



CLIN D'ŒIL SUR LA VIE MUNICIPALE

MUNICIPALITÉ DE SAINT-PIERRE-DE-L'ÎLE-D'ORLÉANS

Volume 44 – Août 2018

Édition loisirs

Activités libres dans la municipalité

La pratique du golf

Pour le plaisir des citoyens, nous offrons une nouvelle activité depuis l'été 2016, un espace pour pratiquer le golf. Un grand filet adapté pour ce sport et des tapis sont installés spécialement pour venir pratiquer vos techniques de golf! Situé au fond du terrain de balle de la municipalité, cet espace est disponible et gratuit en tout temps. Apportez vos balles et vos bâtons!

Avis aux passionnés

Vous donnez des cours, animez des activités sportives, culturelles ou artistiques? Que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur, nous sommes présentement en période de recherche afin de trouver des formateurs passionnés d'une discipline et qui aimeraient l'enseigner ou l'animer, ici à Saint-Pierre.

Programmation des loisirs pour l'automne

Le conseil municipal se joint à moi pour vous inviter à profiter de vos installations sportives en vous offrant l'occasion de bouger, et ce, à proximité de la maison.

Profitez-en, inscrivez-vous!

Sylvain Bergeron
Maire

Activités artistiques

ACTIVITÉ	DESCRIPTION/ENSEIGNANT	HORAIRE	COÛT	LIEU
----------	------------------------	---------	------	------

Initiation aux arts du cirque 5ans +	Bienvenue à tous les apprentis clowns, jongleurs et acrobates. Nous offrons des activités de cirque amusantes, favorisant le développement moteur des enfants. De l'initiation à la jonglerie jusqu'à l'acrobatie, chaque enfant y trouvera plaisir et accomplissement. <i>Émilie Thibault</i>	Mardi, 18h à 19h 18 sept. au 20 nov. 10 semaines	85\$	Gymnase École Saint-Pierre
Tricot Tous	Cours de tricot à l'aiguille (broche). S'adresse aux débutants et intermédiaires. Développement assuré de votre créativité! <i>Odette Gosselin Maranda</i>	Mercredi, 18h30 à 20h30 19 sept. au 21 nov. 10 semaines	95 \$	Bibliothèque Oscar-Ferland Saint-Pierre
Peinture	Cours de peinture adapté à tous les niveaux. <i>Cathy Lachance</i>	Mardi, 19h à 21h30 2 oct. au 4 déc. 10 semaines	200\$	LogiSport Saint-Pierre
Photographie	Base de la photographie : cadrage, exposition, profondeur de champ. Trois grands principes d'expositions : vitesse, ouverture et iso. Fonctionnement des différentes fonctions du boîtier. Pratique sur le terrain, extérieur ou intérieur. <i>Sébastien Girard</i>	Dimanche 9h30 à 10h30 23 sept. au 25 nov. 10 semaines	175\$	LogiSport Saint-Pierre & extérieur

Activités éducatives, sociales et culturelles

Anglais Débutant	Pour ceux qui ont très peu de connaissances en anglais. Vous apprendrez d'abord la base : le vocabulaire, la grammaire, les temps de verbe, comment formuler des phrases et améliorer votre capacité à converser. <i>Shirley Fair</i>	Mercredi, 13h15 à 14h45 ou Mercredi, 18h à 19h30 19 sept. au 5 déc. 12 semaines	115 \$ 1 x semaine (Achat d'un livre à prévoir)	
Anglais Intermédiaire	Pour ceux capables de tenir une conversation de base en anglais. Venez pratiquer votre anglais tout en conversant. Lectures, certaines particularités de l'anglais, révision de structures grammaticales et temps de verbe avancés. <i>Shirley Fair</i>	Jedi, 13h15 à 14h45 ou Jedi, 18h à 19h30 20 sept. au 6 déc. 12 semaines	115 \$ 1 x semaine (Achat d'un livre à prévoir)	
Espagnol Débutant (Possibilité intermédiaire)	Pour ceux qui ont peu de connaissance de cette langue. Vous découvrirez l'alphabet, des notions de vocabulaire, verbes être et verbes du 1er groupe (ar-er-ir), formulation de phrases simples et les phrases clés pour voyager. <i>Marie-Pier Normand</i>	Lundi, 18h30 à 20h 17 sept. au 19 nov. 10 semaines	120\$	LogiSport Saint-Pierre
Cuisine collective	Cuisiner une multitude de recettes simples et économiques en petits groupes.	À déterminer en groupe Activité mensuelle Septembre à décembre	Inscription gratuite Coût relié aux recettes	LogiSport Saint-Pierre
Gardiens avertis 11 ans et +	Apprentissage des techniques de base en secourisme et des compétences nécessaires pour prendre soins des enfants, prévenir les urgences et y répondre.	Samedi, 6 octobre 8h30 à 16h30	60 \$	Hôtel de ville Saint-Pierre
Maison des jeunes Île d'Orléans	Lieu de rencontre animé pour les jeunes de 12 à 17 ans. Les intervenants-animateurs travaillent à développer le potentiel personnel et social des jeunes en leur proposant divers projets et activités.	Horaire sur le site Internet de la MDJ	Gratuit	LogiSport Saint-Pierre

Activités Sportives

Cheerleading 5 ans +	Viens t'initier aux différentes techniques de base du cheerleading. Tu apprendras ce qui compose une chorégraphie de cheerleading et explorera plusieurs mouvements. <i>Marie-Andrée Morel</i>	Mercredi 17h30 à 18h30 19 sept. au 5 déc. 10 semaines	85\$	Gymnase École Saint-Pierre
Danse Hip-Hop et Jazz 5 ans et +	Apprentissage des techniques de danse et chorégraphie de style hip-hop et jazz en deux parties pour la session. <i>Sandrine Roberge</i>	Jedi, 18h à 19h 19 sept. au 6 déc. 12 semaines	95\$	LogiSport Saint-Pierre
Remise en forme 50 ans et +	Programme doux, efficace et sécuritaire visant l'amélioration de votre musculature et de votre cardio par des exercices adaptés. Amélioration de la posture et du tonus musculaire. <i>Cathy Lam</i>	Mercredi, 9h30 à 10h30 19 sept. au 5 déc. 12 semaines	95\$	LogiSport Saint-Pierre & extérieur
	Méthode d'entraînement japonaise fractionnée de périodes de hautes	Lundi, 18h30 à 19h25		Gymnase

Tabata axé Kickboxe	intensités (cardio et musculation) combinées avec de courts moments de repos, enchaînés plusieurs fois. <i>Marilyne Pronovost</i>	17 sept. au 3 déc. 12 semaines	95\$	École Saint-Pierre
Circuit Entraînement	Périodes d'exercices cardio et musculaires. Entraînement complet visant l'amélioration de la puissance et de la force musculaire en utilisant des stations. Routines et exercices variant d'une semaine à l'autre. <i>Marilyne Pronovost</i>	Lundi, 19h30 à 20h30 17 sept. au 3 déc. Et Mercredi, 18h30 à 19h30 19 sept. au 5 déc. 12 semaines	95\$	Gymnase École Saint-Pierre
Yoga-Pilates	Relie la tonicité du corps (souplesse et force) et l'harmonie de celui-ci avec le souffle. Fusion du yoga et du pilates. <i>Marilyne Pronovost</i>	Mercredi, 19h30 à 20h30 19 sept. au 5 déc. 12 semaines	95\$	LogiSport Saint-Pierre

Activités de détente

Yoga Tous	Explorer des postures favorables au bien-être. Par l'union du corps, du souffle et de l'esprit, diminue les tensions, le stress et améliore la qualité de votre sommeil et de votre santé profonde. <i>Annie Gagnon</i>	Mardi, 18h45 à 20h 11 sept. au 27 nov. 12 semaines	155\$+tx <i>Payer à l'ordre de Yogaxpansion</i>	LogiSport Saint-Pierre
Yoga 60 ans +	Explorer des postures favorables au bien-être. Par l'union du corps, du souffle et de l'esprit, diminue les tensions et le stress et améliore la qualité de votre sommeil et de votre santé en général. <i>Annie Lauzon</i>	Vendredi, 9h30 à 10h45 14 sept. au 30 nov. 12 semaines	155\$+tx <i>Payer à l'ordre de Yogaxpansion</i>	LogiSport Saint-Pierre
Yoga Enfant-Parent 2 ans +	Aux enfants et parents qui désirent explorer des postures de yoga et d'équilibre de façon ludique et stimulante. Donnera à votre enfant des outils pour apprendre à se calmer, respirer et améliorer sa concentration. <i>Annie Lauzon</i>	Dimanche : L'horaire sera disponible le 4 septembre <i>*Les groupes seront formés selon les âges.</i>	Cours à l'unité 20\$ 1 Enfant et 1 parent 30 \$ 2 enfants et 1 parent 35 \$ 2 enfants et 2 parents Les 4 cours 70 \$ 1 Enfant et 1 parent <i>Payer à l'ordre de Yogaxpansion</i>	Hôtel de ville Saint-Pierre
Yoga sur chaise	Venez faire du yoga à l'aide d'une chaise. Des mouvements qui aideront à améliorer votre mobilité, à développer la souplesse musculaire et à renforcer votre système immunitaire. <i>Paule Laperrière</i>	Lundi, 9h30 à 10h30 17 septembre au 4 déc. 12 semaines	120\$	LogiSport Saint-Pierre

Période d'inscription du 15 août au 14 septembre

Veillez remplir la fiche (inscription loisirs) disponible au secrétariat municipal ou la télécharger sur le site Web de la municipalité et l'acheminer avant le premier cours à :

Mélanie Bourdeau Giroux

Coordonnatrice des activités de loisirs et culturelles

418-828-2855 poste 5

mbgiroux@stpierreio.ca