

PROGRAMMATION
**LOISIRS
AUTOMNE
2026**

Fossambault
SUR-LE-LAC la vie est BELLE!



crédit photo : Simon Clark

Inscription du **31** août au **11** septembre

DÉCOUVREZ NOTRE PROGRAMMATION EN LIGNE
www.fossambault-sur-le-lac.com

SECTION LOISIRS / PROGRAMMATION ET INSCRIPTION

418 875-3133 • info@fossambault.com



TABLE DES MATIÈRES

MOT DU SERVICE DES LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE	4
INSCRIPTION ET DÉTAILS	4-5
MISE EN FORME YOGA DANSE EN LIGNE COUNTRY-POP CARDIO-MUSCU-STRETCHING	6
ATELIERS NATURES PAS À PAS VERS LA VIE SAUVAGE EXPLOR'ACTION	7
ACTIVITÉS CULTURELLES COURS DE GUITARE ET DE UKULÉLÉ ATELIER DE PERLAGE PERLAGE LIBRE	8
LIGUES RÉCRÉATIVES VOLLEYBALL HOCKEY COSOM BASKETBALL PICKLEBALL SHUFFLEBOARD	9-10
CAFÉS-CAUSERIES CAFÉ-SCRABBLE CAFÉ-ÉCRITURE CAFÉ-LECTURE	11
LES BEAUX JEUDIS	12-13
CONFÉRENCE VOYAGE PARTIR POUR LA PREMIÈRE FOIS	14

MOT DU SERVICE DES LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

Le Service des loisirs est heureux de vous présenter sa programmation automne 2026 ! Cette nouvelle saison propose une foule d'activités pour bouger, apprendre, créer et se divertir, dans une ambiance dynamique et rassembleuse.

« Les Beaux Jedis » sont de retour cet automne ! Forts du succès de la dernière édition et de l'enthousiasme des familles, nous avons fait le plein de nouvelles idées afin de rendre ces soirées encore plus amusantes et rassembleuses.

Nos ateliers nature reviennent également en force avec une formule en plein air qui vous permettra de découvrir, d'explorer et de profiter pleinement de la belle saison automnale. Nous espérons que vous aurez autant de plaisir à y participer que nous en avons eu à les préparer !

Enfin, évadez-vous le temps d'une soirée en compagnie de Pierre-Luc Côté, qui vous invite à une toute nouvelle conférence sur le voyage. Découvrez ses aventures, laissez-vous transporter par ses récits et rêvez avec lui de paysages d'ailleurs.

Cet automne, sortez, bougez et venez partager de beaux moments avec nous !

Bonne saison automnale à toutes et à tous !

L'ÉQUIPE DU SERVICE DES LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

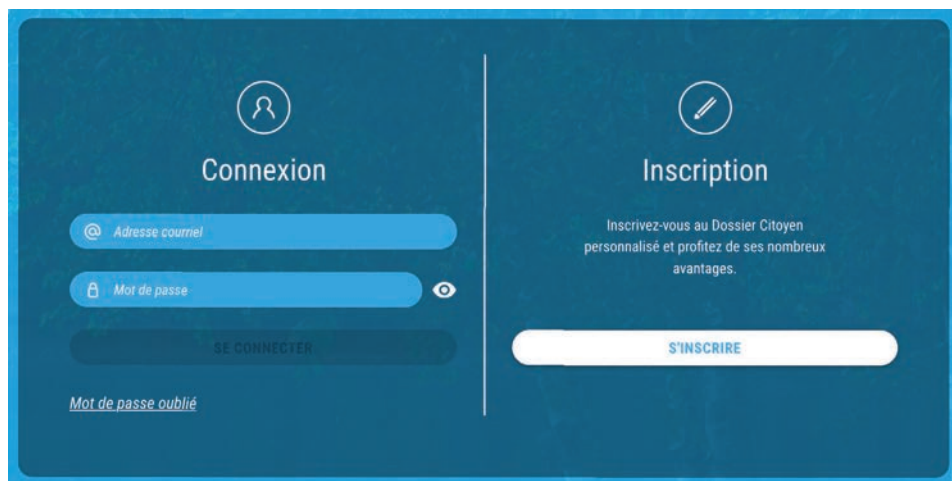
Stéphanie Langlois, directrice

Ann-Julie Lamarre, coordonnatrice des loisirs

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT

À partir de 9 h le 31 août jusqu'au 11 septembre, il sera possible de vous inscrire en ligne. Rendez-vous sur le site Internet de la Ville au www.fossambault-sur-le-lac.com, section loisirs / Programmation et inscription

Le paiement est exigé au moment de l'inscription et garantit votre place.



VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE?

Communiquez avec nous par courriel à

alamarre@fossambault.com

ou par téléphone pendant
les heures d'ouverture de la Ville au

418 875-3133
poste 247

MODES DE PAIEMENT ACCEPTÉS

À distance :

1. Via la Caisse Desjardins ou la Banque Nationale en sélectionnant une nouvelle facture sur votre plateforme financière en ligne :
 - Faites une recherche de nouveau fournisseur en indiquant Fossambault;
 - Sélectionnez Fossambault – Loisirs;
 - Indiquez le numéro de facture dans la case n° de référence variable.

IMPORTANT : Pour la Banque Nationale, vous devez avoir six chiffres dans le numéro de référence.

Si votre facture contient trois chiffres, vous devez inscrire trois fois le chiffre zéro à l'avant.

2. Envoyez un chèque par la poste (important d'indiquer votre numéro de facture) à l'adresse suivante :
145, rue Gingras, Fossambault-sur-le-Lac (Québec) G3N 0K2.

Directement à l'hôtel de ville (durant les heures d'ouverture) :

- Carte de débit
- Chèque
- Argent comptant

À l'hôtel de ville (en dehors des heures d'ouverture) :

Laissez un chèque ou argent comptant dans la boîte aux lettres grise située à côté de la porte d'entrée principale. Veuillez vous assurer que le numéro de facture est indiqué sur l'enveloppe et/ou le chèque.

HORAIRE DE L'HÔTEL DE VILLE

LUNDI, MARDI, JEUDI : 8 h 30 à 12 h • 13 h à 16 h 30

MERCREDI : 8 h 30 à 11 h • 13 h à 16 h 30

VENDREDI : 8 h 30 à 12 h

PRIORITÉ AUX RÉSIDENTS

Lorsqu'il y a une limite de participants, advenant le cas que la limite maximale serait atteinte, les résidents de Fossambault-sur-le-Lac sont priorisés pour l'activité.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Des frais administratifs de 10 % (jusqu'à concurrence de 50 \$) seront retenus pour toute demande de remboursement formulée par un participant. Les remboursements sont effectués exclusivement par chèque, selon les conditions suivantes :

Avant le début de l'activité : un remboursement complet est accordé si la demande est reçue avant la tenue du premier cours.

Après le début de l'activité : un remboursement au prorata des séances restantes sera émis, déduction faite des frais administratifs (10%).

En cas d'absence : aucun remboursement ne sera accordé, sauf en cas de raison majeure telle qu'une maladie ou une incapacité physique, sur présentation d'un certificat médical.

Annulation par le Service des loisirs, culture et vie communautaire : remboursement total sans frais.

Toute demande doit être transmise par écrit, par la poste ou par courriel, à l'adresse suivante :

Service des loisirs, culture et vie communautaire

Ville de Fossambault-sur-le-Lac
145, rue Gingras
Fossambault-sur-le-Lac (QC) G3N 0K2

alamarre@fossambault.com

LIEUX

Centre communautaire Desjardins

145, rue Gingras,
Fossambault-sur-le-Lac

Gymnase de l'école Saint-Denys-Garneau

10, rue des Étudiants,
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier

* Prendre note que vous devez vous stationner via le stationnement des autobus et utiliser la porte de droite (vers le gymnase).

Pavillon des loisirs

151, rue Gingras, Fossambault-sur-le-Lac



YOGA YOGI NOMADE yoga & sup

Séances de yoga balancées et ouvertes à tous et à toutes.

Méditation, respiration, détente, étirements profonds, renforcement musculaire, proprioception, tonus et lâcher prise cohabiteront au fil des semaines!

Un parfait équilibre de yin & de yang !

Clientèle :	tous niveaux - 12 ans et plus
Date :	24 septembre au 10 décembre
Horaire :	jeudi 19 h 30 à 20 h 30
Endroit :	Centre communautaire Desjardins
Coût :	204 \$ + taxes
Min./Max. :	7 participants / 20 participants
Matériel requis :	tapis de yoga et bouteille d'eau

INSCRIPTION EN LIGNE VIA [YOGINOMADE.COM](https://yoginomade.com)

CARDIO-MUSCU-STRETCHING

25 minutes d'exercices de gainage et de musculation avec le poids du corps, complétés par des fractionnés (aussi appelés « HIIT High Intensity Interval Training »), suivis de 25 minutes de stretching spécifique pour finir sur 10 minutes de relaxation guidée

Professeur :	Arnaud Dumont
Clientèle :	tous
Date :	21 septembre au 7 décembre (congé 5 et 12 octobre)
Horaire :	lundi 9 h 30 à 10 h 30
Endroit :	Centre communautaire Desjardins
Coût :	140 \$
Min./Max. :	7 participants / 20 participants
Matériel requis :	tapis de yoga et bouteille d'eau



DANSE EN LIGNE COUNTRY-POP

Quel que soit votre âge, homme ou femme, vous souhaitez apprendre la danse en ligne? MP Danse vous offre la possibilité d'apprendre la danse Country-Pop dans une ambiance dynamique sur des airs New Country et populaires joués à la radio, tout en améliorant votre santé et votre mémoire. Manon Poitras est une enseignante reconnue dans le milieu pour ses compétences, son dynamisme et son entrain communicatif. Elle vous fera découvrir sa grande passion pour la danse.

Cours débutant - Pas à pas (Niveau 1) : Idéal pour ceux qui dansent pour la première fois. Danse de base avec beaucoup d'explications.

Professeur :	Manon Poitras
Clientèle :	12 ans et plus
Date :	23 septembre au 9 décembre
Horaire :	mercredi 18 h 15 à 19 h 15
Endroit :	Centre communautaire Desjardins
Coût :	145 \$
Matériel requis :	souliers d'intérieur à semelles non marquantes

Cours débutant (Niveau 2) : Ce cours permet de peaufiner sa technique lorsque vous avez un peu d'expérience. Il peut aussi servir de révision pour ceux qui ont déjà suivi un cours débutant.

Professeur :	Manon Poitras
Clientèle :	12 ans et plus
Date :	23 septembre au 9 décembre
Horaire :	mercredi 19 h 25 à 20 h 25
Endroit :	Centre communautaire Desjardins
Coût :	145 \$
Matériel requis :	souliers d'intérieur à semelles non marquantes

Cours intermédiaire (Niveau 3) : Idéal pour ceux qui ont déjà complété une session de base et qui voudraient apprendre de nouvelles danses. Le rythme est plus rapide et les enchaînements un peu plus complexes.

Professeur :	Manon Poitras
Clientèle :	12 ans et plus
Date :	23 septembre au 9 décembre
Horaire :	mercredi 20 h 35 à 21 h 35
Endroit :	Centre communautaire Desjardins
Coût :	145 \$
Matériel requis :	souliers d'intérieur à semelles non marquantes



ATELIERS NATURE



PAS À PAS VERS LA VIE SAUVAGE

Du majestueux ours noir à la coquette souris sylvestre, venez en famille en apprendre davantage sur la faune sauvage du Québec ! Le principe du pistage vous sera présenté lors d'une courte introduction en salle (45 minutes), où vous découvrirez comment reconnaître les traces, les comportements des animaux et les divers indices de présence que la faune peut laisser sur son passage. Rien de mieux par la suite qu'une randonnée (45 minutes) pour mettre en pratique vos nouvelles connaissances. Ensemble, vous apprendrez à lire le paysage, à identifier les empreintes et à comprendre les histoires que la nature raconte.

Une activité parfaite en famille pour les passionnés de la nature.

Professeur :	Kary Leblond
Clientèle :	tous
Date :	8 novembre
Horaire :	9 h 30 à 12 h
Endroit :	Centre communautaire Desjardins
Coût :	5 \$ / enfant. 20 \$ / adulte
Min./Max. :	6 participants / 25 participants
À apporter :	vêtement et chaussure adapté pour l'extérieur et bouteille d'eau

EXPLOR'ACTION

Une randonnée active qui combine découverte de la nature et plaisir de bouger ! Tout au long du parcours, nous prendrons le temps d'observer et de discuter de la nature, des animaux et de l'environnement qui nous entoure. Nous découvrirons aussi les nombreux bienfaits de passer du temps dehors et d'être actif en plein air.

La randonnée sera ponctuée de petits défis sportifs accessibles et amusants : squats, fentes, jumping jacks, exercices d'abdominaux et d'équilibre, flexibilité et étirements. Une belle façon de bouger, explorer et profiter de la nature tout en prenant soin de son corps et de son bien-être.

Professeur :	Kary Leblond
Clientèle :	tous
Date :	4 octobre
Horaire :	9 h 30 à 11 h 30
Endroit :	Parc Fernand-Lucchesi
Coût :	35 \$
Min./Max. :	6 participants / 15 participants
À apporter :	vêtement et chaussure adapté pour l'extérieur et bouteille d'eau



ACTIVITÉS CULTURELLES



ATELIER DE PERLAGE

Atelier créatif où vous découvrirez le perlage de bijoux. Confection d'une paire de boucles d'oreilles à franges en perles de verre avec une artisane de la Première Nation Wolastoqiyik Wamspekek. Montrez les couleurs de votre créativité dans de jolis bijoux à votre image !

Clientèle :	14 ans et plus
Date :	18 octobre
Horaire :	9 h à 12 h
Endroit :	Pavillon des loisirs
Coût :	85 \$
Min./Max. :	4 participants / 8 participants
Matériels inclus :	le matériel est inclus.



COURS DE GUITARE ET UKULÉLÉ

Cours de guitare (acoustique / électrique / classique) ou de ukulélé individuel avec un professeur qualifié et expérimenté.

Tous les cours seront offerts les samedis en après-midi.

L'horaire sera à déterminer à la suite de votre inscription avec le professeur selon vos disponibilités.

Professeur : Éric Tremblay

Matériel requis : guitare (acoustique / électrique / classique) ou ukulélé. Pour la guitare électrique, l'élève doit fournir un pic ainsi que son fil. Pour la guitare acoustique, l'élève devra apporter également son pic.

Le cours privé sera adapté spécialement selon le niveau et les capacités du participant. Il permet au professeur d'être à l'écoute des besoins du participant en lui permettant ainsi de progresser plus rapidement.

Clientèle :	tous niveaux · 6 ans et plus
Date :	26 septembre au 12 décembre
Horaire :	samedi en pm
Endroit :	Salle Lorraine-Tanguay, hôtel de ville (1 ^{er} étage).
Coût :	cours de 30 minutes : 360 \$ cours de 45 minutes : 420 \$ cours de 60 minutes : 480 \$

PERLAGE-LIBRE

Vous aimez le perlage et souhaitez partager votre passion dans une ambiance conviviale? Cette activité est l'occasion parfaite de venir travailler sur votre création du moment, tout en échangeant avec d'autres passionnées.

Il s'agit d'un espace de création libre et de socialisation, sans professeur ni enseignement formel. Chacune avance à son rythme sur son propre projet, tout en ayant la possibilité de partager ses idées, ses trucs et ses connaissances. L'entraide et les échanges entre participantes sont au cœur de l'activité!

À prévoir : apportez votre propre matériel ainsi que le projet de perlage sur lequel vous souhaitez travailler.

Que vous soyez débutante ou expérimentée, venez profiter d'un moment créatif, inspirant et chaleureux en bonne compagnie!

Clientèle :	tous
Date :	6 octobre, 3 novembre et 1 ^{er} décembre
Horaire :	18 h 30 à 20 h 30
Endroit :	Pavillon des loisirs
Coût :	gratuit
Min./Max. :	4 participants / 15 participants



VOLLEYBALL INTÉRIEUR

Clientèle :	16 ans et plus
Date :	15 septembre au 8 décembre
Horaire :	mardi 19 h 45 à 21 h 15
Endroit :	gymnase de l'école Saint-Denys-Garneau
Coût :	80 \$
Min./Max. :	8 participants / 14 participants



PICKLEBALL INTÉRIEUR

Équipe formée sur place selon le nombre de participant. 3 terrains disponibles. Aucun niveau. On joue pour le plaisir. Ceci ce veut une ligue récréative et pas une location de terrains. Les joueurs qui doivent jouer contre tous les participants en alternance.

Clientèle :	16 ans et plus
Date :	17 septembre au 10 décembre
Horaire :	jeudi 20 h à 21 h 30
Endroit :	gymnase de l'école Saint-Denys-Garneau
Coût :	80 \$
Min./Max. :	8 participants / 25 participants
Matériel requis :	raquette



HOCKEY COSOM

Clientèle :	16 ans et plus
Date :	14 septembre au 7 décembre
Horaire :	lundi 20 h à 21 h 30
Endroit :	gymnase de l'école Saint-Denys-Garneau
Coût :	80 \$
Min./Max. :	8 participants / 14 participants

Clientèle :	16 ans et plus
Date :	16 septembre au 9 décembre
Horaire :	mercredi 20 h à 21 h 30
Endroit :	gymnase de l'école Saint-Denys-Garneau
Coût :	80 \$
Min./Max. :	8 participants / 14 participants

PICKLEBALL (LIGUES ORGANISÉES)

Des ligues de pickleball organisées sont offertes via la base militaire de Valcartier au Centre des sports. Balles et filets inclus.

Pour vous inscrire, veuillez écrire à l'adresse courriel suivante : clubpicklemania@outlook.com

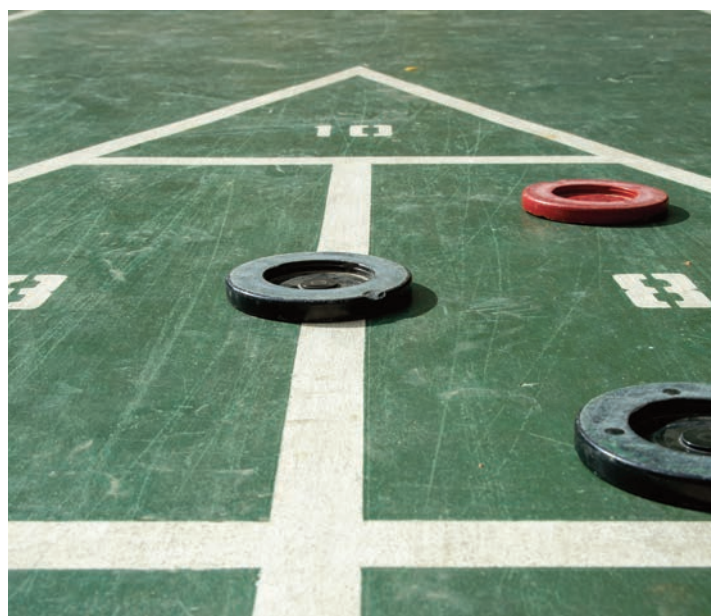


Prendre note que l'École Saint-Denys-Garneau a priorité sur l'utilisation du gymnase. Exceptionnellement, il est possible que votre activité soit annulé pour certains soirs. Le cas échéant, vous serez avisés par courriel au moins 24 h avant votre activité.



BASKETBALL

Clientèle : 16 ans et plus
Date : 19 septembre au 12 décembre
Horaire : samedi 8 h à 9 h 30
Endroit : gymnase de l'école Saint-Denys-Garneau
Coût : 80 \$
Min./Max. : 8 participants / 14 participants



SHUFFLEBOARD

Équipes formées à la pige sur place.

Clientèle : 16 ans et plus
Date : 21 septembre au 7 décembre
(congé 5 et 12 octobre)
Horaire : lundi 19 h 30 à 21 h 30
Endroit : Centre communautaire Desjardins
Coût : 60 \$
Min./Max. : 10 participants / 20 participants



DIMANCHE 25 OCTOBRE VENEZ CÉLÉBRER L'HALLOWEEN AVEC NOUS !

Costumes, ambiance effrayante et plaisir garanti pour tous.

DÉTAILS À VENIR

GRATUIT

CAFÉS-CAUSERIES

CAFÉ-SCRABBLE

Venez socialiser autour d'un bon café tout en compétitionnant autour d'une partie de scrabble. 2 à 4 joueurs par tables. Les jeux sont fournis ainsi que des dictionnaires.

Date : 30 septembre, 28 octobre, 25 novembre

Horaire : 13 h 30 à 15 h 30

Endroit : Centre communautaire
Desjardins

Coût : GRATUIT

**CAFÉ OFFERT
SUR PLACE**

*** Inscription obligatoire à chacune des dates individuellement**

CAFÉ-ÉCRITURE

Ateliers animés par madame Stéphanie Bardou. L'atelier vous proposera des jeux et des exercices qui permettront de stimuler la mémoire et de s'entraîner à la recherche des mots et des souvenirs oubliés. C'est un temps et un lieu de découverte, d'affirmation de sa propre écriture au travers d'un thème. Cet atelier permet de passer un bon moment dans le partage et la convivialité.

Date : 23 septembre, 21 octobre,
18 novembre, 9 décembre

Horaire : 13 h 30 à 15 h 30

Endroit : Centre communautaire
Desjardins

Coût : GRATUIT

**CAFÉ OFFERT
SUR PLACE**

*** Inscription obligatoire à chacune des dates individuellement**

CAFÉ-LECTURE

Ateliers animés par madame Stéphanie Bardou. Venez discuter de livres sur différentes thématiques entre passionnées de la lecture.

Date : 16 septembre, 14 octobre, 11 novembre, 2 décembre

Horaire : 13 h 30 à 15 h 30

Endroit : Centre communautaire
Desjardins

Coût : GRATUIT

**CAFÉ OFFERT
SUR PLACE**

*** Inscription obligatoire à chacune des dates individuellement**

ABONNEZ-VOUS EN LIGNE

fossambault-sur-le-lac.com



L'INFO•CITOYEN



LES BEAUX JEUDIS

LES BEAUX JEUDIS sont composés d'activités uniques, variées et sans engagement de session sur plusieurs semaines. Choisissez simplement les activités qui vous inspirent... et venez vivre l'expérience ! Nous avons pensé à une foule d'activités capables de réunir petits et grands, parents, enfants, amis, amoureux, grands-papas et grands-mamans.

Clientèle :

Tous*

Horaire :

17 h 50 à 18 h 50

Endroit :

Centre communautaire Desjardins, Salle A

Coût :

7,50 \$ / activité / personne

Min./Max. :

12 participants / 40 participants

* Les enfants de 8 ans et moins doivent être accompagnés d'un parent en tout temps.

JEUDI COZY • 24 SEPTEMBRE

Plongez dans la douceur et la détente de notre Jeudi Cozy! Offrez-vous une pause créative et réconfortante pour bien terminer la journée.

Au programme : la fabrication de votre propre bombe de bain, une activité à la fois amusante et sensorielle qui ajoutera une touche de douceur à votre prochain moment de détente. Le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale!



JEUDI TOUTOU • 1^{ER} OCTOBRE

Je suis doux, réconfortant, moelleux. Qui suis-je? Exactement : je suis une peluche!

Durant cet atelier, c'est à vous de créer votre propre compagnon.

Que diriez-vous d'un nouvel ami chaton pour vous accompagner dans votre univers magique?

Mignon et fidèle, il pourra devenir votre compagnon à garder précieusement ou un joli cadeau à offrir à quelqu'un de spécial.

JEUDI TOUT EN SAISON • 8 OCTOBRE

L'automne s'installe et nous inspire avec ses magnifiques couleurs! Lors de cet atelier de bricolage, les enfants laisseront aller leur créativité en réalisant deux créations aux couleurs de la saison.

- Une jolie citrouille en laine, parfaite pour décorer la maison.
- Un capteur de soleil automnal qui fera entrer les couleurs de la saison à travers la lumière.

Un atelier chaleureux et créatif pour bricoler, découvrir différentes techniques et repartir avec de belles créations faites à la main!

JEUDI DÉFI • 15 OCTOBRE

Envie de passer un moment mémorable en relevant des défis aussi amusants que loufoques? Inspirées des défis que l'on voit circuler sur les réseaux sociaux, nos épreuves mettront à l'essai votre adresse, votre rapidité, votre coordination et surtout votre sens de l'humour!

Rejoignez-nous en famille pour relever une série de défis originaux et surprenants dans une ambiance énergique où rires, plaisir, complicité et persévérance seront au rendez-vous!



JEUDI EXPÉRIENCE • 22 OCTOBRE

Curieux de sciences? Viens vivre le Jeudi Expérience et découvre les impressionnants phénomènes de la nature!

Transforme-toi en scientifique le temps d'une soirée et réalise des expériences inspirées de phénomènes naturels spectaculaires : volcan, tornade et éclair! Observe, teste et expérimente pour découvrir la science qui se cache derrière les forces de la nature.

JEUDI-TROUILLE • 29 OCTOBRE

Place à une dose de créativité... et de monstres! Lors de cet atelier spécial Halloween, nous réaliserons deux créations aussi amusantes qu'effrayantes.

- Une plante monstre originale et rigolote à personnaliser.
- Une bouteille lumineuse monstrueuse qui brillera dans le noir et ajoutera une touche magique aux célébrations d'Halloween.

Un atelier créatif et festif pour plonger dans l'univers amusant d'Halloween et repartir avec deux créations monstrueusement réussies!



LES BEAUX JEUDIS



GIGAJEUX-DI • 5 NOVEMBRE

Venez vivre une expérience hors du commun avec notre atelier de jeux géants !

Défis XXL, éclats de rire et moments partagés en famille ou entre amis vous attendent à chaque activité. Amusez-vous, relevez les défis et laissez-vous emporter par une ambiance électrisante, remplie de fun, de rires et de complicité !



JEUDI BIJOUX • 19 NOVEMBRE

Les bijoux et les accessoires te passionnent? Découvre une nouvelle façon de mettre tes habiletés à l'œuvre!

Cette fois, place à la confection d'un porte-clé! Assemble les différents éléments, ajoute ta touche personnelle et repars avec un joli accessoire à accrocher à tes clés ou ton sac à dos.

JEUDI CIRQUE EN FOLIE • 26 NOVEMBRE

Entre dans l'univers fascinant du cirque et mets ton équilibre, ta souplesse et ton adresse à l'épreuve !

Jonglerie, acrobaties, numéros d'équilibre et jeux coopératifs t'attendent pour développer ta coordination, ta créativité et ton esprit d'équipe.

Amuse-toi, relève des défis et profite d'une ambiance festive où rires et bonne humeur sont au rendez-vous !

JEUDI NOËL • 3 DÉCEMBRE



Envie de te mettre dans l'ambiance des Fêtes ? Viens participer au jeudi créatif et réalise ta propre boule à neige !

Imagine ton petit décor de Noël, laisse aller ta créativité et crée une décoration unique à rapporter à la maison. Une activité amusante et festive parfaite pour se préparer à l'arrivée du temps des Fêtes !



JEUDANSE • 12 NOVEMBRE

Envie de bouger, de danser et de vous laisser emporter par le rythme? Venez profiter d'une soirée où la musique et le mouvement seront à l'honneur!

Au programme : jeux rythmiques, danses guidées, défis en mouvement et bien plus encore!

Que vous soyez à l'aise sur la piste de danse ou simplement là pour vous amuser, chacun pourra participer à son rythme.

Une activité dynamique à vivre en famille et entre voisins, où plaisir, musique et bonne humeur seront au rendez-vous!



CONFÉRENCE MONDE ET VOYAGE



PARTIR POUR LA PREMIÈRE FOIS

Partir pour la première fois en voyage peut être intimidant. Heureusement, pour Pierre-Luc Côté qui a visité plus de cinquante pays jusqu'à maintenant, parcourir la planète n'a plus de secrets. Dans cette conférence, il nous livre tous ses trucs pour partir à l'aventure l'esprit tranquille. Comment choisir une destination pour un premier voyage? Comment éviter d'être malade à l'étranger? Comment gérer l'argent dans un autre pays? Quelles applications doit-on installer sur son téléphone? Que doit-on mettre dans ses bagages? Quels comportements doit-on adopter pour voyager de manière sécuritaire? Pierre-Luc répondra à toutes ces questions et bien plus lors de cette présentation qu'il illustrera par ses magnifiques photos prises au cours de ses différents périples!

Clientèle :	12 ans et plus
Date :	26 novembre
Horaire :	19 h à 20 h 30
Endroit :	Pavillon des loisirs
Coût :	10 \$ résidents 15 \$ non-résidents

INSCRIPTION EN LIGNE OBLIGATOIRE



QUELQUES MOTS SUR LE CONFÉRENCIER : PIERRE-LUC CÔTÉ

Pierre-Luc Côté est professeur dans un cégep de la ville de Québec. Au cours des dernières années, il a foulé le sol de plus de cinquante pays. Ses aventures l'ont amené à visiter autant de destinations « classiques » que d'endroits moins parcourus du globe. À titre d'exemples, il a récemment exploré la Mongolie, le Tadjikistan, l'Arménie, l'Ouzbékistan, la Bolivie, le Cap-Vert, la Papouasie et des régions reculées de la Chine. Il partage ses péripéties sous forme de conférences partout au Québec et par le biais de son blogue « www.explorerlaplanete.com ».



JOURNÉES DE LA CULTURE 2026

Atelier interactif D'AQUARELLE

De l'abstraction au réalisme

Les effets à l'aquarelle

SAMEDI 26 SEPTEMBRE 2026



**CENTRE COMMUNAUTAIRE
DES JARDINS**

145, rue Gingras
Fossambault-sur-le-Lac

Dans une ambiance chaleureuse, dynamique et remplie de couleurs, explorez une multitude d'effets à l'aquarelle. Que vous soyez débutant ou déjà passionné, chacun évoluera selon son niveau.



HORAIRE DES ATELIERS

ENFANTS 6 à 13 ans

10 h à 11 h 30



14 ANS ET PLUS

13 h 30 à 15 h 30



VALEUR DE L'ATELIER : 150 \$

OFFERT GRATUITEMENT par la Municipalité
de Fossambault-sur-le-Lac



DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS :

18 SEPTEMBRE 2026



**RESPONSABLE DES ATELIERS
ET DES INSCRIPTIONS TÉLÉPHONIQUES**

Marie-Claude Langevin

TÉLÉPHONE : 418 666-0545

IGA
des **Sources**

Fossambault
SUR-LE-LAC la vie est BELLE!

ŒUVRE PRÉSENTÉE

• *Foie "O"* •

Aquarelle de
Marie-Claude Langevin



COMPLET

LOUIS-JEAN CORMIER

SUPPLÉMENTAIRE

VENDREDI 1^{er} MAI • 20 H

LOUIS-JEAN CORMIER

SAMEDI 2 MAI • 20 H

HOMMAGE À PLUME LATRAVERSE

Guy Brière et Les Mauvaises Herbes

SAMEDI 16 MAI • 20 H

COMPLET

MICHEL PAGLIARO

SAMEDI 23 MAI • 20 H

TRIO VIOLON ALTO ET VIOLONCELLE

Collectif de la Cité

Une présentation de Desjardins

SAMEDI 13 JUIN • 20 H

SILVI TOURIGNY

Soirée d'humour

SAMEDI 20 JUIN • 20 H

Soirée-bénéfice
Cocktail dinatoire

COMPLET

HOMMAGE À CAT STEVENS ET À SIMON & GARFUNKEL

Time it Was

SAMEDI 27 JUIN • 20 H

Scène Extérieure

BRUNO PELLETIER

Une présentation de Desjardins

SAMEDI 1^{er} AOÛT • 20 H

HOMMAGE À FIORI-SÉGUIN ET CIE

Mathieu Grégoire

SAMEDI 15 AOÛT • 20 H

SAM VIGNEAULT

Soirée d'humour

SAMEDI 26 SEPTEMBRE • 20 H

ÉMILIE BILODEAU

VENDREDI 13 NOVEMBRE • 20 H

Un Noël Baroque

PALLADE MUSICA

Une présentation de Desjardins

DIMANCHE 29 NOVEMBRE • 20 H

CARTE PRIVILÈGE 25\$

La Chapelle du Lac - Fossambault-sur-le-Lac
CARTE PRIVILÈGE I
LES AMIS DE LA CHAPELLE DU LAC

Signature :

PRO	PRO	PRO	TOTAL
19,87 \$	1,88 \$	3,25 \$	25,00 \$

CARTE PRIVILÈGE

Ce spécimen de billet n'est pas valide pour une entrée.

LEPOINTDEVENTE.COM
BILLETTERIE INTÉGRÉE

0000000000000
CARTE PRIVILÈGE AMI 01
CARTE PRIVILÈGE 2025

RABAIS CHEZ NOS PARTENAIRES

PRÉVENTE EXCLUSIVE

418 875-3133

RÉSERVEZ VOS BILLETS
sur le site Web : lepointdevente.com

lachapelledulac.com

f /lachapelledulac

6160, route de Fossambault • Fossambault-sur-le-Lac



Centre
communautaire
Desjardins

CAPACITÉ
250
PERSONNES



LOCATION DE SALLE

Réunion, réception, fête d'enfants...
peu importe l'occasion, nous avons l'espace qu'il vous faut !

Chaque réservation inclut montage, démontage, entretien et surveillance.

418 875-3133 POSTE 247

Nous offrons aussi la possibilité de réserver le gymnase de l'école
Saint-Denys-Garneau pour vos activités sportives ponctuelles.
(disponible vendredi, samedi et dimanche sur demande)



Pavillon
Desjardins

CAPACITÉ
60
PERSONNES





Restez branché sur
votre Ville n'importe où
via le service d'infolettre
L'INFO-CITOYEN

Rendez-vous sur
la page d'accueil
de notre site Internet au
www.fossambault-sur-le-lac.com