



L'Informateur

Bulletin d'information de Saint-Placide

SPÉCIAL ACTIVITÉS DE LOISIR - HIVER 2019



INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS DE LOISIR – HIVER 2019

Du vendredi 11 janvier 2019, 9 h
au mercredi 23 janvier 2019, 16 h

Il nous fait plaisir de vous présenter la programmation des activités de loisir de la Municipalité de Saint-Placide pour la session hiver 2019. Nous vous rappelons que vous pouvez communiquer au 450 258-2305 pour toute information supplémentaire, commentaire ou suggestion.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Les inscriptions se déroulent principalement **en ligne** par le biais du site sécurisé d'inscriptions de la Municipalité de Saint-Placide. Un service gratuit d'accès à internet est offert à la bibliothèque pour les citoyens qui ne sont pas abonnés à ce service. **Il est également possible de compléter un formulaire d'inscription papier et de déposer le paiement au bureau municipal pendant les heures régulières d'ouverture**, soit du lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 16 h 30 et le vendredi de 8 h 30 à 12 h. Aucune inscription et/ou réservation ne sera prise par téléphone sauf si indiqué.

PRIORISATION DES INSCRIPTIONS

Pour certaines activités, le nombre d'inscriptions est limité. Ainsi, la priorité est accordée au premier résident inscrit. En conséquence, l'inscription d'un non-résident sera confirmée à la fin de la période d'inscription. **Aucune inscription n'est acceptée après le début de la session.**

FRAIS POUR INSCRIPTION TARDIVE

Dès le jeudi 23 janvier 2019, il ne sera plus possible de s'inscrire en ligne et des frais de 25 \$ seront appliqués automatiquement pour toute inscription à une activité.

ANNULATIONS OU MODIFICATIONS AU PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Le service des loisirs se réserve le droit d'annuler toute activité pour laquelle le minimum de participants requis n'est pas atteint. En pareil cas, les frais d'inscription, s'il y a lieu, sont remboursés en totalité.

MODALITÉS DE PAIEMENT

Les frais d'activités sont payables en entier au moment de l'inscription, en argent comptant, par chèque (*un chèque distinct par activité libellé à l'ordre de Municipalité de Saint-Placide*) ou par paiement direct en ligne auprès de l'institution financière DESJARDINS. Il est également possible d'émettre un chèque postdaté à la date du premier cours. Toutefois, le chèque doit être acheminé au bureau municipal au plus tard le 23 janvier 2019.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Les frais d'inscriptions aux activités de loisir ne sont pas remboursables sauf en cas d'annulation de grille horaire effectuée par la Municipalité.

NOUVEAUTÉS 2019

GRANDS JEUX SPORTIFS

*Organisés en extérieur
en fin d'après-midi
afin de faire bouger les jeunes
de 5 à 8 ans et 9 à 12 ans !*

SCIENCE EN FÊTE

*L'activité est de retour
pour les 5 à 12 ans !*

INITIATION AU JOGGING

Passez à l'action !






ENTRAÎNEMENT CARDIO-MUSCULAIRE

*Faites d'une pierre deux coups !
Les cours de Cardio+ et Tonus musculaire sont maintenant fusionnés
en une seule activité !*



Pour vous inscrire aux activités de loisir cette saison,
visitez notre site internet sécurisé au www.saintplacide.ca

COURS POUR ENFANTS ET ADOLESCENTS

<p>ACTIVITÉ « NERF » 11 à 15 ans</p> <p>L'activité « Nerf » est une belle occasion pour les enfants de venir dépenser leur surplus d'énergie. Encadrés par des adultes, les enfants devront user de stratégie et de coopération pour vaincre l'équipe adverse.</p> <p><u>Les participants devront apporter leur propre « fusil NERF » et porter obligatoirement des souliers fermés à semelles blanches et des lunettes de protection.</u></p> <p>Les lundis, du 28 janvier au 29 avril 2019, de 18 h 45 à 19 h 45 À l'École de l'Amitié Relâche(s) : 4 mars et 22 avril 2019</p> <p>Responsable : Mme Josée Desroches</p> <p>12 semaines</p> 	<p>Coût résident : 17 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 20 \$</p> <p>Coût non-résident : 25 \$</p> <p>Minimum 8 participants Maximum 16 participants</p>
<p>GRANDS JEUX SPORTIFS 5 À 8 ans *** NOUVEAUTÉ***</p> <p>Jeux actifs extérieurs préparés par une éducatrice spécialisée. Plusieurs sports expérimentés tels que hockey, soccer, jogging, obstacles, parcours, tague, etc... En cas de pluie, l'activité se déroulera au gymnase de l'École.</p> <p>Les lundis, du 4 février au 15 avril 2019, de 14 h 45 à 15 h 45 À l'École de l'Amitié Relâche(s) : 4 mars 2019</p> <p>Professeur : Cindy Turbide</p> <p>10 semaines</p> 	<p>Coût résident : 50 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 60 \$</p> <p>Coût non-résident : 70 \$</p> <p>Minimum 11 participants Maximum 15 participants</p>
<p>GRANDS JEUX SPORTIFS 9 à 12 ans *** NOUVEAUTÉ***</p> <p>Jeux actifs extérieurs préparés par une éducatrice spécialisée. Plusieurs sports expérimentés tels que hockey, soccer, jogging, obstacles, parcours, tague, etc... En cas de pluie, l'activité se déroulera au gymnase de l'École.</p> <p>Les mardis, du 5 février au 16 avril 2019, de 14 h 45 à 15 h 45 À l'École de l'Amitié Relâche(s) : 5 mars 2019</p> <p>Professeur : Cindy Turbide</p> <p>10 semaines</p> 	<p>Coût résident : 50 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 60 \$</p> <p>Coût non-résident : 70 \$</p> <p>Minimum 11 participants Maximum 15 participants</p>
<p>SCIENCE EN FÊTE 6 à 12 ans *** NOUVEAUTÉ***</p> <p>Des mélanges et des textures fascinantes attendent les participants. Nouveaux ateliers sur des thèmes différents chaque semaine. Que tous les passionnés de science, d'expériences et de découvertes se tiennent prêts, car ce programme leur réserve plusieurs surprises!</p> <p>Les dimanches, du 17 février au 14 avril 2019, de 10 h à 11 h Au centre communautaire Relâche(s) : 3 mars 2019</p> <p>Offert par les animateurs d'Air en fête</p> <p>8 semaines</p> 	<p>Coût résident : 80 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 105 \$</p> <p>Coût non-résident : 120 \$</p> <p>Minimum 12 participants Maximum 18 participants</p>
<p>KARATÉ - KENPO DÉBUTANT 5 ans et plus</p> <p>Élève le niveau de concentration, permet d'apprendre à se défendre, permet d'acquérir une discipline et d'augmenter son rendement scolaire. Prévoir l'achat d'un kimono kenpo (noir) au coût de 50 \$ payable au professeur.</p> <p>NOUVEAUTÉ—Afin de maximiser l'apprentissage, les jeunes ayant déjà obtenu leur ceinture jaune sont invités à un cours de 90 minutes plutôt que 60 minutes.</p> <p>Les vendredis, du 1^{er} février au 12 avril 2019, de 18 h 30 à 19 h 30 (ou 20 h pour ceintures jaunes et plus) À l'École de l'Amitié Relâche(s) : Aucune</p> <p>Professeur: M. Philippe Brabant</p> <p>10 semaines</p> 	<p>Coût résident : 65 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 80 \$</p> <p>Coût non-résident : 90 \$</p> <p>Minimum 10 participants Maximum 18 participants</p>

COURS POUR ENFANTS et ADOLESCENTS (SUITE)**ÉCOLE DU PETIT MONDE****3 à 5 ans**

Jeux, activités d'éveil et de sociabilisation. Places limitées. Un minimum de 5 enfants est requis pour démarquer un groupe. Maximum 6 enfants par groupe. **L'enfant doit être propre et autonome pour la toilette afin d'être admis.** Réunion de parents le 28 février 2019. Présentation devant les parents en fin de session.

Les mardis et mercredis, du 12 mars 2019 au 22 mai 2019, 8 h 45 à 11 h 45

Au centre communautaire

Relâche(s) : 22 avril et 20 mai 2019

Professeure: Mme Gynet Rhéaume

10 semaines

**Coût résident :** 181,25 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

Coût résident Oka: 236,25 \$**Coût non-résident :** 270 \$

Minimum 5 participants

Maximum 6 participants

COURS POUR ADULTES**BADMINTON LIBRE**

Amateurs de badminton, venez vous amuser et vous dépenser en toute amitié. Horaire flexible entre les plages horaires de 19 h 30 et 21 h.

Les mardis, du 29 janvier 2019 au 16 avril 2019, de 19 h 30 à 21 h

À l'école de l'Amitié

Relâche(s) : Aucune

Superviseur: M. Benoît Jean

12 semaines

**Coût résident :** 17 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

Coût résident Oka: 20 \$**Coût non-résident :** 25 \$

Minimum 8 participants

Maximum 16 participants

ENTRAÎNEMENT CARDIO-MUSCULAIRE**(Fusion des cours Cardio+ et Tonus musculaire)**

Un circuit avec intervalles cardio entrecoupés de travail musculaire. Période d'étirements à la fin. Prévoir bouteille d'eau, serviette et souliers de course.

Les lundis, du 28 janvier au 13 mai 2019, de 18 h 30 à 19 h 30

À la salle Jean-Paul-Carrières

Relâche(s) : 22 avril 2019

Professeure: Mme Marie-Christine Faubert

15 semaines

**Coût résident :** 45 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

Coût résident Oka: 50 \$**Coût non-résident :** 60 \$

Minimum 8 participants

Maximum 20 participants

HOCKEY COSOM LIBRE ADULTE

Joutes amicales dans une ambiance décontractée.

Les jeudis, du 31 janvier au 18 avril 2019, de 19 h à 21 h

À l'École de l'Amitié

Relâche(s) : Aucune

Superviseur: M. Louis-Philippe Richer

12 semaines

**Coût résident :** 17 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

Coût résident Oka: 20 \$**Coût non-résident :** 25 \$

Minimum 8 participants

Maximum 12 participants

INITIATION AU JOGGING

Apprentissage, à l'extérieur, de la technique de course. Évolution des intervalles de course et de marche au fil des semaines. Prévoir un imperméable en cas de pluie. Cours annulés sur place en cas d'orage.

Les jeudis, du 21 mars au 6 juin 2019, de 19 h à 20 h

Au parc Adélaïde-Paquette

Relâche(s) : Aucune

Professeur: Mme Cindy Turbide

12 semaines

**Coût résident :** 50 \$

Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

Coût résident Oka: 60 \$**Coût non-résident :** 70 \$

Minimum 11 participants

Maximum 15 participants

PILATES DE JOUR

Permet d'étirer ce qui est tendu, de renforcer ce qui est faible et d'améliorer la posture, la respiration, l'équilibre et la conscience de son corps.

Les mercredis, du 30 janvier au 15 mai 2019, de 11 h à 12 h

À la Salle Jean-Paul-Carrières

Relâche(s) : 17 avril 2019

Professeure : Mme Denise Greggain

15 semaines

**Coût résident :** 90 \$




Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix

Coût résident Oka: 120 \$**Coût non-résident :** 135 \$

Minimum 11 participants

Maximum 20 participants

COURS POUR ADULTES (SUITE)

<p>YOGA SUR CHAISE</p> <p>Yoga sur chaise propose des postures (asana) assises ou debout à l'aide d'une chaise pour tous ceux qui veulent découvrir cette science millénaire. A travers le Yoga sur chaise, la concentration, la mémoire, la flexibilité et le calme intérieur sont améliorés. Convient à ceux qui souffrent de maux de dos, de genoux, d'épaules ou autres.</p> <p>Les mardis, du 5 février au 9 avril 2019, de 9 h 30 à 10 h 30 À la Salle Jean-Paul-Carières Relâche(s) : Aucune</p> <p>Professeure : Mme Guylaine Lagacé</p> <p>10 semaines</p>		<p>Coût résident : 75 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 95 \$</p> <p>Coût non-résident : 105 \$</p> <p>Minimum 10 participants Maximum 15 participants</p>
<p>YOGA 15 ans et plus</p> <p>Le bien du corps, de l'âme et de l'esprit.</p> <p>Les jeudis, du 31 janvier au 18 avril 2019, de 18 h 30 à 19 h 30 Au centre communautaire Relâche(s) : Aucune</p> <p>Professeure : Mme Guylaine Lagacé</p> <p>12 semaines</p>		<p>Coût résident : 85 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 110 \$</p> <p>Coût non-résident : 125 \$</p> <p>Minimum 10 participants Maximum 12 participants</p>
<p>ZUMBA GOLD</p> <p>Zumba adapté à une clientèle débutante ou ayant besoin d'un cours léger en intensité, avec moins de sauts et adapté à leur condition physique. Plaisir garanti !</p> <p>Les jeudis, du 31 janvier au 23 mai 2019, de 9 h 30 à 10 h 30 À la Salle Jean-Paul-Carières Relâche(s) : 7 mars et 18 avril 2019</p> <p>Professeure : Mme Cloé Girard</p> <p>15 semaines</p>		<p>Coût résident : 90 \$ Après aide financière consentie par la compagnie Les Emballages Lacroix</p> <p>Coût résident Oka: 120 \$</p> <p>Coût non-résident : 135 \$</p> <p>Minimum 12 participants Maximum 30 participants</p>

**LES ESPACES LIBRE ACTION SONT DE RETOUR
À SAINT-PLACIDE****ACTIVITÉ PARENT-ENFANT**

L'Espace libre action offre **gratuitement** aux familles de notre région, **une salle et du matériel** afin que les enfants puissent jouer librement pendant les saisons où le parc est moins facile d'accès. Ce beau projet découle de la démarche de la « Voix des parents » et est rendu possible grâce à l'implication du regroupement Tandem 0-6 ans.

**Tous les vendredis,
du 11 janvier au 26 avril 2019,
de 9 h à 11 h 30,
à la Salle Jean-Paul-Carières.**

Aucune inscription requise

**LE PROGRAMME VIE ACTIVE SE POURSUIT GRATUITEMENT
DANS NOTRE COMMUNAUTÉ**

Les lundis, de 10 h à 11 h, à la Salle Jean-Paul-Carières

Du 21 janvier au 13 mai 2019

Relâche le 15 et 22 avril 2019.

Aucune inscription requise

Pour informations :

Jean Chaput (450 258-3763) ou Diane Byers (450 528-0515)

