

# ENTENTE INTERMUNICIPALE - HIVER 2023

**MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE REMBOURSEMENT** Une preuve de résidence est requise pour s'inscrire. Une carte gratuite de citoyen ou une carte de non-résident d'une ville de la MRC de Thérèse-De Blainville est obligatoire dans les villes suivantes : Rosemère, Sainte-Thérèse et Blainville. 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, 9 h	Par Internet ou au Centre récréoaquatique 190, rue Marie-Chapleau (Blainville) J7C 0E7	Programmation et inscription au <a href="http://www.blainville.ca">www.blainville.ca</a> 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, 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 <a href="http://www.villebdf.ca">www.villebdf.ca</a> 450 621-1460, poste 2101
BOISBRIAND	À compter du 10 janvier, 9 h	Par téléphone ou au Service des loisirs 940, Grande-Allée (Boisbriand) J7G 2J7	Programmation disponible au <a href="http://www.ville.boisbriand.qc.ca">www.ville.boisbriand.qc.ca</a> 450 437-2727
LORRAINE	À compter du 5 décembre, 9 h	Par Internet ou au Service des loisirs 29, boul. De Gaulle (Lorraine) J6Z 3W9	Programmation et inscription au <a href="http://www.ville.lorraine.qc.ca">www.ville.lorraine.qc.ca</a> 450 621-8550, poste 275
ROSEMÈRE	À compter du 22 novembre, 9 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 <a href="http://www.ville.rosemere.qc.ca">www.ville.rosemere.qc.ca</a> 450 621-3500, poste 7380
SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	À compter du 25 novembre, 9 h	Par Internet ou au Service des loisirs 139, boul. Ste-Anne (Sainte-Anne-des-Plaines) J5N 3K9	Programmation disponibles au <a href="http://www.villesadp.ca">www.villesadp.ca</a> 450 478-0211, poste 2016
SAINTE-THÉRÈSE	À compter du 14 décembre, 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 <a href="http://www.sainte-therese.ca">www.sainte-therese.ca</a>

Notez que la liste complète des cours offerts dans le cadre de l'entente intermunicipale peut être consultée en ligne au [www.sainte-therese.ca/inscription](http://www.sainte-therese.ca/inscription) aux activités.

## ATELIERS POUR ADULTES - ENTENTE INTERMUNICIPALE - HIVER 2023

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

<b>Aquarelle</b> Débutant et intermédiaire		10 janvier (12 semaines)	Mardi	12 h 30 à 15 h 30	ROSEMÈRE	181 \$ + matériel
<b>Atelier culinaire - Chocolat de St-Valentin</b>	Aucun	12 février (1 atelier)	Dimanche	9 h à 12 h	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	30 \$ (Ado) 45 \$ (Adulte)
<b>Atelier culinaire - Gâteau de Pâques</b>	Aucun	26 mars (1 atelier)	Dimanche	9 h à 12 h	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	30 \$ (Ado) 45 \$ (Adulte)
<b>Atelier photo avec cellulaire</b>	Aucun	19 février (1 atelier)	Dimanche	13h à 16h	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	35 \$
<b>Ateliers d'écriture</b> Tous	Aucun	23 janvier, 6 et 20 février, 6 et 20 mars	Lundi	13 h à 15 h 30	LORRAINE	75 \$ Stylo à l'encre et papier au choix
<b>Ateliers d'écriture</b> Tous	Aucun	25 janvier, 8 et 22 février, 8 et 22 mars	Mercredi	19 h à 21 h 30	LORRAINE	75 \$ Stylo à l'encre et papier au choix
<b>Cardio-raquette</b> Tous	Aucun	18 janvier (10 semaines)	Mercredi	19 h à 20 h	LORRAINE	125 \$
<b>Cardio-stretching</b> Tous	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h 15 à 20 h 15	BOISBRIAND	130\$
<b>Circuit Nature 50 +</b> Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h 30 à 10 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis ou une serviette
<b>Conditionnement physique pour 50 ans et mieux</b>	Aucun	10 janvier (10 semaines)	Mardi	9 h 15 à 10 h 15	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	65 \$
<b>Conditionnement physique pour 50 ans et mieux</b>	Aucun	12 janvier (10 semaines)	Jeudi	9 h 15 à 10 h 15	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	65 \$
<b>Danse country en ligne</b> Débutant	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	18 30 à 19 h 35	BOISBRIAND	105 \$
<b>Danse country en ligne</b> Intermédiaire	Avoir suivi débutant	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h 45 à 20 h 50	BOISBRIAND	105 \$
<b>Danse country</b> Débutant	Aucun	25 janvier (14 semaines)	Mercredi	19 h à 20 h	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	75 \$
<b>Danse country</b> Intermédiaire	Débutant	25 janvier (14 semaines)	Mercredi	20 h 15 à 21 h 15	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	75 \$
<b>Danse Latine</b> Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h 30 à 20 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$
<b>Danse Latine</b> Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	18 h à 19 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$
<b>Dessin Général</b> Intermédiaire Crayon couleur - Fusain - Pastel sec	Débutant ou équivalent	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	13 h 30 à 16 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	235 \$ ± 100 \$ de matériel

<b>Dessin Gravure</b> Débutant	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	9 h à 12 h	SAINTE-THÉRÈSE	235 \$ +- 100 \$ de matériel
<b>Dessin</b> <b>Modèle vivant nu et habillé</b> 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	SAINTE-THÉRÈSE	300 \$ ± 100 \$ de matériel
<b>Dessin</b> <b>Modèle vivant nu et habillé</b> 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	SAINTE-THÉRÈSE	200 \$ ± 100 \$ de matériel
<b>Dessin Portrait</b> Débutant et Intermédiaire	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	9 h à 12 h	SAINTE-THÉRÈSE	235 \$ ± 100 \$ de matériel
<b>Espagnol</b> Débutant	Aucun	23 janvier (10 semaines)	Lundi	19 h à 21 h	LORRAINE	130 \$ +25 \$ à 50 \$ supplémentaire pour le cahier d'exercices
<b>Espagnol</b> Débutant 1	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 15 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +40 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Espagnol</b> Débutant 1	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	19 h à 21 h	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +40 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Espagnol</b> Débutant 2	Débutant 1 ou équivalent	24 janvier (12 semaines)	Mardi	19 h à 21 h	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +40 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Espagnol</b> Débutant 3	Débutant ou équivalent	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h 30 à 11 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +40 \$ comptant pour manuel au professeur
<b>Espagnol</b> Intermédiaire	Débutant	25 janvier (10 semaines)	Mercredi	9 h à 11 h	LORRAINE	170 \$ + 25 \$ à 50 \$ supplémentaire pour le cahier d'exercices
<b>Espagnol</b> Intermédiaire 3	Intermédiaire 2 ou équivalent	24 janvier (12 semaines)	Mardi	9 h 30 à 11 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +20 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Essentrics</b> Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	18 h à 19 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Essentrics 50+</b> Débutant avec base	Avec base	23 janvier (12 semaines)	Lundi	11 h à 12 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis

<b>Essentrics 50+</b> Débutant avec base	Avec base	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	12 h 15 à 13 h 15	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Essentrics Dynamique 50+</b> Avec expérience	Pour gens actif	23 janvier (12 semaines)	Lundi	8 h 30 à 9 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Essentrics Dynamique 50+</b> Avec expérience	Pour gens actif	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	8 h 30 à 9 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Français 1</b>	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 15 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ + 20 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Français 2</b>	Français 1	24 janvier (12 semaines)	Mardi	19 h à 21 h	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +20 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Français</b> Conversation	Pouvoir s'exprimer un peu en français	26 janvier (12 semaines)	Vendredi	9 h 30 à 11 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ +20 \$ comptant pour le manuel au professeur
<b>Guitare (cours particuliers)</b> Débutant   Intermédiaire   Avancé	Aucun	7 janvier (12 semaines)	Samedi ou dimanche	Selon l'horaire du professeur, entre 9 h et 17 h	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	Coût à déterminer avec le professeur
<b>Le laboratoire vocal de Samanta</b>	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h 30 à 21 h	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	100 \$ (ado) 170 \$ (adulte) Spectacle à la fin de la session. Livre d'exercices inclus.
<b>Marche-exercices 50+</b>	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi ou jeudi	10h à 11h	BOISBRIAND	140 \$
<b>Peinture à l'huile</b> Niveau 3	9 à 12 ans d'expérience continue	11 janvier (12 semaines)	Mercredi	13 h à 15 h 30	ROSEMÈRE	166 \$ + matériel
<b>Peinture à l'huile</b> Niveaux 1 et 2	0 à 8 ans d'expérience continue	12 janvier (12 semaines)	Jeudi	9 h à 11 h 30	ROSEMÈRE	166 \$ + matériel
<b>Peinture à l'huile</b> Niveau 4	Plus de 12 ans d'expérience continue	10 janvier (12 semaines)	Mardi	9 h à 11 h 30	ROSEMÈRE	166 \$ + matériel
<b>Peinture Huile et acrylique</b> Tous	Aucun	18 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h à 21 h 30	BLAINVILLE	135 \$ plus matériel
<b>Peinture Huile et acrylique</b> Débutant	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	18 h à 20 h	SAINTE-THÉRÈSE	160 \$ ± 100 \$ de matériel
<b>Photographie</b> Niveau 1 - Initiation	Posséder un appareil photo numérique	16 janvier (10 semaines)	Lundi	19 h à 21 h 45	BLAINVILLE	185 \$

Tous	ayant les réglages manuels					
<b>Photographie Niveau 2 - Intermédiaire et Avancé</b> Tous	Posséder un appareil photo numérique ayant les réglages manuels	18 janvier (5 semaines)	mercredi	19 h à 21 h 45	BLAINVILLE	100 \$
<b>Pilates</b> Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	18 h à 19 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Piyoga</b> Tous	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	18 h à 19 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Powercross</b> Tous	Aucun	24 janvier	Mardi ou jeudi	19h30 à 20h30	BOISBRIAND	100 \$
<b>Stretching tonus 50+</b>	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	10h à 11h	BOISBRIAND	130 \$
<b>Tae kwon do</b> Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h à 20 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ +80 \$ pour l'uniforme et le matériel
<b>Tae kwon do</b> Tous	Aucun	28 janvier (12 semaines)	Samedi	12 h 30 à 13 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ +80 \$ pour l'uniforme et le matériel
<b>Taï-Chi</b> Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	20 h à 21 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ +80 \$ pour l'uniforme et le matériel
<b>Taï-Chi</b> Tous	Aucun	28 janvier (12 semaines)	Samedi	13 h 30 à 14 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ +80 \$ pour l'uniforme et le matériel
<b>Terre cuite</b> Tous	Aucun	23 janvier (10 semaines)	Lundi	13h à 15 h 30	BLAINVILLE	130 \$
<b>Terre cuite</b> Tous	Aucun	23 janvier (10 semaines)	Lundi	19h à 21 h 30	BLAINVILLE	130 \$
<b>Tonus musculaire et étirements 50+</b> Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 14 h 30	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ Apportez votre tapis
<b>Tricot</b>	Aucun	19 janvier (10 semaines)	Jeudi	19 h 00 à 21 h 00	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	60 \$ (Ado) 80 \$ (Adulte) Matériel à acheter selon le projet choisi
<b>Yin yoga</b> Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	13 h 30 à 15 h	SAINTE-THÉRÈSE	110 \$ Apportez votre tapis

<b>Yin yoga</b> Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	20 h 15 à 21 h 15	LORRAINE	105 \$ Apportez votre tapis
<b>Yoga</b> Tous	Aucun	30 janvier (6 semaines)	Lundi	18 h 30 à 19 h 45	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	110 \$
<b>Yoga</b> Tous	Aucun	30 janvier (6 semaines)	Lundi	20 h à 21 h 15	SAINTE-ANNE-DES-PLAINES	110 \$
<b>Yoga</b> Tous niveaux	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	19 h à 20 h	LORRAINE	105 \$ Apportez votre tapis
<b>Yoga</b> Tous niveaux	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	11 h 15 à 12 h 15	LORRAINE	105 \$ Apportez votre tapis
<b>Yoga-balles</b> Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	11 h à 12 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$ 25 \$ pour les balles (payable au professeur) -Apportez vos balles -Apportez votre tapis et une serviette
<b>Yoga flow doux</b> Tous	Aucun	24 janvier(12 semaines)	Mardi	13 h 30 à 14 h 45	BOISBRIAND	130 \$
<b>Yoga Hatha Flow</b>	Base en yoga	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h 30 à 20 h 45	BOISBRIAND	130 \$
<b>Yoga Hatha</b> Débutant	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	19 h 15 à 20 h 45	SAINTE-THÉRÈSE	110 \$ Apportez votre tapis
<b>Yoga Hatha</b> Intermédiaire	Débutant	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	19 h 30 à 21 h	SAINTE-THÉRÈSE	110 \$ Apportez votre tapis
<b>Yoga 50+</b> Tous	Aucun	23 janvier (12 semaines)	Lundi	15 h 30 à 17 h	SAINTE-THÉRÈSE	110 \$ Apportez votre tapis
<b>Yoga 50+</b> Tous	Aucun	24 janvier (12 semaines)	Mardi	15 h 30 à 17 h	SAINTE-THÉRÈSE	110 \$ Apportez votre tapis
<b>Zumba fitness</b> Tous	Aucun	26 janvier (12 semaines)	Jeudi	19 h à 20 h	LORRAINE	105 \$
<b>Zumba or</b> Débutant avec base	Avec base	25 janvier (12 semaines)	Lundi	12 h 15 à 13 h 15	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$
<b>Zumba or</b> Intermédiaire	Débutant	23 janvier (12 semaines)	Lundi	9 h 45 à 10 h 45	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$
<b>Zumba or</b> Intermédiaire	Débutant	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	9 h 45 à 10 h 45	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$
<b>Zumba or toning avec petits poids</b>	Aucun	25 janvier (12 semaines)	Mercredi	11 h à 12 h	SAINTE-THÉRÈSE	85 \$

Tous						
------	--	--	--	--	--	--