



SOMMAIRE DE LA PROGRAMMATION AUTOMNE 2026

No.	Titre	Nbr max étud.	Nbr cours	Jour	Heures	Dates début	Professeur	Local	Coût
1	Mise en forme #1	30	10	Lundi	10h00 - 11h00	28 sept.	Juliane Audet	Cyclotonus	50,00 \$
2	Mise en forme #2	30	10	Jeudi	10h00 - 11h00	1 oct.	Juliane Audet	Cyclotonus	50,00 \$
3	Pilates	30	10	Mardi	10h00 - 11h00	29 sept.	Virginie Bernard	Cyclotonus	50,00 \$
4	Stretching et mobilité	30	10	Mercredi	10h00 - 11h00	30 sept.	Juliane Audet	Cyclotonus	50,00 \$
5	Spinning adapté	30	10	Vendredi	13h15 - 14h00	2 oct.	Lyne Nepton	Cyclotonus	50,00 \$
6	Yoga doux	14	10	Mardi	10h00 - 11h15	29 sept.	Carole Savard	Espace Omma	62,50 \$
7	Yoga pour tous	14	10	Mardi	16h15 - 17h15	29 sept.	Josianne Roy	Anahata Studio	50,00 \$
8	Combo Fitness avec chaise	30	10	Lundi	13h30 - 14h30	28 sept.	Sylvie Chartier	Cité de la danse	50,00 \$
9	Cardio-danse	30	10	Mercredi	13h30 - 14h30	30 sept.	Sylvie Chartier	Cité de la danse	50,00 \$
10	Aérobic à faibles impacts	18	10	Mardi	14h00 - 15h00	29 sept.	Chantal Paquette	Centre de musique	50,00 \$
11	Aérobic avec plateforme (Step)	12	10	Jeudi	14h00 - 15h00	1 oct.	Chantal Paquette	Cité de la danse	50,00 \$
12	Danse en ligne débutant #1	16	10	Lundi	9h30 - 10h30	28 sept.	Diane Blanchet	Salle Ste-Lucie	50,00 \$
13	Danse en ligne intermédiaire	16	10	Lundi	10h45 - 11h45	28 sept.	Diane Blanchet	Salle Ste-Lucie	50,00 \$
14	Danse en ligne débutant #2	16	10	Mardi	9h30 - 10h30	29 sept.	Diane Blanchet	Salle Ste-Lucie	50,00 \$
15	Danse en ligne débutant avec expérience	16	10	Mardi	10h45 - 11h45	29 sept.	Diane Blanchet	Salle Ste-Lucie	50,00 \$
16	Gymnastique douce	12	10	Mercredi	13h15 - 14h45	30 sept.	Suzanne Garceau	Samudra Yoga	75,00 \$
17	Prévention et sécurité au féminin	12	7	Jeudi	13h30 - 15h00	1 oct.	Lise Picard	Cité de la danse	52,50 \$
18	Marche nordique	18	8	Jeudi	10h15 - 11h45	1 oct.	Emmanuelle Pichon	Forêt récréative	60,00 \$
19	Initiation au curling	12	4	Mardi	13h00 - 15h00	27 oct.	Gerry Savoie	Club Sports Belvédère	40,00 \$
20	Curling intermédiaire	12	4	Mardi	13h00 - 15h00	24 nov.	Gerry Savoie	Club Sports Belvédère	40,00 \$
21	Cours de golf sur simulateur	9	7	Mardi	10h00 - 11h00	20 oct.	Samuel Tessier	Club Sports Belvédère	70,00 \$
22	Initiation à la gigue	20	6	Lundi	15h00 - 16h00	28 sept.	Isabelle Gosselin	Centre de musique	30,00 \$
23	Ateliers de pickleball	16	4	Lundi	10h00 - 11h30	28 sept.	Laurier Veillet	Centre multi. Fournier	30,00 \$
24	Initiation à l'espagnol	20	10	Jeudi	13h30 - 15h30	1 oct.	Tula Diaz	UQAT / 4224	100,00 \$
25	Espagnol débutant	20	10	Mercredi	13h30 - 15h30	30 sept.	Tula Diaz	UQAT / 3202A	100,00 \$
26	Espagnol conversation	20	10	Mardi	16h15 - 18h15	29 sept.	Tula Diaz	UQAT / 4226	100,00 \$
27	Art de la photo cellulaire	8	8	Jeudi	10h30 - 12h00	1 oct.	Paul Brindamour	Conservatoire	60,00 \$
28	Art de la photo cellulaire avancé	8	8	Jeudi	13h30 - 15h00	1 oct.	Paul Brindamour	Conservatoire	60,00 \$
29	Tricot débutant	8	10	Mardi	9h30 - 11h30	29 sept.	Violette Gagnon	Sports et plein air	100,00 \$
30	Crochet débutant et plus	8	10	Mardi	13h30 - 15h30	29 sept.	Violette Gagnon	Sports et plein air	100,00 \$
31	Solfège débutant	10	8	Mercredi	9h15 - 10h15	30 sept.	Sylvie Aylwin	Conservatoire	40,00 \$
32	Solfège avancé	10	8	Mercredi	10h30 - 12h00	30 sept.	Sylvie Aylwin	Conservatoire	60,00 \$
33	La musique classique, ça s'approprie	10	4	Mardi	10h00 - 11h00	29 sept.	Sylvie Aylwin	Conservatoire	20,00 \$
34	Atelier de peinture à l'huile	8	10	Mercredi	9h30 - 12h00	7 oct.	Liliane Savard	Sports et plein air	125,00 \$



SOMMAIRE DE LA PROGRAMMATION AUTOMNE 2026

No.	Titre	Nbr max étud.	Nbr cours	Jour	Heures	Dates début	Professeur	Local	Coût
35	Origami	12	6	Samedi	10h00 - 11h30	3 oct.	Erika Namiki-Maïga	Conservatoire	60,00 \$
36	Fabrication de papier	10	1	Vendredi	13h30 - 16h30	16 oct.	Suzanne Grenier	UQAT / 1208	30,00 \$
37	Initiation au tissage et montage	5	1	Mercredi	9h00 - 16h00	7 oct.	I. Mercier / G. Chouinard	Église St-Sauveur	40,00 \$
38	Histoire de l'art	20	8	Mardi	10h30 - 12h00	29 sept.	Carmelle Adam	UQAT / 3203	60,00 \$
39	Cuisine familiale japonaise	15	4	Samedi	9h00 - 12h00	14 nov.	Erika Namiki-Maïga	Serre des Tournesols	90,00 \$
40	Philosophie: histoire d'idées	12	5	Mercredi	13h30 - 15h30	30 sept.	Raymond Dionne	Conservatoire	50,00 \$
41	Maîtriser son cellulaire Android	15	10	Lundi	13h00 - 14h30	28 sept.	Alex Bérubé-Robert	UQAT / 4225	75,00 \$
42	Prépare ton voyage	20	5	Mardi	10h00 - 12h00	29 sept.	N. Désaulniers/M. Gilbert	UQAT / 3202A	50,00 \$
43	Applications mobiles utiles en voyage	20	2	Mardi	10h00 - 12h00	3 nov.	N. Désaulniers/M. Gilbert	UQAT / 3202A	20,00 \$
44	Initiation à la géopolitique	20	5	Mardi	13h30 - 15h30	29 sept.	N. Désaulniers/M. Gilbert	UQAT / 3203	50,00 \$
45	Mieux utiliser son cellulaire Apple	20	6	Mercredi	13h30 - 15h30	30 sept.	N. Désaulniers/M. Gilbert	UQAT / 3203	60,00 \$
46	Initiation à l'intelligence artificielle	20	5	Mardi	13h30 - 15h30	3 nov.	N. Désaulniers/M. Gilbert	UQAT / 3203	50,00 \$
47	Découverte des pierres gemmes et ornementales	20	4	Jeudi	9h30 - 11h30	1 oct.	Serge Perreault	UQAT / 3202A	40,00 \$
48	Art thérapie	6	8	Mercredi	16h30 - 19h30	30 sept.	Micheline Potvin	UQAT / 1208	120,00 \$
49	Développement personnel: pour moi d'abord	15	6	Lundi	13h30 - 15h00	28 sept.	Suzane Plourde	UQAT / 3202A	45,00 \$
50	Libération émotionnelle par l'écriture	15	2	Lundi	13h30 - 15h00	9 nov.	Suzane Plourde	UQAT / 3202A	15,00 \$
51	Atelier de mixologie #1	16	1	Jeudi	14h00 - 16h00	1 oct.	Kristel Aubé-Cloutier	Place 2000 / s.107	25,00 \$
52	Atelier de mixologie #2	16	1	Jeudi	14h00 - 16h00	22 oct.	Kristel Aubé-Cloutier	Place 2000 / s.107	25,00 \$
53	Atelier de mixologie #3	16	1	Jeudi	14h00 - 16h00	12 nov.	Kristel Aubé-Cloutier	Place 2000 / s.107	25,00 \$
54	Conservation des légumes	10	1	Jeudi	9h30 - 12h30	8 oct.	Céline Rivest	Sports et plein air	15,00 \$
55	Les plantes d'intérieur	10	1	Jeudi	13h30 - 16h00	8 oct.	Céline Rivest	Sports et plein air	12,50 \$
56	Arbres fruitiers	10	1	Jeudi	9h30 - 12h30	22 oct.	Céline Rivest	Sports et plein air	15,00 \$
57	Fermentation par le sel	10	1	Jeudi	13h30 - 16h00	22 oct.	Céline Rivest	Sports et plein air	17,50 \$
58	Les plantes d'intérieur toxiques pour les animaux	10	1	Jeudi	9h30 - 12h00	29 oct.	Céline Rivest	Sports et plein air	12,50 \$
59	Serres artisanales	10	1	Jeudi	13h00 - 16h00	29 oct.	Céline Rivest	Sports et plein air	15,00 \$
60	Entretien auto et petits moteurs	8	1	Mardi	9h00 - 16h00	3 nov.	Marc Jolin	Jardins St-Maurice	30,00 \$
61	Survivre en forêt et feu de détresse	8	1	Mercredi	13h00 - 17h00	4 nov.	Marc Jolin	Jardins St-Maurice	20,00 \$
62	Affûtage en tous genres	8	1	Mardi	13h00 - 17h00	10 nov.	Marc Jolin	Jardins St-Maurice	35,00 \$
63	Affûtage et entretien de scie à chaîne	8	1	Mardi	13h00 - 17h00	17 nov.	Marc Jolin	Jardins St-Maurice	35,00 \$