

INSCRIPTIONS AU CAPRDN.QUEBEC

ACTIVITÉS OFFERTES PAR LES CAPRDN

Rigolo-bambin | (18 MOIS À 24 MOIS) | COURS PARENTS-ENFANTS

ÂGE	DATES	SESSION	HORAIRE	DURÉE	LIEU	PRIX	NBR PARTICIPANTS MAX.
18-24 mois	27 janv. au 17 mars	8 sem.	Samedi 9 h	45 min.	École des Hauteurs	53,60 \$	10

Cardio-bambin | (3 À 5 ANS) | COURS PARENTS-ENFANTS

ÂGE	DATES	SESSION	HORAIRE	DURÉE	LIEU	PRIX	NBR PARTICIPANTS MAX.
3-5 ans	27 janv. au 17 mars	8 sem.	Samedi 9 h 45	45 min.	École des Hauteurs	53,60 \$	12

Initiation au patinage sur glace | (4 À 8 ANS)

ÂGE	DATES	SESSION	HORAIRE	DURÉE	LIEU	PRIX	NBR PARTICIPANTS MAX.
4-8 ans	20 janv. au 24 février	6 sem.	Samedi 9 h 15 à 10 h	45 min.	Parc Roger-Cabana	47 \$	12

Cardio-nature raquette | (14 ANS+)

ÂGE	DATES	SESSION	HORAIRE	DURÉE	LIEU	PRIX	NBR PARTICIPANTS MAX.
14 ans+	31 janv. au 21 mars	8 sem.	Mer. 18 h 30 à 19 h 30	60 min.	Parc Roger-Cabana	56 \$	20

Gardiens avertis | (11 ANS+)

ÂGE	DATES	SESSION	HORAIRE	DURÉE	LIEU	PRIX	NBR PARTICIPANTS MAX.
11 ans+	17 et 24 février	2 sem.	Samedi 8 h à 12 h	4 heures	Pavillon Aimé-Maillé	42 \$	25

Badminton | COURS PARENTS-ENFANTS

ÂGE	DATES	SESSION	HORAIRE	DURÉE	LIEU	PRIX	NBR PARTICIPANTS MAX.
Pour toute la famille	8 janv. au 27 mai	8 sem.	Mardi et jeudi 18 h 15 à 21 h 15	3 heures	École des Hauteurs	5 \$ à la fois*	

*Carte d'abonnement ou carte prépayée obligatoire dès janvier 2018.



COURS OFFERTS PAR LA MUNICIPALITÉ

Ateliers d'un jour !

Figurine décorative

(8 ANS+) | COURS PARENTS-ENFANTS

Facile à réaliser, ces joyeux personnages de tissu ajoutent une touche de fantaisie à toute création florale ou peuvent même se transformer en marionnette. Matériel inclus.

SAMEDI, 9 H À 12 H | ATELIER D'UN JOUR
25 \$ RÉSIDENT ET 29 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 1
3 FÉVRIER À LA BIBLIOTHÈQUE

Immersion artistique | peinture

Réalisation d'une œuvre complète, du croquis jusqu'à la peinture. Chaque participant repart avec son chef-d'œuvre ! Sujet : paysage d'hiver
Matériel inclus : toile, pinceaux et peinture acrylique.

SAMEDI, 9 H À 12 H | ATELIER D'UN JOUR
25 \$ RÉSIDENT ET 29 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 1
27 JANVIER À LA BIBLIOTHÈQUE

Immersion artistique | peinture

Réalisation d'une œuvre complète, du croquis jusqu'à la peinture. Chaque participant repart avec son chef-d'œuvre ! Sujet : inspiration d'un grand maître
Matériel inclus : toile, pinceaux et peinture acrylique.

SAMEDI, 9 H À 12 H | ATELIER D'UN JOUR
25 \$ RÉSIDENT ET 29 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 2
24 FÉVRIER À LA BIBLIOTHÈQUE

Immersion artistique | technique mixte

Réalisation d'une œuvre complète avec l'utilisation de divers matériaux (technique mixte). Chaque participant repart avec son chef-d'œuvre ! Sujet libre. Matériel inclus.

SAMEDI, 9 H À 12 H | ATELIER D'UN JOUR
25 \$ RÉSIDENT ET 29 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 1
24 MARS À LA BIBLIOTHÈQUE

Sculpture textile

Transformer un chandail en une sculpture de 45 cm, c'est possible ! Étape par étape, le participant sera guidé dans la réalisation de ce projet unique. Possibilité d'exposer son œuvre dans le cadre d'une exposition collective à la bibliothèque. Léger goûter et matériel inclus

SAMEDI, 9 H À 17 H | ATELIER D'UN JOUR
45 \$ RÉSIDENT ET 52 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 1
13 JANVIER À LA BIBLIOTHÈQUE

Session de cours

Anglais conversation

Keep your brain alert ! Le jeu de société est le point de départ de cet atelier linguistique qui invite le participant à pratiquer son anglais dans un contexte agréable.

JEUDI, 10 H À 12 H
72 \$ RÉSIDENT ET 83 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 1
18 JANVIER AU 22 FÉVRIER AU PAVILLON AIMÉ-MAILLÉ

Atelier d'écriture créative

Atelier donnant libre cours à la créativité spontanée, à l'exploration de différentes facettes de l'écriture où chaque participant prend plaisir à évoluer à son propre rythme. *Léger goûter inclus

MERCREDI, 17 H À 20 H
60 \$ RÉSIDENT ET 69 \$ NON-RÉSIDENT | GR. 1
17 JANVIER AU 22 FÉVRIER
AU PAVILLON AIMÉ-MAILLÉ

Danse en ligne 50 ans+

Gardez la forme et faites de belles rencontres grâce à ce cours de danse en ligne sociale. Plaisir garanti !

LUNDI
DÉBUTANT | 13 H À 14 H 15 | GR. 1
INTERMÉDIAIRE | 14 H 15 À 15 H 30 | GR. 2
79 \$ RÉSIDENT ET 91 \$ NON-RÉSIDENT
15 JANVIER AU 9 AVRIL AU PAVILLON AIMÉ-MAILLÉ
RELÂCHE LE 2 AVRIL

ORGANISMES LOCAUX

Disco des jeunes 7 à 12 ans

DJ sur place et prix de présence

19 H À 21 H 30 | 5 \$ | PAVILLON DU LAC BLEU
PROCHAINES DATES : 12 JANVIER, 9 FÉVRIER,
9 MARS ET 6 AVRIL

Club de karaté

Discipline noble qui inculque le respect du prochain. Entraînement physique qui permet d'apprendre à parer les attaques de l'adversaire. Note : Seuls les résidents peuvent bénéficier de la politique familiale applicable à ce cours.

LUNDI ET MERCREDI | 18 H 30 À 20 H
8 JANVIER AU 28 MARS À L'ÉCOLE DES HAUTEURS
90 \$ | ADULTE NON-RÉSIDENT 105 \$
80 \$ | ENFANT NON-RÉSIDENT 92 \$