



# POLITIQUE DE SAINES HABITUDES DE VIE

AFIN DE PERMETTRE LE DÉVELOPPEMENT ET LE MAINTIEN D'UNE SAINES ALIMENTATION ET D'UN MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF, LA MUNICIPALITÉ D'EASTMAN A ADOPTÉ UNE « POLITIQUE DES SAINES HABITUDES DE VIE » QUE VOICI :

## 1. La municipalité d'Eastman entretient des infrastructures de loisirs et de jardinage

- La **rivière Missisquoi-Nord** (promenade en embarcation à propulsion humaine)
- La **route verte 1 / La Montagnarde** (sentier multifonctionnel 4 saisons)
- Le **jardin communautaire** (espace individuel pour jardiner)
- Le **Parc des Sports** (balle molle, soccer, patinoire, pickleball, tennis, etc.) et le Parc Normand (balle molle, tennis)
- Le **Parc Missisquoi-Nord** et les sentiers Vertendre (promenade / randonnée)

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/loisirs-et-culture/attraits/parcs/>

## 2. La municipalité d'Eastman promeut une belle offre de loisirs via les loisirs intermunicipaux

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/loisirs-et-culture/activites/loisirs-intermunicipaux/>

## 3. La municipalité d'Eastman a signé une entente intermunicipale avec la ville de Waterloo

L'objectif de cette entente est d'offrir la chance à ses citoyens de pouvoir inscrire leur(s) enfant(s) au hockey mineur et également de pouvoir profiter d'une offre complémentaire en loisirs (en plus de celle des loisirs intermunicipaux)

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/loisirs-et-culture/activites/entente-waterloo/>

#### 4. La municipalité d'Eastman offre un remboursement de 50%

Sur les frais de surtaxe des activités offertes par les organismes de la ville de Magog (mais non offertes par la municipalité d'Eastman), soit :

- **Balle molle/baseball** (seulement pour les catégories non offertes par Eastman)
- **Gymnastique**
- **Hockey**
- **Patinage artistique**
- **Nage synchronisée**
- **Soccer** (seulement les catégories U11 et U12 régional, ainsi que les catégories U13 à U16)

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/loisirs-et-culture/activites/surtaxe/>

#### 5. La municipalité d'Eastman offre un remboursement à l'achat d'une carte annuelle

- Abonnement annuel au **Parc national du Mont-Orford** (PNMO) : rabais de 50%;
- Abonnement annuel (individuel ou familial) aux **Sentiers de l'Estrie** : rabais de 50%
- Abonnement annuel à tous les **parcs de la SÉPAQ** : montant équivalent au 50% de l'abonnement annuel au PNMO

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/loisirs-et-culture/activites/carte-annuelle/>

#### 6. La municipalité d'Eastman offre 1 passe par famille

Une seule fois dans la saison pour le **ski et golf Orford**

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/loisirs-et-culture/activites/mont-orford/>

#### 7. La municipalité d'Eastman promeut ses partenaires en lien avec une alimentation saine et durable, et des activités de loisirs

- **Club la Missisquoise** (Cuisines collectives Memphrémagog et minigym fonctionnel dès janvier 2022)
- **La Barouette**
- **Le Centre d'action bénévole Missisquoi-Nord** (CABMN) (Programmes P.I.E.D., vieactive, etc.)
- Le **Frigo communautaire Eastman**
- Le **Marché Public Eastman**
- **Les Serres Simard**
- **Marie-Noëlle Fontaine** (kinésiologue)
- **Spa Eastman**

Pour plus d'informations <https://eastman.quebec/repertoire/>

#### 8. La municipalité a mis sur pied un comité dédié au transport actif

