

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE LOISIRS PRINTEMPS/ÉTÉ 2025

ACTIVITÉS DE LA MUNICIPALITÉ

Inscriptions et paiement en ligne sur Sport Plus (valdavid.com onglet inscription activités de loisirs) ou auprès du Service loisirs et culture situé au 2490, rue de l'Église (porte sur le côté), secretariat@valdavid.com, 819 324 5678, poste 4228

INSCRIPTIONS POUR LES AUTRES ACTIVITÉS

Auprès du professeur/responsable

MUNICIPALITÉ

ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP.	DESCRIPTIONS (Insc. en ligne sur Sports Plus sur valdavid.com, en personne ou via secretariat@valdavid.com)	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
BASKETBALL LIBRE	Service des loisirs	Réservation d'un terrain sportif au gymnase de l'école Saint-Jean-Baptiste. La réservation se fait 24h à l'avance et ce directement dans votre dossier Sport Plus. La personne responsable de la location s'occupe de la gestion de ses participants.	Pour tous	Ven. 18h à 19h	11 avr. au 31 mai	Gratuit pour le printemps
				Sam. 9h à 10h	5 avr. au 31 mai	
				Sam. 10h à 11h		
PICKLEBALL LIBRE	Service des loisirs	Réservation d'un terrain sportif au gymnase de l'école Saint-Jean-Baptiste. La réservation se fait 24h à l'avance et ce directement dans votre dossier Sport Plus. La personne responsable de la location s'occupe de la gestion de ses participants.	Pour tous	Jeu. 19h15 à 20h15	8 mai au 31 mai	15 \$ pour 1h de location
				Jeu. 20h15 à 21h15		
				Ven. 19h à 20h	4 avr. au 31 mai	
				Ven. 20h à 21h	5 avr. au 31 mai	
Sam. 11h à 12h						
COURS DE FUTSAL 100% FÉMININ	Sandrine Dupuis	Cours de futsal jeunesse 100% féminin	10 à 12 ans	Jeu. 18h à 19h	3 avr. au 29 mai (relâche 24 avr.)	80 \$ (8x)
GARDIENS AVERTIS	MEB Formations Partenaire de formation de la Croix-Rouge	Le cours permet aux jeunes d'acquies les connaissances afin de devenir des gardiens d'enfants compétents et apprendre à se garder seuls à la maison.	11 à 15 ans	Lun. 8h30 à 16h	19 mai	65 \$ (1x)
PRÊTS À RESTER SEULS		Ce cours permet aux jeunes d'acquies les connaissances afin d'apprendre à se garder seuls à la maison.	9 à 13 ans	Dim. 9h à 14h30	22 juin	65 \$ (1x)
FABRICATION DE MOUCHES	Serge Aublet 819 322-5537	Apportez votre matériel et fabriquez vos mouches. Échangez trucs et astuces. Sortie en nature en fin de saison. Sans inscription.	Pour tous	Mer. 19h30 à 21h	jusqu'au 28 mai	Gratuit
COURS AUTODÉFENSE MULTI-NIVEAUX	Benoit Ladouceur	Cours d'autodéfense se basant sur la méthode du Krav Maga avec de la théorie sur les bases, des apprentissages de techniques et de la pratique de scénarios de la vie de tous les jours.	16 et plus	Mer. 18h30 à 20h	14 mai au 9 juil. (relâche 25 juin)	144 \$ (8x)

BIBLIOTHÈQUE

ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP.	DESCRIPTIONS (Insc. auprès de la bibliothèque : comptoir@valdavid.com)	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
LA BIENVUEILLANCE SPONTANÉE	Réseau des Éclaireurs	Venez découvrir le concept de bienveillance spontanée avec les Éclaireurs en santé mentale : un atelier interactif pour explorer comment de petits gestes peuvent faire une grande différence.	Pour tous	Jeu. 15h30 à 16h30	15 mai	Gratuit pour les abonnés/ 5 \$ pour les gens de l'externe
LOCATAIRES ET PROPRIÉTAIRES : QUE FERIEZ-VOUS DANS CES SITUATIONS? (À DISTANCE)	Me Annabelle Caron (educationjuridique.ca)	Cet atelier présente les droits et obligations des locataires et propriétaires au Québec. Les participants comprendront ce que prévoit la loi pour les problèmes courants, évalueront les solutions possibles et découvriront les ressources disponibles pour obtenir de l'aide.	Pour tous	Sam. 13h à 14h	17 mai	
HEURE DU CONTE (MAISON PHEONIX)	Chantale Jobin	Les enfants vont découvrir des histoires amusantes, touchantes ou étonnantes, mais surtout intéressantes avec Chantale, bénévole de Maison Phoenix.	Enfants	Dim. 11h	18 mai et 22 juin	
GRATIFÉRIA (THÈME : VENTE DE GARAGE)	Décroissance Val-David	Offrez une seconde vie aux objets inutilisés lors de la Gratiféria - une grande « vente de garage » sans argent! Apportez ce dont vous n'avez plus besoin et repartez avec de nouvelles trouvailles, gratuitement.	Pour tous	Ven. 13h à 15h30	16 mai	
LANCEMENT DU CLUB DE LECTURE D'ÉTÉ ET SPECTACLE CONTE	Sylvie D Lire	Pour lancer les inscriptions au Club de lecture d'été, partez en voyage autour du monde avec le spectacle de Sylvie D Lire. Ne manquez pas ce départ vers un été de lectures et dévotion!	0-12 ans	Sam. 11h	15 juin	

ESPACE LUDIKO

ATELIERS/COURS	PUBLIC CIBLE	DESCRIPTIONS (1280, rue Dion - horaire et détails sur espace.ludiko.com)	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
LUDOTHÈQUE	6 mois à 100 ans	Collection de 3000+ jeux et livres pour favoriser le développement par le jeu, disponible pour emprunt pour des périodes de 3 semaines.			Ouvert au public tous les dimanches de 9h30 à 12h30 et tous les mercredis et vendredis de 15h30 à 18h30.	88\$ par abonnement annuel
APRÈS-MIDI - JEUX DE SOCIÉTÉ	Familles, jeunes et intergénérationnelle	Rencontres ludiques gratuites pour la communauté.	6 ans +	Ven. 15h30 à 18h30	2-9-16-23 mai	Contribution volontaire
ART'PPRENTIS	Petite enfance Parent-enfant	Atelier favorisant l'éveil à la lecture, à l'écriture et aux mathématiques de façon ludique.	4 à 6 ans	Mar. 10h à 12h	13 au 27 mai	
ÉCOLO-HÉROS	Parent-enfant	Atelier visant à promouvoir l'éveil à la curiosité et à la conscience environnementale de façon ludique.	6 ans et +	Dim. 13h à 15h	11 mai	
				Dim. 10h à 12h	25 mai	

MAISON PHOENIX

ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP.	DESCRIPTIONS (Détails sur la page Facebook de l'organisme)	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
SOUPER INTERGÉNÉRATIONNEL	Maison Phoenix	Des repas partagés pour nourrir les liens! Un moment de partage convivial autour d'un souper offert gratuitement et sans inscription à l'église de Val-David.	Pour tous	Jeu. 17h à 19h	22 mai, 20 juin	Gratuit
JOUTE D'ÉCHECS INTERGÉNÉRATIONNELLE	Maison Phoenix	À l'église de Val-David.	Pour tous	Jeu. 15h30	22 mai	Gratuit

1001 POTS	ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP.	DESCRIPTIONS (2435, RUE DE L'ÉGLISE)	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
	COURS DE CÉRAMIQUE : TECHNIQUES VARIÉES	Professeur-e-s varié-e-s 819 507-0116 coordo@1001pots.com	Diverses formules pour explorer la céramique dans le cadre enchanteur de 1001 Pots. Professeures bienveillantes, ambiance conviviale et créativité au rendez-vous.	Adultes / niveaux variés	Programmation détaillée à partir du 15 mai Voir 1001pots.com	12 avril au 5 mai	Selon les cours
	COURS DE CÉRAMIQUE : TECHNIQUES VARIÉES	1001patentes@gmail.com	Durant l'exposition estivale, de nombreuses possibilités de cours d'initiation ou de perfectionnement, à la journée ou à la semaine. Venez pratiquer la céramique au cœur de notre jardin	Enfants et adultes / niveaux variés		4 juil. au 17 août	Selon les cours
	ATELIERS MARIONNETTES ET THÉÂTRE D'OBJET	Léa Buijtenhuijs 1001patentes@gmail.com	Ateliers de méditation culturelle autour de l'univers des marionnettes et du théâtre d'objet. Dans le cadre du Festival 1001 Patentes qui bougent.	Familial		1 ^{er} au 10 août	Gratuit / Tarification adaptée

VAL-HEUREUX (AVEC CARTE DE MEMBRE VALIDE)	ATELIERS/COURS	RESPONSABLES	DESCRIPTIONS LOCAL (2600, RUE MONTY) ÉGLISE (2490, RUE DE L'ÉGLISE)	ENDROIT	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
	DANSE EN LIGNE	Gilles Bourret 514 970-5800	Débutant et intermédiaire sont jumelés - cours de 1,5 heure	Église	Mar. 13h	2 ⁹ avr. au 20 mai inclusivement	40 \$
	YOGA SUR CHAISE	André Desmarais 514 247-2504 andre@aeroportvoyage.com	Exercices sur chaise Nouvelle session de 8 cours	Local	Lun. 11h	14 avr. au 16 juin	60 \$
	BRIDGE	Madeleine Duval 514 226-8862	Débutants 1	Local	Mer. 13h à 15h	16 avr. au 21 mai	60 \$ (6x)
			Débutant 2 - pré-requis: avoir complété Débutant 1	Local	Ven. 13h à 16h	11 avr. au 16 mai	60 \$ (6x)
	ATELIER DE PEINTURE	Serge Aublet 819 322-5537	L'atelier se poursuivra jusqu'à l'été	Local	Mar. 10h	a/c du 2 avril	Gratuit
	CHORALE	Madeleine Duval 514 226-8862 madeleine.duval@hotmail.com	Pour les membres de tous les âges	Local	Mer. 11h	1 ⁹ mars au 7 juin	125 \$
	DÎNER	Jean-Claude Riffet 819 320-0264	Pour les membres seulement	Église	Jeu. 11h45	17 avr. et 15 mai	15 \$
	SOUPER DE FIN D'ANNÉE		Pour les membres seulement	Église	Sam. 17h45	7 juin	35 \$
	PÉTANQUE		Joutes amicales	Parc Ceyreste	Dim. 14h	a/c 25 mai	Gratuit
SORTIE CASINO	André Desmarais 514 247-2504 andre@aeroportvoyage.com	Pour les membres seulement - inclus un bon de 30 \$ pour jouer, le repas et l'autobus	Église	Jeu. 11h15	'24 avr.	25 \$	

POPCYCLE	ATELIERS/COURS	RESPONSABLE	DESCRIPTIONS	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
	COURS DE VÉLO DE MONTAGNE	Jean-François Bourdon infovelopopcycle@gmail.com	Initiation aux techniques en vélo de montagne et exploration des sentiers. Apprentissage d'habiletés diverses : pilotage en forêt, maniement du vélo et passage d'obstacles.	Bibittes (5 à 7 ans) Atomes (8 à 10 ans) Peewees (11 à 13 ans)	Dim. 9h à 11h (durée 1h30)	25 mai, 1 ^{er} , 8 et 15 juin, 24 août, 7, 14, 21 et 28 sept.	155\$ (inclus chandail) prévoir environ 40 \$ pour la licence FQSC

PAVILLON MAURICE-MONTY (PMM)	ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP.	DESCRIPTIONS (2492, RUE DE L'ÉGLISE)	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
	LOKITA YOGA (TOUT NIVEAU)	Marie-Ève Collette 819 320-0194 lokityoga.com	Le YOGA du LOKITA permet de développer une pratique précise et profonde adaptée à chacun favorisant à la fois la force et la souplesse mais avant tout la présence à soi. ** Prendre note que le cours du jeudi 18h est offert à 5\$ pour les adolescents et les personnes de moins de 25 ans, selon le nombre de places disponibles restantes.	Pour tous	Lun. 10h à 11h30	17 mars au 26 juin	290 \$ (15x)
					Lun. 18h à 19h30		
					Mar. 18h à 19h30		
					Mer. 16h30 à 18h		
					Jeu. 9h à 10h30		
	Jeu. 18h à 19h30**						
	GYMNASTIQUE DOUCE (MÉTHODE FELDENKRAIS ^{MD})	Chantal Martin 514 606-7000 chantalmartin.info@gmail.com massagefeldenkrais.com	La méthode Feldenkrais est une approche douce d'éducation somatique qui améliore posture, respiration, coordination et conscience corporelle, pour bouger avec plus d'aisance, d'harmonie et de confort.	Adultes	Lun. 13h à 14h	7 avril au 2 juin (relâche 21 avril)	160 \$ (8x) cours d'essai (10 \$)
	ATELIERS D'ÉDUCATION SOMATIQUE AVEC LA MÉTHODE FELDENKRAIS ^{MD}		Apprendre à bouger avec plus d'aisance et entretenir sa souplesse. Pour une posture détendue et dynamique, améliorer l'équilibre et expérimenter l'efficacité, la fluidité de la marche	Adultes	13h à 16h30	10 mai : Atelier un dos en santé 24 mai : Atelier la marche autrement 14 juin : Atelier des os pour la vie	60 \$ ch. atelier, 110 \$ pour 2, 165 \$ pour 3
	SFS TRAINING	Po Anabiose 514 831-0770	Entraînement complet basé sur le yoga structurel, intégrant mobilité, renforcement du genou et entraînement de résistance.	Adultes/ ados	Mar./Ven. 8h30 à 9h30	Début 28 avril	20 \$ - drop-in 35 \$/semaine (2 cours)
YOGA STRUCTURÉ / RESTAURATIF		Pratique axée sur l'alignement, la relaxation et la récupération	Mer. 8h30 à 9h30		Début 29 avril	45 \$/semaine (3 cours)	
VOYAGE CHAMANIQUE & MÉDITATION	Catherine Veilleux cathveilleuxosteo@gmail.com	Enracinement à soi et aux ancêtres. Au son du tambour, cette technique vous permet de voyager dans les profondeurs de votre corps.	12 ans+	Dim. 10h à 11h	4 mai au 6 juil.	Contribution volontaire	
KUNDALINI YOGA (TOUS NIVEAUX)	Janick Houle 514 830-4349 kyshuniya@gmail.com	Permet l'éveil de l'énergie vitale et spirituelle, procure guérison et bien-être dans toutes les sphères de l'être humain en favorisant son épanouissement à l'aide des techniques utilisées : asana(posture) pranayama(respi- ration), son(mantra), méditation et relaxation.	Adultes	Sam. 10h à 11h15	3 mai au 21 juin	160 \$(8x) ou cours à l'unité (22 \$)	
DANSE MÉDICINALE	Michelle Dubé 819 323-9928 braize3@gmail.com	Ce cours est un moyen d'explorer le mouvement conscient du corps tout en intégrant la respiration, les zones corporelles oubliées pour défaire les nœuds de tension et retrouver une plus grande fluidité pour un voyage transformateur et initiatique.	16 ans+	Mer. 10h à 11h	À partir du 16 avril (relâche 28 mai)	100 \$/série de 5 cours ou 25 \$ / cours	

PETITE GARE	ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP.	DESCRIPTIONS	ÂGES	JOURS/HEURES	DATES	TARIFS
	CARDIO-MUSCULATION	Cardio Plein Air Laurentides laurentides@cardiopleinair.ca 438 523-4442	Cet entraînement est une expérience complète vous permettant de renforcer votre corps, libérer votre esprit et partager un moment motivant en groupe! Utilisez le code promo : DTMAAH10 et recevez 10% de rabais sur votre 1 ^{ère} inscription au cardiopleinair.ca.	16 ans +	Mer. 9h15 à 10h15	Session printemps : 5 mai au 22 juin Session été : 23 juin au 7 sept.	Printemps = 1x sem. : 133 \$ 2x sem. : 204 \$ Été = 1x sem. : 184 \$ 2x sem. : 281 \$
CARDIO-POUSSETTE		Restez active tout en partageant un moment complice avec bébé! Ce programme est conçu pour un retour progressif et sécuritaire au sport de maman. Utilisez le code promo : DTMAAH10 et recevez 10% de rabais sur votre 1 ^{ère} inscription au cardiopleinair.ca	16 ans +	Mer. 10h30 à 11h30	Session printemps : 5 mai au 22 juin Session été : 23 juin au 7 sept.	Printemps = 1x sem. : 133 \$ 2x sem. : 204 \$ Été = 1x sem. : 184 \$ 2x sem. : 281 \$	

ATELIERS/COURS	PROFESSEURS/RESP. (1287, Jean-Baptiste Dufresne)	JOURS/HEURES	TARIFS
DANSE FITNESS (ZUMBA) (14 ans et +)	Mélissa L'Écuyer zumbamelgroove@gmail.com 514 816-3743	21 avril au 19 juin Lun. 18h à 19h et/ou Jeu. 18h à 19h Portes ouvertes gratuites 14 et 17 avril - session de 10 sem.	95 \$ ou 150 \$ ou 220 \$ (2x sem)
FLAMENCO (multi-niveaux)	Sarah Vincent courdeflamenco@gmail.com 819 324-9347	8 avril au 11 juin Mar. 18h à 19h15	250 \$
FLAMENCO (débutant)		8 avril au 11 juin Mar. 19h30 à 20h30	220 \$
COURS DE CLOWN (adulte débutant)	Aline Fournier 819 219 0894 missvitalie@gmail.com compagnievitalie.vivisite.com/ compagnie-vitalie/home	19 avril au 21 juin Sam. 10h à 13h	450 \$
BALLET BOUT'CHOU (3 à 4 ans)		2 avril au 18 juin Mer. 16h à 16h45	234 \$
BALLET JEUNESSE (5 à 6 ans)		31 mars au 16 juin Lun. 16h à 17h	250 \$
BALLET 1 (7 à 8 ans)	Annie Gauthier madame-annie@studiodeballet.ca 514 774-1631	3 avril au 19 juin Jeu. 16h à 17h15	329 \$
BALLET 2 (9 à 10 ans)		1 ^{er} avril au 17 juin Mar. 16 h à 17h30	355 \$
BALLET 3 (11 à 15 ans)		2 avril au 18 juin Mer. 17h à 18h30	325 \$
BALLET POINTES (Pour tous, selon évaluation)		31 mars au 16 juin Lun. 17h à 18h15	230 \$
BALLET MULTI-DANSE (adulte)		1 ^{er} avril au 17 juin Mar. 18h30 à 20h	355 \$
CARDIO KICK BOXING	Henriké Noel info.evocardio@gmail.com 514 424-6446	8 avril au 10 juin Mar. 17h30 à 18h30	Cours d'essai gratuit 1x 20 \$ 5x 90 \$ 10x 165 \$
DU YOGA DU RIRE AU TABLEAU DE LA JOIE! (atelier multidisciplinaire)	Ximena et Caroline Beausoleil ximenuenzalidalira@hotmail.com 873 649-8955	2 au 23 mai Ven. 10h à 12h	240 \$
L'ART DE GUÉRIR - DESSIN (atelier d'art / adulte)		9 avril au 21 mai Mer. 17h à 18h30	195 \$
ATELIER D'EXPÉRIMENTATION DES TECHNIQUES DE LA PEINTURE (adulte)	Ximena Fuenzalida ximenuenzalidalira@hotmail.com 873 649-8955	17 avril au 5 juin Jeu. 17h à 19h	300 \$ (+25 \$ matériel)
DESSIN ANIMÉ - NOUVEAU (débutant et avancé)		16 avril au 21 mai Mer. 16h à 17h	165 \$
DESSIN : À LA DÉCOUVERTE DES ÉGYPTIENS (enfants)		17 avril au 29 mai Jeu. 16h à 17h	165 \$

ABRIS TEMPORAIRES HIVERNAUX

La date limite pour la remise des abris temporaire hivernaux est le 1^{er} mai. (Règlement de zonage 601)



FEUX À CIEL OUVERT INTERDITS SANS PERMIS

Ce printemps, privilégiez le compostage (bac brun) pour vos résidus végétaux. Si vous prévoyez faire un feu extérieur sans foyer couvert, un permis de brûlage est obligatoire, mais gratuit sur le site ridm.quebec. Attention : même avec un permis, vous devez respecter les directives de la SOPFEU/RIDM pour vérifier si les feux extérieurs sont autorisés. (Règlement 900 - concernant le brûlage)



STATIONNEMENT DES VÉHICULES MOTORISÉS

Certaines cases de stationnement à l'arrière de la mairie, près de la rue Maurice-Monty, sont réservées aux campeurs, roulottes ou autres habitations motorisées, selon la signalisation en place. Ces espaces sont accessibles du 15 avril au 1^{er} novembre. Le stationnement est autorisé à toute heure, mais il est interdit d'y séjourner plus de 2 nuits consécutives sur une période de 30 jours.



✗ Interdiction d'immobiliser ou de stationner ce type de véhicule dans un parc ou tout autres espaces aménagés en stationnement. (Règlement 769 - Relatif au stationnement et à la circulation)

FEUX D'ARTIFICE INTERDITS

✗ L'utilisation des feux d'artifice de toute classe est strictement interdite sur tout le territoire de la Municipalité. (Règlement 900 - Concernant le brûlage)



VIDANGE DE VOTRE FOSSE SEPTIQUE

Les propriétaires doivent vider leur fosse septique :

- Tous les 2 ans pour un usage permanent.
- Tous les 4 ans pour un usage saisonnier.



La preuve de vidange doit être envoyée à la municipalité dans les 30 jours. (Règlement 774 - Encadrant la preuve de vidange des boues des fosses septiques)

SÉCURISONS LES PISCINES RÉSIDENTIELLES

Le nouveau règlement provincial sur la sécurité des piscines résidentielles s'applique à toutes les piscines résidentielles extérieures pouvant contenir 60 cm d'eau ou plus, que ce soit une piscine creusée, semi-creusée, hors terre ou démontable (gonflable ou autres). Celui-ci vise essentiellement à contrôler l'accès des jeunes enfants aux piscines résidentielles pour prévenir la noyade.

Tous les propriétaires d'une piscine résidentielle auront l'exigence d'être conformes d'ici le 30 septembre 2025. Il n'y a donc plus de droit acquis pour les piscines installées ou construites avant 2010.

Règlement sur : valdavid.com/Publications/Règlements municipaux/Règlement sur la sécurité des piscines