

Du **28** février  
au **8**  
mars

2020



**Semaine**  
de  
**relâche**  
en famille!

# concours

## la relâche en famille!

### **3 étapes faciles :**

1. Photographiez votre famille participant à l'une des activités proposées dans cette programmation;
2. Faites parvenir la photo via la messagerie de la page Facebook de COSMOSS Matapédia en y ajoutant vos coordonnées;
3. Courez la chance de gagner un ensemble cadeau comprenant des chèques-cadeaux et des laissez-passer pour diverses activités de la région. **Une valeur de plus de 150\$!**

**Fin du concours : le dernier dimanche de la semaine!**



## LUNDI 2 mars

### Glissade en tube

Au Parc régional de Val-d'Irène  
De 9h à 12h, gratuit pour tous!

### Patinage libre gratuit

**Amqui** : à l'aréna, de 13h15 à 15h15  
**Causapscal** : à l'aréna, de 13h à 15h  
+ Hockey libre, de 15h15 à 17h  
**Sayabec** : au centre sportif David-Pelletier, 15h à 16h

### Espace Familles

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte  
**Amqui** : au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h à 12h et 13h à 16h

### Bain libre gratuit

À la piscine d'Amqui, de 14h à 15h30, places limitées

### Initiation ski /planche à neige

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 13h à 15h, gratuit  
1h de leçon semi-privée dans la pente-école avec équipement complet fourni  
Inscription obligatoire au 418-629-3450 #1056

### La magie de la chimie

Spectacle pour les jeunes par Diffusion Mordicus  
À la salle Jean-Cossette d'Amqui, à 14h  
Gratuit pour les 3 ans et moins / 7\$ pour tous  
Collation santé gratuite sur place

### Bibliothèques

**Amqui** : 13h à 17h et 18h30 à 20h  
**Sainte-Florence** : 18h30 à 20h

### Initiation au Kung-fu et kick-boxing

À l'école Caron d'Amqui (porte 5), de 19h à 20h30  
Gratuit! Avoir un t-shirt et pantalon de jogging, pieds nus ou souliers d'intérieur

## MARDI 3 mars

### Fondue au chocolat et fruits frais avec le Parc des p'tits frileux

À l'Espace Familles d'Amqui  
au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h30 à 11h30  
2\$ par famille / 1\$ par enfant pour les garderies

### Camp de jour spécialisé sur la pêche

Du 3 au 5 mars à la Cédière de Val-Brillant, de 8h à 17h  
Formulaire d'inscription et tous les détails au [www.campingvalbrillant.com/val-o-vent](http://www.campingvalbrillant.com/val-o-vent)

### Glissade en tube

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 13h à 15h30  
Gratuit pour tous!

### Hockey libre 15 ans et plus

À l'aréna d'Amqui, de 10h15 à 11h15  
Équipement complet obligatoire

### Les débrouillards, expériences scientifiques

À l'école Ste-Marie de Sayabec, entrée 2, gratuit  
De 9h à 10h pour les 4 à 9 ans, accompagnés d'une personne de 16 ans et + / 10h à 11h pour les 10 ans et +  
Inscription (avant le 28 fév.) au 418-536-5440 # 1410

### Randonnée en traîneau à chiens

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 10h à 12h, gratuit  
Les enfants doivent être accompagnés obligatoirement d'un parent pour signer l'autorisation

### Les Espaces Familles

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte  
**Amqui** : au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 13h à 16h  
**Causapscal** : au 146, rue de la Fabrique, de 9h à 12h

### Patinages libres gratuits

**Amqui** : à l'aréna, de 13h15 à 15h15  
**Causapscal** : à l'aréna, de 13h à 15h  
+ Hockey libre, de 15h15 à 17h

### Vie et survie en forêt

Au parc municipal de Val-Brillant  
De 14h à 16h30, gratuit, pour les jeunes de 10 à 16 ans  
S'habiller chaudement.

### Bora Parc de Québec avec les MDJ

À apporter : un lunch ou de l'argent pour le dîner et le souper et ton matériel de baignade.  
Transport en autobus.  
**Sayabec** : À la Maison des jeunes de Sayabec, départ à 4h45 et retour dans les environs de 22h30. 20\$/jeune  
**Amqui** : À la Maison des jeunes d'Amqui, départ à 4h15 et retour dans les environs de 23h. 30\$/jeune  
Places limitées à 20 jeunes. Inscription avant le 25 fév.

### Pépé et Atchoum, ça promet

Spectacle pour les jeunes par Diffusion Mordicus  
À la salle Jean-Cossette d'Amqui, à 14h  
Gratuit pour les 3 ans et moins / 7\$ pour tous  
Collation santé gratuite sur place

### Bibliothèques

**Amqui** : 13h à 17h  
**St-Damase** : 18h30 à 20h  
**St-Noël** : 12h45 à 15h  
**Sayabec** : 14h à 16h  
**Val-Brillant** : 18h30 à 19h30

### Film sur écran géant

Au gymnase de l'école Ste-Marie de Sayabec, entrée 2  
À 14h, entrée gratuite, nouveauté du moment  
Cantine payante sur place

### Bain libre gratuit

À la piscine d'Amqui, de 14h à 15h30, places limitées

# MERCREDI

## 4 mars

### Cuisinez avec Mammy et Papy

À la salle des 50 ans et + d'Amqui, de 9h à 13h, gratuit

### Cinéma à petit prix

Au cinéma Figaro d'Amqui, à 10h, 3\$ par personne  
Film d'animation présenté : Abominable

### Bain libre gratuit

À la piscine d'Amqui, de 9h30 à 11h, places limitées

### Initiation ski /planche à neige

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 10h à 12h, gratuit  
1h de leçon semi-privée dans la pente-école avec équipement complet fourni. Inscription obligatoire au 418-629-3450 poste 1056

### Initiation au curling

À l'aréna de Causapscal, de 13h à 15h, gratuit  
Pour un essai familial ou individuel donné par le Club de curling de la Vallée. Équipement fourni  
Pour plus d'info : 418-756-3444 #1320

### Maria Cannelloni, spectacle en chanson

Par Diffusion Mordicus en collaboration avec la Ville d'Amqui, à la bibliothèque Madeleine-Gagnon, à 15h  
Gratuit, pour les jeunes, places limitées

**Bibliothèques : Amqui** : 10h à 11h30, 13h à 17h et 18h30 à 20h, **Albertville** : 13h à 14h, **Causapscal** : 13h à 15h30 et 18h30 à 20h + Exposition Le cirque, **St-Cléophas** : 19h à 20h30, **St-Florence** : 13h30 à 15h30, **St-Noël** : 18h30 à 20h30, **St-Vianney** : 18h30 à 19h30, **Sayabec** : 13h à 15h30 et 18h30 à 20h;

### Après-midi ciné-pop

Au Centre des loisirs de St-Noël, à 13h30, gratuit

### Spectacle de magie

Au Parc régional de Val-d'Irène, à 14h, gratuit pour tous! Plusieurs prix à gagner

### Patinages libres gratuits

**Causapscal** : à l'aréna, de 13h à 15h  
+ Hockey libre, de 15h15 à 17h

**Sayabec** : au centre sportif David-Pelletier, 13h30 à 15h

### Porte ouverte à la MDJ Amqui

À la Maison des jeunes, de 13h à 16h, gratuit  
Animation et surprises pour les 5 à 10 ans, aucune inscription

### Espace Familles

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte  
**Amqui** : au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h à 12h et 13h à 16h

### Atelier de chant choral parent et enfant

À la salle 122 du Centre récréoculturel d'Amqui, De 18h30 à 19h30, gratuit, pour des jeunes du primaire accompagnés de leur parent. Par les Voix de la Vallée.

### Randonnée aux flambeaux

Aux sentiers Mic-Mac (Sayabec), départ à 18h30, gratuit  
Apportez vos raquettes ou il est possible de marcher.  
Apportez vos lampes frontales. Feu de joie au retour

### Conte en pyjama

À la bibliothèque Quilit de Sayabec à 19h, gratuit

# JEUDI

## 5 mars

### Clinique Amis des bébés

#### L'importance de la lecture en bas âge

À l'Espace Familles d'Amqui, au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h à 10h30, gratuit, pour les mamans enceintes et parents avec leurs tout-petits

### Méga-Structures gonflables à Amqui

À la salle communautaire, de 10h à 15h, gratuit  
Enfants de 12 ans et moins accompagnés d'un adulte  
Aucune chaussure ne sera acceptée dans la salle  
+ **Zone Parents** sur place : Découvrez divers services dans la région sous forme de kiosques, tirages et lancement de la Politique familiale municipale d'Amqui

### Activités surprises avec Pico le clown

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 9h à 11h, gratuit  
Activités animées à l'extérieur

### Hockey libre 15 ans et plus

À l'aréna d'Amqui, de 10h15 à 11h15, gratuit  
Équipement complet obligatoire

### Espace Familles

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte  
**Causapscal** : au 146, rue de la Fabrique, de 9h à 12h

### Concours de château de neige

À la Maison des jeunes d'Amqui, à 13h30, gratuit  
Habillez-vous chaudement!

### Patinages libres gratuits

**Amqui** : à l'aréna, de 13h15 à 15h15  
**Causapscal** : à l'aréna, de 13h à 15h  
+ Hockey libre, de 15h15 à 17h

### Bingo cadeaux

Au centre communautaire de Sayabec, à 13h30  
1\$/carte et au dernier tour, nouvelle carte pour 1\$/ch

### Ballon sur glace

Au Parc A.-T.-Rostan, de 14h à 16h, gratuit  
Équipement fourni (par l'école Caron pour environ 30 enfants - idéalement 9 à 12 ans)

### Bingo Surprises

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 14h à 16h, gratuit pour tous! Plusieurs prix à gagner

### Soirée jeux de société

À la bibliothèque Bertrand-B.-Leblanc de Lac-au-Saumon De 18h30 à 20h, gratuit. Apportez vos jeux!

### Initiation au Kung-fu et kick-boxing

À l'école Caron d'Amqui (porte 5), de 19h à 20h30, Gratuit. Avoir un t-shirt et pantalon de jogging, pieds nus ou souliers d'intérieur

**Bibliothèques : Amqui** : 13h à 17h, **Causapscal** : 18h30 à 20h + Exposition Le cirque, **Lac-au-Saumon** : 18h30 à 20h, **St-Zénon-du-Lac-Humqui** : 18h30 à 20h30, **Val-Brillant** : 18h30 à 19h30

# VENDREDI

## 6 mars

### Yoga-conte

À la bibliothèque Bertrand-B.-Leblanc de Lac-au-Saumon À 10h, gratuit, lecture d'un conte et animation de yoga pour les enfants de 3 à 7 ans par Sylvie Morissette

### Bain libre gratuit

À la piscine d'Amqui, de 9h30 à 11h, places limitées

### Rallye raquette

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 10h à 11h30, gratuit  
Apportez vos raquettes. Plusieurs prix à gagner

### Espace Familles

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte  
**Amqui** : au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h à 12h

### Randonnée en traîneau à chiens

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 13h30 à 15h, gratuit. Les enfants doivent être accompagnés obligatoirement d'un parent pour signer l'autorisation

### Jeux gonflables à Sayabec

Au gymnase de la polyvalente, de 13h à 16h, gratuit  
Aucune chaussure dans la salle et cantine sur place

### La mystérieuse école

Spectacle pour les jeunes par Diffusion Mordicus à la salle Jean-Cossette d'Amqui, à 14h, gratuit pour les 3 ans et - 7\$ pour tous + sur place : animation avec l'**Escouade du livre** avant le spectacle et collation santé gratuite après!

### Bibliothèques

**Amqui** : 13h à 17h, **Saint-Léon** : 19h à 21h

### Patinages libres gratuits

**Amqui** : à l'aréna, de 13h15 à 15h15  
**Causapscal** : à l'aréna, de 13h à 15h  
+ Hockey libre, de 15h15 à 17h

### Ski au clair de lune

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 19h à 21h, 10\$  
Apportez votre lampe frontale et bâton lumineux!

### Soirée DJ extérieure

À la Cédrière de Val-Brillant, de 19h à 23h, gratuit, familiale  
Animation, feu de joie et plusieurs surprises

### Marche et raquette aux flambeaux

Au parc Tartigou de St-Noël, à 18h30, gratuit et feu de joie



## Mini-Beach Party : 28 février

À la salle communautaire d'Amqui, de 18h30 à 21h30, 5\$ par jeune de 5 à 12 ans. Danse, musique et activités WIXX Surveillants et service de cantine sur place. Apportez vos chaussures!

## Loop station Beatbox, conférence/prestation : 28 février

À la bibliothèque Madeleine-Gagnon d'Amqui par Rémy Geoffroy représentant du Canada au Championnat du monde à Berlin, de 19h à 20h, gratuit

## Carnaval de Ste-Marguerite : 28 février au 1<sup>er</sup> mars

Voir auprès de la municipalité pour les détails

## Au pays des merveilles, fermette : 29 février

Journée porte ouverte au 49, chemin du Kempt à St-Moïse De 10h à 16h, gratuit. Glissade (apportez vos traîneaux), animation, visite de la fermette, manipulation des petits animaux, randonnée de raquette (apportez vos raquettes), collation et breuvage santé, feu de joie et plus.

## Journée municipale gratuite de Lac-au-Saumon à Val-d'Irène : 29 février et 1<sup>er</sup> mars

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 9h à 15h, gratuit pour les résidents de Lac-au-Saumon : Remontée mécanique et glissade en tube

## Après-midi familiale à Sayabec : 29 février

**Glissade** : Derrière le centre communautaire, de 13h à 16h, gratuit Feu de joie, glissade (apportez vos traîneaux), musique et tire d'érable à 2\$  
**Tournoi de balle-molle** : Au terrain de balle-molle, à 13h, gratuit Inscription au 418-536-5440 #1410, équipe de 6 dont 2 jeunes de 16 ans et -

## Les Espaces Familles : 29 février

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte

**Amqui** : au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h à 12h et 13h à 16h

**Causapsal** : au 146, rue de la Fabrique, de 9h à 12h et 13h à 16h

## Bain libre : 29 février et 1<sup>er</sup> mars

À la piscine d'Amqui, de 13h30 à 15h, places limitées Gratuit 0-4 ans et 65 ans et plus / Entre 1,75\$ à 2,75\$ pour les 5 à 64 ans

## Raquette au clair de lune : 29 février

Au Parc régional de Val-d'Irène, départ à 19h en télésiège, 5\$ et gratuit pour les 5 ans et moins. Descente guidée. Apportez votre lampe frontale et bâton lumineux! Feux d'artifice, bouchées et musicien au retour

## Patinage libre à Amqui : 29 février

À l'aréna d'Amqui, de 18h20 à 19h50, gratuit

## Bibliothèques

**29 février** : **Amqui** : 13h à 16h, **Val-Brillant** : 10h30 à 12h

**1<sup>er</sup> mars** : **Val-Brillant** : 10h30 à 12h

## Clair de lune en ski de fond ou raquette : 1<sup>er</sup> mars

Avec le Club Harfang des neiges, gratuit, au 530, rang St-Philippe à Amqui Départ à 19h au local *Le Grand Pic* (salle de bain, tables, fartage et poêle à bois). Apportez vos équipements. Le trajet est déterminé à l'arrivée.

## Journée familiale de St-Vianney : 1<sup>er</sup> mars

**Glissade, feu de joie et surprises** : À la côte du Calvaire près de la côte de la Croix, de 13h à 15h30, gratuit, apporte ta bûche pour le feu et ton traîneau pour glisser!

**Lancement de la politique familiale avec chocolat chaud** :

À la salle du complexe Jean-Guy-Roy, de 15h30 à 16h, gratuit

## Patinage libre : 1<sup>er</sup> mars

**Amqui** : à l'aréna, de 11h10 à 12h30, gratuit

**Sayabec** : au centre sportif David-Pelletier, 14h45 à 16h15, gratuit

## Journée d'hiver d'Amqui : 7 mars

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 8h à 19h, gratuit pour les résidents d'Amqui : remontée mécanique, glissade, tire d'érable, animation, collation et prix de présence

## Val-O-Vent : 7 et 8 mars

**Activités familiales** : À la cédrière de Val-Brillant, tout est gratuit Jeux gonflables, fermette, promenade en calèche à cheval et partie de sucre  
**Tournoi de pêche sur glace** : Inscription 10\$ pour les 18 ans et + / 5\$ pour les 12-17 ans / gratuit pour les 11 ans et moins. Une foule de prix à gagner dont un prix spécial pour les inscriptions en famille d'une valeur de plus de 500\$

## Les Espaces Familles : 7 mars

Gratuit, salle de jeux 0-100 ans et parc récréatif intérieur pour les 0 à 6 ans accompagnés d'un adulte

**Amqui** : au 50, rue Ludger-Leblanc Nord, de 9h à 12h et 13h à 16h

**Causapsal** : au 146, rue de la Fabrique, de 9h à 12h et 13h à 16h

## Patinage libre gratuit : 7 et 8 mars

**Amqui 7 mars** : à l'aréna, de 11h10 à 12h30

**Amqui 8 mars** : à l'aréna, de 18h20 à 19h50

**Causapsal 7 mars** : à l'aréna, de 13h à 15h

**Sayabec 7 mars** : au centre sportif David-Pelletier, 10h30 à 12h

**Sayabec 8 mars** : au centre sportif David-Pelletier, 13h à 14h

## Pêche en herbe : 7 mars

À la Cédrière de Val-Brillant, de 9h à 11h et 13h à 15h, gratuit Places limitées à 30 jeunes de 9 à 12 ans (2 groupes de 15) Inscription obligatoire avant le 5 mars à midi au 418-742-3212 #1632 Permis de pêche et matériel remis aux jeunes gratuitement

## Initiation à la programmation et la robotique : 7 mars

À la bibliothèque d'Amqui par Karine Rioux, de 14h à 15h, gratuit 9 ans et plus et inscription obligatoire au 418-629-4242 # 1257

## Bain libre : 7 et 8 mars

À la piscine d'Amqui, 7 mars de 9h30 à 11h et 8 mars de 13h30 à 15h, place limitée Gratuit 0-4 ans et 65 ans et plus / Entre 1,75\$ à 2,75\$ pour les 5 à 64 ans

## Match de hockey « Tournée des célébrités » : 7 mars

À l'aréna de Causapsal, à 18h, gratuit pour les 12 ans et - / 20\$ pour les 13 ans et +

## Match de hockey avec la MDJ Amqui : 7 mars

Départ à 18h30 de la Maison des jeunes d'Amqui pour l'aréna de Causapsal pour la « Tournée des célébrités », coût 10\$. Inscris-toi avant le 25 février

**Bibliothèques : 7 mars** : **Amqui** : 13h à 16h, **Val-Brillant** : 10h30 à 12h  
**8 mars** : **Val-Brillant** : 10h30 à 12h

## Bingo-cadeaux : 7 mars

Au sous-sol de l'église de St-Noël, à 13h30, 2\$/carte et 5\$/3 cartes

## Ski au clair de lune : 7 mars

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 19h à 21h, 10\$ Apportez votre lampe frontale et bâton lumineux!

## Quilles et cinéma avec la MDJ : 7 mars

À la Maison des jeunes de Sayabec, départ pour Amqui à 18h30 et retour dans les environs de 23h. 10\$ par jeune

## Ski de fond et raquette gratuits : 8 mars

Avec le Club Harfang des neiges pour la Journée internationale des femmes Tire sur la neige, de 13h à 16h, à 4\$ par personne et 3\$ pour les 10 ans et moins

## Journée municipale gratuite d'Amqui à Val-d'Irène : 8 mars

Au Parc régional de Val-d'Irène, de 9h à 15h Gratuit pour les résidents d'Amqui : remontée mécanique et glissade en tube

# AUSSI les patinoires extérieures gratuites

**Albertville** : Vendredi de 19h à 21h, samedi de 13h à 16h et de 19h à 21h, dimanche de 13h à 16h

**Amqui** à la Patinoire P.-L.-Hallé du Parc A.-T.-Rostan :  
Lundi au vendredi de 16h à 21h, samedi et dimanche de 13h à 21h

**Lac-au-Saumon, St-Alexandre, St-Tharcisius et St-Vianney** :  
En tout temps

**St-Cléophas** : Dimanche au jeudi de 8h à 21h, vendredi et samedi de 8h à 22h

**St-Damase** : Vendredi de 18h30 à 21h, samedi de 13h30 à 16h30 et 18h30 à 21h30, dimanche de 13h30 à 16h

**St-Marguerite** : Tous les jours de 8h à 23h

**St-Florence** : Voir la page Facebook

**St-Léon** : Lundi au jeudi de 18h à 21h, vendredi de 18h à 22h, samedi de 13h à 21h, dimanche de 13h à 17h

**St-Moïse** : Mercredi et jeudi de 18h à 21h, vendredi de 18h à 22h, samedi de 13h à 16h et 18h à 22h, dimanche de 13h à 16h et 18h à 21h

**St-Noël** : Jeudi de 18h30 à 21h, vendredi de 18h30 à 21h30, samedi de 13h30 à 16h et 18h30 à 21h30, dimanche de 13h30 à 16h et 18h30 à 21h

**Val-Brillant** : Mercredi au samedi de 18h à 21h, samedi et dimanche de 13h à 16h

## AUSSI en tout temps!

### **Club de ski de fond Mont-Climont** :

Au 45, rue du Noviciat à Lac-au-Saumon, de 10h à 16h, prix sur place  
Ouvert toute la semaine ([www.facebook.com/groups/montclimont](http://www.facebook.com/groups/montclimont))

- Ski de fond, raquette et glissade
- Services d'accueil et de fartage sur place
- Location d'équipements sur place
- Pour connaître l'état des pistes : 418-778-3664

### **Parc régional de Val-d'Irène** :

Ouvert toute la semaine : [www.valdi.ski](http://www.valdi.ski)

- L'accès aux sentiers de raquette et ski de fond est gratuit pour tous
- La montagne et la glissade en tube sont gratuites en tout temps pour les enfants de 5 ans et moins
- L'accès à la *Pente-école* est gratuit pour tous
- La glissade en tube est ouverte de 9h à 12h et de 13h à 15h30
- Gratuit tous les jours : Collation santé et prix de participation

### **Club de ski de fond Harfang des Neiges (Ski de fond et raquette)** :

Au 530, rang St-Philippe à Amqui, de 10h à 15h30, ouvert toute la semaine  
10\$ pour le ski et 2\$ pour la raquette / tout est gratuit pour les 18 ans et moins durant la relâche / gratuit pour les femmes le 8 mars  
Local *Le Grand Pic* comprend salle de bain, tables, fartage et poêle à bois  
Apportez vos équipements

### **Activités extérieures de Val-Brillant** :

Disponibles toute la semaine, de 13h à 16h, gratuit

- Glissade sur tube dans une glissade aménagée. Tube fourni
- Essais de fatbike dans les sentiers du parc des Bois et Berges.  
Casques et vélos fournis