

ENTENTE INTERMUNICIPALE - HIVER 2023

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE REMBOURSEMENT Une preuve de résidence est requise pour s'inscrire. Une carte de citoyen ou une carte de non-résident d'une ville de la MRC de Thérèse-De Blainville est obligatoire pour s'inscrire aux activités des villes suivantes : Blainville, Rosemère et Sainte-Thérèse. Veuillez communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir des renseignements et pour l'inscription. Les lieux des activités seront indiqués au moment de l'inscription. Les modalités de remboursement sont celles en vigueur dans la municipalité qui offre l'atelier.

Ville	Date	Lieu d'inscription	Renseignements
BLAINVILLE	À compter du 12 décembre à 19 h	Par Internet ou au Centre récréoaquatique 190, rue Marie-Chapleau (Blainville) J7C 0E7	Programmation et inscription au www.blainville.ca Carte de non-résident requise pour l'inscription, disponible gratuitement au Centre récréoaquatique de Blainville 450 434-5275
BOIS-DES-FILION	À compter 6 janvier à 9 h	Par Internet ou au Service des loisirs, culture et vie communautaire 479, boulevard Adolphe-Chapleau (Bois-des-Filion) J6Z 2L1	Programmation et inscription au www.villebdf.ca 450 621-1460, poste 2101
BOISBRIAND	À compter du 10 janvier à 9 h	Par téléphone ou au Service des loisirs 940, Grande-Allée (Boisbriand) J7G 2J7	Programmation disponible au www.ville.boisbriand.qc.ca 450 437-2727
LORRAINE	À compter du 5 décembre à 9 h	Par Internet ou au Service des loisirs 29, boulevard De Gaulle (Lorraine) J6Z 3W9	Programmation et inscription au www.ville.lorraine.qc.ca 450 621-8550, poste 275
ROSEMÈRE	À compter du 22 novembre à 19 h	Par internet ou au Service des loisirs 325, chemin de la Grande-Côte (Rosemère) J7A 1K2	Carte de non-résident requise pour l'inscription, disponible gratuitement à la bibliothèque de Rosemère Programmation et inscription au www.ville.rosemere.qc.ca 450 621-3500, poste 7380
SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	À compter du 25 novembre à 9 h	Par Internet ou au Service des loisirs 139, boulevard Sainte-Anne (Sainte-Anne-des-Plaines) J5N 3K9	Programmation disponible au www.villesadp.ca 450 478-0211, poste 2016
SAINTE-THÉRÈSE	À compter du 14 décembre à 9 h	Par Internet : 14 décembre à compter de 9 h En personne : 21 décembre à compter de 9 h Service de la culture et des loisirs, Maison du Citoyen 37, rue Turgeon (Sainte-Thérèse) J7E 3H2	450 434-1440, poste 2540 www.sainte-therese.ca

Notez que la liste complète des cours offerts dans le cadre de l'entente intermunicipale peut être consultée en ligne au <https://ville.lorraine.qc.ca/loisirs-et-culture/programmation-tarif-et-inscription> (onglet « Programmation des activités »).

ATELIERS POUR ADULTES - ENTENTE INTERMUNICIPALE - HIVER 2023

Activité	Préalable	Date	Jour	Heure	Coût	Ville
Aïkijujitsu (autodéfense) Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	18 h à 19 h	85 \$ ± 80 \$ pour l'uniforme et le matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Aïkijujitsu (autodéfense)	Aucun	28 janvier (12 semaines)	Samedi	11 h 30 à 12 h 30	85 \$ ± 80 \$ pour l'uniforme et le matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Aînés branchés 50+ Tablettes et téléphones Android	Posséder une tablette ou un téléphone Android	1 mars (6 semaines)	Mercredi	8 h 30 à 11 h 30	100 \$ et le participant doit être membre de la FADOQ	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Aînés branchés 50+ Tablettes et téléphones Apple	Posséder une tablette ou un téléphone Apple	11 janvier (6 semaines)	Mercredi	8 h 30 à 11 h 30	100 \$ et le participant doit être membre de la FADOQ	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Aînés branchés 50+ Facebook et Messenger pour téléphones, tablettes et ordinateurs	Posséder une tablette, un téléphone ou un ordinateur portable et maîtriser les fonctions de base	12 avril (3 semaines)	Mercredi	8 h 30 à 11 h 30	55 \$ et le participant doit être membre de la FADOQ	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Anglais Conversation	Débutant 3 ou équivalent	27 janvier (12 semaines)	Vendredi	9 h 30 à 11 h 30	160 \$ + 20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Anglais Débutant 1	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h 30 à 11 h 30	160 \$ + 20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Anglais Débutant 1	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	19 h à 21 h	160 \$ + 20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Anglais Débutant 2	Débutant 1 ou équivalent	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	13 h 30 à 15 h 30	160 \$ + 20 \$ comptant pour le matériel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Aquarelle Avancé		11 janvier (12 semaines)	Mercredi	9 h 30 à 12 h 30	181 \$ + matériel	ROSEMÈRE

Aquarelle Débutant et Intermédiaire		10 janvier (12 semaines)	Mardi	12 h 30 à 15 h 30	181 \$ + matériel	ROSEMÈRE
Atelier culinaire - Chocolat de Saint-Valentin	Aucun	12 février (1 atelier)	Dimanche	9 h à 12 h	30 \$ (Ado) 45 \$ (Adulte)	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Atelier culinaire - Gâteau de Pâques	Aucun	26 mars (1 atelier)	Dimanche	9 h à 12 h	30 \$ (Ado) 45 \$ (Adulte)	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Atelier photo avec cellulaire	Aucun	19 février (1 atelier)	Dimanche	13 h à 16 h	35 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Cardio 50 + Tous	Aucun	23 janvier (10 semaines)	Lundi	9 h 30 à 10 h 30	115 \$	BOIS-DES-FILION
Cardio-raquette Tous	Aucun	18 janvier (10 semaines)	Mercredi	19 h à 20 h	125 \$	LORRAINE
Cardio-tonus Tous	Aucun	24 janvier (10 semaines)	Mardi	19 h à 20 h	115 \$	BOIS-DES-FILION
Cardio-stretching Tous	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h 15 à 20 h 15	130 \$	BOISBRIAND
Circuit Nature 50 + Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h 30 à 10 h 30	85 \$ Apportez votre tapis ou une serviette	SAINTE-THÉRÈSE
Conditionnement physique pour 50 ans et mieux	Aucun	10 janvier (10 semaines)	Mardi	9 h 15 à 10 h 15	65 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Conditionnement physique pour 50 ans et mieux	Aucun	12 janvier (10 semaines)	Jeudi	9 h 15 à 10 h 15	65 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Danse country en ligne Débutant	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	18 h 30 à 19 h 35	105 \$	BOISBRIAND
Danse country en ligne Intermédiaire	Avoir suivi le cours Débutant	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h 45 à 20 h 50	105 \$	BOISBRIAND
Danse country Débutant	Aucun	23 janvier (14 semaines)	Lundi	19 h à 20 h 15	84 \$	BOIS-DES-FILION
Danse country Débutant	Aucun	25 janvier (14 semaines)	Mercredi	19 h à 20 h	75 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Danse country Intermédiaire	Avoir suivi le cours Débutant	23 janvier (14 semaines)	Lundi	19 h 30 à 20 h 45	84 \$	BOIS-DES-FILION
Danse country Intermédiaire	Débutant	25 janvier (14 semaines)	Mercredi	20 h 15 à 21 h 15	75 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Danse country partenaires Débutant	Aucun	24 janvier (14 semaines)	Mardi	19 h à 20 h 15	84 \$	BOIS-DES-FILION

Danse country partenaires Intermédiaire	Avoir suivi le cours Débutant	24 janvier (14 semaines)	Mardi	19 h 30 à 20 h 45	84 \$	BOIS-DES-FILION
Danse latine Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h 30 à 20 h 30	85 \$	SAINTE-THÉRÈSE
Danse latine Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	18 h à 19 h	85 \$	SAINTE-THÉRÈSE
Dessin général Intermédiaire Crayon couleur - Fusain - Pastel sec	Débutant ou équivalent	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	13 h 30 à 16 h 30	235 \$ ± 100 \$ de matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Dessin gravure Débutant	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	9 h à 12 h	235 \$ ± 100 \$ de matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Dessin Modèle vivant, nu et habillé Débutant Aquarelle - Encre - Fusain - Acrylique	Dessin Débutant ou équivalent en lien avec les arts visuels	23 janvier (12 semaines)	Lundi	13 h 30 à 16 h 30	300 \$ ± 100 \$ de matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Dessin Modèle vivant nu et habillé Débutant Médiums libres - Poses longues	Dessin Débutant ou équivalent en lien avec les arts visuels	23 janvier (12 semaines)	Lundi	18 h à 20 h	200 \$ ± 100 \$ de matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Dessin Portrait Débutant et Intermédiaire	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	9 h à 12 h	235 \$ ± 100 \$ de matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Espagnol Débutant 1	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 15 h 30	160 \$ + 40 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Espagnol Débutant 1	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	19 h à 21 h	160 \$ + 40 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Espagnol Débutant 2	Débutant 1 ou équivalent	24 janvier (12 semaines)	Mardi	19 h à 21 h	160 \$ + 40 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Espagnol Débutant 3	Débutant ou équivalent	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h 30 à 11 h 30	160 \$ + 40 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE

Espagnol Intermédiaire 3	Intermédiaire 2 ou équivalent	24 janvier (12 semaines)	Mardi	9 h 30 à 11 h 30	160 \$ + 20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Essentrics Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	18 h à 19 h	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Essentrics 50+ Débutant avec base	Avec base	23 janvier (12 semaines)	Lundi	11 h à 12 h	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Essentrics 50+ Débutant avec base	Avec base	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	12 h 15 à 13 h 15	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Essentrics Dynamique 50+ Avec expérience	Pour gens actifs	23 janvier (12 semaines)	Lundi	8 h 30 à 9 h 30	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Essentrics Dynamique 50+ Avec expérience	Pour gens actifs	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	8 h 30 à 9 h 30	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Français 1	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 15 h 30	160 \$ + 20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Français 2	Français 1	24 janvier (12 semaines)	Mardi	19 h à 21 h	160 \$ +20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Français Conversation	Pouvoir s'exprimer un peu en français	26 janvier (12 semaines)	Vendredi	9 h 30 à 11 h 30	160 \$ +20 \$ comptant pour le manuel, payable au professeur	SAINTE-THÉRÈSE
Guitare (cours particuliers) Débutant Intermédiaire Avancé	Aucun	7 janvier (12 semaines)	Samedi ou dimanche	Selon l'horaire du professeur, entre 9 h et 17 h	Coût à déterminer avec le professeur	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Le laboratoire vocal de Samanta	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h 30 à 21 h	100 \$ (Ado) 170 \$ (Adulte) Spectacle à la fin de la session. Livre d'exercices inclus.	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Marche-exercices 50+	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi ou jeudi	10h à 11h	140 \$	BOISBRIAND
Peinture à l'huile Niveau 3	9 à 12 ans d'expérience continue	11 janvier (12 semaines)	Mercredi	13 h à 15 h 30	166 \$ + matériel	ROSEMÈRE

Peinture à l'huile Niveaux 1 et 2	0 à 8 ans d'expérience continue	12 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h à 11 h 30	166 \$ + matériel	ROSEMÈRE
Peinture à l'huile Niveau 4	Plus de 12 ans d'expérience continue	10 janvier (12 semaines)	Mardi	9 h à 11 h 30	166 \$ + matériel	ROSEMÈRE
Peinture à l'huile et acrylique Tous	Aucun	18 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h à 21 h 30	135 \$ plus matériel	BLAINVILLE
Peinture à l'huile et acrylique Débutant	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	18 h à 20 h	160 \$ ± 100 \$ de matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Photographie Niveau 1 - Initiation Tous	Posséder un appareil photo numérique ayant les réglages manuels	16 janvier (10 semaines)	Lundi	19 h à 21 h 45	185 \$	BLAINVILLE
Photographie Niveau 2 - Intermédiaire et Avancé Tous	Posséder un appareil photo numérique ayant les réglages manuels	18 janvier (5 semaines)	Mercredi	19 h à 21 h 45	100 \$	BLAINVILLE
Pilates Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	18 h à 19 h	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Piyoga Tous	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	18 h à 19 h	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Powercross Tous	Aucun	24 janvier	Mardi ou jeudi	19 h 30 à 20 h 30	100 \$	BOISBRIAND
Stretching tonus 50+	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	10 h à 11 h	130 \$	BOISBRIAND
Tae kwon do Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h à 20 h	85 \$ ± 80 \$ pour l'uniforme et le matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Tae kwon do Tous	Aucun	28 janvier (12 semaines)	Samedi	12 h 30 à 13 h 30	85 \$ ± 80 \$ pour l'uniforme et le matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Tai-chi Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	20 h à 21 h	85 \$ ± 80 \$ pour l'uniforme et le matériel	SAINTE-THÉRÈSE

Tai-chi Tous	Aucun	28 janvier (12 semaines)	Samedi	13 h 30 à 14 h 30	85 \$ ± 80 \$ pour l'uniforme et le matériel	SAINTE-THÉRÈSE
Terre cuite Tous	Aucun	23 janvier (10 semaines)	Lundi	13 h à 15 h 30	130 \$	BLAINVILLE
Terre cuite Tous	Aucun	23 janvier (10 semaines)	Lundi	19 h à 21 h 30	130 \$	BLAINVILLE
Tonus musculaire et étirements 50+ Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 14 h 30	85 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Tricot	Aucun	19 janvier (10 semaines)	Jeudi	19 h à 21 h	60 \$ (Ado) 80 \$ (Adulte) Matériel à acheter selon le projet choisi	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Yin yoga Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	13 h 30 à 15 h	110 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Yoga Tous	Aucun	30 janvier (6 semaines)	Lundi	18 h 30 à 19 h 45	110 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Yoga Tous	Aucun	30 janvier (6 semaines)	Lundi	20 h à 21 h 15	110 \$	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES
Yoga-balles Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	11 h à 12 h	85 \$ + 25 \$ pour les balles (payable au professeur) -Apportez vos balles -Apportez votre tapis et une serviette	SAINTE-THÉRÈSE
Yoga dynamique Tous	Aucun	26 janvier (10 semaines)	Jeudi	18 h 15 à 19 h 15	100 \$ Apportez votre tapis	BOIS-DES-FILION
Yoga extra détente Tous	Aucun	26 janvier (10 semaines)	Jeudi	19 h 30 à 20 h 30	100 \$ Apportez votre tapis	BOIS-DES-FILION
Yoga flow doux Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 14 h 45	130 \$	BOISBRIAND
Yoga Hatha Flow	Base en yoga	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h 30 à 20 h 45	130 \$	BOISBRIAND
Yoga Hatha Débutant	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h 15 à 20 h 45	110 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Yoga Hatha Intermédiaire	Débutant	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	19 h 30 à 21 h	110 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Yoga 50+ Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	15 h 30 à 17 h	110 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE

Yoga 50+ Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	15 h 30 à 17 h	110 \$ Apportez votre tapis	SAINTE-THÉRÈSE
Zumba Tous	Aucun	26 janvier (10 semaines)	Jeudi	18 h 30 à 19 h 30	115 \$	BOIS-DES-FILION
Zumba or Débutant avec base	Avec base	25 janvier (12 semaines)	Lundi	12 h 15 à 13 h 15	85 \$	SAINTE-THÉRÈSE
Zumba or Intermédiaire	Débutant	23 janvier (12 semaines)	Lundi	9 h 45 à 10 h 45	85 \$	SAINTE-THÉRÈSE
Zumba or Intermédiaire	Débutant	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	9 h 45 à 10 h 45	85 \$	SAINTE-THÉRÈSE
Zumba Or toning avec petits poids Tous	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	11 h à 12 h	85 \$	SAINTE-THÉRÈSE