



VILLE DE LAC-BROME  
TOWN OF BROME LAKE

VLB

INFO

TBL

BULLETIN MUNICIPAL D'INFORMATION ■ MUNICIPAL NEWS BULLETIN

**AUTOMNE 2024 - LOISIRS**

**Vol. 10 - N° 1A**

**lacbrome.ca & f/vlbtbl**

# CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS



20 septembre, 18 octobre et 22 novembre ► 9 h à 10 h

## Banque alimentaire Lac-Brome

Pour les clients inscrits.

- 📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria
- ☎ Pour urgence, contactez:  
Gary Crandall, 450 242-2020, poste 319
- 🆓 Gratuit



## Amis des sentiers Lac-Brome

Jeudis ► 10 h à midi

### Amis des Sentiers Lac-Brome

Randonnées tous les jeudis matin de l'année.

- 📍 Voir le site web
- ☎ 450 242-1003, poste 319
- 🆓 Gratuit



À l'année longue ► En tout temps

### Théâtre Lac-Brome

Abonnez-vous à l'infolettre! C'est le moyen idéal pour découvrir les spectacles à venir et en savoir plus sur les artistes à l'affiche, nos expositions ou tout ce qui se prépare en coulisses!

- 📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho
- ☎ 450 242-2270
- 🌐 [theatrelacbrome.ca/fr/infolettre](http://theatrelacbrome.ca/fr/infolettre)
- 🌐 [theatrelacbrome.ca](http://theatrelacbrome.ca)
- 🆓 Gratuit



Tout l'automne ► Horaires variables (voir tableau p. 17)

### Club de la Bonne Humeur de Lac-Brome

Ces activités sont réservées aux membres du Club de la Bonne Humeur. Contactez le club pour vous inscrire. 50 ans et plus. Pour une liste complète des activités offertes

cet automne, veuillez consulter le tableau à la page 17 ou le site web.

- ☎ 450 243-5620
- ✉ [info@clubdelabonnehumeur.ca](mailto:info@clubdelabonnehumeur.ca)
- 🌐 [clubdelabonnehumeur.ca](http://clubdelabonnehumeur.ca)



3 et 4 octobre, 5 et 6 décembre ► 9 h à midi

### Cuisine collective

Groupe de 6 personnes qui cuisinent des repas variés. Nous explorons différents types de cuisine.

- 📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria
- ☎ Marta Gubert Gomes - Travailleur de proximité pour les aînés: 450 204-9423
- ✉ [mgaclb@gmail.com](mailto:mgaclb@gmail.com)
- 🌐 [facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS](https://facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS) 5 \$



Les lundis, toutes les 2 semaines ► 13 h à 15 h

### Café-rencontre animé par la Société Alzheimer Brome-Missisquoi et Haute-Yamaska (service bilingue)

Café-rencontres pour les proches aidants d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif animé par la Société Alzheimer Brome-Missisquoi et Haute Yamaska en collaboration avec l'ACLB. Venez échanger avec d'autres proches aidants et obtenez du

soutien dans un environnement chaleureux, familial et sécuritaire. Voir page 16.

- ☎ Marta Gubert Gomes - Travailleur de proximité pour les aînés: 450 204-9423
- ✉ [mgaclb@gmail.com](mailto:mgaclb@gmail.com)
- 🌐 [facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS](https://facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS)
- 🌐 Société Alzheimer Brome-Missisquoi et Haute-Yamaska: 450 777-3363 - [info@alzheimergranby.ca](mailto:info@alzheimergranby.ca)
- 🌐 [facebook.com/alzheimergranby](https://facebook.com/alzheimergranby)
- 🆓 Gratuit



Calendrier des événements

Tout l'automne ► En tout temps

### Calendrier des événements

Rappel: retrouvez l'ensemble de la programmation des événements de l'automne sur le site de la Ville de Lac-Brome.

- 🌐 [lacbrome.ca/calendrier-des-evenements](http://lacbrome.ca/calendrier-des-evenements)



### Joujouthèque et Dépannage bébé

Tous les jeudis après-midi, les parents pourront venir emprunter des jouets à la joujouthèque après avoir complété leur inscription. L'emprunt est d'une durée de 3 semaines renouvelable 2 fois.

Concernant le dépannage bébé, les parents pourront emprunter du matériel gratuitement pour 20 semaines (renouvelable). Un dépôt de 20 \$ est demandé. Il est remis au retour de l'objet emprunté si celui-ci est en bon état. Afin de continuer ce projet, nous sommes à la recherche de matériel et de jouets à prêter. Le matériel pour enfant recherché est le suivant: poussettes, transats, parcs,

chaises hautes. Les jouets et les jeux recherchés sont des jeux pour enfants complets et en bon état.

Veuillez noter que nous n'accepterons que le matériel en bon état, nous vous remercions de ne pas déposer d'articles trop vieux ou trop abîmés.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ 450 242-2020  
 ✉ infoleisirs@lacbrome.ca

### Ateliers parents-enfants

Parent-child workshops



### Les lundis et mercredis ► 9 h 30 à 11 h 30

#### Atelier Parents Enfants

Activités, conférences, sorties, etc.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ 450 242-2020  
 ✉ infoleisirs@lacbrome.ca  
 🆓 Gratuit

### Les mercredis ► 15 h 30 à 16 h 30

#### Club 9-12

Le Club 9-12 est de retour  
 Collations offertes - places limitées.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ 450 242-2020  
 ✉ infoleisirs@lacbrome.ca  
 🆓 Gratuit

### Les mardis et jeudis ► 9 h à midi

#### Halte-garderie

De 9 h à midi, les enfants âgés de 18 mois à 5 ans peuvent venir s'amuser à la halte-garderie. Sur inscriptions seulement. Des frais de 5 \$/inscription sont demandés.

Argent comptant seulement pour l'inscription en personne. Pensez à apporter des vêtements appropriés à la température, des vêtements de rechange ainsi que des couches si nécessaire. La collation est offerte. Si votre enfant ne

sera pas présent alors qu'il est inscrit, s'il vous plaît, informez-en la personne responsable afin que d'autres enfants puissent profiter de sa place.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ 450 242-2020  
 ✉ infoleisirs@lacbrome.ca

### Mercredis, du 16 octobre au 18 décembre ► 10 h à 11 h

#### Zumba pour aînés

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ Marta Gubert Gomes - Travailleur de proximité pour les aînés: 450 204-9423  
 ✉ mpgaclb@gmail.com  
 facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS  
 🆓 20 \$



### Lundis, du 21 octobre au 16 décembre ► 10 h à 11 h

#### Danse en ligne pour aînés

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ Marta Gubert Gomes - Travailleur de proximité pour les aînés: 450 204-9423  
 ✉ mpgaclb@gmail.com  
 facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS  
 🆓 20 \$





**Tous les samedis matin, jusqu'au 5 octobre ► 8 h 30 à 12 h 30**

**Marché public**

📍 48, rue Maple  
📞 lacbrome.ca/marche-public-de-lac-brome



**Tous les vendredis ► 17 h 30 à 20 h**

**District 12-17**

Attention aux jeunes de 12 à 17 ans! Action Communautaire Lac Brome est de retour avec son programme du District 12-17! L'inscription n'est pas nécessaire et la participation est gratuite. Des collations seront offertes à tous les participants,

mais n'hésitez pas à apporter les vôtres. Passez nous voir et restez pour vous amuser! Suivez la programmation d'activités sur notre page Facebook!

📞 Caroline Hadloc, coordinatrice d'activité  
lacbromedistrict1217@gmail.com  
Facebook: District 12-17. Voir l'équipe p. 16



**Tous les jours ► 10 h à 17 h**

**Musée Lac-Brome  
- - - A - Z - - - Le tracé des origines familiales du comté de Brome**

Chaque nom a une histoire. Découvrez l'histoire du comté de Brome à travers les

odonymes (noms des rues). Suivez la route menant à l'histoire locale!

📍 130, chemin Lakeside, Knowlton  
📞 450 243-6782 #1  
info@shcb.ca - museelacbrome.ca



**Les vendredis ► Arrivée à 12 h 45 - Début de 13 h à 16 h**

**Club de bridge duplicata de Lac Brome**

Un endroit de rencontre et de stimulation de votre intellect. Un jeu qui développe votre mémoire et votre attention dans un cadre amical. Nous offrons aussi des

cours d'initiation au bridge.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
📞 Colette Martial: 450 955-1410  
colettemartial@videotron.ca  
📅 5 \$/personne



**Les mardis, du 24 septembre au 3 décembre ► 13 h à 16 h**

**L'art entre nous**

Du 24 septembre au 3 décembre: début de la session de 11 rencontres artistiques de groupe « Art Entre Nous ».

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
📞 szablabranche@gmail.com  
450 292-5880  
📅 Gratuit



**Tous les jours ► 10 h à 19 h - Horaire d'hiver à partir du 15 octobre: 10 h à 17 h**

**Frigo communautaire**

Le frigo communautaire sera accessible dans l'entrée du Centre Lac-Brome. Les aliments acceptés sont les fruits, légumes, pains et viennoiseries. Vous pourrez y prendre ce dont vous avez besoin pour votre consommation personnelle. Une

page Facebook a été créée pour ce groupe. Pour y accéder, scanner le code QR. Communiquez avec Claire Citeau.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
📞 Claire Citeau: 450 242-2020, poste 306  
ou claire.citeau@lacbrome.ca



**Mardis, du 24 septembre au 26 novembre ► 9h à 11h (arriver au plus tard à 10h30 pour avoir un traitement minimum de 25 minutes pour ressentir des effets positifs)**

**Séances d'acupuncture communautaire**

Ce type d'acupuncture se pratique uniquement dans les oreilles, vous recevrez 5 aiguilles dans vos oreilles pour vous aider à vous détendre, à réduire stress et anxiété. Vous pouvez apporter de la lecture ou tout autre passe-temps pour votre séance ou simplement profiter. Les effets des

traitements sont cumulatifs: plus vous faites de traitements, plus vous en ressentez les bienfaits. Avec Johanne McIntyre.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
📞 Claire Citeau: 450 242-2020, poste 306  
ou claire.citeau@lacbrome.ca  
📅 5 \$/séance - Inscription sur le site internet de la ville (possibilité de se présenter sur place sans réservation au risque que le groupe soit plein).



### Séances de méditation

Les mercredis, du 9 octobre au 20 novembre ▶ 9 h 30 à 10 h 30

#### Séances de méditation

Et si la méditation en pleine conscience était au service de votre santé globale? Et si la méditation vous permettait de transformer votre relation au stress et à la douleur? Grâce aux séances de méditation, vous apprendrez à prendre soin de votre équilibre cœur-corps-esprit et vous accéderez à un niveau de bien-être global amélioré!

Séances guidées par Julie Senécal, professeure de méditation certifiée & intervenante en gestion du stress et de la douleur.

Chaque séance est complémentaire aux autres et il est vivement conseillé de participer à toutes les séances afin d'en retirer le plus grand bien-être possible. Maximum 20 personnes, réservation sur Amilia ou possibilité de se présenter sur place s'il reste de la place. Apportez votre coussin et/ou couverture pour pouvoir méditer confortablement.

- 📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria
- 📞 Claire Citeau: 450 242-2020, poste 306  
ou [claire.citeau@lacbrome.ca](mailto:claire.citeau@lacbrome.ca)
- 💰 5 \$/séance - argent comptant (montant exact) ou par carte.



Chaque premier samedi du mois ▶ 8 h à 16 h

#### Dégustation gratuite!

Rejoignez-nous le premier samedi de chaque mois pour une dégustation gratuite!

- 📍 Brûlerie Virgin Hill Coffee - 770, chemin Lakeside
- 📞 [atelier@virginhillcoffee.com](mailto:atelier@virginhillcoffee.com)  
[virginhillcoffee.com](http://virginhillcoffee.com) - 450 539-5222
- 🆓 Gratuit



30 août au 2 septembre ▶ 30-31 août, 1 septembre : 10 h 30 à 23 h  
2 septembre : 10 h 30 à 18 h

#### Exposition de Brome

Foire et exposition agricole qui a lieu chaque automne dans le petit village de Brome.

- 📍 345, Stagecoach, Brome
- 📞 450 242-3976  
[bromefair.com](http://bromefair.com)



7 septembre ▶ 13 h 30

#### Jordan Officer

Le talentueux guitariste montréalais, Jordan Officer, est de retour sur scène avec son nouveau spectacle « Like Never Before ». Le spectacle en formule trio, vous fera passer du jazz au blues en passant par une touche de country et soul grâce à ses nouvelles chansons. Vous découvrirez le musicien et chanteur sous un nouveau jour dans un univers où des

moments plus introspectifs seront portés par son dynamisme habituel.

- 📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho
- 📞 450 242-2270  
[info@tlbrome.com](mailto:info@tlbrome.com)  
[theatrelacbrome.ca](http://theatrelacbrome.ca)



13 septembre ▶ 20 h

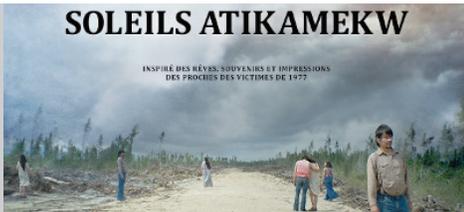
#### Serhiy Salov & Thomas Chartré

Plongez dans un univers envoûtant où le piano de Serhiy Salov et le violoncelle de Thomas Chartré se marient dans une harmonie exquise. Découvrez des oeuvres emblématiques de compositeurs renommés, interprétées avec virtuosité et sensibilité. L'alliance de ces deux instruments vous offrira un voyage musical inoubliable, où chaque note résonne avec intensité.

- 📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho
- 📞 450 242-2270  
[info@tlbrome.com](mailto:info@tlbrome.com)  
[theatrelacbrome.ca](http://theatrelacbrome.ca)

## SOLEILS ATIKAMEKW

INSPIRÉ DES RÉVÉS, SOUVENIRS ET IMPRESSIONS  
DES PROCÈS DES VICTIMES DE 1977



18 septembre ► 19 h

### Ciné-club:

#### Soleils Atikamekw de Chloé Leriche

Manawan, 1977. Un véhicule tombe dans une rivière près d'une communauté autochtone. Deux Québécois blancs s'en tirent, mais cinq Atikamekw perdent la vie. Si la police conclut à un accident, pour les familles des victimes, des questions demeurent sans réponse. « Oeuvre indispensable, le film évolue autant sur

le terrain de la prise de position politique que sur celui du drame social intimiste. » (Charles-Henri Ramond, Ciné-Bulles). Le film sera suivi d'une discussion avec la militante Algonquine Jennifer Brazeau.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
✉ info@tlbrome.com  
🌐 theatrelacbrome.ca

## Les friands

Festival gourmand de Lac-Brome  
Brome Lake Gourmet Festival



21-22 septembre

### Les Friands

Le festival gourmand les Friands sera de retour au parc Coldbrook pour une deuxième édition qui s'annonce savoureuse!

Au menu :

Dégustations - Animation - Marché des artisans - Musique - Vente-trottoir  
Visitez le site web de l'événement pour

vous procurer vos coupons de dégustation en prévente et pour participer au concours afin de gagner une place à un atelier de mixologie exclusif offert par La Botanique Cocktail pendant l'événement!

📍 Parc Coldbrook  
🌐 tourismelacbrome.com/lesfriands



21 septembre ► 20 h

### Florence K, Brésil, Mon amour

« Je suis tombée amoureuse de la musique d'Antônio Carlos Jobim à l'adolescence. Comme beaucoup, je connaissais déjà la célèbre mélodie de « La fille d'Ipanema » mais je n'étais pas familière avec le reste de son oeuvre. Puis, j'ai décroché un boulot de pianiste au Stash Café, un restaurant polonais du Vieux-Montréal et pour garnir mon répertoire, ma mère m'a offert un cahier des partitions du répertoire complet de Jobim. C'est donc durant les soirs de fins

de semaines, entre deux assiettes de pierogis sur la rue St-Paul, assise au vieux piano du restaurant, que j'ai eu le bonheur de découvrir la richesse et la beauté des chansons du plus grand compositeur brésilien que le XX<sup>e</sup> siècle nous ait donné. » - Florence K

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
✉ info@tlbrome.com  
🌐 theatrelacbrome.ca



23 septembre ► 13 h 30

### Conférence Avente (en anglais)

Invitée spéciale et coach de vie certifiée, Kate Bligh, connue pour son groupe de soutien « women ageing wisely », animera un atelier sur le vieillissement. Conférence en anglais.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
👤 Brielle Laramée, Intervenante  
Avante Women's Centre  
✉ brie@awcentre.com  
awcentre.com  
🆓 Gratuit



## Les journées de la culture

27 septembre au 29 septembre

### Journées de la culture

Ateliers gratuits pour tous les âges, du vendredi 27 septembre au dimanche 29 septembre avec les artistes et artisans de Lac-Brome.

Programmation complète en ligne:  
lacbrome.ca/journees-de-la-culture.

☎ 450 242-2020  
✉ info Loisirs@lacbrome.ca  
lacbrome.ca/journees-de-la-culture

SEPTEMBRE

**27 septembre ▶ 20 h****Vintage Wine and Special Guests**

Au milieu des années 1960, les premiers disques à succès des Beatles et leurs apparitions sensationnelles à la télévision ont créé la Beatlemania, et dans leur sillage, une multitude d'artistes britanniques ont envahi les radios, les télévisions et les salles de concert nord-américaines. Depuis Montréal, le groupe Vintage Wine, accompagné de quatre chanteuses, revient au Théâtre Lac Brome

pour interpréter I Want to Hold Your Hand: Le 60<sup>e</sup> anniversaire de l'invasion britannique. Vous entendrez des chansons des Beatles, des Rolling Stones, de Herman's Hermits, de Dusty Springfield, des Hollies, des Searchers, de Petula Clark, des Animals, de Cilla Black, des Yardbirds, des Dave Clark Five, et d'autres encore.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca

**28 septembre ▶ 10 h à 14 h****Barrage routier  
du Club Optimiste de Lac-Brome**

📍 Coin chemins Lakeside et Knowlton à Knowlton

**28 septembre ▶ 20 h****Alfa Rococo**

Alfa Rococo est de retour avec un nouveau spectacle inspiré par les chansons de son album Fais-moi rêver. Accompagné de leurs musiciens, le duo émérite nous plonge dans leur univers festif et dansant tout en côtoyant l'aspect onirique, céleste et profond de leur oeuvre. On y retrouve les pièces du nouvel album mais aussi bien sûr les incontournables chansons de leur répertoire qui se sont hissées au sommet

des palmarès et qui leur ont valu 2 Félix et plusieurs prix et mentions au fil de leur prolifique carrière. Le résultat est sans équivoque : on peut danser et réfléchir à la fois, on peut bouger tout en étant exposés à des réflexions sur la force du moment présent, la résilience, le temps et la collectivité.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca

**29 septembre ▶ 19 h****Ferrari en feu, Le crue**

Créée entre Paris, Québec et Tunis, « Ferrari en feu » est une ode à la liberté individuelle et collective. Avec audace et spontanéité, le duo transforme la contrainte en lieu des possibles. Dans la surface exigüe de deux chaises, les interprètes composent avec l'inconfort, se mettent en tension, cherchent à agrandir l'espace à l'intérieur et

à l'extérieur d'elles. À la manière d'un road trip, elles progressent dans les multiples stations composant l'aire scénique comme autant de paysages et de rencontres qui les traversent.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca

OCTOBRE

**4 octobre ▶ 20 h****Louise Latraverse - L'amour crise**

L'amour crise: le titre du spectacle reprend le cri du coeur de Louise Latraverse à une question de France Beaudoin lors de l'émission En direct de l'univers: « Nommez quelque chose dont la Covid ne viendra pas à bout ? ». Sa réponse, « l'amour crise », avait enflammé le Québec. Vive, intelligente, drôle et spontanée,

Louise Latraverse propose un spectacle inédit, différent, original, sur le ton de la confiance et de l'irrévérence. La mise en scène est de Anick Lemay.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
info@tlbrome.com  
theatrelacbrome.ca



**5 octobre ► 20 h**

**Dawn Tyler Watson**

Dawn Watson, appuyée par les membres du Ben Racine Band continue de représenter le Québec à l'échelle internationale après avoir remporté les plus grands honneurs du défi International Blues Challenge (IBC) en 2017. Elle s'y est distinguée dans la catégorie des groupes parmi plus de 260 artistes de blues venus à Memphis des quatre coins du monde

pour participer à l'événement annuel de six jours organisé par Blues Foundation. Première Canadienne à remporter le prix prestigieux, elle est également la première femme à le gagner en 25 ans.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com  
 theatrelacbrome.ca



**6 octobre ► 11 h**

**Tales of the Turtle**

Écoutez un conte autochtone qui a traversé les siècles. Publié par Hannerorak, « Tales of the Turtle » est un recueil d'histoires qui plaira au plus grand nombre! Onze histoires incroyables, onze histoires à partager et à chérir. Chacune a été écrite par un écrivain autochtone issu des différents peuples autochtones du Québec. Dans cet atelier, Barbara Kanerattoni Diabo, l'une des

co-auteurs du livre, lira son histoire « The Seven Dancers » en anglais et partagera quelques pas d'une danse sociale kanien'keha:ka.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca  
 🆓 Gratuit  
 L'atelier est pour la famille.  
 En anglais.



**11 octobre ► Midi**

**Centre de bénévolat Mieux-être  
 Dîner de l'Action de grâce**

Places limitées.  
 Réservez avant le 4 octobre.  
 Transport disponible.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ Réservation: 450 242-2020, poste 301  
 🍽 Contribution: 5 \$  
 Pour tous les aînés de VLB



**Installation entre le vendredi 18 octobre et le dimanche 27 octobre 2024**

**Le bal des sorcières  
 Décoration du sentier féerique**

Fabriquez votre décoration d'Halloween originale et installez-la dans le sentier féerique. Concours de décoration! Prix à gagner !

📍 Sentier Coldbrook  
 📧 Inscription: info@hors-cadre.ca  
 facebook.com/groups/sentierfeerique  
 🆓 Gratuit



**15 octobre au 31 décembre**

**La campagne de collecte de fonds du  
 Lions Club**

La campagne de collecte de fonds du Lions Club sollicite à nouveau votre soutien pour notre travail communautaire.

Faites un don en ligne via canadahelps.org: recherchez les mots clés « Lions Club Knowlton » ou envoyez vos chèques par la poste à la boîte 3766, Knowlton QC JOE 1V0.

☎ Pour information: 450 242-2280



**18 octobre**

**Les paniers de Noël du Club Lions  
 Formulaire de demande**

Les formulaires de demande pour les paniers de Noël du Club Lions (cartes-cadeaux IGA) seront disponibles au Centre Lac Brome et devront être retournés au plus tard le 18 novembre.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ Pour information: 450 242-2280

**17 au 19 octobre****Festival littéraire de Knowlton - 14<sup>e</sup> édition**

Le coup d'envoi du Festival littéraire de Knowlton, dont la vocation est de célébrer la littérature de langue anglaise, aura lieu le jeudi à 18 h au Brome Lake Books en la présence d'écrivains et poètes de la région. Même s'il s'agit d'une activité gratuite, les inscriptions sont obligatoires. Vendredi soir, le Festival se poursuivra à la réception d'ouverture, au Centre communautaire, puis avec une activité mettant en vedette John Vaillant, auteur sélectionné au prix Pulitzer. Le programme du samedi débutera à midi où des écrivains et poètes se succéderont : Tawhida Tanya Evanson et Sarah Yi-Mei Tsiang, l'écrivaine Mi' kmaq Amanda Peters et l'autrice de romans policiers

Louise Penny interviewera sa consœur Ann Cleeves.

Le Festival se terminera dimanche soir en la présence de Ron J. Diebert, invité aux Conférences de Massey et fondateur et directeur du Citizen Lab à la Munk School of Global Affairs.

📍 Brome Lake Books et Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria

📞 knowltonliteraryfestival.ca  
KLA.knowltonliteraryfestival@gmail.com

Pour plus d'information, contactez Brome Lake Books: 450 242-2242

🎟 Les billets par activité coûteront entre 25 et 55 \$. L'achat de passeport pour la durée du Festival sera aussi possible au coût de 90 \$ (le passeport exclut l'entrevue entre Cleeves et Penny). Les billets pour cette activité seront vendus séparément.

**18 octobre ▶ 20 h****Cédric Landry**

Imaginez la stupéfaction des Madelinots lorsqu'ils réalisent que leurs îles adorées ont disparu du globe terrestre, qu'il n'en reste plus trace sur aucune carte. Une crise existentielle se propage sur l'archipel et de drôles de rumeurs commencent à circuler... C'est l'histoire à la fois poétique et pleine de rebondissements que raconte l'artiste conteur madelinot Cédric Landry dans son spectacle La light du Borgot. Comédien, conteur et improvisateur au charisme exceptionnel, Cédric Landry a

mené de main de maître le spectacle du Cirque Éloize aux Îles-de-la-Madeleine en 2022 et 2023, Entre ciel et mer, pour lequel il a collaboré à l'écriture en plus d'y tenir le rôle principal. La light du Borgot, sa propre création mise en scène par Michel-Maxime Legault, est le nouveau bateau qu'il lance à la mer pour nous faire respirer les effluves de ses îles.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
📞 450 242-2270  
info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca

**19 octobre ▶ 20 h****Harry Manx**

Fort d'une riche discographie, Harry Manx compte à son actif de nombreuses tournées aux quatre coins du monde. Sa réputation sur scène lui ouvre les portes de festivals internationaux prestigieux et des clubs de blues parmi les plus réputés de la planète. Instrumentiste polyvalent maniant aussi

bien sitar, banjo et harmonica que guitare lap steel avec un bonheur communicatif, il transporte son public au coeur de la « Harry Zone ».

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
📞 450 242-2270  
info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca

**23 octobre ▶ 20 h****Dominique Morneau, conférencier  
Toucher le fantôme pour le faire disparaître**

Véritable coup de coeur de tous ceux qui ont assisté à sa conférence « Toucher le fantôme pour le faire disparaître », Dominique Morneau maîtrise l'art d'expliquer simplement les grands concepts d'une bonne communication dans les couples, les familles, les

entreprises. Grâce à une connaissance pointue de la nature humaine, il possède ce talent hors du commun qui permet de déclencher une réflexion, d'inviter à se poser les bonnes questions et de pousser à l'action rapidement et concrètement dans la vie quotidienne.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
📞 450 242-2270  
info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca



**25 octobre ► 20 h**

**Ken Presse: In my mind**

L'auteur-compositeur-interprète et réalisateur Ken Presse présente sur scène les pièces de son premier album « In My Mind » paru en novembre dernier. Après avoir parcouru plus de 18 pays en tournée en tant que musicien, Ken dévoile son projet solo dans un son tissé de diverses influences: folk, country,

indie rock, pop et même R&B. En toute intimité, Ken nous transporte dans un univers qui lui est propre avec ses compositions nostalgiques, sentimentales et introspectives.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com  
 theatrelacbrome.ca



**26 octobre ► 11 h**

**Souper Oktoberfest du Club Optimiste de Lac-Brome**

Information à suivre.



**26 octobre ► 20 h**

**Jorane: Spectacle Hemenetset Duo**

Du grand vaisseau Hemenetset, projet créatif phare de Jorane, se détache une petite navette exploratrice nommée: Hemenetset duo. Accompagnée de Martin Lizotte au piano, Jorane part à la rencontre du public avec toute sa

force et sa fragilité qui se côtoient dans une invitation à réveiller notre liberté intérieure. Hemenetset: un appel à l'ultime expression de soi.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca



**28 octobre ► 13 h 30**

**Conférence Avente (en anglais)**

Invitée spéciale et coach de vie certifiée, Kate Bligh, connue pour son groupe de soutien « women ageing wisely », sera de retour pour animer un atelier sur le deuil et le lâcher-prise. Conférence en anglais.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ Brielle Laramée, Intervenante  
 Avante Women's Centre  
 brie@awcentre.com  
 awcentre.com  
 🆓 Gratuit



**31 octobre ► 17 h à 20 h**

**Distribution de bonbons**

Enfilez votre plus beau déguisement et venez jouer un rôle durant la distribution de bonbons. Concours de déguisement! Prix à gagner!

📍 En face du Parc Coldbrook  
 ☎ Inscription: info@hors-cadre.ca  
 facebook.com/groups/sentierfeerique  
 🆓 Gratuit



**2 novembre ► 20 h**

**Pas Maintenant - Théâtre Bistouri**

Créée dans le cadre de « A Play, A Pie and A Pint » à Glasgow en mai 2022, « Not now (Pas Maintenant) » est écrite avec beaucoup de mordant et de profondeur. Acclamée par la critique, cette comédie s'attarde au passé, à l'identité et au concept de passer à autre chose. David Ireland a également écrit « Ulster American ». « Pas maintenant » offre un moment

d'humanité entre deux générations qui vivent leur deuil différemment. Le poids du passé, autant l'héritage familial que politique, prend parfois beaucoup de place.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com  
 theatrelacbrome.ca



**9 novembre ► 20 h**

### Ingrid St-Pierre seule au piano

« Des chansons délicatement déshabillées, détricotées, qui se déploient dans leurs appareils originels. Vives, chargées d'histoires, et toutes pleines d'immenses. Dans ce spectacle solo, Ingrid St-Pierre est portée par l'envie d'exister sur scène librement, en laissant

toute la place au cinéma des mots, aux silences, aux détails, aux histoires, aux paysages. »

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com  
 theatrelacbrome.ca



**10 novembre ► 9 h à 13 h**

### Déjeuner du jour du Souvenir du Club des Lions de Knowlton

Afin d'honorer les vétérans à l'occasion du jour du Souvenir, le public est le bienvenu à l'Académie Knowlton pour le brunch

annuel des Lions.

📍 Knowlton Academy - 81, rue Victoria, Knowlton  
 ☎ Pour information: 450 242-2280  
 🔄 En échange d'une donation



**Vendredi 15 novembre ► 9 h à 18 h**

**Samedi 16 novembre ► 9 h à 16 h**

**Dimanche 17 novembre ► 9 h à 16 h**

### Atelier de création de lanternes

L'Atelier de décoration des lanternes reviendra en novembre prochain au Centre Lac-Brome. (Des détails suivront sur les réseaux sociaux).

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 Salle Buchanan 1  
 ☎ info@hors-cadre.ca  
 450 242-1908  
 🆓 Gratuit



**15 novembre ► 20 h**

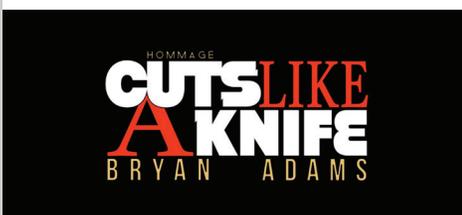
### Guy Nantel

#### Si je vous ai bien compris, vous êtes en train de me dire...

Guy Nantel est enfin de retour avec un nouveau spectacle intitulé « Si je vous ai bien compris, vous êtes en train de me dire... ». Avec un titre aussi porteur, il est évident que Nantel profite de ce 6e one-man-show pour revenir avec humour sur son aventure politique afin de raconter

comment il a vécu l'expérience de l'intérieur. À travers ce spectacle, il tente de convaincre le public de sa grande compétence en tant que politicien... mais plus il présente ses idées, moins on a envie de voter pour lui!

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com  
 theatrelacbrome.ca



**16 novembre ► 20 h**

### Hommage Bryan Adams Cuts Like a Knife

« Cuts Like a Knife », c'est une soirée haute en énergie! Revivez les plus grands succès de Bryan Adams, versions « Live »! Inspirées du spectacle Live in Lisbon paru en 2005. « Cuts Like a Knife », c'est cinq musiciens chevronnés formé de Sylvain Auclair (voix

et base) Sébastien Cloutier (claviers et chœur), Michel Bruno (guitare lead), François Corriveau (Batterie) et Bruno Coulombe (Guitare rythm et chœurs).

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
 ☎ 450 242-2270  
 info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca



**18 novembre**

### Les paniers de Noël du Club Lions Dernière journée pour les demandes

Dernière journée pour les demandes de paniers de Noël à retourner au Centre Lac Brome.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
 ☎ Pour information: 450 242-2280



21 novembre ► 20 h

**Michel Rivard**  
**Chansons nouvelles et autres confidences**

Riche de 50 ans de carrière, Michel Rivard est toujours aussi pertinent, actif et créatif que jamais. Pour cette soirée spéciale, il vous propose un spectacle intime, tout en chansons et en confidences. De son répertoire connu en passant par de toutes nouvelles compositions, il vous

chantera dans l'oreille les mots et les notes qui lui tiennent à coeur. Sur scène: lui, un microphone, un tabouret, François Richard aux claviers, quelques guitares et toute la joie qui le pousse encore à faire ce métier.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
✉ info@tlbrome.com  
🌐 theatrelacbrome.ca



22 novembre ► 20 h

**Vicki Tansey - Syncopation**

Vicki Tansey, danseuse et artiste visuelle, vit et travaille dans les Cantons de l'Est depuis plus de 40 ans. Née à Montréal, elle a étudié la danse dès l'âge de neuf ans, devenant une pionnière dans l'art de l'improvisation et enseignant au département de danse de l'Université Concordia dès sa création. Avec le

temps, son engagement dans les arts visuels s'est approfondi et élargi, les possibilités inhérentes à la création artistique et à la performance permettant une gamme presque illimitée d'oeuvres interdépendantes et superposées.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ 450 242-2270  
✉ info@tlbrome.com - theatrelacbrome.ca



23 novembre ► 10 h à midi

**Installation de créations, lumières et boules de Noël au Sentier féérique**

☎ info@hors-cadre.ca  
450 242-1908



25 novembre ► 13 h 30

**Conférence Avante**

L'invitée spéciale, Laura Hernandez, spécialisée dans le domaine de l'oncologie, nous guidera dans un cours spécialisé de yoga sur chaise. Conférence en anglais.

📍 Centre Lac-Brome - 270, rue Victoria  
☎ Brielle Laramée, Intervenante  
Avante Women's Centre  
✉ brie@awcentre.com  
awcentre.com  
🆓 Gratuit



29 et 30 novembre - 1, 6, 7 et 8 décembre

**Knowlton Players présente « The Alibis »**

Quand le milliardaire excentrique J. Leslie Arlington est tué, un détective désemparé découvre que les suspects sont tous réticents à admettre leurs alibis... parce qu'ils commettaient tous d'autres crimes ridicules à l'époque. Réservez les dates! Les billets seront mis en vente

début novembre sur notre site web. Représentation en anglais uniquement). Voir détails en page 17.

📍 Théâtre Lac-Brome - 9, chemin du Mont-Écho  
☎ Juli Peasley: knowltonplayers@hotmail.com  
450 915-0562  
knowltonplayersboxoffice@gmail.com  
knowltonplayers.ca 📞 À confirmer



**Rappel**

**Numéro d'hiver 2025**

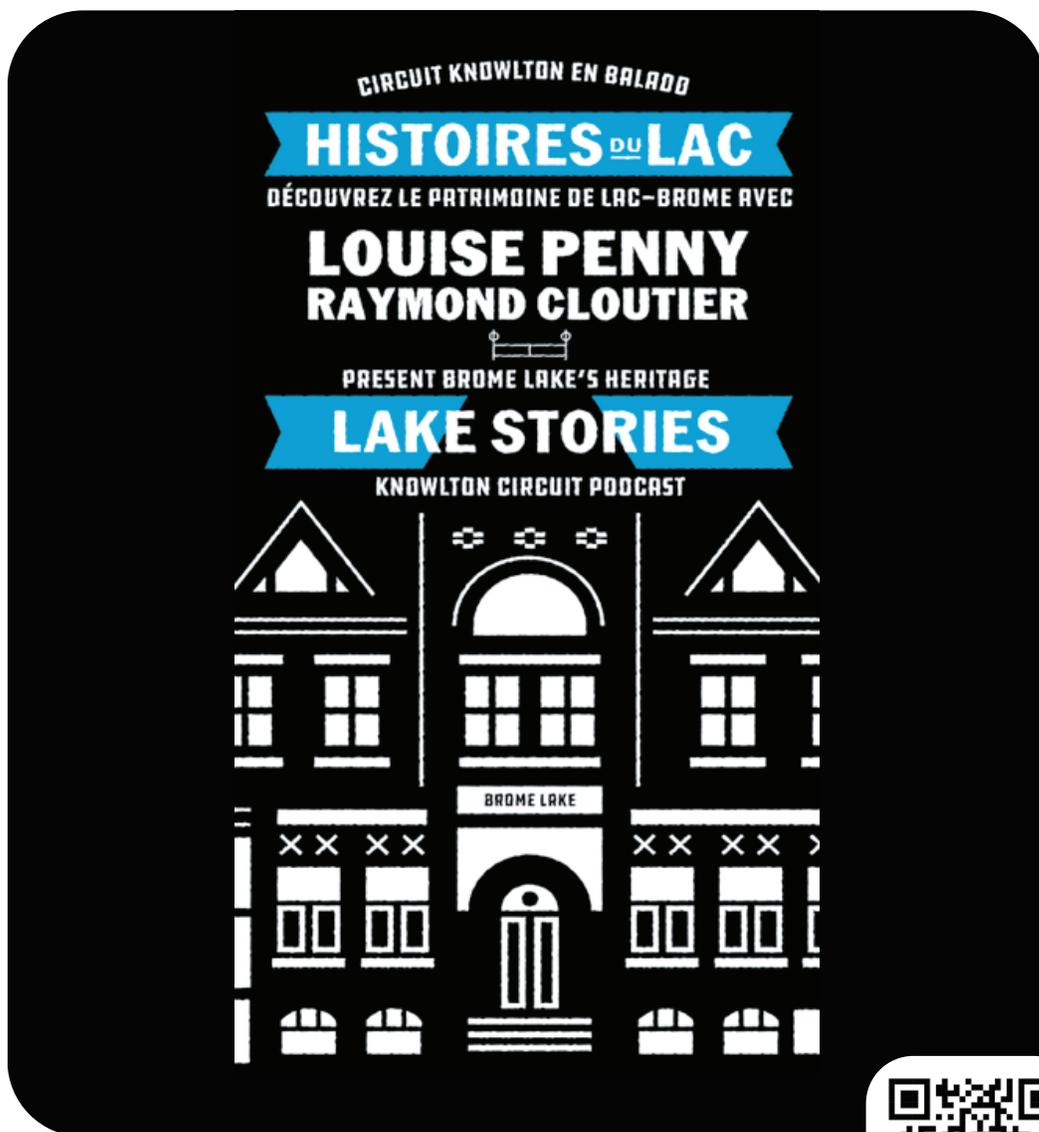
N'oubliez pas de soumettre à temps vos événements prévus pour l'hiver 2025 afin de les faire paraître dans notre prochain « Calendrier des événements ».

☎ Pour information: 450 242-2280  
info@sirs@lacbrome.ca

# LAC- BROME

LE CŒUR À LA *culture*

Avec ce nouveau balado, la Ville de Lac-Brome est fière d'offrir à ses visiteurs une perspective unique sur son riche passé. Pour l'occasion, Louise Penny et Raymond Cloutier ont prêté leur voix pour narrer les histoires de personnages et de lieux qui ont façonné l'histoire de notre ville.



Écouter les épisodes





La Ville de Lac-Brome est fière de participer aux Journées de la culture et vous invite à profiter des activités culturelles et artistiques **GRATUITES** qui seront offertes du **27 au 29 septembre** prochain.



Les journées  
de la culture

*Programmation à venir!*

27 - 29 sept. 2024

LAC-BROME



# LAC- BROME

LE CŒUR À LA *culture*



Pour plus d'informations et pour participer à l'événement gratuit des auteurs et poètes locaux, veuillez contacter Brome Lake Books au 450-242-2242 ou visiter le site web [www.knowltonliteraryfestival.ca](http://www.knowltonliteraryfestival.ca)





Toutes les 2 semaines  
13h à 15h

## Cafés-rencontres animés par la Société Alzheimer Brome-Missisquoi et Haute-Yamaska (service bilingue)

Cafés-rencontres pour les proches aidants d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif animés par la Société Alzheimer Brome-Missisquoi et Haute-Yamaska en collaboration avec l'ACLB.

Venez échanger avec d'autres proches aidants et obtenez du soutien dans un environnement chaleureux, familial et sécuritaire.

Marta Gubert Gomes- Travailleur de proximité pour les aînés:

450-204-9423- [mggacLB@gmail.com](mailto:mggacLB@gmail.com)- [facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS](https://facebook.com/ACLB.AINES.SENIORS)

Société Alzheimer Brome-Missisquoi et Haute-Yamaska

450-777-3363- [info@alzheimerganby.ca](mailto:info@alzheimerganby.ca)- [facebook.com/alzheimerganby](https://facebook.com/alzheimerganby)

Gratuit

## DISTRICT 12-17 Rencontrez l'équipe



**Maylis**  
Travailleuse de  
Proximité Jeunesse

Une mère de deux enfants qui a décidé de retourner aux études pour une réorientation de carrière. Maylis a étudié la zoothérapie, ce qui lui a permis de découvrir sa passion pour la relation d'aide. Elle a ensuite entrepris des études en Éducation Spécialisée et a travaillé dans le domaine de la santé mentale, de la prévention du suicide, de la réinsertion sociale, pour les hommes dans le besoin, et comme animatrice à la Société Alzheimer. Elle souhaite sentir qu'elle peut faire une différence dans la communauté pour la rendre plus saine puisqu'elle croit que c'est ensemble qu'une différence peut être fait.



**Caroline**  
Animatrice  
Jeunesse

Caroline a commencé ses études en soins infirmiers. Après sa première année, elle n'avait pas l'impression d'aider des gens aussi profondément qu'elle l'aurait souhaité ; elle avait l'impression de manquer de contact humain. Elle a alors décidé de poursuivre ses études en éducation spécialisée, où elle a terminé son programme technique de trois ans. Elle a débuté sa carrière en tant que coordinatrice d'activités dans un CHSLD pendant 3 ans. Puis, ayant besoin d'un défi, elle a accepté un emploi de travailleuse sociale à la Société Alzheimer, où elle travaille toujours. Avec le désir d'acheter sa propre maison, Caroline a décidé de chercher un deuxième emploi et de relever un nouveau défi en tant qu'Animatrice Jeunesse pour Action Communautaire Lac Brome.



# ACTIVITÉS CBH - AUTOMNE 2024

Pour plus d'info: [www.clubdelabonnehumeur.ca](http://www.clubdelabonnehumeur.ca)

[info@clubdelabonnehumeur.ca](mailto:info@clubdelabonnehumeur.ca)



| Lundi   | Mardi  | Mercredi   | Jeudi   | Vendredi  | Samedi  |
|---|--|--|---|---|---|
| <b>ESSETRICS</b> avec Sophie Deshaies<br>9 h à 10 h<br>16 sept. - 14 sem<br>126 \$<br>pour info : 450-243-5620            | <b>CUISINE COLLECTIVE</b><br>8 h 45 / 1e mardi du mois<br>Débute le 3 sept<br>Invitation via l'infolettre  | <b>PETITES QUILLES</b><br>9 h 30<br>4 sept - 16 sem<br>10\$/partie                           | <b>YOGA sur CHAISE</b> avec Cindy Cleary<br>9 h à 10 h<br>19 sept. - 28 nov<br>99 \$<br>pour info: 450-243-5620 | <b>YOGA</b><br>avec Chantal de Muys<br>20 sept<br>9 h 00 à 10 h 30<br>Information auprès de Chantal au 450-521-4833 | <b>PICKLEBALL</b><br>13 h à 15 h<br>28 sept - 12 sem<br>École St-Édouard<br>Contact - Doreen Drolet 819-918-4768                              |
| <b>TAI CHI YANG</b> avec Lolita Dalpé<br>10h30 à midi<br>23 sept - 10 sem<br>125 \$                                       | <b>DICTÉE</b> du CBH<br>9 h 30 / 3e mardi du mois<br>Débute en octobre   | <b>ESSETRICS</b> avec Sophie Deshaies<br>8 h 30 à 9 h 30<br>18 sept. - 14 semaines<br>126 \$ | <b>LES AMIS DES SENTIERS</b><br>10H - En continu<br>Gratuit<br>Richard Dubois<br>450-242-1003                   | <b>NOUVEAUTÉ</b><br>Détails à venir   | <b>COURS DE BRIDGE INITIATION</b><br>9 h à 11 h 30<br>28 sept. - 10 sem.<br>Roger Rouleau<br>450-955-1410<br>7\$ le cours<br>10 \$ non-membre |
| <b>BRIDGE DUPLICATE</b><br>13 h30 à 17 h<br>Resp : Jean Plaisance<br>450-243-0010   | <b>DANSE EN LIGNE</b> avec Murielle Verreault<br>Débutant 2-intermédiaire<br>13 h - 14 h 30/ 76\$<br>17 sept- 14 sem<br>pour info ; 450-243-5620 | <b>BRIDGE DUPLICATE</b><br>13 h 30 à 17 h  | <b>NOUVEAUTÉ</b><br>Détails à venir   | <b>LES VENDREDIS SOCIAUX</b><br>13 h 30<br>20 sept.,<br>Gratuit<br>Responsable Philippe Couture<br>450-243-0041     | <b>Code des couleurs</b>  |
| <b>PICKLEBALL</b><br>19 h 30 à 21 h 30<br>23 sept - 12 sem<br>École St-Édouard<br>Contact : Doreen Drolet<br>919-918-4768 | <b>SCRABBLE DUPLICATE FRANÇAIS</b><br>15 h - Gratuit   | <b>BILLARD</b><br>19h à 21h - Gratuit<br>18 sept - 14 sem                                    | <b>CINÉ-CBH</b><br>4e jeudi du mois<br>14 h 30 & 19 h<br>Invitation via l'infolettre                            | <b>Code des couleurs</b>  |   |
|   |  |  |   |   | <b>MATIN</b>  |
|   |  |  |   |   | <b>APRÈS-MIDI</b>   |
|   |  |  |   |   | <b>SOIR</b>   |

Knowlton Players presents

**THE ALIBIS**  
a comedy

**November 29,30**  
**December 1,6,7,8**

[knowltonplayers@hotmail.com](mailto:knowltonplayers@hotmail.com)

*When eccentric billionaire J. Leslie Arlington is murdered, a clueless detective finds the suspects are all reluctant to admit their alibis... because they were all committing other ridiculous crimes at the time.*

Save the dates! Tickets on sale beginning of November!  
[www.knowltonplayers.ca](http://www.knowltonplayers.ca)

The Alibis by: Jonathan Dorf, Tyler Dwigins, Kathryn Funkhouser, Patrick Greene, Mora V. Harris, Carrie McCrossen, Ian McWethy and Jason Pizzarello  
Presented by special arrangements by Playscripts, Inc. ([www.playscripts.com](http://www.playscripts.com))

**FRIGO COMMUNAUTAIRE**  
Community fridge

# COURS - AUTOMNE 2024

## Enfants

| Activité                  | Horaire                   | Lieu - Dates                            | Tarif  | Informations  |
|---------------------------|---------------------------|---|--|---|
| Multisports<br>2 à 4 ans  | Samedi<br>9h à 9h50       | École St-Édouard<br>21 sept. au 30 nov. | Session : 160\$<br>(10 semaines)<br><br>Par cours : 16\$ | <b>Parent-enfant</b><br><br>Offert par 7 Sports, l'enfant pourra découvrir et pratiquer 10 sports parmi plus de 21 disciplines dont le tennis, kin-ball, cricket, football, tchoukball, basketball, danse et plus encore. Aucune compétition, aucune partie, seulement du plaisir à travers la pratique de différentes habiletés.   |
| Multisports<br>4 à 6 ans  | Samedi<br>10h à 10h50     | École St-Édouard<br>21 sept. au 30 nov. | Session : 160\$<br>(10 semaines)<br><br>Par cours : 16\$ | Offert par 7 Sports, l'enfant pourra découvrir et pratiquer 10 sports parmi plus de 21 disciplines dont le tennis, kin-ball, cricket, football, tchoukball, basketball, danse et plus encore. Aucune compétition, aucune partie, seulement du plaisir à travers la pratique de différentes habiletés.   |
| Multisports<br>7 à 12 ans | Samedi<br>11h à 11h50     | École St-Édouard<br>21 sept. au 30 nov. | Session : 160\$<br>(10 semaines)<br><br>Par cours : 16\$ | Offert par 7 Sports, l'enfant pourra découvrir et pratiquer 10 sports parmi plus de 21 disciplines dont le tennis, kin-ball, cricket, football, tchoukball, basketball, danse et plus encore. Aucune compétition, aucune partie, seulement du plaisir à travers la pratique de différentes habiletés.   |
| Théâtre<br>8 à 14 ans     | Jeudi<br>16h30 à<br>17h30 | Centre Lac-Brome<br>19 sept. au 21 nov. | Session : 125\$<br>(10 semaines)                         | <b>Brenda Carr - Offert en anglais uniquement, mais tous sont les bienvenus.</b><br><br>Viens te faire des amis tout en découvrant, explorant et développant tes compétences en jeu et en théâtre. À travers des jeux rapides, de l'improvisation, des exercices amusants, des mouvements et de la voix, crée tes propres personnages et histoires et si tu le souhaites, les présenter lors d'une représentation finale la semaine suivante. Pour tous les niveaux. Brenda Carr est une professionnelle avec plus de 20 ans d'expérience dans le théâtre et le cinéma (enseignement, casting de films, coaching pour le théâtre et le cinéma tous âges). |
| Gymnastique<br>5 à 11 ans | Lundi<br>18h à 19h30      | École St-Édouard<br>23 sept. au 25 nov. | Session : 230\$<br>(10 semaines)                         | <b>Isabelle Giasson</b> - Viens développer les habiletés motrices, la confiance et la passion de la gymnastique tout en t'amusant!<br><b>Pour s'inscrire</b> : 450-919-1095 ou <a href="mailto:academieisabellegiassonehotmail.com">academieisabellegiassonehotmail.com</a>   |

Suite à la prochaine page

# Adultes

| Activité                 | Horaire                | Lieu - Dates                            | Tarif  | Informations  |
|--------------------------|------------------------|---|--|---|
| Équilibre pour aînés     | Mardi<br>14h15 à 15h15 | Centre Lac-Brome<br>17 sept. au 3 déc.  | Session :<br>137.50\$<br>(11 semaines)               | <b>Andrea Wilson</b> - Exercices pour prévenir les chutes et augmenter votre confiance. Offert en partenariat avec Le Centre de bénévolat mieux-être des aînés.<br><b>Pour débutants - 65 ans et +</b>  |
| Équilibre pour aînés     | Jeudi<br>14h15 à 15h15 | Centre Lac-Brome<br>19 sept. au 5 déc.  | Session :<br>137.50\$<br>(11 semaines)               | <b>Andrea Wilson</b> - Exercices pour prévenir les chutes et augmenter votre confiance. Offert en partenariat avec Le Centre de bénévolat mieux-être des aînés.<br><b>Pour débutants - 65 ans et +</b>  |
| Mise en forme pour aînés | Mardi<br>13h à 14h     | Centre Lac-Brome<br>17 sept. au 5 déc.  | Session :<br>137.50\$<br>(11 semaines)               | <b>Andrea Wilson</b> - Renforcement, équilibre et cardio pour maintenir votre forme pour la vie quotidienne. Offert en partenariat avec Le Centre de bénévolat mieux-être des aînés.  |
| Mise en forme pour aînés | Jeudi<br>13h à 14h     | Centre Lac-Brome<br>17 sept. au 5 déc.  | Session :<br>137.50\$<br>(11 semaines)               | <b>Andrea Wilson</b> - Renforcement, équilibre et cardio pour maintenir votre forme pour la vie quotidienne. Offert en partenariat avec Le Centre de bénévolat mieux-être des aînés.  |
| En forme pour la vie     | Mardi<br>15h30 à 16h30 | Centre Lac-Brome<br>17 sept. au 26 nov. | Session : 154\$<br>(11 semaines)<br>Par cours : 20\$ | <b>Andrea Wilson</b> - Mise en forme pour adultes actifs proposant une grande variété d'activités motivantes. Suggéré pour les <b>55 ans +</b> et ceux qui cherchent un entraînement à faible impact. Intensité modérée.  |
| En forme pour la vie     | Jeudi<br>15h30 à 16h30 | Centre Lac-Brome<br>19 sept. au 5 nov.  | Session : 154\$<br>(11 semaines)<br>Par cours : 20\$ | <b>Andrea Wilson</b> - Mise en forme pour adultes actifs proposant une grande variété d'activités motivantes. Suggéré pour les <b>55 ans +</b> et ceux qui cherchent un entraînement à faible impact. Intensité modérée.  |
| Tai-Chi Chuan            | Lundi<br>13h30 à 15h   | Centre Lac-Brome<br>16 sept. au 9 déc.. | Session : 190\$<br>(12 semaines)                     | <b>Guy Côté</b> - Mouvements précis en douceur pour développer la souplesse, la force et favoriser le bien-être global.   |
| Théâtre<br>14 ans et +   | Jeudi<br>17h30 à 19h   | Centre Lac-Brome<br>19 sept. au 21 nov. | Session : 138\$<br>(10 semaines)                     | <b>Brenda Carr - Offert en anglais uniquement, mais tous sont les bienvenus.</b><br>Viens te faire des amis tout en découvrant, explorant et développant tes compétences en jeu et en théâtre. À travers des jeux rapides, de l'improvisation, des exercices amusants, des mouvements et de la voix, crée tes propres personnages et histoires et si tu le souhaites, les présenter lors d'une représentation finale la semaine suivante. Pour tous les niveaux. Brenda Carr est une professionnelle avec plus de 20 ans d'expérience dans le théâtre et le cinéma (enseignement, casting de films, coaching pour le théâtre et le cinéma tous âges). |

Suite à la prochaine page

| Activité         | Horaire            | Lieu - Dates                            | Tarif  | Informations  |
|------------------|--------------------|---|--|---|
| Badminton        | Mardi<br>18h à 20h | École St-Édouard<br>17 sept. au 19 nov. | Session : 25\$<br>(10 semaines)                      | Activité libre sans professeur. Pour tous.  |
| Danse<br>Fitness | Jeudi<br>18h à 19h | École St-Édouard<br>19 sept. au 21 nov. | Session : 148\$<br>(10 semaines)<br>Par cours : 17\$ | <b>Anne-Lise Preusser</b> - Cet entraînement de type intervalle, se pratique sur de la musique dynamique et en s'amusant! Il sollicite de très nombreux groupes musculaires et favorise le cardio sans même te rendre compte que tu t'entraînes! Rejoins le cours Danse-Fitness, les cours de groupes renforcent les résultats, c'est prouvé! Chorégraphies faciles à suivre. |

#### Lieux des cours

Centre Lac-Brome : 270, rue Victoria  
École St-Édouard : 376, ch. Lakeside

#### Rabais familial

Sur programmation régulière, économisez  
5 % sur les frais d'inscription si deux  
enfants ou plus sont inscrits au même  
moment.

#### Information

Les places sont limitées selon les groupes.  
Les inscriptions se font sur une base de  
premier arrivé, premier servi.

Du 3 septembre au 15 septembre

# INSCRIPTION

## En ligne

Inscription au [lacbrome.ca/loisirs](http://lacbrome.ca/loisirs)

Sélectionner *Programmation de cours*

Paiement par carte de crédit lors de l'inscription

## En personne

Au Centre Lac-Brome

Lundi au jeudi de 10h à midi et de 13h à 16h30 et le vendredi, de 8h à midi

Paiement par carte de crédit, comptant ou chèque lors de l'inscription

450 242-2020 - [info Loisirs@lacbrome.ca](mailto:info Loisirs@lacbrome.ca)



PARC COLDBROOK

# Les friands

Festival gourmand  
de Lac-Brome  
Brome Lake  
Gourmet Festival



## 21-22 SEPT.



DÉGUSTATIONS • ANIMATION  
MUSIQUE • MARCHÉ DES ARTISANS  
VENTE-TROTTOIR



Tasting • Activities • Music  
Artisans Market • Sidewalk Sale



EN COLLABORATION • IN COLLABORATION WITH

