

Service des Sports, de la Culture et de la Vie communautaire

Municipalité de Saint-Épiphan



ACTIVITÉS

SEMAINE DE RELÂCHE 2020

Du Lundi 2 mars au Vendredi 6 mars

ACTIVITÉS POUR TOUTE LA FAMILLE

- Enfants et adultes -

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Fabrice Lorenz

Technicien du Service des sports, de la Culture
et de la Vie communautaire

418-862-0052 poste 48

sport.culture.viecom@saint-epiphane.ca

Date limite pour les inscriptions et le paiement vendredi 21 février 2020

Prix majorés au-delà de cette date



Lundi 2 mars

Master chef

Qui? Pour les 6-12 ans **Où?** Cuisine SLB Pelletier (au centre communautaire)

Horaire? 10h -13h **Prix?** 7 \$

Viens préparer ton dîner avec Rachelle. Au menu ,brochette poulet et légumes grillées, smoothies et biscuits aux pépites de chocolat.

Une fois le menu préparé nous pourrons déguster tous ensemble notre dîner.

Inscription: service des sports, de la culture et de la vie communautaire



Après-midi nature

initiation survie - découverte faune et flore - glissade

Qui? Pour tous (mois de 10 ans accompagnement obligatoire)

Où? Ferme Damon et fils **Horaire?** 13h30 -16h

Prix? Gratuit

Venez en famille ou entre amis découvrir les plaisirs de la forêt ainsi que ses secrets. L'après-midi sera consacrée à une initiation à la survie en forêt et à l'identification de la faune et de la flore locale.

Enfin, l'après-midi se terminera autour d'un bon chocolat chaud et l'accès à une glissade (amenez vos traîneaux).

Inscription: service des sports, de la culture et de la vie communautaire



Mardi 3 mars

Sortie piscine - Cinéma à Trois-Pistoles (sortie inter-municipale)

Qui? 6 - 12 ans **Places disponibles:** 9 (liste d'attente possible)

Où? Trois-Pistoles **Horaire?** 8h15 - 16h15

Prix? 20 \$ (ou 25\$ si inscription **après le 21 février**)

Le matin tu pourras t'amuser à la piscine Régionale des Basques qui sera exclusivement réservée pour notre gang (Toboggan, jeux de ballon, basket aquatique, ...). Que du plaisir!!!

L'après-midi, le cinéma Ciné + nous accueillera pour écouter un bon film en mangeant du pop corn et en buvant un petit jus.

Apporter un dîner froid , deux collations , maillot de bain, un casque de bain et une serviette . Le VFI (gilet de sauvetage) est obligatoire pour les moins de 6 ans. Vous pouvez amener le vôtre.

Inscription: service des sports, de la culture et de la vie communautaire



Mercredi 4 mars

Lecture au conte

Qui? À partir de 3 ans **Où?** Bibliothèque Municipale

Horaire? 10h-11h **Prix?** **Gratuit**

Salut à toi compagnon de lecture! Que tu sois apprenti ou un lecteur hors pair, l'escouade Li-cool t'invite pour une lecture de conte pendant ta semaine de relâche.

Une activité de bricolage en lien avec l'histoire racontée te sera également proposée après la lecture.

À bientôt



Mercredi 4 mars (suite)

Journée Pyjama plein air (sortie inter-municipale)

Qui? 6 - 12 ans **Places disponibles:** 10 (liste d'attente possible)

Où? Notre-Dame-Du-Portage **Horaire?** 7h50 - 16h15

Prix? 20 \$ (ou 25\$ si inscription après le 21 février)

Une journée riche en activités t'attend au chalet des sports de Notre-Dame-Du-Portage. Au programme initiation au ski de fond - glissade extérieure - patinoire - Raquette et animation juste dance.

Apporter vos patins et un casque, un dîner froid, deux collations , des souliers pour l'intérieur et mettre un pyjama sous son culotton pour le dîner et l'animation intérieure.



Randonnée raquette

Qui? Pour tous **Où?** Départ salle Desjardins

Horaire? 11h - 13h **Prix?** Gratuit

Coach Jérôme vous attend pour une belle petite ballade en raquette. Le dîner sera pris tous ensemble en plein air avant de revenir à la salle Desjardins pour déguster un bon chocolat chaud.

Apportez vos raquettes et si vous n'en avez pas, communiquez (obligatoirement avant l'activité) avec le service des sports de la culture et de la vie communautaire pour une possibilité de prêt.



Jeudi 5 mars

Escalade - jeux gonflables (sortie inter-municipale)

Qui? 6 - 12 ans **Places disponibles:** 9 (liste d'attente possible)

Où? Québec **Horaire?** 6h40 - 18h15

Prix? 25 \$ (ou 30\$ si inscription **après le 21 février**)

Cette superbe journée à Québec offre 2 magnifiques activités.

Le matin direction le roc gyms pour une pratique de l'escalade ludique sous formes d'ateliers: escalade en bloc, parcours ninja, escalade en voie.

Tous les ateliers sont animés par des moniteurs.

L'après-midi, en route au salon international de l'auto pour profiter de la Zone Familiale Toyota!

Plus de 10 000 pieds carrés d'activités amusantes et de jeux gonflables qui font de cette zone un incontournable pour s'amuser en toute sécurité.

Apporter un dîner froid, deux à trois collations et des souliers pour l'intérieur.

Inscription: service des sports, de la culture et de la vie communautaire



Jeudi 5 mars (suite)

Yoga parent - enfant

Qui? Un parents et enfants **Horaire?** 18h - 19h

Où? Centre Communautaire Innergex Viger Denonville

Prix? 15 \$ (pour le parent et l'enfant)

Venez découvrir un atelier de Yoga parent-enfant qui permet de bouger et de diminuer l'anxiété en famille. Une expérience porteuse d'avenir.

Les inscriptions doivent se faire par paire (un parent avec un enfant = 1 inscription).

Un minimum de 5 inscriptions est requis pour que l'activité ait lieu.

Inscription: service des sports, de la culture et de la vie communautaire



Vendredi 6 mars

Plaisir d'hiver à la patinoire

Qui? Pour tous **Horaire?** 15h - 17h

Où? Patinoire **Prix?** Gratuit

Coach Jérôme vous attend petits et grands pour vous faire vivre de nombreux jeux autour du patinage et du Hockey (avec patin et bottes).

Inscription sur place.



Vendredi 6 mars (suite)

Conférence sur le métier d'agent de la faune et de la flore

Qui? Pour tous **Horaire?** 10h - 12h **Prix?** Gratuit

Où? Centre communautaire Innergex Viger Denonville

L'agente Rebecca Simard et l'agent Karluis Chanis du ministère de la forêt, de la faune et des parcs vous invite à une conférence présentant leur métier et leur quotidien d'agent de protection de la faune.

Ils vous informeront également sur le processus d'embauche de leur magnifique métier.

Une conférence à ne pas manquer pour les amoureux de la nature.



**Forêts, Faune
et Parcs**

Québec 

Initiation aux techniques de tissage et de tricot

Qui? Pour tous **Horaire?** 13h15 - 14h30 **Prix?** Gratuit

Où? Centre communautaire Innergex Viger Denonville

Le cercle des fermières de Saint-Épiphanie vous invite à venir découvrir différentes techniques de tissage et de tricot dans une ambiance conviviale. Débutant ou confirmé, cette activité saura sans aucun doute vous plaire et vous ouvrir de nouveaux horizons.



Samedi 7 mars

Jeux gonflables

Qui? 12 ans et moins

Horaire? 10h à 17h

Prix? **Gratuit**

Où? Centre communautaire Innergex Viger Denonville

Les pompiers de saint-Épiphane t'invitent à venir t'amuser dans les différents jeux gonflables. Un moment de pur bonheur à partager entre amis.



Dimanche 8 mars

Tournoi Hockey Pound: 3 vs 3

Heure: 13h à 17h Prix: **5\$** par joueur

Où: patinoire de Saint-Épiphane



Tournoi à 3 contre 3.

Chaque équipe doit être composée de minimum 3 joueurs (maximum 4).

Les équipes doivent être composée d'au moins de 1 jeune de 14 ans (ou moins) et d'une femme (ou fille). Il devra toujours y avoir un participant de cette catégorie sur la glace.

L'équipe gagnante du tournoi gagne une bourse de 45\$ à se partager.

6 équipes maximum

Apporter son lunch.

Inscriptions obligatoire, informations et règlement complet auprès du service des sports, de la Culture et de la Vie communautaire.