

LA VAGUE

Loisirs, événements et avis publics



L'heure du conte avec Julie

Le dimanche 15 mars à 10 h 30, à l'hôtel de ville

L'heure du conte est de retour à l'hôtel de ville pour deux belles matinées en famille. Julie vous transportera dans l'univers de deux histoires, suivies d'une petite activité (bricolage, motricité ou autre surprise).

Comptez environ 1 heure pour l'ensemble.

Tous sont les bienvenus en pyjama, avec doudous et toutous pour une ambiance douce et réconfortante.

LA LECTURE
DU MOIS DE
MARS, SUR
LE THÈME DES
ÉMOTIONS



Prochaine date : le dimanche 19 avril, 10 h 30



Conférences et croissants

Le mardi 31 mars à 9 h 30, à l'hôtel de ville

L'art de s'adapter : le stress et la résilience au fil du temps

Vieillir, c'est vivre des transitions, relever des défis et découvrir de nouvelles forces. Cette conférence vous aidera à mieux comprendre le stress : ce qu'il est, comment il agit sur nous, et comment notre façon d'y répondre évolue au fil des années. On y verra que le stress n'est pas toujours négatif : lorsqu'on le reconnaît et qu'on l'apprivoise, il peut devenir un véritable levier d'adaptation et de croissance.

S'appuyant sur des connaissances actualisées, la conférencière présentera l'impact du vieillissement sur la réponse au stress, les stratégies d'adaptation pour préserver l'équilibre au quotidien, ainsi que les atouts que l'expérience et le temps peuvent apporter à notre capacité à rebondir.

Pour nous aider à prévoir le nombre de places et le goûter, nous vous invitons à confirmer votre présence au 450 692-6861, poste 290 ou à mada@lery.ca.

Invitez vos amis — tous sont les bienvenus !



Inscriptions aux activités sportives estivales – Dès le 16 mars sur Qidigo



Soccer

Le soccer est offert pour plusieurs groupes d'âge, incluant le populaire volet 2 à 4 ans (parents/enfants). Les activités se tiennent au parc multifonctionnel (rue de la Gare) de la semaine du 2 juin, jusqu'à la semaine du 24 août.

Les parties ont lieu les lundis et mercredis; l'horaire précis sera confirmé selon le nombre d'inscriptions.

Coût

- Résidents : 95 \$
- Non-résidents : 130 \$

Groupes d'âge

Les groupes sont déterminés selon la **date de naissance** de votre enfant :

• 2 – 4 ans

Enfants nés entre le 30 septembre 2021 et le 30 mai 2024.

Notez que ce ne sont pas des parties mais bien des ateliers d'initiation pour les jeunes accompagnés de leurs parents.

• 5 – 6 ans

Enfants nés entre le 30 septembre 2019 et le 30 septembre 2021.

• 7 – 8 ans

Enfants nés entre le 30 septembre 2017 et le 30 septembre 2019.

• 9 – 12 ans

Enfants nés entre le 30 septembre 2013 et le 30 septembre 2017.

Baseball

Les inscriptions pour la saison de baseball sont maintenant ouvertes pour les jeunes de 5 à 8 ans ! Les activités auront lieu chaque mercredi au parc multifonctionnel, dans une formule d'atelier de type École de baseball, idéale pour apprendre les bases du sport tout en s'amusant.

Coût

- Résidents : 75 \$
- Non-résidents : 100 \$

Les enfants auront l'occasion de développer leurs habiletés, de bouger en plein air et de découvrir le plaisir du baseball dans un environnement positif et dynamique.



De belles activités sportives pour lancer l'été à Léry!
Les familles sont invitées à s'inscrire rapidement
afin de réserver leur place.

Location de terrains au gymnase de l'école de l'Archipel – Réservations avril à juin

Les plages horaires du gymnase de l'Archipel pour la période d'avril à juin seront disponibles dès le 16 mars en ligne via Qidigo, accessible depuis le site Internet de la Ville : www.lery.ca. Vous pourrez y réserver un terrain pour la pratique de différents sports, selon vos préférences.

Lieu : Gymnase de l'école de l'Archipel

Coût : 20 \$ par terrain, pour une durée d'une heure

Soirs : Lundi – Sports de ballon (2 terrains disponibles)

Mercredi et jeudi – Sports de raquette (3 terrains disponibles chaque soir)

Informations importantes :

- Réservation obligatoire via notre plateforme en ligne, avant 16 h le jour même.
- Filets fournis pour les sports de raquette ainsi que pour le volleyball et le basketball.
- Petits buts de soccer disponibles (autres équipements non fournis).
- Séances libres : aucun professeur ou entraîneur sur place.
- Présence d'un employé de la Ville pour assurer la surveillance.
- Formez vos équipes à l'avance : une seule réservation par terrain. Le paiement doit être effectué en un seul versement pour les deux équipes.





**Une belle occasion de bouger, de respirer
et de prendre soin de soi ce printemps.**

Session de yoga – Printemps 2026

La session de yoga du printemps arrive bientôt!
Les cours seront offerts par Linda Gagnon.

Lieu : Hôtel de ville
Coût : 75 \$ pour les 10 semaines
Heures : 19h30 à 20h30

**ACCESSIBLE
À TOUS**

YOGA POUR TOUS

Quand : Tous les mardis, du 7 avril au 9 juin (10 semaines)

YOGA DOUX

Quand : Tous les jeudis, du 9 avril au 11 juin (10 semaines)

Consultez notre site Internet pour plus de détails.
Les inscriptions se feront dès le 16 mars en ligne via Qidigo, accessible
depuis le site Internet de la Ville : **www.lery.ca**.

Programme VieActive – Nouvelle session dès le 7 avril

Une nouvelle session du programme VieActive débutera le 7 avril prochain. Les séances, entièrement gratuites, auront lieu à l'hôtel de ville les mardis et jeudis, de 10 h à 11 h.

Le programme VieActive propose des activités physiques douces, accessibles et adaptées aux personnes âgées. Les séances visent à améliorer la mobilité, l'équilibre, la force et l'énergie au quotidien, tout en favorisant le plaisir de bouger en groupe. C'est une belle occasion de rester actif(ve), de socialiser et de prendre soin de sa santé dans un environnement accueillant.

Pour vous inscrire, envoyez un courriel à **mada@lery.ca**.



**À VOS CALENDRIERS!
ÉVÉNEMENTS PRINTANIER**

Tous nos événements sont GRATUITS, profitez-en!



Chasse aux cocos

Samedi 4 avril, dès 10 h – Parc Georges-Rufiange

La traditionnelle chasse aux cocos est de retour au parc Georges-Rufiange!

Dès 10 h, les enfants sont invités à partir à l'aventure et à repérer les cocos des 6 couleurs différentes. Une fois la mission réussie, chaque enfant repartira avec une surprise chocolatée et printanière.

Sur place, ne manquez pas notre concours spécial : participez pour courir la chance de gagner un gros lapin en chocolat!

C'est l'occasion parfaite pour retrouver les voisins, profiter du parc et passer un avant-midi au grand air entre amis. On vous attend en grand nombre pour célébrer le printemps!

Journée de la famille

**Samedi 23 mai
De 10 h à 15 h
Parc Georges-Rufiange**



Pêche en herbe

**Samedi 6 juin
De 7 h à 13 h 30
Quai de Bellevue**





Restons en contact!

Soyez toujours au courant des activités et des nouvelles de votre Ville.

Suivez-nous sur ces plateformes :

 www.lery.ca

 www.facebook.com/VilledeLery



Dates importantes à retenir Taxes municipales

Voici les prochaines dates de versement des taxes.
Pour tous les détails concernant les modalités de paiement, consultez le site Internet de la Ville : www.lery.ca.

31
mars

1
mai

3
août



Appel aux artistes – Salon des arts de Léry

Bonne nouvelle! Le Salon des arts de Léry sera de retour les 14 et 15 novembre à l'école de l'Archipel. Cet événement rassemble chaque année des artistes de la région qui souhaitent présenter leurs œuvres, rencontrer le public et partager leur passion. Peinture, photographie, sculpture, artisanat, illustration : toutes les formes d'art y trouvent leur place dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Artistes, vous souhaitez participer à l'édition 2026?

Écrivez à cblejour@lery.ca pour obtenir tous les détails et le lien d'inscription.



Collectes : horaire printanier



La fréquence des collectes de bacs bruns redevient hebdomadaire à partir du 6 avril



Première collecte de branches : semaine du 13 avril



Première collecte de feuilles : 20 avril

