

# À Propos *Express*

de Varennes



## Activités **SPORTIVES**

### ACTIVITÉS LIBRES

#### ■ PATINAGE LIBRE – PATINOIRES EXTÉRIEURES ET AU SPORTPLEX DE L'ÉNERGIE

Pour connaître les horaires, consultez le bulletin À Propos hiver 2018 au [www.ville.varennes.qc.ca](http://www.ville.varennes.qc.ca)

#### ■ PENTE À GLISSER - ENNEIGÉE

Glissade familiale (luge et toboggan)

Deux versants pour deux fois plus de plaisir et une voie d'accès avec marches. Sans surveillance. Parc Saint-Charles (accès par la rue Jules-Phaneuf). Éclairage jusqu'à 22 h.

#### ■ PISTE DE SKI DE FOND

Tout le long du parc Saint-Charles, l'itinéraire de la piste de ski de fond fera la joie de toute la famille. Un trajet de 4,8 km est au coeur de votre municipalité et vous fera découvrir les jolis boisés du parc. Le départ de la piste est situé près de la pente à glisser, de l'autre côté de la rue Jules-Phaneuf. De plus, il est possible d'avoir accès à la piste par les rues Robert, du Parc ou Calixa-Lavallée.

#### ■ LES VENDREDIS FAMILLE ACTIVE

Dans le but de favoriser les saines habitudes de vie de ses citoyens, la Ville de Varennes offre une programmation d'activités ayant pour but de faire bouger les familles.

Venez découvrir et pratiquer un sport différent dans une ambiance ludique et conviviale.

**Gratuit** – Aucune réservation requise

Pour tous : familles – enfants – aînés

Les jeunes de moins de 14 ans devront être accompagnés d'un adulte.

Espadrilles obligatoires pour tous.

16 février – Initiation au Speedminton

23 février – Initiation au judo (Collège Saint-Paul)

2 mars – Initiation au DBL Ball

9 mars – Initiation au flag football

16 mars – Initiation à l'escrime

23 mars – Initiation au mini-volley

30 mars – Initiation au Ultimate frisbee

6 avril – Initiation à l'athlétisme (Défi santé)

13 avril – Initiation au soccer (Défi santé)

Vendredi 19 h à 20 h 15

École du Carrousel et autres sites

Consultez le site Internet [www.ville.varennes.qc.ca](http://www.ville.varennes.qc.ca) pour connaître les dates, les activités offertes et le lieu pour chacune de celle-ci.



### BASEBALL

#### – ASSOCIATION DU BASEBALL MINEUR DE VARENNES

Baseball mineur pour filles et garçons, de 4 à 18 ans. Inscriptions en ligne de janvier à la mi-avril. Visitez notre page Facebook Baseball Varennes.

📞 Jean Poulin • 450 929-2147

[info@baseballvarennes.com](mailto:info@baseballvarennes.com)

[www.baseballvarennes.com](http://www.baseballvarennes.com)



### JUDO

#### – CLUB DE JUDO DE VARENNES

Cours de judo visant les jeunes de 5 à 17 ans de niveau récréatif ou compétitif. Nous offrons un mois d'essai gratuit. Inscriptions par téléphone ou par courriel en tout temps.

📞 Julien Paradis • 514 802-9629

[julien-paradis@hotmail.com](mailto:julien-paradis@hotmail.com)

[www.judovarennes.com](http://www.judovarennes.com)



### PLAISIRS D'HIVER 10 ET 11 FÉVRIER

#### SAMEDI 10 FÉVRIER

11 h à 16 h – Pente à glisser

18 h 30 à 21 h – Parc du Pré-Vert

#### DIMANCHE 11 FÉVRIER

11 h à 16 h – parc du Pré-Vert

Pour connaître tous les détails concernant la programmation, veuillez consulter le [www.ville.varennes.qc.ca](http://www.ville.varennes.qc.ca)



### PLONGEON

#### – CLUB DE PLONGEON VARENNES

Cours de plongeon pour enfants et adolescents de 4 à 18 ans. Consultez notre site Internet pour plus d'information.

📞 Gabrielle

[info@clubdeplongeonvarennes.com](mailto:info@clubdeplongeonvarennes.com)

[www.clubdeplongeonvarennes.com](http://www.clubdeplongeonvarennes.com)

### RINGUETTE

#### – RINGUETTE BOUCHERVILLE

La ringuette est un sport sur glace passionnant qui ressemble au hockey mais qui se joue avec un anneau. Ce sport s'adresse aux filles de 4 à 18 ans et adultes résidant à Boucherville, Varennes et Verchères. L'activité se déroule de septembre à mars. Inscriptions dès maintenant par courriel : [registraire@ringuetteboucherville.com](mailto:registraire@ringuetteboucherville.com)

📞 [info@ringuetteboucherville.com](mailto:info@ringuetteboucherville.com)

[www.ringuetteboucherville.com](http://www.ringuetteboucherville.com)



### SOCCER

#### – ASSOCIATION DE SOCCER VARENNES ST-AMABLE

Des pratiques Futsal d'une heure en gymnase dirigées par des moniteurs expérimentés. Jeux de soccer et mini-matches sont au rendez-vous. Envie de bouger avec le ballon tout l'hiver? Visitez notre site Internet pour plus d'information!

📞 Marc-Antoine Labelle • 450 652-5959

[commis@asvsa.ca](mailto:commis@asvsa.ca)

[www.asv.ca](http://www.asv.ca)

### TAEKWONDO

#### – CLUB TAEKWONDO DE VARENNES INC.

Apprentissage des techniques de combat et d'autodéfense. Inscriptions en tout temps. Les cours ont lieu au Centre Éducatif Chante Plume.

📞 Mario Dudemaine • 514 576-4322

[mario.dudemaine@videotron.ca](mailto:mario.dudemaine@videotron.ca)

[www.taekwondovarennes.com](http://www.taekwondovarennes.com)



### TRIATHLON 8 À 17 ANS

#### – ÉQUIPE DE TRIATHLON 3FNRGIE

Passionné(e) par la natation, le vélo et la course à pied? Entraîne-toi avec l'équipe de triathlon 3FNRGIE! Inscriptions en tout temps via le site Internet ou par courriel.

📞 [info@triathlon3fnrgie.com](mailto:info@triathlon3fnrgie.com)

[www.triathlon3fnrgie.com](http://www.triathlon3fnrgie.com)

Mardi et jeudi 18 h à 20 h

Samedi 6 h 30 à 9 h

9 janvier (11 sem.)

École secondaire le Carrefour





## SEMAINE DE RELÂCHE (du 5 au 9 mars)

### ACTIVITÉS FAMILIALES

Plusieurs activités vous sont offertes durant la semaine de relâche. Consultez le site Internet [www.ville.varennes.qc.ca](http://www.ville.varennes.qc.ca) pour connaître les horaires des bains libres au Complexe aquatique de Varennes et du patinage libre au Sportplex de l'Énergie.

Nous vous offrons également des activités spéciales :

#### Samedi 3 mars

19 h à 21 h Opti-Film • École secondaire le Carrefour

#### Lundi 5 mars

10 h à 11 h 30 Activité sportive • Centre multisports régional

13 h à 16 h Prêts de tubes sur neige • Parc Saint-Charles, pente à glisser

#### Mardi 6 mars

10 h à 11 h 30 Atelier culinaire parent-enfants / Création de bonbons  
Centre communautaire

14 h Bistro de « Madame Suzanne » (6 à 9 ans)  
Bibliothèque de Varennes  
Date limite d'inscriptions : 25 février

15 h 30 à 16 h 30 Badminton • École du Carrousel – Inscription obligatoire

#### Mercredi 7 mars

9 h à 12 h Activité sportive en gymnase  
École secondaire le Carrefour

12 h à 17 h Initiation au ski de fond  
Parc Saint-Charles, piste de ski de fond

13 h 30 à 16 h 30 Atelier de doublage • Bibliothèque de Varennes  
Date limite d'inscriptions : 25 février

#### Jeudi 8 mars

14 h Art Clownesque (9 à 11 ans)  
Bibliothèque de Varennes  
Date limite d'inscriptions 25 février

15 h 30 et 16 h 30 Badminton • École du Carrousel – Inscription obligatoire

18 h à 20 h Initiation au soccer bulle • Centre multisports régional

18 h à 20 h Activité sportive • Centre multisports régional

#### Vendredi 9 mars

13 h à 16 h Prêts de tubes sur neige  
Parc Saint-Charles, pente à glisser

19 h à 20 h 15 Vendredi famille active (voir information à la page 1)  
École du Carrousel

### CAMPS POUR LES 5 À 12 ANS



– VILLE DE VARENNES

La semaine de relâche sera remplie de découvertes et de plaisir garanti! Les jeunes pourront se familiariser avec des spécialités et l'équipe d'animation saura les divertir avec des jeux créatifs et amusants. Pour plus d'information, consultez la programmation complète au [www.ville.varennes.qc.ca](http://www.ville.varennes.qc.ca)

- Inscription pour la semaine :  
Camps de jour • 9 h à 16 h  
Service de garde • 7 h à 9 h et de 16 h à 18 h
- Inscription à la journée :  
Camp de jour • 9 h à 16 h  
Service de garde • 7 h à 9 h et de 16 h à 18 h

**DATE LIMITE D'INSCRIPTIONS : 16 février**

#### Programmation des activités

	Pavillon du parc du Portageur	Pavillon du parc du Pré-Vert
5 mars	Journée explosion d'activités	Journée cirque
6 mars	Journée détective	Journée sculpture
7 mars	Journée jeux gigantesques	Journée explosion d'activités
8 mars	Journée sculpture	Journée détective
9 mars	Journée cirque	Journée jeux gigantesques

### Relâche scolaire AU COMPLEXE AQUATIQUE DE VARENNES



Venez vous amuser avec nous! Vous profiterez de la neige et de la piscine. Jeux, activités extérieures, artistiques, sportives et aquatiques.

#### 5 à 12 ans

Horaire : service de garde de 7 h à 9 h et de 16 h à 18 h  
camp de jour de 9 h à 16 h

Inscriptions à compter du 28 janvier

- ❶ Information/Inscriptions  
450 929-2782, poste 0  
[c.aqua@ville.varennes.qc.ca](mailto:c.aqua@ville.varennes.qc.ca)  
[www.ville.varennes.qc.ca](http://www.ville.varennes.qc.ca)





## Activités **RÉCRÉATIVES**

### **COURS D'ÉCHECS**

#### **– CLUB D'ÉCHECS DE VARENNES**

Pour les jeunes de 6 à 12 ans de Varennes et de la région (un samedi sur deux).

10 h 30 à 11 h 30

École secondaire le Carrefour

Début 13 janvier

**i** Michel Roy • 514 703-4369  
 echecsvarennes@gmail.com  
 www.echecsvarennes.ca

### **FRIMOUSES (0 À 5 ANS)**

#### **– OFFERT PAR L'ASSOCIATION DES FAMILLES DE VARENNES**

Matinées rencontres pour les enfants accompagnés de leurs parents. Jeux libres, activités, bricolages, fêtes et parfois sorties. Également, lieu d'échanges et de rencontre pour parents. Beaucoup de plaisir!

Mardis/jeudis 9 h à 11 h

Pavillon parc du Portageur

Inscriptions en tout temps.

16 janvier (15 sem.)

Relâche 6 et 8 mars

Pavillon parc du Portageur

**i** Chantal Laforce • 450 929-4253  
 frimousses@afvarennes.com  
 www.afvarennes.com



### **MAISON DES JEUNES DE VARENNES**



#### **■ Danse 9 à 12 ans**

Musique, animation et casse-croûte sur place.

16 février, 15 mars et 20 avril

19 h

Cafétéria de l'école secondaire le Carrefour

#### **■ Gardiens avertis – Cours 11 ans et plus**

Certification de la Croix-Rouge : 10 février, 17 mars, 14 avril, 12 mai et 9 juin  
 Inscriptions obligatoires à la Maison des jeunes

9 h à 15 h 30

Maison des jeunes

#### **■ Soutien scolaire (12 à 17 ans)**

Aide aux devoirs, activités complémentaires, visite en milieu de travail.

Lundi au vendredi

15 h 30 à 18 h 30 (12 à 17 ans)

#### **■ À dos de vélo**

Ateliers de mécanique de vélo, vélo-partage. Promotion du transport actif chez les adolescents.

#### **■ Le Modicus – Bulletin de liaison électronique**

Aimez la page Facebook et suivez notre organisme à travers ses réalisations.

**i** Yanick Legault • 450 652-6941  
 info@mdjvarennes.net  
 http://www.mdjvarennes.net

### **SAMEDIS JOURNÉES DE LOISIRS**



#### **– ASSOCIATION DES ENFANTS ET ADULTES HANDICAPÉS DE BOUCHERVILLE ET VARENNES**

À tous les samedis de janvier à mai 2018 pour les enfants et adolescents ayant une déficience intellectuelle et/ou un TSA. Activités sportives, éducatives et culturelles adaptées, ainsi que de l'animation, arts et sorties favorisant le développement et la socialisation des jeunes.

**i** Julie Gascon • 348 397-8347  
 aehbv@hotmail.com  
 www.aehbv.org





## Activités **CULTURELLES**



INSCRIPTION OBLIGATOIRE EN PERSONNE À LA BIBLIOTHÈQUE DE VARENNES  
NOMBRE DE PLACES LIMITÉ • ACTIVITÉS GRATUITES

**i** 450 652-3949 • biblio@ville.varennes.qc.ca • www.ville.varennes.qc.ca

### CONCOURS DÉCORE TA BIBLIOTHÈQUE

Pour les 3 à 12 ans

Prix de participation tirés au hasard • Un gagnant par catégorie d'âges • Des chèques-cadeaux... gracieuseté de la Bibliothèque de Varennes.

■ **LA SAINT-VALENTIN « DES MOTS VENANT DU CŒUR »**

Entre le 14 janvier et le 14 février, épingle un petit mot destiné à une personne que tu aimes à l'entrée de la bibliothèque dans la section « Saint-Valentin ».

**DATES À RETENIR :**

Entre le 14 janvier et le 14 février : remettre ton mot venant du cœur à la bibliothèque.

Entre le 14 et le 17 février : distribution des mots venant du cœur aux personnes désignées.

Tirages et remise des prix : lundi 19 février.

■ **PÂQUES : « POISSON D'AVRIL OU POISSON DE PÂQUES? »**

Dès le 1<sup>er</sup> mars, viens chercher ton assiette colorée pour fabriquer un poisson qui sera ensuite ajouté à notre aquarium.

**DATES À RETENIR**

Entre le 1<sup>er</sup> et le 25 mars : remise des assiettes.

Entre le 25 mars et le 1<sup>er</sup> avril : exposition des œuvres.

Tirages et remise des prix : mardi 3 avril.

### SPÉCIAL SEMAINE DE RELÂCHE (5 au 9 mars)

■ **LE BISTRO DE MADAME SUZANNE (6 à 9 ans)**

Pour un court instant, le bistro t'ouvre ses portes. Nous t'avons préparé tout un menu... en livres. Une envie de grignoter? Tu trouveras des entrées. Une faim d'ogre? Tu pourras prendre un repas complet. Viens te nourrir de mots et d'images!

Mardi 6 mars • 14 h • Gratuit

Date limite d'inscription : 25 février.

■ **ART CLOWNESQUE (9 à 11 ans)**

Viens explorer le jeu clownesque! Numéros clownesques et jeux théâtraux – Découverte du mime et de sa tradition – Apprentissage des bases du pantomime – Exploration du corps et de l'espace du jeu.

Jeudi 8 mars, 14 h • Gratuit

Date limite d'inscription : 25 février.

■ **ATELIER DE DOUBLAGE (12 à 17 ans)**

À partir d'un extrait d'un court métrage d'animation, les jeunes interprètent un personnage en synchronisant leur voix aux mouvements de la bouche du personnage et au texte défilant sous l'image à l'écran. Retourne à la maison avec ton propre enregistrement sur une bande-annonce de ton choix.

Mercredi 7 mars • 13 h 30 à 16 h 30 • Gratuit

Date limite d'inscription : 25 février.

### ACTIVITÉS POUR LES ADOS

Pour les 12 à 17 ans

■ **MOTS D'ADOS : SPÉCIAL BD-CARICATURES – DESSINS HUMORISTIQUES**

Développe ton coup de crayon et ta créativité avec Marc Beudet, bédéiste et caricaturiste professionnel. Tu y découvriras des trucs du métier.

Inscription à la **session** : Date limite : 19 février

7 rencontres gratuites : 25 janvier, 15 février, 1<sup>er</sup> et 15 mars, 5 et 19 avril et 3 mai

Les jeudis 19 h à 21 h • Bibliothèque de Varennes

■ **ATELIER DE CRÉATION DE JEUX VIDÉO**

Viens t'initier aux bases de la conception de jeux vidéo.

Jeudi 22 février, 19 h • Gratuit

Date limite d'inscription : 12 février.

### LES P'TITS DIMANCHES! SIGNET CULTUREL À LA MAISON SAINT-LOUIS

■ **Pour les 4 à 8 ans**

**Fredoline au violoncelle • Création clownesque**

À l'école de la musique, Fredoline, petite fille enthousiaste et curieuse, découvre son violoncelle. Elle relèvera un défi de taille : apprivoiser cet étrange objet et finalement devenir ami pour la vie!

Dimanche 25 mars à 9 h 30 et 11 h

Inscriptions : Du vendredi 23 février au jeudi 1<sup>er</sup> mars

Coupon à compléter à la Bibliothèque de Varennes.

Noms des gagnants à la Une du site Internet

**www.ville.varennes.qc.ca**

Dès 12 h, le vendredi suivant la période d'inscription.

