.0
LU	1957	0.8	MA		
13	0127	5.2	28	0039	4.8
	0839	0.8		0751	1.0
TU	1354	4.9	WE	1306	4.4
MA	2051	0.8	ME	1957	1.0
14	0224	5.4	29	0133	5.0
	0945	0.7		0857	0.9
WE	1457	4.8	TH	1412	4.4
ME	2145	0.8	JE	2051	1.0
15	0315	5.5	30	0227	5.2
	1045	0.6		0957	0.7
TH	1554	4.8	FR	1509	4.5
JE	2233	0.8	VE	2145	0.9

July-juillet

Day	Time	Metres	jour	heure	mètres
1	0318	5.5	16	0427	5.5
	1057	0.6		1206	0.5
SA	1603	4.5	SU	1709	4.5
SA	2239	0.8	DI	2345	0.8
2	0406	5.8	17	0512	5.5
	1151	0.5		1251	0.5
SU	1651	4.7	MO	1751	4.6
DI	2330	0.6	LU		
3	0457	6.1	18	0027	0.7
	1245	0.4		0551	5.7
MO	1739	4.8	TU	1327	0.5
LU			MA	1821	4.8
4	0024	0.6	19	0109	0.7
	0542	6.3		0624	5.8
TU	1336	0.4	WE	1403	0.5
MA	1824	5.0	ME	1857	4.9
5	0115	0.5	20	0145	0.7
	0630	6.4		0700	5.7
WE	1424	0.4	TH	1436	0.5
ME	1912	5.1	JE	1927	4.9
6	0209	0.5	21	0221	0.7
	0721	6.3		0733	5.6
TH	1512	0.4	FR	1506	0.5
JE	2003	5.1	VE	2003	4.9
7	0300	0.5	22	0257	0.7
	0812	6.1		0806	5.5
FR	1557	0.4	SA	1539	0.6
VE	2054	5.2	SA	2039	4.9
8	0354	0.6	23	0336	0.8
	0903	5.8		0845	5.2
SA	1645	0.5	SU	1609	0.6
SA	2148	5.1	DI	2112	4.9
9	0451	0.7	24	0415	0.8
	1000	5.4		0924	5.0
SU	1730	0.6	MO	1639	0.7
DI	2242	5.1	LU	2151	4.9
10	0551	0.7	25	0503	0.9
	1100	5.0		1009	4.7
MO	1818	0.7	TU	1718	0.8
LU	2345	5.1	MA	2239	4.8
11	0700	0.7	26	0557	1.0
	1215	4.7		1106	4.4
TU	1912	0.8	WE	1803	1.0
MA			ME	2336	4.9
12	0045	5.2	27	0700	0.9
	0809	0.7		1212	4.2
WE	1324	4.5	TH	1900	1.0
ME	2009	0.9	JE		
13	0148	5.3	28	0039	5.0
	0918	0.7		0815	0.9
TH	1433	4.5	FR	1327	4.1
JE	2109	0.9	VE	2000	1.0
14	0245	5.4	29	0142	5.2
	1021	0.6		0927	0.7
FR	1533	4.5	SA	1436	4.2
VE	2206	0.9	SA	2109	0.9
15	0342	5.5	30	0245	5.4
	1118	0.6		1033	0.6
SA	1627	4.5	SU	1539	4.3
SA	2257	0.8	DI	2215	0.7
			31	0348	5.7
				1133	0.5
			MO	1633	4.5
			LU	2315	0.6

August-août

Day	Time	Metres	jour	heure	mètres
1	0442	6.0	16	0015	0.7
	1230	0.4		0536	5.5
TU	1724	4.9	WE	1306	0.5
MA			ME	1806	4.8
2	0018	0.4	17	0054	0.6
	0533	6.3		0609	5.7
WE	1324	0.3	TH	1336	0.5
ME	1812	5.2	JE	1833	5.0
3	0112	0.3	18	0130	0.6
	0624	6.4		0639	5.7
TH	1409	0.3	FR	1406	0.5
JE	1857	5.4	VE	1903	5.2
4	0206	0.3	19	0206	0.6
	0709	6.4		0709	5.6
FR	1454	0.3	SA	1436	0.5
VE	1942	5.5	SA	1933	5.3
5	0254	0.3	20	0239	0.6
	0757	6.1		0742	5.5
SA	1533	0.3	SU	1503	0.5
SA	2024	5.6	DI	2000	5.3
6	0345	0.4	21	0312	0.6
	0845	5.7		0812	5.3
SU	1612	0.4	MO	1530	0.6
DI	2115	5.5	LU	2030	5.2
7	0433	0.5	22	0348	0.6
	0936	5.3		0845	4.9
MO	1651	0.5	TU	1557	0.7
LU	2203	5.3	MA	2106	5.1
8	0527	0.6	23	0430	0.7
	1030	4.8		0930	4.6
TU	1736	0.7	WE	1630	0.8
MA	2300	5.2	ME	2151	5.0
9	0630	0.7	24	0521	0.8
	1136	4.4		1021	4.3
WE	1824	0.9	TH	1715	1.0
ME			JE	2245	4.9
10	0006	5.0	25	0624	0.9
	0739	0.8		1130	4.0
TH	1254	4.1	FR	1812	1.1
JE	1930	1.1	VE	2357	4.9
11	0115	5.0	26	0742	0.9
	0854	0.8		1251	3.9
FR	1412	4.1	SA	1927	1.1
VE	2039	1.1	SA		
12	0224	5.1	27	0112	5.0
	1003	0.7		0903	0.8
SA	1518	4.2	SU	1415	4.0
SA	2145	1.0	DI	2048	1.0
13	0324	5.2	28	0227	5.3
	1103	0.6		1015	0.6
SU	1612	4.3	MO	1524	4.3
DI	2242	0.9	LU	2203	0.7
14	0415	5.3	29	0336	5.6
	1148	0.6		1118	0.4
MO	1654	4.4	TU	1618	4.7
LU	2330	0.8	MA	2309	0.5
15	0457	5.4	30	0430	6.0
	1230	0.5		1212	0.3
TU	1733	4.6	WE	1706	5.1
MA			ME		
			31	0009	0.3
				0521	6.2
			TH	1300	0.3
			JE	1751	5.5