



Programmation des loisirs intermunicipaux – Printemps 2020

PÉRIODE D'INSCRIPTION : VENDREDI 10 AVRIL AU VENDREDI 24 AVRIL 12H

Inscription : Pour cette session-ci, elles se font uniquement en ligne avec une carte de crédit. Pour ce faire, allez sur <http://eastman.quebec/loisirs-arts-et-culture/loisirs-intermunicipaux/>, cliquez sur l'onglet « Inscription », cliquez sur « Lien pour inscription en ligne » et faites votre réservation; prendre note que le paiement ne sera autorisé qu'à partir du 27 avril, date à laquelle les cours sont confirmés. Sinon, appelez Mélanie au 450-297-3440, poste 130 et elle vous aidera à faire votre inscription en ligne.

Rabais sur inscription :

- **Aide financière** s'adresse à tout résident des 5 municipalités qui a un faible revenu ou qui éprouve des difficultés financières en ce moment : appelez au 450-297-3440, poste 130 pour en profiter !
- **Rabais de 10%** applicable sur l'inscription à une 2^e activité pour un participant ou pour un 2^e membre d'une même famille, et ce, sur l'activité la moins chère

Frais de non-résident : Aucun frais de non-résident n'est appliqué cette session-ci, alors invitez vos proches à participer !

Frais de retard : À partir du 1 mai, 10% seront ajoutés sur les frais d'inscription.

Essai gratuit : Possibilité d'essai lors du 1^{er} cours si elle démarre suite au 24 avril.

Confirmation des cours : Dès le vendredi 24 avril 13h, seules les personnes inscrites à des activités n'ayant pas atteint le nombre minimal de participants seront jointes par courriel.

Cours annulé : Si l'activité n'est pas accessible pour toute raison majeure (panne électrique, etc.), le cours sera annulé et vous recevrez un courriel ou un texto en ce sens. S'il n'est pas repris, un crédit pourra être fait.

Annulation par le participant : Les remboursements sont effectués sur demande écrite selon l'office de la protection du consommateur et la date de réception de la demande fait office de date de référence pour le calcul du remboursement.

Lieu de l'activité : Cette session-ci, les cours auront lieu en ligne dans le confort de votre foyer! La pandémie nous empêchant de réunir les gens en personne, et bien ce sera fait par visioconférence en temps réel! Voir au verso pour les détails

Pour toutes questions, communiquez avec Mélanie au 450-297-3440, poste 130

Voici la marche à suivre pour un cours à distance :

POUR UNE TABLETTE OU UN CELLULAIRE :

- Téléchargez l'application Zoom dans l'APPSTORE pour un Ipad / Iphone ou bien dans le PLAYSTORE pour toute autre marque. Par la suite, suivez les instructions ci-dessous :
- 1) Allez sur le site <https://zoom.us/>
 - 2) Sélectionnez « Se joindre à une réunion » en haut à droite
 - 3) Entrez le numéro de votre classe qui vous sera envoyé une fois que le cours sera confirmé : vous pourrez arriver dans la séance 10 minutes avant le début du cours pour vous permettre de bien vous installer et de faire un peu de social avec les autres personnes si vous le désirez
 - 4) Autorisez Zoom à accéder à votre caméra et à votre micro
 - o Si vous n'avez pas de caméra sur votre appareil, vous pouvez tout de même suivre le cours, mais les autres participants et l'intervenant ne pourront pas vous voir
 - o Si vous n'avez pas de micro sur votre appareil, vous pouvez tout de même suivre le cours, mais vous ne pourrez pas parler aux autres participants et à l'intervenant ; si vous n'entendez pas de son, assurez-vous que votre appareil n'est pas muet («mute»)
 - o En tout temps, vous pouvez désactiver votre vidéo et votre micro en cliquant sur ces icônes en bas à droite

Pour optimiser l'expérience :

- Si vous avez plusieurs appareils, prenez celui qui possède le plus grand écran. Vous pouvez également relier votre appareil (tablette, ordi, téléphone) à votre téléviseur à l'aide d'un câble HDMI
- Installez-vous idéalement dans une pièce fermée de petite dimension afin que le son soit meilleur
- Votre micro sera activé dès votre arrivée (à moins que vous ne l'ayez fermé), mais l'intervenant le fermera lorsque le cours va débiter pour le rouvrir à la fin de la séance pour que vous puissiez échanger entre vous.

PROGRAMMATION DES LOISIRS PRINTEMPS 2020

LUNDI	Espagnol niveau 3	16h-17h	11 mai au 3 juin	- / 96 \$	Geneviève Codère
	2 cours par semaine (lundi et mercredi) / 16 ans et + / min 6-max 16 / cours donné en espagnol seulement, alors niveau conversation et bonne compréhension / contenu et devoir envoyés par courriel				
	Espagnol niveau 1	17h30-18h30	11 mai au 3 juin	- / 96 \$	Geneviève Codère
2 cours par semaine (lundi et mercredi) / 16 ans et + / min 6-max 16 / avec ou sans base de l'espagnol à travers des lectures à voix haute, de la grammaire, des verbes et des dialogues / contenu et devoir envoyés par courriel					
Espagnol niveau 2					
19h-20h00 11 mai au 3 juin - / 96 \$ Geneviève Codère					
2 cours par semaine (lundi et mercredi) / 16 ans et + / min 6-max 16 / apprentissage du temps des verbes par des mises en situation, des jeux et des lectures de textes à voix haute / contenu et devoir envoyés par courriel					
MARDI	Tai Ki Gong ★	13h30-16h30	28 avril au 21 mai	- / 226 \$	Lolita Dalpé
	2 cours par semaine (mardi et jeudi) / 16 ans et + / min 12 / www.taikigong.com / réfléchir au processus de nourriture-émotion-pensée ; apprendre les techniques de longévité-entretien de vie de la médecine traditionnelle chinoise ; être dans le moment présent avec la Méditation-Qigong-Taichi ; être accompagné au processus durable "Santé à tous âges"				
Tonus 360					
17h30-18h15 28 avril au 16 juin 46 \$ / 53 \$ Mélanie Savoie					
8 cours / 13 ans et + / min 8 / Exercices par groupe musculaire (bras / jambes / ceinture)					
MERCREDI	Espagnol niveau 3	16h-17h	11 mai au 3 juin	- / -	Geneviève Codère
	Espagnol niveau 1	17h30-18h30	11 mai au 3 juin	- / -	Geneviève Codère
	Espagnol niveau 2	19h-20h00	11 mai au 3 juin	- / -	Geneviève Codère
JEUDI	Tai Ki Gong	13h30-16h30	28 avril au 21 mai	- / -	Lolita Dalpé
	Tai-Chi et Qi Gong	18h30-19h30	30 avril au 18 juin	46 \$ / 53 \$	Philippe Daviet
8 cours / 13 ans et + / min 8 / art martial chinois exécuté avec lenteur / www.eastertownshipstaichi.com					

Le 1^{er} montant est le coût pour les 15 ans et - / Le 2^{ème} est pour les 16 ans et + (taxes incluses)

Nouveau cours ★

Pour en savoir plus, consultez la section "Nos spécialistes" à www.eastman.quebec/loisirs-arts-et-culture/activites-sportives/