

ÉVÉNEMENTS GRATUITS PRINTEMPS - ÉTÉ *Inscriptions obligatoires en ligne au cantonshefford.qc.ca ou au 450 539-2258, poste 239*

CHASSE AUX OEUFS RYTHMÉE !

Samedi 20 avril, au parc écologique Jean-Paul-Forand (entrée 167, chemin Picard)

La marmotte vous envoie un télégramme. Elle annonce un doux printemps et une chasse aux oeufs généreuse si tous les enfants et parents s'unissent et font preuve de complicité. Amusons-nous avec la Zumba-festive, le clap-tap corporel arc-en-ciel et plus encore !

Deux départs disponibles : 9 h 30 ou 11 h.

CONFÉRENCE SUR LES RÉNOVATIONS ET CONSTRUCTIONS ÉCOLOGIQUES

Mercredi 1^{er} mai, 19 h à 21 h, à la mairie de Shefford, au 245, chemin Picard

Par M. André Fauteux, rédacteur et éditeur de la revue La maison du 21^e siècle

COURSE À OBSTACLES FAMILIALE

Samedi 25 mai, 10 h à 13 h

Parc de la Mairie, au 245, chemin Picard

Dans le cadre du mois des cubes énergie du Grand Défi Pierre Lavoie, tu pourras amasser des cubes pour ta classe avec ta famille en parcourant une géante course à obstacles accessible à tous (4 ans et plus)!



PÊCHE EN HERBE

Samedi 4 mai, 8 h 30 à 16 h 30

À l'hôtel de ville de Waterloo

Tu as entre 9 et 12 ans et tu aimerais t'initier à la pêche ? Cette journée est pour toi ! Au programme : techniques de pêche et informations sur l'habitat du poisson au parc écologique Jean-Paul-Forand suivi d'un après-midi de pêche au lac Waterloo. Tu recevras un ensemble de pêche et un certificat de Pêche en herbe (valide jusqu'à tes 18 ans).



*Inscriptions obligatoires du 8 au 18 avril au 450 539-2282, poste 230

LA JOURNÉE VERTE



Samedi 18 mai, 8 h à 10 h 30
Parc de la Mairie, au 245, chemin Picard

Distribution d'arbres et d'arbustes. Preuve de résidence obligatoire sur place. Quantité limitée. Dix plants par adresse, dont un maximum de 2 arbustes. Premier arrivé, premier servi !

Échange et vente de fleurs vivaces entre citoyens : vous aimeriez y participer ? Réservez votre place en communiquant au 450 539-2258, poste 239.

CINÉMA EN PLEIN AIR

Jeudi 8 août, 20 h à 23 h

Parc de la Mairie, au 245, chemin Picard

Film bientôt à l'affiche au cantonshefford.qc.ca

Apportez votre chaise de parterre (si pluie, remis au lendemain)

FÊTE CITOYENNE

Samedi 17 août, 15 h à 22 h

Parc de la Mairie, au 245, chemin Picard

Animation et jeux d'adresse pour toute la famille

Découvrir les oeuvres des artistes et artisans de la région

Camions de bouffe de rue sur place, vente de boissons alcoolisées au profit des Aînés Actifs + de Shefford

Prestations des troupes de danse les *T.ACCOS* et les *T.EENAGERS* de l'école Tendanse popularisées aux émissions *Danser pour gagner à VTélé* et *Révolution à TVA*.

Spectacle sous le chapiteau du groupe *THE LOST FINGERS* en soirée !

Réservez votre place GRATUITEMENT pour le spectacle dès maintenant en ligne au cantonshefford.qc.ca ou au 450 539-2258, poste 239. Vous devez apporter votre chaise de parterre.



INFORMATION

Demeurez à l'affût des nouvelles de la municipalité, consultez le site Internet ou abonnez-vous à l'infolettre au cantonshefford.qc.ca

Pour tout autre renseignement, communiquez avec Nadine Mantha, coordonnatrice aux événements et aux loisirs au 450 539-2258, poste 239 ou par courriel à l'adresse suivante : mantha.nadine@cantonshefford.qc.ca



L'HUMAIN *nature*
en harmonie avec la

ACTIVITÉS ET LOISIRS

PRINTEMPS - ÉTÉ 2019

TERMINER LES FILES D'ATTENTE !

Inscrivez-vous en ligne au cantonshefford.qc.ca à partir du **LUNDI 25 MARS À MIDI**. Il sera possible de s'inscrire en personne le **MERCREDI 27 MARS entre 9 h et 10 h 30** à la mairie de Shefford, au 245, chemin Picard.

Si vous éprouvez des difficultés à vous inscrire en ligne, veuillez communiquer avec Nadine Mantha au 450 539-2258, poste 239.

ATELIER DE PEINTURE À L'HUILE :

avec Carmen Bourdon

Du 17 avril au 19 juin (10 semaines)

Clientèle : adultes (Niveau avancé)

Maximum de 8 personnes

Mercredi : 13 h à 15 h 30

Coût résident : 200 \$

ATELIER DE CUISINE : CUISINEZ VÉGÉTALIEN

avec Tania Cyr

Samedi 27 avril : 10 h à 12 h

Clientèle : 8 ans et plus

Coût résident : 30 \$

E.L.D.O.A

avec Mélissa Tougas

Du 26 avril au 14 juin (8 semaines)

Clientèle : adultes

Vendredi : 9 h 30 à 10 h 30 ou 10 h 45 à 11 h 45

Coût résident: 48 \$

Équipements requis : tapis de sol et eau

E.L.D.O.A

avec Jessica Meunier

Du 15 avril au 17 juin (relâche les 22 avril et 20 mai)

(8 semaines)

Clientèle : adultes

Lundi : 11 h 15 à 12 h 15

Coût résident: 48 \$

Équipements requis : tapis de sol et eau

ENTRAÎNEMENT POSTURAL (INSPIRÉ DU PILATES)

avec Marie-Christina Frédéric

Du 16 avril au 6 juin (8 semaines) Clientèle : adultes

Mardi : 10 h à 11 h et/ou Jeudi : 9 h à 10 h

(Avancé. Prérequis : avoir suivi 2 sessions)

Jeudi : 10 h 30 à 11 h 30 (Débutant seulement)

Coût résident : 48 \$ (1/semaine)

96 \$ (2/semaine: Avancé seulement)

Équipements requis : tapis de sol, serviette et eau

ESPAGNOL

avec Geneviève Codère

Du 17 avril au 5 juin (8 semaines)

Clientèle : 15 ans et plus

Mercredi : 18 h à 19 h 15 (Niveau débutant)

Mercredi : 19 h 30 à 20 h 45 (Niveau intermédiaire)

Coût résident : 80 \$

Matériel inclus

ESSETRICS

Avec Virginie Roy

Du 15 avril au 10 juin (Pas de cours le 22 avril)

Clientèle : 15 ans et plus

Lundi : 18 h à 19 h

Mercredi : 10 h à 11 h

Coût résident : 48 \$ (1/semaine) 96 \$ (2/semaine)

Équipements requis : tapis de sol et eau

HATHA YOGA

Avec Line Bergeron de Yoga l'arbre de vie

Du 18 avril au 6 juin Clientèle : 15 ans et plus

Jeudi : 18 h 15 à 19 h 15 (Intermédiaire-Avancé)

Jeudi : 19 h 30 à 20 h 30 (Initiation)

Coût résident : 48 \$

Équipements requis : tapis de sol, traversin et couverture de Yoga

YIN YOGA

Avec Maria Christina Frédéric

Du 15 avril au 3 juin

Clientèle : adultes

Lundi : 13 h 30 à 14 h 30

Coût résident : 48 \$

GARDIEN(NE)S AVERTI(E)S

Samedi 27 avril de 8 h 30 à 16 h 30

Clientèle : 11 à 14 ans

Coût résident : 50 \$ (incluant un manuel, un mini-portefeuille de secours, l'attestation de réussite et des collations)

Matériel requis : crayons, repas, poupée ou toutou

Les cours du printemps ont lieu à la Mairie de Shefford au 245, chemin Picard

SESSION ÉTÉ



EXERCICES VARIÉS SOUS LA GLORIETTE !

Continuez à bouger cet été en pratiquant des activités physiques différentes aux 2 semaines ! Inscription pour la session complète ou par activité. Les dates et activités spécifiques seront sur le site Internet d'ici le 3 juin et vous pourrez vous inscrire en ligne qu'à partir de cette date.

Du 24 juin au 28 août (10 semaines)

Clientèle : adultes

Mardi et/ou Jeudi : 10 h 30 à 11 h 30

Coût résident pour 10 semaines : 45 \$ (1/semaine) 90\$ (2/semaine)

Coût résident par activité : 24 \$ (comprend 4 séances d'une heure)

INFORMATION

Pour tout autre renseignement, communiquez avec Nadine Mantha, coordonnatrice aux événements et aux loisirs au 450 539-2258, poste 239 ou par courriel à l'adresse suivante : mantha.nadine@cantonshefford.qc.ca

ORGANISMES ET PARTENAIRES



Plusieurs activités gratuites offertes pour les membres ! Une contribution de 5 \$ est demandée pour les non-membres. Consultez la page Facebook : Aînés actifs + de Shefford ou abonnez-vous à l'infolettre de la Municipalité au cantonshefford.qc.ca.

Les inscriptions auront lieu le **mercredi 27 mars de 9 h à 10 h 30** à la salle du conseil, à la mairie, au 245, chemin Picard.

NOUVEAU



HORAIRE
PRINTEMPS

Des entraînements semi-privés à l'extérieur offerts par l'entreprise Cardio Plein Air Haute-Yamaska maintenant disponibles au parc de la Mairie de Shefford !

Du 1^{er} avril au 23 juin (12 semaines)

Horaire disponible sur cardiopleinair.ca ou sur Facebook : Cardio Plein Air Haute-Yamaska

Inscription dès maintenant directement avec l'entreprise au cardiopleinair.ca ou avec Corinne Landry au 450 293-0066 ou à granby@cardiopleinair.ca

Possibilité de combiner avec les entraînements de Granby ou d'ailleurs au Québec selon le type d'abonnement choisi.

Bienvenue aux non-résidents sans frais supplémentaire.