

Le Rappel

Journal municipal de Larouche

Édition
Août
2025



3ÈME VERSEMENT: 17 SEPTEMBRE 2025

SOMMAIRE

| | |
|--|----|
| Le mot du maire | 2 |
| Le mot de la MRC | 3 |
| Sur le devant de la scène ? Ce qu'il faut retenir de la réunion du conseil | 4 |
| Vie municipale | 5 |
| Cuisine collective | 11 |
| Culture | 13 |
| Développement durable | 15 |
| Santé et bien-être | 16 |
| Urbanisme | 19 |
| Développement | 21 |
| Loisirs et sports | 23 |
| Informations diverses | 31 |

Prochaine réunion du conseil : 8 septembre à 19h30

Le mot du maire

Nous entamons les derniers jours de la saison estivale. Pluie, chaleur extrême, fraîcheur soudaine... l'été a été pour le moins imprévisible! Cette météo en dents de scie a cependant été idéale pour certaines familles... de castors! Ces derniers ont profité des conditions favorables pour construire ou renforcer plusieurs barrages sur notre territoire.

Ces aménagements ont causé bien des maux de tête à l'équipe des travaux publics, qui a dû intervenir à plusieurs reprises afin de prévenir les risques d'inondation et de montée du niveau d'eau sur les terrains privés. Grâce à leur vigilance et leur efficacité, nous avons pu limiter les impacts sur nos infrastructures et sur la quiétude de nos citoyens.



Patinoire couverte

Par ailleurs, dans quelques semaines, nous amorcerons un projet majeur pour notre communauté : la construction de la patinoire couverte et de l'entrepôt technique. Ce projet a été rendu possible grâce à une subvention de 1,7 million de dollars du programme PAFIRSPA ainsi que des sommes de la MRC du Fjord et de plusieurs partenaires privés.

Je tiens également à souligner le travail exceptionnel du comité MADA-PFM, dont la campagne de financement par le biais d'une loterie pourrait permettre d'amasser jusqu'à 300 000 \$. Leur implication est remarquable, et je vous invite chaleureusement à les encourager.

Route des Fondateurs

Au moment d'écrire ces lignes, nous venons tout juste de recevoir les informations relatives au nouvel appel de projets du PAVL (Programme d'aide à la voirie locale). Nous déposerons notre demande pour la réfection d'environ 4 km restants de la route des Fondateurs. Après deux refus au cours des dernières années, espérons que cette fois-ci sera la bonne! Si tout se déroule comme prévu, les travaux pourraient être réalisés au printemps 2026.

Entrée du village

Depuis 2024, une dizaine de résolutions du conseil municipal ont été transmises au Ministère des Transports et de la Mobilité durable (MTMD) concernant l'entrée du village. Récemment, nous avons eu l'occasion de rencontrer des représentants du MTMD, accompagnés du député de Lac-Saint-Jean, M. Éric Girard.

Cette rencontre a permis d'amorcer une discussion constructive sur les différents scénarios possibles pour améliorer la sécurité dans ce secteur névralgique. Le MTMD procédera à leur analyse de faisabilité et plusieurs études seront effectuées. Le dossier chemine bien, mais aucune solution définitive n'est arrêtée par le MTMD pour le moment.

Vous avez d'ailleurs pu remarquer la mise en place de certaines mesures temporaires, telles que le lignage de la sortie EST du village, la mise en place de radars de signalisation en direction EST et OUEST, de panneaux lumineux ainsi que le lignage de la sortie OUEST qui sera effectué sous peu.

D'autres rencontres seront nécessaires pour déterminer la solution durable et sécuritaire retenue, ainsi que pour établir le plan d'exécution et d'échéance de sa réalisation.

En attendant, je vous souhaite à toutes et à tous une excellente fin de vacances estivales!

Calendrier de collecte octobre à décembre 2025

Maintenant en ligne!



**Téléchargez
votre calendrier
personnalisé!**



Nouvelle méthode pour consulter votre horaire de collecte :

- un calendrier personnalisé à votre adresse
- un aperçu rapide des prochaines collectes
- intégration possible à votre calendrier numérique
- imprimable facilement



Calendrier de collecte

mrc-fjord.qc.ca/services/environnement/calendrier-de-collecte/

Sur le devant de la scène ? Ce qu'il faut retenir de la réunion du conseil

Nous sommes ravis de vous présenter notre chronique : "Sur le devant de la scène ? Ce qu'il faut retenir de la réunion du conseil." Plongez-vous dans les coulisses de la vie municipale avec nous ! À chaque édition du journal, nous vous offrons un récapitulatif des moments forts, des décisions cruciales et des débats animés qui ont marqué les réunions du conseil municipal. Restez informés, connectés et découvrez ce qui façonne notre communauté.

Résumé des séances ordinaires du 2, 16 juin et du 7 juillet 2025

ACHATS, BUDGET ET OCTROI DE CONTRATS:

- Achat 2025 : Chlorure de calcium en flocons;
- Achat d'un extracteur de fumée pour le garage municipal.

SUBVENTIONS, AIDE FINANCIÈRE OU DONS:

- Programmation # 1 de la TECQ 2024 à 2028;
- Résolution concernant l'aide financière aux associations de villégiature pour l'entretien des chemins privés: Lac Déry;
- Résolution d'appui à l'offre de maternelle 4 ans dans la municipalité de Larouche;
- Contribution financière 2025-2026 à la Croix-Rouge Canadienne pour les services aux personnes sinistrées;
- Enveloppe dons et commandites : Comité de cuisine collective;
- Demande d'aide financière : CPE Les trois petits pas;
- Autorisation d'achat de deux ordinateurs pour la bibliothèque municipale;
- Autorisation de dépôt d'une demande dans le cadre de l'appel de projets-été 2025;
- Travaux d'aménagement du local : Cercle de Fermières;
- Démarche de collaboration pour un projet structurant autour de l'église de Saint – Gérard-Magella.

MODIFICATION DES RÈGLEMENTS ET PROCESSUS:

- Adoption du règlement 2025-452 – Modification au règlement de construction afin d'abroger l'article 3.3 Forme de bâtiment;
- Adoption du règlement 2025-453-Modification au règlement sur les plans d'implantation et d'intégration architecturale;
- Demande de dérogation mineure, 721, chemin du Lac-Déchène;

- Consultation et décision pour la dérogation mineure : 655, rue Richer;
- Consultation et décision pour la dérogation mineure : 1230, route Dorval;
- Demande d'achat du terrain 4 687 813;
- Demandes de permis soumis au PIIA :
 - ◇ 489, chemin Champigny;
 - ◇ 538, rue des Noyers;
 - ◇ 356, rue des Mélèzes;
 - ◇ 488, chemin Champigny;
 - ◇ 728, rue Gagné;
 - ◇ 708, rue Gagné.

AUTRES:

- Embauche : Directrice des finances et assistante-greffière;
- Entente intermunicipale pour l'alimentation des citernes en contexte d'urgence;
- Délégation en l'absence de la directrice générale greffière-trésorière;
- Libération de madame Bianka Harvey pour participation aux activités du sentier Notre-Dame - Kapatakan;
- Renouvellement du bail avec COGECO pour le local municipal situé, au 709, rue Gauthier.

**N'hésitez pas à consulter
l'intégralité des procès-
verbaux au www.larouche.ca !
Prochaine réunion du conseil :
Ouverte au public
8 septembre 2025 à 19h30
Hôtel de ville de Larouche**

Vie municipale

La cuisine collective de Larouche : un lieu pour se rassembler, apprendre et savourer

À Larouche, un projet rassembleur prend vie et grandit au fil des années : la cuisine collective. Cet espace convivial et accessible à tous, citoyens comme organismes, a été pensé pour nourrir bien plus que nos assiettes.

La mission de la cuisine est simple, mais porteuse :

- Favoriser l'autonomie alimentaire et les saines habitudes de vie;
- Créer des moments de rencontre, de solidarité et de plaisir autour des aliments;
- Valoriser les talents locaux et le savoir-faire culinaire de notre communauté.



Ici, chaque geste compte. Chaque recette devient prétexte à l'échange, et chacun trouve sa place autour du plan de travail.

Au cours des derniers mois, nous avons eu le plaisir d'accueillir un atelier de fabrication de pain ainsi qu'un atelier collation parent-enfant. Le prochain rendez-vous est fixé au 20 septembre, de 9 h à midi, pour un atelier sur les techniques de conservation, dans le cadre de la Semaine "Les institutions mangent local!".

Pour vous inscrire à l'atelier, dirigez-vous à la page 11 du journal.

Les institutions mangent local! : un mouvement qui rassemble le Québec

Organisé par *Aliments du Québec*, cet événement, de retour pour une 7^e édition, se tiendra du 22 au 28 septembre 2025. Partout au Québec, dans les services de garde à la petite enfance, écoles, cégeps, universités, établissements de santé, cafétérias d'entreprises et milieux de travail, on célébrera les aliments locaux! L'an dernier, près de 300 institutions ont pris part à ce mouvement, mobilisant plus de 45 000 participants. Cette année encore, toutes les institutions sont invitées à organiser, pendant la semaine, de petites ou grandes activités mettant en valeur les produits d'ici.

Plus de 10 000 \$ en prix de participation sont à gagner! Pour s'inscrire : [Les institutions mangent local! - Aliments du Québec Au Menu](#).

La cuisine collective de Larouche, c'est un projet qui grandit grâce à l'implication et à la passion des citoyens. Venez cuisiner, apprendre, échanger... et repartir avec le cœur (et le ventre!) bien rempli.

Mylène Hébert, Conseillère municipale, siège 2,
Municipalité de Larouche



Vie municipale

Élections municipales de novembre 2025

La démocratie municipale sera à l'honneur cet automne alors que les citoyens seront appelés aux urnes pour élire leurs représentants. Les élections municipales se tiendront officiellement le dimanche 2 novembre 2025, de 10h à 20h et plusieurs dates clés sont à inscrire à votre agenda.

La période de mise en candidature débutera au cours des prochaines semaines. Toute personne intéressée à se présenter à un poste électif au sein du conseil municipal devra déposer sa candidature entre le 19 septembre et le 3 octobre 16h30 en main propre.

En quoi consistent les rôles, devoirs et responsabilités des différents acteurs dans une municipalité?

| Groupe | Rôle | Devoirs | Responsabilités |
|----------------------------|---|---|--|
| Citoyens | Vivre et participer à la vie municipale | <ul style="list-style-type: none">◇ Respecter les lois et règlements◇ Agir avec civisme◇ Participer aux consultations | <ul style="list-style-type: none">◇ Voter aux élections◇ Signaler les problématiques◇ S'impliquer dans la communauté |
| Employés municipaux | Appliquer les décisions et offrir les services municipaux | <ul style="list-style-type: none">◇ Agir avec neutralité et respect◇ Respecter la confidentialité◇ Servir avec rigueur | <ul style="list-style-type: none">◇ Mettre en œuvre les projets du conseil◇ Informer les citoyens◇ Assurer la continuité des services |
| Élus municipaux | Représenter la population et prendre des décisions | <ul style="list-style-type: none">◇ Respecter le code d'éthique◇ Être à l'écoute des citoyens◇ Prendre des décisions équitables | <ul style="list-style-type: none">◇ Adopter les règlements et le budget◇ Suivre les dossiers◇ Éviter les conflits d'intérêts |
| Maire | Diriger le conseil et représenter la municipalité | <ul style="list-style-type: none">◇ Agir avec leadership et impartialité◇ Favoriser un bon climat au sein du conseil | <ul style="list-style-type: none">◇ Présider les séances◇ Veiller à l'application des règlements◇ Représenter la municipalité publiquement |

Le rôle du maire: Le maire est le premier magistrat de la municipalité. Il préside les séances du conseil, veille à l'application des décisions adoptées par celui-ci et agit à titre de porte-parole officiel de la municipalité. Il représente les intérêts de sa collectivité auprès des gouvernements supérieurs, des organismes régionaux et de la population.

Dans certaines municipalités comme la nôtre, le maire peut également déléguer des responsabilités à ses conseillers ou former des comités pour traiter de dossiers spécifiques (travaux publics, loisirs, urbanisme, etc.).

Le rôle des conseillers municipaux: Les conseillers municipaux, de leur côté, représentent les citoyens de la municipalité. Ils participent aux discussions et prennent part aux décisions sur les règlements, les budgets, les politiques locales et les projets municipaux.

Leur rôle est aussi d'être à l'écoute des préoccupations des résidents, de les transmettre au conseil et de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie dans leur milieu.

Vie municipale

Un travail d'équipe

Bien que le maire possède certaines responsabilités supplémentaires, le fonctionnement d'un conseil repose sur le travail d'équipe et sur le respect des rôles de chacun. Ensemble, ils déterminent les grandes orientations de la municipalité et assurent une gestion efficace et transparente des ressources publiques.

Les électeurs auront également l'occasion de voter lors de la journée de vote par anticipation, prévue le 26 octobre de 12h à 20h.

| Événement | Date | Heure / Détails |
|--------------------------------|-----------------------------------|--|
| Période de mise en candidature | Du 19 septembre au 3 octobre 2025 | Jusqu'à 16 h 30 le 3 octobre – en personne seulement au 610 rue Lévesque, bureau 205 |
| Vote par anticipation | Dimanche 26 octobre 2025 | De 12 h à 20 h |
| Jour du scrutin | Dimanche 2 novembre 2025 | De 10 h à 20 h |

Pour exercer votre droit de vote, vous devez :

- Être âgé de 18 ans ou plus au jour du scrutin;
- Être de citoyenneté canadienne;
- Être domicilié dans la municipalité depuis au moins six mois.

L'élection municipale est un moment privilégié pour faire entendre votre voix sur les enjeux qui touchent directement votre quotidien : routes, infrastructures, loisirs, développement local, sécurité et bien plus.

D'autres informations concernant les lieux de vote, les modalités du scrutin et la liste des candidats seront diffusées dans les prochaines semaines.

Restez informés et prenez part à la vie démocratique de votre milieu. Votre voix compte.

| Séance du conseil municipal—Automne 2025 | | |
|--|---------|----------------|
| Date | Heure | Lieu |
| Lundi 8 septembre 2025 | 19 h 00 | Hôtel de ville |
| Mercredi 1 octobre 2025 | 19 h 30 | Hôtel de ville |
| Lundi 10 novembre 2025 | 19 h 30 | Hôtel de ville |
| Lundi 1 décembre 2025 | 19 h 30 | Hôtel de ville |

Vie municipale

Projets en cours dans la municipalité

La Municipalité de Larouche en collaboration avec la MRC du Fjord-du-Saguenay est fière de mettre en place au profit des citoyens les projets suivants:



Parc William-Larouche: Les travaux recommenceront à l'automne avec l'installation de tables et de bancs afin d'implanter un aire de repos.

Refonte du site internet: Les travaux préparatoires sont en cours auprès du fournisseur de services.

Déplacement du parc Cascouïa: Les travaux sont terminés. Vous pouvez maintenant profiter des installations.



Déménagement du Cercle de Fermières de Larouche: Le local est en cours d'aménagement selon leurs besoins. L'ouverture officielle se fera dans les prochaines semaines.

Saviez-vous que le débarcadère à bateau, situé sur le chemin Champigny, est un lieu public? Vous pouvez aller vous rafraîchir lors de journées chaudes, accéder à l'eau via votre embarcation (bateau, kayak, planche à pagaie) et même, aller pique-niquer dans l'aire de repos à proximité des quais.



Route 170, à la jonction avec la rue Gauthier et la route Dorval



Le ministère des Transports et de la Mobilité durable tient à informer la population de Larouche et des environs que des travaux de marquage et d'installation d'une nouvelle signalisation auront lieu sur la route 170, à la jonction de la rue Gauthier et de la route Dorval.

Ces travaux visent à améliorer la sécurité dans le secteur, par :



- l'ajout d'un panneau en direction Est interdisant les demi-tours;
- l'amélioration du marquage au sol (délimitation des voies et indication des directions autorisées);
- le réaménagement de l'espace du terre-plein central.

Ces modifications ont pour effet de limiter les différents mouvements des véhicules dans ce secteur et sécurisent les virages à gauche. Il s'agit du même type de réaménagement qui a été fait à l'intersection des rues Gauthier et des Épinettes à l'automne 2024.

portailcitoyen.cauca.ca/

ALERTES

NOTIFICATIONS

Municipalité de
LAROUCHE

**INSCRIVEZ-VOUS
AU SYSTÈME
D'ALERTES
MUNICIPALES**

RECEVEZ UNE ALERTE
LORSQU'UNE SITUATION D'URGENCE SE
PRODUIT DANS VOTRE MUNICIPALITÉ.



Restez informés en tout temps grâce au système d'alerte municipale

Souhaitez-vous être avisés rapidement lors d'une interruption de courant planifiée, de travaux de voirie dans votre secteur ou encore de la présence d'eau jaune dans votre réseau?

La Municipalité vous invite à vous inscrire dès maintenant au **système d'alerte par notification** disponible sur le site portailcitoyen.cauca.ca. Vous pouvez aussi appeler au 418-695-2201, 3603 et nous le ferons pour vous.

Ce service gratuit et facile d'utilisation nous permet de vous informer **rapidement** et **efficacement** de toute situation d'urgence ou de perturbation touchant votre secteur.

Inscrivez-vous dès aujourd'hui pour rester connectés à votre municipalité... et bien informés!

INFO PROJET #6

Projet d'aménagement d'une patinoire couverte multifonctionnelle

Présentation publique

Le 24 juin dernier, la Municipalité de Larouche tenait un kiosque d'informations au terrain des loisirs afin de présenter les détails du projet d'aménagement de la patinoire couverte multifonctionnelle.

Lors de cette rencontre, il était possible de consulter les plans d'architecture de la future installation.

Les éléments soulevés par les visiteurs étaient en lien avec :



- L'accessibilité du site pour les personnes à mobilité réduite ;
- La possibilité d'utiliser les installations pour d'autres activités en dehors de la saison hivernale ;
- L'aménagement paysager autour de la structure ;
- Le calendrier précis des travaux et les mesures de sécurité pendant la construction ;

- La structure de financement.

Lancement des appels d'offres publics

Les documents d'appel d'offres et le devis général sont finalisés. Les appels d'offres publics ont été lancés le 4 août sur le Système électronique d'appel d'offres du gouvernement du Québec (SEAO). Les propositions seront reçues jusqu'au 26 août. L'objectif est d'octroyer le contrat au conseil municipal du 8 septembre.

Échéancier maintenu

L'objectif de compléter les travaux pour la prochaine saison hivernale demeure possible. L'échéancier prévoit la fin des travaux d'ici le 2 janvier.

Partenaires

Nous aurons le privilège de compter sur la participation des partenaires suivants :

- Caisse Desjardins de Jonquière ;
- Entreprises Léopold Simard & Fils ;
- Puisatiers de Delisle ;
- Chiasson & Thomas.

Pour les entreprises désireuses d'associer leur image à cette réalisation d'envergure, il est encore possible de devenir



partenaire du projet. Pour plus d'informations concernant notre plan de partenariat, veuillez communiquer avec Maxime Larouche, par courriel à mlarouche@larouche.ca ou par téléphone au 418 695-2201, poste 3605.



Cuisine collective

CUISINE COLLECTIVE DE LAROUCHE



Préserver l'automne dans vos assiettes : un atelier sur la conservation des aliments à Larouche

Avec l'arrivée de l'automne, les jardins regorgent de légumes prêts à être récoltés ou disponible chez nos marchands locaux et les circulaires regorgent de spéciaux alléchants. C'est le moment idéal pour penser à la conservation des aliments, afin de profiter de ces richesses bien au-delà de la saison.

C'est dans cette optique que le comité de cuisine collective de Larouche organise un atelier de cuisine axé sur les différentes techniques de conservation. L'activité vise à outiller les participants à prolonger la durée de vie de leurs aliments grâce à des méthodes telles que la mise sous vide, la déshydratation, la stérilisation et même le fumage.

Nous souhaitons permettre aux gens de tirer le meilleur parti de leur récolte ou des rabais en épicerie, tout en réduisant le gaspillage alimentaire. L'atelier s'adresse autant aux débutants curieux qu'aux cuisiniers amateurs désireux d'en apprendre davantage.

Le coût de participation est basé sur une contribution volontaire, rendant l'activité accessible à tous. Toutefois, les places sont limitées et il est fortement recommandé de réserver rapidement.

Cet atelier s'inscrit dans une série d'initiatives communautaires visant à promouvoir l'autonomie alimentaire et le partage de savoir-faire entre citoyens. Une belle façon de faire durer l'automne... jusqu'en hiver !

Atelier de cuisine sur
les différentes techniques
de conservation

20 septembre à 9h à 12h

20 places disponibles
sur inscription
seulement

610 rue Lévesque, Larouche

Cuisine collective

Atelier de cuisine—collations du 14 juin 2025

Parents et enfants

Boules d'énergie aux dattes et céréales

Rendement : environ 25 portions (3 boules par portion)

Ingrédients :

- 1 datte, dénoyautée;
- 30 ml (2 c. à soupe) de beurre de soya;
- 5 ml (1 c. à thé) de miel;
- 15 ml (1 c. à soupe) de flocons d'avoine à cuisson rapide;
- 15 ml (1 c. à soupe) de céréales de riz soufflé de grains entiers;
- 15 ml (1 c. à soupe) de noix de coco râpée non sucrée.

Préparation :

1. Couper la datte en petits morceaux et déposer dans un bol;
2. Ajouter le beurre de soya et le miel. Bien mélanger;
3. Ajouter les flocons d'avoine et les céréales de riz. Mélanger à la cuillère;
4. Terminer de mélanger avec les mains, puis façonner trois boules;
5. Rouler les boules dans la noix de coco pour bien les enrober.

*C'est possible d'ajouter du chocolat, simplement raper un bloc de chocolat noir et mélanger avec la noix de coco.



Barres tendres

Rendement : environ 36 portions

Ingrédients :

- 2 tasses de RiceKrispies;
- 1 tasse de gruau;
- ¾ tasse de germe de blé;
- ½ tasse de raisins secs;
- ½ tasse de chocolat chipits;
- ½ tasse de graines de tournesol;
- ½ tasse de graines de sésame;
- ½ tasse de noix de coco râpée;
- ¼ tasse de son de blé;
- ¼ tasse de graines de chia;
- ¼ tasse de margarine;
- ½ tasse de sirop de maïs ou miel;
- ½ tasse de beurre d'arachide;
- ½ tasse de petites guimauves.

Préparation :

1. Préparer une lèchefrite 9x13 beurrée et parcheminée;
2. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients secs;
3. Dans une casserole, fondre la margarine, le sirop ou miel, le beurre d'arachide et les guimauves à feu moyen sans bouillir;
4. Verser le mélange fondu sur les ingrédients secs et bien brasser;
5. Presser le tout dans le moule préparé et laisser refroidir avant de découper.



Exposition éphémère *État Plasma*

Le 7 août dernier avait lieu le vernissage de l'exposition éphémère *État Plasma*, dans notre belle église Saint-Gérard-Majella. Durant les quatre jours d'ouverture au public, une soixantaine de visiteurs sont passés pour apprécier les œuvres du duo d'artistes larouchois, composé de Mariane Tremblay et de Gabriel Fortin.

L'exposition sera prolongée jusqu'au samedi 6 septembre et les artistes feront des visites sur rendez-vous. Contactez-les au 418 290-1645 pour réserver votre visite!

État Plasma fait référence à un état de la matière mystérieux et omniprésent dans l'univers, le plasma, qui se trouve entre autres dans l'ionosphère terrestre où il impacte la propagation des ondes radio. L'exposition propose de s'immerger dans un corpus rétrofuturiste, inspiré par les mystères d'une mission secrète américaine des années 1980 à Sainte-Hedwidge-de-Roberval, qui aurait créé un présumé trou béant dans l'ionosphère, semant le doute et la peur. Au moyen de composantes visuelles, sculpturales et sonores à la fois familières et énigmatiques, le projet associe avec poésie l'imaginaire scientifique à une expérience artistique de manipulation de l'invisible, notamment grâce aux ondes d'un thérémine nouveau genre. Les artistes ont représenté cette expérience dissimulée sur une ferme banalisée, photographié des structures étranges érigées dans le paysage et enquêté le spectre électromagnétique de la petite municipalité du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Les artistes sont particulièrement fiers d'avoir pu exposer leur travail artistique dans leur municipalité. Ils tiennent à remercier sincèrement le comité de gestion de l'église Saint-Gérard-Majella pour la généreuse cohabitation avec leurs œuvres, ainsi qu'Alimentation Larouche pour sa contribution au buffet du vernissage. Ce projet a été rendu possible grâce au soutien financier du Conseil des arts et des lettres du Québec et de la MRC du Fjord-du-Saguenay, dans le cadre du Programme de partenariat territorial du Saguenay-Lac-Saint-Jean 2024-2025, 2020-2021 et 2021-2022.

Pour en savoir plus sur les artistes :

www.marianetremblay.com et www.gabrielfortin.com



Culture

Camp d'art avec madame Joanie Bouchard : une semaine créative et inspirante

Du 11 au 15 août, madame Joanie Bouchard a animé un camp d'art qui a rassemblé 17 jeunes participants âgés de 6 à 13 ans. Tout au long de la semaine, les enfants ont pu explorer différentes formes d'expression artistique : création de capteurs de rêves, réalisation de bandes dessinées, dessins texturés, aquarelle, dessin en pointillés, et plus encore.

L'atelier a été marqué par la créativité, la curiosité et le plaisir d'apprendre. Les jeunes se sont dits très satisfaits de leur expérience et fiers des œuvres qu'ils ont pu rapporter à la maison.



Développement durable

Approche durable et mobilisation citoyenne à Larouche

Municipalité nourricière : un verger partagé pour tous

La Municipalité de Larouche s'inscrit dans une dynamique d'**agriculture urbaine durable**. Elle a implanté plusieurs îlots de **végétation comestible permanente** sur les terrains publics. Près de **850 végétaux vivaces** ont été plantés, incluant des fleurs comestibles, des herbes médicinales, des légumes vivaces et des fruits accessibles à toute la population. Accompagnés d'un guide, de panneaux et d'affichettes explicatives, ces aménagements



encouragent à la fois une **alimentation saine**, la **sensibilisation aux végétaux**, et renforcent le **sentiment de communauté**.

Gestion responsable des matières résiduelles

La MRC du Fjord fait preuve de rigueur dans la gestion des déchets. Les consignes pour sortir les bacs, sont claires et le matériel reste assigné à chaque foyer. Pour les objets spécialisés (piles, batteries, cellulaires), un dépôt est disponible à l'hôtel de ville; vêtements et cartouches d'encre peuvent être déposés à des points désignés.

Sécurisation des infrastructures hydrauliques

En juin 2025, la Municipalité a reçu une **subvention de 27 148 \$** dans le cadre du Programme d'aide financière à la mise aux normes de barrages (PAFMAN). Ce financement vise à rendre plus sécuritaire le barrage du lac de l'Aqueduc, assurant ainsi la protection des personnes et des infrastructures en contexte de changement climatique.

Participation citoyenne vivante et diversifiée

L'engagement des habitants de Larouche est remarquable et diversifié. Des citoyens illustrent ce fort sentiment d'appartenance. Plusieurs organismes favorisent la collaboration et le lien social, tels que :

- Le **Cercle de Fermières**, gardiennes du patrimoine culinaire et artisanal;
- Les **Chevaliers de Colomb**, œuvrant dans la charité, l'unité et la fraternité.

Valorisation du territoire : pêche et tourisme

Le lac de l'Aqueduc, autrefois utilisé pour l'eau potable, a été **mis en valeur pour la pêche récréative**, incluant l'ensemencement en truites et même la pêche hivernale. Cette initiative contribue à la valorisation de l'environnement local et à l'animation du territoire.

Santé et bien-être

Est-ce que votre enfant va à l'école à pied?

Pour la plupart des familles, la réponse est non. Pourtant, beaucoup d'élèves habitent tout près de leur école.

Alors, pourquoi le transport actif a-t-il autant diminué?

Un des grands responsables est l'insécurité routière. Les rues et les trajets ne sont souvent

pas pensés pour les enfants. Les parents, inquiets, choisissent la voiture. Mais plus il y a de voitures, plus le secteur devient dangereux... et moins les enfants marchent. Ce cercle vicieux réduit leur autonomie et leur santé.

Améliorer la sécurité des rues, c'est bon pour tout le monde. Les enfants bougent plus, deviennent plus autonomes, développent des liens sociaux et se sentent mieux dans leur quartier. Moins de voitures, c'est aussi moins de pollution et un milieu de vie plus agréable pour tous.



Sécurité autour de l'école Du Versant – Ce qu'il faut savoir pour la rentrée

Avec le retour en classe, certaines mesures seront mises en place pour sécuriser les abords de l'école Du Versant. Rappelons-le : plus on favorise le transport actif et le transport scolaire, moins il y a de trafic automobile, et plus le chemin vers l'école est sécuritaire.

Si c'est possible pour vous, encouragez le transport actif (marche, vélo). Le corridor actif de votre municipalité est bien identifié et des efforts seront faits pour le rendre encore plus sécuritaire.

Si ce n'est pas possible, voici les bonnes pratiques pour déposer votre enfant en toute sécurité :

À respecter :

- Utiliser le sens unique du débarcadère;
- Faire descendre les enfants du côté passager (droit), directement sur le trottoir;
- Attendre derrière les autobus pour accéder au débarcadère;
- Éviter le stationnement du personnel le matin;
- À la sortie des classes, privilégier le stationnement à reculons et la rue Richer;
- Ne pas stationner sur la rue Gauthier (stationnement interdit en tout temps).



Ariane Dufour, kinésiologue



Véronique Isabel Filion
ANIMATION

Les invités du 26 septembre!

Larouche
Salle multifonctionnelle

10\$

#laroutedurireqc
@laroutedurireqc





Derrick Frenette



Gab Ouellette



Rosalie Lacroix

◆ Admission générale!

🕒 20 h (ouverture des portes à 19 h)

📍 610 rue Lévesque, Larouche (G0W 1Z0)

🍔 Cantine et bar sur place

💳 Système de paiement numérique disponible

◆ Premier arrivé, premier assis!

18 Pour un public adulte





**PLUS DE 30000\$
EN PRIX
À GAGNER !**

**Loterie
de Larouche**

Tirage le 14 novembre, 19h
610, rue Lévesque, Larouche

En vente dès maintenant!

10\$ LE BILLET



Municipalité de
LAROUCHE

PRÉVENEZ LES CHUTES ET GARDEZ VOTRE AUTONOMIE!

Vous êtes âgé de 65 ou plus?
Vous avez peur de perdre
l'équilibre?
Vous êtes tombé récemment?

**Le Programme intégré
d'équilibre dynamique
(PIED) est pour vous!**

**12 séances gratuites d'exercices
et d'informations données par un
professionnel formé et qualifié!**

- Améliorez votre équilibre et votre coordination.
- Améliorez la force de vos jambes.
- Apprenez à reconnaître et à modifier les situations qui vous mettent à risque de tomber.
- Augmentez votre niveau d'activité physique.
- Profitez d'une occasion de rencontres et d'échanges.

Session d'automne à l'Hôtel de ville de Larouche
Horaire à déterminer selon les participants



TOMBER, C'EST PAS BANAL!

Les chutes sont responsables de 60% des hospitalisations chez les personnes de 65 ans et plus.



Comment s'inscrire? Appelez votre CLSC

www.sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/clsc/

Ariane Dufour Kinésologue
ariane.dufour.jonquiere@ssss.gouv.qc.ca
418-695-7700 p.328233

Québec

Nouvelle réglementation sur les animaux

La Municipalité de Larouche a adopté le Règlement 2025-444 relatif aux animaux, remplaçant l'ancienne version 2021-403. Ce texte, consultable dans la section *Règlements* du site Internet, officialise l'application des nouveaux standards d'encadrement pour les chiens sur le territoire larouchois.

1. Un cadre qui vient du Québec

Depuis le 3 mars 2020, l'ensemble des municipalités du Québec doivent appliquer le Règlement d'application de la Loi sur l'encadrement des chiens (RLRQ, c.P-38.002, r.1) [Québec](#). Il impose notamment:

| Obligation | Détail |
|--|--|
| Enregistrement obligatoire et port d'une médaille | Tout chien doit être inscrit auprès de la municipalité dans les 30 jours suivant son acquisition ou son 3 ^e mois, et porter une médaille identifiant son gardien. |
| Maîtrise en public | En tout lieu public, le chien doit être maîtrisé par une personne. La <i>laisse</i> ne peut dépasser 1,85 m. Québec |
| Harnais requis | Les chiens de 20 kg et plus doivent porter en permanence un harnais ou un licou fixés à la laisse. Québec |
| Contrôle du chien | Doit rester sous le contrôle de la personne, en tout temps dans un lieu public. Québec |

2. Le règlement 2025-444: adaptation locale à Larouche

- Instauration d'une **licence annuelle obligatoire** à la SPCA pour tout chien (renouvellements payants);
- Imposition d'un **maximum de 3 chiens par résidence**, sauf dérogation municipale;
- **Interdiction fermement écrite** des chiens errants : capturés et envoyés à la fourrière, avec frais appliqués;
- Sanctions possibles pour **nuisances sonores** (abolements répétés), **bagarres entre chiens**, ou présence ou absence de licence, selon le chapitre « Paix et bon ordre ».

Le règlement **remplace immédiatement (abroge)** le Règlement 2021-403. Le règlement est désormais accessible au format PDF sur le site [larouche.ca](#), section *Documentation - Règlements*

3. À quoi s'attendre dans le quotidien larouchois

Selon des règlements complétant la loi provinciale, attendiez-vous à voir apparaître dans 2025-444:

- Le ramassage **obligatoire** des déjections canines, sous peine d'amende allant de 50\$ à 300\$ (et souvent un double en cas de récidive);
- Des zones **interdites aux chiens**, comme les aires de jeux, les fontaines ou les terrains de sport sans laisse;
- Une procédure de **signalement** doit être fait au service de Police de Saguenay pour informer d'une morsure ou d'un chien errant en communiquant au 418 669-6000;
- De plus, la **SPCA Saguenay rappelle** que toute personne résidant à Larouche devra détenir **une licence annuelle** pour chaque chien sur le territoire municipal. Ce permis donne droit à la médaille d'identification et aide à repérer rapidement un animal perdu. [spcasaguenay.com](#).

4. Ce que doivent faire les citoyens

1. **Lire le règlement 2025-444** sur le site [larouche.ca](#) (section *Documentation - Règlements*) afin de connaître les obligations (dates, tarifs, modalités).
2. **Faire immatriculer votre chien** à la municipalité dans les 30 jours suivant son acquisition. Conservez soigneusement la médaille municipale obligatoire. Toute absence peut entraîner une amende.
3. **Munir votre chien d'une laisse de 1,85 m maximum**, et d'un **harnais si le chien dépasse 20 kg**, en public.
4. **Ramasser les excréments**, ne pas laisser votre chien aboyer ou errer librement.



Urbanisme

5. Informer rapidement le service de Police si votre chien mord une personne ou un autre animal, ou si vous estimez qu'un chien sur le territoire est potentiellement dangereux au 418 669-6000.

5. Pourquoi cette mise à jour et quels bénéfices ?

- **Harmonie avec le cadre québécois** permet une application uniforme des lois;
- **Sécurité accrue** pour les citoyens, notamment les enfants;
- **Amélioration du bien-être animal**: identification via micropuce, harnais adapté, suivi sanitaire;
- **Simplification administrative** : un règlement clair permet aux propriétaires de se conformer facilement et à la municipalité d'appliquer plus équitablement les règles.

En conclusion

Le **Règlement 2025-444** marque une étape importante dans la gestion des animaux à Larouche. Il renforce la réglementation autour des chiens pour assurer sécurité, civisme et clarté pour tous. Il ne tient qu'à chaque citoyen d'être bien informé et de se conformer, afin d'éviter des amendes dissuasives et de contribuer à un environnement urbain sain et respectueux.

Abolition du service de remplissage de piscine – Planifiez l'été 2026 dès maintenant



Le service des travaux publics de la Municipalité de Larouche souhaite informer les citoyens qu'à compter de l'été 2026, le service municipal de remplissage de piscines sera officiellement aboli.

Cette décision a été prise dans un souci d'optimisation des ressources municipales, de respect de l'environnement et de priorisation des services essentiels. Au fil des ans, la demande croissante et les enjeux logistiques entourant ce service nous ont menés à revoir nos pratiques. Le remplissage de piscines mobilise une main-d'œuvre

spécialisée, des équipements d'aqueduc et des ressources qui doivent désormais être concentrés sur d'autres services prioritaires.

Que faire en prévision de l'été 2026?

- **Prévoir un remplissage autonome** : Les résidents devront désormais remplir leur piscine à l'aide de leur propre entrée d'eau domestique, ou faire appel à une entreprise privée spécialisée dans le transport d'eau;
- **Éviter les périodes de pointe** : Si vous optez pour un remplissage via le réseau résidentiel, veuillez le faire graduellement, de préférence en dehors des heures de forte consommation, pour éviter toute surcharge du réseau;
- **Vérifier les règlements** : Assurez-vous que vos installations de piscine respectent la réglementation municipale en vigueur (implantation, clôture, etc.).

Le service des travaux publics reste à votre disposition pour répondre à vos questions ou vous orienter vers des alternatives responsables et sécuritaires.

Merci de votre compréhension et de votre collaboration!

Développement

Implantation d'un panneau d'affichage

Un outil d'information bien accueilli par la population

Dans le but de moderniser ses outils de communication et de mieux informer ses citoyens, la Municipalité de Larouche a procédé, du 5 au 12 mai 2025, à une consultation publique concernant **l'implantation d'un panneau d'affichage dynamique** qui a été installé temporairement dans le stationnement du terrain des loisirs.

Ce sondage visait à recueillir les impressions des citoyens sur **trois aspects principaux** : l'emplacement du panneau, l'éclairage nocturne qu'il génère et la pertinence du contenu diffusé. Voici un aperçu des résultats obtenus.

Un emplacement jugé adéquat par la majorité

Les répondants se sont montrés **globalement satisfaits de l'emplacement** choisi. Plusieurs citoyens ont souligné que le panneau est bien situé, visible, et qu'il permet de se tenir informés sur les activités municipales, particulièrement pour ceux qui n'utilisent pas Internet ou ne consultent pas le journal Le Rappel.

Quelques préoccupations ont tout de même été exprimées, notamment en ce qui concerne **les distractions potentielles pour les automobilistes** et **la pertinence de l'emplacement pour ceux qui ne passent pas fréquemment devant**.

Éclairage nocturne : entre vigilance et acceptation

L'éclairage du panneau n'a pas suscité de rejet massif, mais plusieurs **citoyens ont tenu à rappeler l'importance de préserver la tranquillité nocturne**. Les commentaires suggèrent d'éviter les contenus à fond blanc trop lumineux, et d'orienter le panneau de manière à **limiter la pollution lumineuse**.

Une proposition récurrente : l'utilisation de **panneaux solaires** pour alimenter l'écran, afin de **réduire son impact écologique**.

Un contenu jugé pertinent par la population

La majorité des répondants ont évalué la pertinence du contenu entre **4 et 5 sur 5**, preuve que les messages diffusés rejoignent les préoccupations et l'intérêt de la population. L'outil est perçu comme **un bon complément aux moyens de communication existants**, notamment pour rappeler certains événements ou services offerts.

Un processus d'écoute apprécié

Au-delà des résultats, plusieurs citoyens ont salué le fait que la Municipalité les consulte dans ce genre d'initiative. Cela témoigne de la volonté de l'administration municipale de **travailler en collaboration avec sa communauté**, en adaptant ses outils aux besoins réels des résidents.

Et maintenant?

À la lumière des commentaires reçus, la Municipalité poursuivra l'ajustement du panneau afin d'optimiser son utilité tout en respectant la qualité de vie des citoyens. D'autres consultations pourront être tenues à l'avenir selon l'évolution des besoins en communication.

Restez à l'affût...



Développement

ERRATUM - Retour sur la soirée réseautage du comité de développement de Larouche



Le 5 juin dernier, le comité de développement de Larouche tenait sa soirée réseautage annuelle, un événement toujours attendu qui vise à rassembler les forces vives de la communauté entrepreneuriale de notre municipalité.

Cette année, les entrepreneurs ont été chaleureusement accueillis par Mme Rose-Marie Girard aux **Chalets Baie Cascouia**, un endroit empreint de charme et d'innovation. Anciennement camping municipal, le site a connu une transformation impressionnante au fil des ans. Il propose désormais un cadre enchanteur et accessible, grâce notamment **à un investissement majeur des propriétaires et** à la subvention de **Kéroul** ayant permis l'aménagement d'installations adaptées aux personnes à mobilité réduite.



La visite des lieux a permis aux participants de constater le potentiel touristique grandissant du secteur. En plus de l'hébergement, il est désormais possible de **louer des kayaks ou des pédalos** pour profiter pleinement des journées estivales sur le lac Kénogami, sans oublier l'accès à la **plage (\$)**, parfaite pour les familles et les amateurs de détente.

Cette soirée fut l'occasion idéale pour échanger, créer de nouveaux liens d'affaires et découvrir un modèle d'entrepreneuriat local inspirant.

Le comité de développement remercie chaleureusement Mme Girard pour son accueil exceptionnel et félicite l'ensemble des entrepreneurs présents pour leur dynamisme et leur contribution au rayonnement de Larouche.

PRÉSENTATION DES SERVICES LE 8 SEPTEMBRE DE 19H À 19H30 À L'HÔTEL DE VILLE DE LAROUCHE

LE TRAVAIL DE RUE EN BREF !

Le travailleur de rue, c'est un intervenant formé pour t'aider et t'écouter, peu importe ta situation. Au besoin, le travailleur de rue peut également te référer ou t'accompagner à divers services offerts!

Gratuit, confidentiel et anonyme.

Pour nous contacter :

Par téléphone

418 542-7536, 111

Ou via la messagerie Facebook



Loisirs et sports

Sentiers pédestres, secteur lac de l'Aqueduc

- Accès derrière l'école Du Versant, 777, rue Gauthier (stationnement disponible);
- Accès à pied à l'extrémité de la rue Gagné.
- Accès derrière l'hôtel de ville, 610, rue Lévesque (stationnement disponible).



| Activité | Couleur | Nom du sentier | Distance | Dénivelé | Durée |
|----------|---------|---------------------|-----------------------|------------|---------|
| | | Accès principal | 0,6 km (aller-retour) | 21 m ▲▼ | 9 min. |
| | | Accès secondaire | 0,1 km (aller) | 2 m ▲▼ | 3 min. |
| | | De la Croix | 0,2 km (aller) | 11 m ▲▼ | 4 min. |
| | | Du Belvédère | 1,0 km (boucle) | 62 m ▲▼ | 18 min. |
| | | Du Lac | 1,5 km (boucle) | 58 m ▲▼ | 29 min. |
| | | De l'hôtel de ville | 0,6 km (boucle) | 43 m ▲▼ | 15 min. |

Avertissements



Baignade interdite



Chasse interdite



Feux interdits



Véhicules motorisés interdits



Vélos interdits



Ramasser vos déchets



Garder votre animal en laisse



PÊCHE AU LAC DE L'AQUEDUC

La saison estivale de pêche au lac de l'Aqueduc se termine le 7 septembre prochain. Pour plus d'informations concernant cette activité, visitez notre site web sous l'onglet *Activités et loisirs* à la section [Pêche](#).



Loisirs et sports



UTILISATION DU TERRAIN DE TENNIS

Le terrain de tennis est disponible librement selon le principe « premiers arrivés, premiers servis ». Toutefois, lorsque des joueurs de tennis sont en attente pour prendre possession du terrain, nous suggérons aux utilisateurs de libérer le terrain de tennis après 1 heure de jeu en simple et 1h30 en double. **L'éclairage sera disponible gratuitement en soirée mais une réservation sera obligatoire pour l'ouverture des lumières.**

Les réservations seront reçues exclusivement lors des heures d'ouverture de l'Hôtel de ville, par courriel à loisirs@larouche.ca, par Messenger à www.facebook.com/loisirs.larouche ou par téléphone au 418 695-2201, 3605.

SAISON DE SOCCER 2025

Nous souhaitons remercier et féliciter tous les intervenants qui ont permis la réussite de la saison de soccer 2025. Nos sincères remerciements aux joueurs, parents, supporteurs ainsi qu'aux précieux partenaires et annonceurs. Nous soulignons spécialement l'implication de nos entraîneurs. Leur participation est essentielle à la réalisation de nos activités et nous les remercions du fond du cœur. Notre équipe d'entraîneurs étaient formée de Noémie Perron, Anthony Painchaud, Pascal Lapointe, Gabriel Fortin, Flavie Bouchard, Camille Fortin, Sacha Bédard, Ève Gilbert, Carolyn Jomphe, Stéphane Piveteau, Pascale Martel, Jade Belisle et Patrick Belisle.

Merci à tous et à l'an prochain!





The poster features a vibrant blue background with a sunburst pattern of rays emanating from the center. At the top left is a small logo for 'Municipalité des Loisirs de Larouche' with a colorful pinwheel. The date and time '17 SEPTEMBRE - 19H00' are in a red rounded rectangle. The word 'BINGO' is in large white letters. Below it, the venue 'Hôtel de ville de Larouche' and door opening time 'Ouverture des portes à 18h30' are listed. A red rounded rectangle below that says 'PLUS DE 400\$ EN PRIX'. In the center, event details are listed: '18 ans et plus', 'Cartes: 5\$ /livret', 'Marqueurs: 2\$ /chacun', 'Service de cantine', and 'Moitié - moitié'. The bottom of the poster is decorated with large, colorful bingo balls showing numbers 1, 4, 6, 5, and 9. A white banner at the bottom reads 'Suivez-nous sur Facebook : loisirs.larouche'.

17 SEPTEMBRE - 19H00

BINGO

Hôtel de ville de Larouche
Ouverture des portes à 18h30

PLUS DE 400\$ EN PRIX

18 ans et plus
Cartes: 5\$ /livret
Marqueurs: 2\$ /chacun
Service de cantine
Moitié - moitié

Suivez-nous sur Facebook : loisirs.larouche

Loisirs et sports

PROGRAMMATION

ACTIVITÉS DE LOISIRS

2025
2026



KARATÉ



Art martial contribuant au développement d'une meilleure concentration et au renforcement de la confiance en soi. Apprentissages de techniques d'auto-défense, karaté traditionnel et innovation. Pour hommes, femmes et enfants dès 5 ans.

Lieu : Hôtel de ville, salle 114.1 et 114.2
Horaire : lundi 18h à 19h (débutant)
lundi 19h à 20h (intermédiaire et avancé)
Début : lundi 8 septembre
Durée : 14 semaines (8 septembre au 8 décembre)
passage de grade le 15 décembre
Tarif : 175\$ (rabais familial de 50\$ à partir du 2e participant)
Frais suppl.: examen (35\$ et 25\$ à partir du 2e participant), dogi et équipements de protection (prix variable selon la grandeur)
Inscription : sur place le lundi 8 septembre dès 17h30
Information: Sensei Jean-François Laforge, 418 480-7220 ou Facebook
[@Jodan Karaté Larouche](#)

COURS DE DANSE COUNTRY & POP(ENFANTS, ADOS ET ADULTES)

Apprentissage d'une danse par semaine.

Lieu : Hôtel de ville, salle 114.1
Horaire : Aînés: 18h à 18h45 (si la demande est suffisante)
Niveau 1: 19h à 20h
Niveau 2: 20h à 21h
exceptionnellement: mercredi 3 septembre et 10 septembre ainsi que le 3 décembre et 10 décembre.
régulier: tous les jeudis.
Durée : 15 semaines (3 septembre au 18 décembre)
Tarif : 11\$ / 1 heure, 17\$ / 2 heures, gratuit: / 10 ans et moins accompagné d'un parent
*ARGENT COMPTANT SEULEMENT
Inscription: sur place et pour les aînés, par téléphone ou sur le sondage: <https://forms.office.com/r/xypdDSvHvh>
Informations: Catherine Maltais, 418 720-6902,
Page Facebook: <https://www.facebook.com/groups/25481024258179345/>



Loisirs et sports

ZUMBA KIDS JUNIOR (4-6 ANS) | ZUMBA KIDS (7-11 ANS) | ZUMBA ADULTE ET ÉTUDIANT



Sous les rythmes de la musique, petit comme plus grand pourra bouger, s'exprimer et s'amuser tout en développant sa concentration, motricité, confiance personnelle, mémoire, coordination et créativité. Garçons ou filles, tous aimeront bouger et danser avec énergie!

Danser et bouger aux rythmes de la musique pop et latine. Alliant cardio, préparation musculaire, équilibre, flexibilité, coordination et endurance, la zumba est idéale pour brûler des calories, garder la forme, s'amuser et atténuer le stress, le tout à votre rythme. Plaisir garanti !

Matériel requis : espadrilles, tenue sport et bouteille d'eau.

Lieu : Hôtel de ville, salle 138

Horaire : mercredi 18h à 18h30 (4-6 ans)

mercredi 18h45 à 19h30 (7-11 ans)

mardi 18h30 à 19h30 (adulte et étudiant)

Début : semaine du 9 septembre 2025

Durée : 14 semaines (9 septembre au 10 décembre)

Tarif : 85\$ /enfant (4-6 ans)

110\$ /enfant (7-11 ans)

130\$ /adulte et étudiant

Inscription : Isabelle Gagné, 581 574-1737 ou isallo@hotmail.com



LES PEINTRES DU MARDI



*Peinture libre pour tous. Peu importe votre niveau, venez peindre en bonne compagnie et échanger vos connaissances. **Apportez votre lunch pour dîner ensemble.***

Lieu : grande salle, centre communautaire

Horaire : mardi 8h30 à 15h30

Début : en continu

Tarif : gratuit

Information : Johanne Bergeron, 418 542-3873

VIACTIVE ET YOGA SUR CHAISE



Mise en forme pour hommes et femmes de 55 ans+. Marche, étirements et travail des muscles vous aideront à demeurer autonome. Tous les exercices se font debout ou sur chaise.

Lieu : Grande salle, Domaine de la Montagne, 649, rue Gagné

Horaire : lundi, mercredi et vendredi de 9h30 à 10h30

Début : lundi 8 septembre 2025

Tarif : gratuit

Inscription en continu: Francine Fortin, 418 590-0598

Loisirs et sports

HATHA-YOGA



Le YOGA est une activité qui s'adapte facilement aux personnes de tout âge et de toute condition. Maintenir la santé, améliorer l'équilibre et la concentration en guidant la personne vers une pratique donnant accès au bien-être. Démarche exprimée toute en douceur, afin que chaque personne atteigne de l'harmonie et du mieux-être dans la bienveillance et le respect de ses propres limites.

Matériel requis : tapis de sol, petit coussin, couverture légère et vêtements confortables.

Lieu : Hôtel de ville, salle 114.1
Horaire : mardi 13h30 à 15h
Début : mardi 2 septembre 2025
Durée : 10 semaines (2 septembre au 4 novembre)
15 semaines (2 septembre au 9 décembre)
Tarif : 190\$ /10 semaines (payable au 1er ou 2e cours)
230\$ /15 semaines (payable au 1er ou 2e cours)
Inscription : Carole Gauthier, 418 668-1717, carolelune11@gmail.com

CLUB DE BRAS DE FER LOUP-GAROU — 14 ANS ET MOINS | 15 ANS ET PLUS



L'aventure se poursuit pour le bras de fer à Larouche. La discipline est en pleine émergence au Québec et partout dans le monde. Le Club de bras de fer Loup-garou est affilié à l'Association de bras de fer du Québec (ABFQ). Viens découvrir ou pratiquer ce sport de manière sécuritaire et sous supervision. Que ce soit comme simple loisir ou pour compétitionner, le bras de fer est offert pour tous les niveaux. Il est possible d'y participer dès l'âge de 6 ans. Gros bras non requis! Seulement la bonne humeur et la détermination.

Lieu : centre communautaire, salle 304
Horaire : jeudi 19h
Début : en continu
Catégories : 14 ans et moins
15 ans et plus
Durée : session de 3 mois
Matériel : t-shirt du club : 25\$ (optionnel)
chandail à capuchon du club: 50\$ (optionnel)
Inscription : Frank Champigny, 418 321-8512
frankchampigny@gmail.com
Pour rejoindre le groupe Facebook : [Club de Bras de fer Loup-Garou](#)



Loisirs et sports

ATELIER DE FABRICATION DE MOUCHES



Une occasion pour échanger et apprendre les techniques de montage de mouches dans une ambiance amicale.

Matériel fourni pour fabriquer 2 mouches par soirée.

Lieu : Hôtel de ville, salle 137
Horaire : mercredi 18h30 à 20h30
Début : 15 octobre 2025 jusqu'à avril 2026
Tarif : 40\$ /session (essai gratuit)
Inscription : Alain Simard, 581 234-4222

LIGUE DE CORNHOLE



Que tu sois débutant ou expérimenté viens t'amuser!

Lieu : Larouche, salle à déterminer
Horaire : mardi 20h à 22h30
Début : mardi 30 septembre 2025
Durée : septembre à avril
Catégorie: débutant à expérimenté
Distance: 27 pieds
Exigence: installer l'application ScoreHolio
Tarif : 360\$/ équipe pour l'année
Information : page Facebook @CornholeSaguenay

CLUB 4-H DE LAROUCHE



Le Mouvement « Les Clubs 4-H du Québec » est un organisme à but non lucratif qui s'est donné pour mission de développer l'intérêt et les compétences des jeunes relativement à la nature, la forêt et l'environnement par des activités éducatives et de loisir dans le respect de la devise HONNEUR, HONNÉTÉTÉ, HABILITÉ ET HUMANITÉ.

Pour les jeunes de 6 à 8 ans

Lieu : 3^e étage, centre communautaire
Horaire : lundi 18h15 à 19h30
Début : 8 septembre 2025
Durée : 8 septembre au 11 mai 2026
Tarif : 150\$ (matériel inclus)
Paieement : virement bancaire au 418 812-4157
Inscription : <https://forms.gle/ftcrdHg9ajTq6Lwe8>
Information : Pascale Martel, 418 812-4157
club_4h_larouche@hotmail.com



Loisirs et sports

MAILLE & MERVEILLE (AVEC ISAÉCOLAINE)



Tricot, crochet ou autres... toutes les passions du fil sont les bienvenues ! Apportez vos accessoires, votre bonne humeur, et venez partager un moment chaleureux. Ensemble, on s'inspire, on apprend et surtout... on s'amuse !

Lieu : Hôtel de ville, salle 137
Horaire : 1er et 3e lundi du mois, 13h à 15h
2e dimanche du mois, 10h à 12h
Début : lundi 15 septembre 2025
Durée : 15 septembre au 13 décembre
Tarif : Gratuit
Matériel : Apportez vos accessoires, matériel disponible auprès d'IsaÉcolaine.

INITIATION À LA CONCEPTION GRAPHIQUE AVEC CANVA



Joins-toi à nous pour explorer la conception graphique grâce à la formidable application Canva. Cet outil de design et de publication en ligne te permettra de créer et de publier facilement des visuels pour les réseaux sociaux et différents documents tels que des affiches, des cartes d'affaire, des présentations et bien plus.

Lieu : Hôtel de ville, salle 114.3
Horaire : mardi 18h à 19h
Début : mardi 9 septembre 2025
Durée : 6 semaines (9 septembre au 14 octobre)
Tarif : Adulte ou duo parent-enfant: 120\$
Étudiant (16 ans et plus): 80\$
Matériel: Apportez votre ordinateur portable.
Inscription: Joanie Bouchard, 418-817-2714,
joaniebouchard1989@gmail.com,
paiement via virement Interac.



MONT-GYM |

Salle d'entraînement accessible 24/7

Lieu : Hôtel de ville, salle 212
Tarif régulier : 1 mois (35\$/mois), 2 mois ou plus (25\$/mois), puce d'accès (dépôt de 20\$)
Promotion: Un mois gratuit sur abonnement de 6 mois
3 mois gratuits sur abonnement de 12 mois

Informations diverses

BIBLIOTHÈQUE LUCETTE-DOUILLARD

Nouvel emplacement de la boîte à lire devant le Chalet des loisirs.



larouche@reseaubiblioslsj.qc.ca

418 695-2201 poste 3609

Pour agrémenter vos visites au Parc intergénérationnel, situé au 912, route des Fondateurs, vous aurez accès encore cette année au contenu de la « Boîte à lire ». Ces livres vous appartiennent, traitez-les avec respect et gardez-les si vous en avez envie!



*Les bénévoles de la bibliothèque vous recevront les mardis, en soirée seulement, du 1 juillet jusqu'au mardi 26 août inclusivement.

**GARE
À TA
SÉCURITÉ!**

ARRÊTER. REGARDER. ÉCOUTER.
VIVRE.

Semaine de la sécurité ferroviaire du 15 au 21 septembre 2025

Informations diverses



Ouverture officielle de la Maison des jeunes bientôt!

La **Maison des jeunes de Larouche** déménage dans ses nouveaux locaux situés au **625, rue Gauthier**.

Ouverte les mardis, jeudis et vendredis, de 18h à 20h aux jeunes de **11 à 17 ans**, la MDJ est un lieu dynamique et sécuritaire où ils peuvent se retrouver, s'amuser et participer à divers projets en lien avec la municipalité.

Restez à l'affût des activités et de la date d'ouverture officielle en suivant la page Facebook : **@Maison des jeunes de Larouche**.

Nous avons hâte de vous y voir!



Campagne de financement – Cercle de Fermières de Larouche

Participez à notre tirage et courez la chance de gagner l'un de ces magnifiques prix faits main avec soin et savoir-faire :



- 1er prix** : Un coffre artisanal d'une valeur de **1 000 \$**;
- 2e prix** : Un jeté en broderie suédoise – **valeur de 300 \$**;
- 3e prix** : Ensemble de 6 serviettes, torchons et lavettes à vaisselle – **valeur de 125 \$**;
- 4e prix** : Deux sacs d'épicerie tissés – **valeur de 50 \$**.

Tirage le 19 octobre 2025 à 11 h 30.

Procurez-vous vos billets dès maintenant auprès d'une membre du Cercle de Fermières ou contactez **Mme Louise Emond** au **418 547-4145**.

1 pour 2\$ - 3 pour 5\$ - livret (12) pour 20\$

Merci de soutenir nos artisanes locales et la transmission du patrimoine textile!