



CLIN D'ŒIL SUR LA VIE MUNICIPALE

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

Volume 47 – Décembre 2018

Édition Loisirs

Programmation des loisirs pour l'hiver 2019

Nouveau système d'inscription aux loisirs

Pour la session d'hiver 2019, la municipalité s'est dotée d'un tout nouveau système d'inscription en ligne par le biais de son site internet. Il vous suffit de suivre le lien « **Inscription** » en sélectionnant **Programmation des loisirs et inscriptions de l'onglet Services de la municipalité**. La première étape est de créer votre compte afin de pouvoir vous inscrire aux cours. Sélectionnez la rubrique **Activités** et mettez dans votre panier autant d'activités que vous le désirez. Le système entrera en fonction à compter du 12 décembre prochain.

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 Sans +	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.	Mercredi, 18h30 à 19h30 16 janvier au 20 mars 10 semaines	95\$	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 11h 20 janvier au 24 mars 10 semaines	190\$	LogiSport Saint-Pierre & extérieur

Activités éducatives, sociales et culturelles

Anglais Débutant (Jour ou soir)	Cours de conversation 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>	Judi, 13h15 à 14h45 ou Judi, 18h à 19h30 17 janvier au 4 avril 12 semaines	150 \$ 1 x semaine (Achat d'un livre à prévoir)	LogiSport Saint-Pierre
Anglais Intermédiaire (Jour ou soir)	Venez mettre votre anglais à l'épreuve et suivre la deuxième étape d'apprentissage. Nous irons plus loin avec les points de grammaire, les temps de verbe et la conversation en répondant aux besoins spécifiques des élèves.	Mercredi, 13h15 à 14h45 ou Mercredi, 18h à 19h30 16 janvier au 3 avril 12 semaines	150 \$ 1 x semaine (Achat d'un livre à prévoir)	LogiSport Saint-Pierre

	Cours de conversation. <i>Shirley Fair</i>			
Espagnol Débutant	Pour les gens 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 14 janvier au 1 avril 12 semaines	150 \$	LogiSport Saint-Pierre
Espagnol Intermédiaire	Conçu pour ceux qui ont déjà une bonne base de cette langue. Les temps du passé, du futur proche et beaucoup de discussions. <i>Marie-Pier Normand</i>	Mardi, 18h30 à 20h 15 janvier au 2 avril 12 semaines	150\$	LogiSport Saint-Pierre
Cuisine collective	Cuisiner une multitude de recettes simples et économiques en petits groupes.	Activité mensuelle – Date convenue en groupe Rencontre de planification le mardi 19h et cuisine le jeudi de 12h à 17h dans la même semaine.	Inscription gratuite Coût relié aux recettes divisé en groupe	LogiSport Saint-Pierre
Maison des jeunes Île d'Orléans	Lieu de rencontre pour les adolescents sur une base volontaire. 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

Activité Sportives

Cardio-Boxe	Entraînement inspiré de la boxe sous forme de stations. Vous deviendrez adeptes de coordination, d'agilité et de vitesse. À la fois cardiovasculaire et musculaire. Défioulant et explosif	Lundi, 18h30 à 19h25 14 janvier au 1 avril 12 semaines	115\$	Gymnase École Saint-Pierre
Combo Entraînement	Périodes d'exercices cardio et musculaires mariant les techniques d'entraînement d'intervalles et de stations. Entraînement idéal pour obtenir des résultats rapidement. Routines et exercices variant d'une semaine à l'autre.	Lundi, 19h30 à 20h25 14 janvier au 1 avril 12 semaines	115 \$	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>	Mardi, 18h à 19h 15 janvier au 2 avril 12 semaines	115\$	LogiSport Saint-Pierre
Ski de fond	Sentier de ski de fond de 12 km accessible gratuitement à tous les résidents. Un chalet muni d'un poêle à bois, de tables à pique-nique et d'une toilette sèche se trouve à 6 km du point de départ.		Gratuit	Stationnement entre le 627 et le 637 Route Prévost
X-Fitt	Combinaison d'exercices cardiovasculaires et musculaires présentée par des intervalles. À demande énergétique élevée, des variantes vous seront proposées afin de réaliser les exercices selon votre niveau. Travaille l'endurance, la force et la vitesse par des exercices explosifs. <i>Marilyne Provost</i>	Mercredi, 18h30 à 19h25 16 janvier au 3 avril 12 semaines	115\$	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>Cathy Lam</i>	Mercredi, 19h30 à 20h25 16 janvier au 3 avril 12 semaines	115\$	Gymnase École Saint-Pierre
---------------------	--	--	--------------	--------------------------------------

Activités de détente

Halta Yoga Tous	Permet de réunir les différents plans de l'être : le plan mental, le plan physique et le plan émotionnel. Vise à apaiser l'esprit et à établir une harmonie intérieure. Combinaison de postures, d'exercices de respiration, de relaxations et de méditations guidées.	Mardi, 19h15 à 20h30 16 janvier au 3 avril 12 semaines	130\$	Hôtel de ville Saint-Pierre
Yoga 60 ans +	Un yoga doux adapté pour les 60 ans et plus. Tous sont bienvenus même si moins de 60 ans.	Vendredi, 9h30 à 10h45 18 janvier au 5 avril 12 semaines	130\$	LogiSport 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, 14h30 à 15h30 14 janvier au 1 avril 12 semaines	120\$	Logisport Saint-Pierre

Période d'inscription jusqu'au 10 janvier 2019

Mélanie Bourdeau Giroux
Coordonnatrice service des loisirs et culture
 418-828-2855 poste 5
mbgiroux@stpierreio.ca