



PROGRAMMATION ET ACTIVITÉS HIVER 2024



MUNICIPALITÉ DE LA CONCEPTION



ACTIVITÉS

DATES/LIEU

HEURES

INFOS ET INSCRIPTION

**SOUPER DES
COEURS
JOYEUX**

3e mercredi de
chaque mois
Hôtel de Ville

17h à 21h

819-681-3016
poste 5408
loisirs@municipalite.
laconception.qc.ca

**DANSE
EN LIGNE**

Jeudi
Hôtel de Ville

18h30
à 20h30

819-681-3016
poste 5408
loisirs@municipalite.
laconception.qc.ca

**SOIRÉE
TRICOT**

Lundi
Hôtel de Ville

19h à
21h30

Guylaine Bariteau
819-429-1947

GRATUIT

**SOIRÉE DE
JEUX**

le 2e jeudi de
chaque mois
Hôtel de Ville

19h à 23h

819-681-3016
poste 5408
loisirs@municipalite.laconception.qc.ca
GRATUIT

**YOGA
POUR PALLIACCO**

Lundi
22 janvier
Hôtel de Ville

17h à 18h

Roxanne Lajoie et Annie Nepveu
819-790-9537
info@connexionyoga.ca

**PAR DONATION - MONTANT AU
CHOIX**

**RANDOS AVEC
ROXANNE ET
RENAUD
50 ANS ET PLUS**

Lundi
29 janvier
Montagne d'Argent

13h à 16h

Roxanne Lajoie
819-790-9537
rlajoie@municipalite.laconception.qc.ca
**GRATUIT pour les résidents
10\$ pour les non-résidents**



PROGRAMMATION ET ACTIVITÉS HIVER 2024



MUNICIPALITÉ DE LA CONCEPTION

Descriptif des activités - renseignements supplémentaires

YOGA POUR PALLIACCO

Connexion Yoga vous propose une pratique de yoga mensuelle par donation. Tout l'argent amassé ira vers la Randonnée sous les étoiles de Palliacco du 2 mars à Mont-Tremblant.

Le lundi 22 janvier à 17h, à la salle communautaire de La Conception, Annie Nepveu vous propose une pratique axée sur le mouvement lié à la respiration, des étirements en douceur et accessibles à tous ainsi qu'un moment de partage et d'intention. SVP apportez votre tapis et une couverture.

Vous pouvez offrir le montant de votre choix pour votre participation au cours. Inscrivez-vous en ligne gratuitement, payez le soir même en argent comptant. Le cours aura lieu au 1371 rue du Centenaire à La Conception à la salle au sous-sol.

Pour vous inscrire: <https://connexionyoga.ca/boutique/p/yoga-communautaire-22-janvier>

RANDOS AVEC ROXANNE ET RENAUD - 50 ANS ET PLUS

Sortie de randonnée hebdomadaire accessible à tous sur le territoire de la municipalité. La première rando aura lieu à la Montagne d'Argent le lundi 29 janvier de 13h à 16h. Marche de groupe jusqu'au lac d'Argent. À notre retour, collation santé, tisane et la rencontre du conteur Yvon Boutin au refuge Alpin de 15h-16h.

Coûts et inscriptions:

Gratuit pour les citoyens (prêt de crampons ou raquettes)

10\$ pour les non-résidents

Inscription requise avant le 26 janvier

Équipement nécessaire: Bien habillé, bien chaussé, crampons/raquettes/bâtons, bouteille d'eau et tasse incassable pour la tisane.

Prochaines sorties: 5 et 12 février de 13h à 16h - infos à venir



PROGRAMMATION ET ACTIVITÉS HIVER 2024



MUNICIPALITÉ DE LA CONCEPTION

Autres activités

RANDONNÉE SOUS LES ÉTOILES - Samedi 2 mars

Encore une fois cette année, nous invitons les citoyens à se joindre à nous lors de la Randonnée sous les étoiles du 2 mars prochain au Domaine Saint-Bernard organisée par Palliaccio. Venez marcher à nos côtés pour une bonne cause!

Pour faire un don: <https://evenement.palliaccio.org/fr/don-in-memoriem/detail/randonnee-sous-les-etoiles-2024-mont-tremblant/3771/participant/15/#don-details>

Pour plus de détails: <https://evenement.palliaccio.org/fr/randonnee-sous-les-etoiles/detail/randonnee-sous-les-etoiles-2024-mont-tremblant/3771#teams>

PRÊTS DE RAQUETTES ET CRAMPONS À LA MONTAGNE D'ARGENT

Cette hiver à la Montagne d'Argent, il vous sera possible de vous procurer des raquettes gratuitement ainsi que des crampons au coût de 5\$ (avec preuve de résidence). Vous n'avez qu'à vous présenter directement à l'accueil de la montagne les fins de semaine et sur réservation la semaine.

Pour plus de détails ou pour une réservation, communiquez directement avec la Montagne d'Argent par téléphone au 819-430-8168 ou par courriel au info@montagnedargent.com

BIBLIOTHÈQUE

Heures d'ouverture:

Mercredi et vendredi: 13h à 15h30 et 17h30 à 19h30

Samedi: 10h à 12h

Un ordinateur est également disponible gratuitement pour les citoyens. Pour en faire l'utilisation, il est préférable de réserver au préalable en communiquant directement avec la bibliothèque (819-681-3016 poste 5409). Vous pouvez également imprimer des documents à vos frais.

Événements à venir

RANDOS AVEC ROXANNE ET RENAUD - 5 ET 12 FÉVRIER DE 13H À 16H (Infos à venir)

YOGA POUR PALLIACCO - 19 FÉVRIER À 17H (Infos à venir pour inscription)

ACTIVITÉ DE LA RELÂCHE

ACTIVITÉ FAMILIALE SOUS LA THÉMATIQUE CABANE À SUCRE - MARS

Restez à l'affût pour connaître les détails!

Pour ne rien manquer, suivez nous sur notre page Facebook:

<https://www.facebook.com/municipalitedelaconception/>