



Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026
ADULTE ET JEUNESSE

819 821-5791

967, rue du Conseil, 2e étage, Sherbrooke (Québec) J1G 1L9

information@loisirsfleuriest.org

www.loisirsfleuriest.org

   [loisirsfleuriest](https://www.loisirsfleuriest.org)

Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

TABLE DES MATIÈRES

Renseignements généraux

Inscriptions	3
Politique de remboursement	3
Calendrier des cours	4
Annulation en cas de mauvaise météo	4
Rabais accessibilité	5
Rabais bougez, créez, apprenez et économisez	5
Cours à la carte	5
Politique de retard	6
Présence des parents	6

Programmation jeunesse

Arts	7
Les Soirées f'ESTives	7
Psychomotricité	7
Sports et activités physiques	7

Bougez, créez, apprenez et économisez !	8
--	----------

Programmation adulte (14 ans et +)

Arts et expressions artistiques	9
Détente et relaxation	9
Langues	10
Sports et activités physiques	10

Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

INSCRIPTIONS

Les inscriptions pour les cours adulte et jeunesse débutent le lundi 30 mars 2026, 10h, pour la session printemps - été 2026.

- Inscriptions en ligne via Qidigo: paiement par carte de crédit seulement.
- Inscriptions par courriel, téléphone ou en personne: paiement par virement bancaire, carte de crédit, carte de débit ou argent comptant.
- Les places sont limitées dans tous les programmes.
- Les prix sont taxes incluses.
- Un minimum de participant.e.s est requis pour la tenue du cours.
- Un supplément de 50 % du coût d'inscription s'applique aux non-résident.e.s de Sherbrooke.

Loisirs Fleuri-Est se réserve le droit, en tout temps, d'apporter des modifications à sa programmation.

Inscriptions au loisirsfleuriest.org/programmation
information@loisirsfleuriest.org · 819 821-5791 · 967 rue du Conseil, 2e étage

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

S'il y a demande d'annulation avant l'heure de début des activités, nous effectuerons un remboursement à 100 %. Le remboursement sera fait selon le mode de paiement utilisé lors de l'inscription.

S'il y a une demande de remboursement après le début des activités, nous effectuerons un remboursement au prorata des activités restantes, moins des frais administratifs de 10 %.

Le remboursement sera fait selon le mode de paiement utilisé lors de l'inscription. La date et l'heure de la visite ou du message feront office de référence pour déterminer le remboursement.



Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

CALENDRIER DES COURS

Pour connaître le calendrier de chaque cours, veuillez vous référer à la date et au nombre de semaines affichées pour chaque cours.

Notez qu'il n'y aura pas de cours aux dates suivantes:

**ADULTE : le mercredi 24 juin et le mercredi 1^{er} juillet en raison des fériés
de la St-Jean Baptiste et de la fête du Canada**

D'AUTRES DATES PEUVENT S'AJOUTER SELON LE COURS

Veuillez noter que les locaux utilisés pour les cours appartiennent à la Ville de Sherbrooke. La Ville, ainsi que certains organismes, peuvent avoir priorité pour y organiser des événements spécifiques, ce qui pourrait affecter le déroulement de la session de cours. Par conséquent, il est possible que certains cours soient déplacés dans d'autres locaux ou reprogrammés selon les disponibilités.

Les participant.e.s seront informé.e.s de la situation le cas échéant.

Puisque le calendrier de cours peut être sujet à changement, nous vous recommandons fortement de consulter **l'horaire** dans l'onglet **activités** de votre **profil Qidigo**.

Vous y trouverez l'horaire de chaque activité à laquelle vous ou un.e membre de votre famille êtes inscrit.e.s avec les heures, le lieu ainsi que les dates.

Comment trouver l'horaire ? [Consultez cette vidéo explicative.](#)

ANNULATION EN CAS DE MAUVAISE MÉTÉO

Notez qu'en cas de mauvaise météo, les cours pourraient être annulés. Une mise en veille sera annoncée, habituellement la veille selon les prévisions météo, puis une décision sera prise et annoncée.

Comment être informé.e ?

Consulter notre site web dans la section « **Nouvelles** » ou notre page Facebook pour vérifier si nous sommes en veille ou s'il y a annulation des cours. La date de reprise du cours vous sera communiquée par le/la professeur.e et un rappel sera fait par courriel quelques jours avant la reprise du cours.

Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

RABAIS-REVENUS

Ce rabais s'applique aux familles à faible revenu et offre une réduction additionnelle allant de 10 à 80 % en fonction de la taille de la famille et des revenus. Contactez-nous pour vérifier votre admissibilité au rabais-revenus.

Les rabais s'adressent uniquement aux enfants résident.e.s de Sherbrooke.

BOUGEZ, CRÉEZ, APPRENEZ ET ÉCONOMISEZ !

Obtenez un rabais en suivant plus d'un cours de la programmation adulte (14 ans et +).

Suivez deux cours
et obtenez 25 % de
rabais sur le 2^e.

Suivez trois cours et
obtenez 25 %
de rabais sur le 2^e
et 30 % de rabais
sur le 3^e.

Suivez quatre cours
et obtenez 25 %
de rabais sur le 2^e,
30 % de rabais sur
le 3^e et 35 % de
rabais sur le 4^e.

Les rabais sont toujours appliqués en ordre décroissant de prix et s'appliquent automatiquement sur les cours sélectionnés à condition que les cours soient tous sur la même facture.

Valide seulement pour la programmation adulte (14 ans et +).

En cas d'annulation ou de désinscription, le rabais sera sujet à ajustement.

Non applicable sur les cours à la carte.

COURS À LA CARTE

Vous pouvez désormais découvrir et essayer certains de nos cours de la programmation adulte et jeunesse sans engagement à long terme. Vous avez la liberté de sélectionner uniquement les cours qui vous intéressent, selon vos besoins et votre emploi du temps, et ce, à petit prix. C'est une solution flexible pour explorer divers sujets, essayer de nouveaux cours, maintenir ou approfondir vos connaissances à votre rythme.

Notez que les cours à la carte seront disponibles seulement à partir du troisième cours de la session. Les cours identifiés « à la carte » sont sujets à changement selon le nombre de places disponibles.

POLITIQUE DE RETARD - AVANT LES COURS

Afin d'assurer le bon déroulement des activités et la sécurité des participants, notez que:

- Les cours débutent à l'heure prévue.
- Après 10 minutes suivant le début du cours, les portes seront fermées et il ne sera plus possible d'entrer.
- Cette mesure vise à éviter les interruptions et à garantir une expérience optimale pour tous.

Merci d'arriver quelques minutes avant le début du cours.

POLITIQUE DE RETARD - APRÈS LES COURS JEUNESSE

Afin d'assurer la sécurité des enfants et le respect des horaires, notez que:

- Les parents doivent récupérer leur enfant à l'heure prévue de fin du cours.
- Des frais de 5\$ par tranche de 15 minutes de retard, par enfant, seront facturés.
- Exemple :
 - 1 à 15 minutes de retard = 5\$
 - 16 à 30 minutes de retard = 10\$
 - Et ainsi de suite.
- Le paiement devra être effectué avant le prochain cours.

Merci de votre compréhension et de votre collaboration !

PRÉSENCE DES PARENTS - COURS JEUNESSE

La présence des parents n'est pas autorisée durant les cours jeunesse* afin de ne pas interférer avec la gestion de groupe de l'animateur.trice. Merci de votre collaboration et compréhension.

*Sauf les cours désignés parent-enfant.

Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

ARTS ET EXPRESSION ARTISTIQUE **Matériel spécifique inclus*

Les arts plastiques

5 à 12 ans Dimanche 10h00 à 11h00
CCC du Coeur-Immaculé

10 mai pour 6 semaines
Min. 6 participant.e.s



45\$
8\$ à la carte



PSYCHOMOTRICITÉ

Initiation à la psychomotricité - Le jardin de Pirouette et Cabriole

0 à 4 ans Dimanche 8h30 à 9h15
CCC du Coeur-Immaculé

17 mai pour 4 semaines
Min. 6 participant.e.s

25\$



LES SOIRÉES F'ESTIVES

Les mystères fleuris

5 à 13 ans Vendredi 18h00 à 20h30
CCC du Coeur-Immaculé

22 mai 2026
Min. 5 participant.e.s

5\$

Chasse au trésor

5 à 13 ans Samedi 18h00 à 20h30
CCC du Coeur-Immaculé

20 juin 2026
Min. 10 participant.e.s

5\$

Fiesta tropicale

5 à 13 ans Samedi 18h00 à 20h30
CCC du Coeur-Immaculé

18 juillet 2026
Min. 10 participant.e.s

5\$



Cantine sur place avec des collations à petit prix. Prévoyez de l'argent comptant.

SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES

Multi sports

5 à 8 ans Dimanche 13h00 à 14h00
Pavillon du parc Bureau

17 mai pour 6 semaines
Min. 6 participant.e.s



35\$
8\$ à la carte



Soccer

5 à 8 ans Samedi 10h00 à 11h00
École Pie-X de l'Assomption

16 mai pour 6 semaines
Min. 6 participant.e.s



35\$
8\$ à la carte



Un seul cours ?

Et si vous économisiez en choisissant plusieurs ?



Suivez deux cours
et obtenez 25 % de
rabais sur le 2^e.

Suivez trois cours et
obtenez 25 %
de rabais sur le 2^e
et 30 % de rabais
sur le 3^e.

Suivez quatre cours
et obtenez 25 %
de rabais sur le 2^e,
30 % de rabais sur
le 3^e et 35 % de
rabais sur le 4^e.

Pour plus d'informations, consultez la page 5.

Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

ARTS ET EXPRESSIONS ARTISTIQUES

**La liste de matériel sera communiquée aux participant.e.s*

Aquarelle

Jeudi 18h30 à 20h00
CCC du Coeur-Immaculé

7 mai pour 8 semaines
Mathilde Houisse

130\$ la session
Min. 8 participant.e.s

L'art de chanter

Lundi 19h00 à 20h00
CCC du Coeur-Immaculé

4 mai pour 6 semaines
Guillaume Lirette Gélinas

105\$ la session
Min. 4 participant.e.s

Samedi 13h00 à 14h00
CCC du Coeur-Immaculé

9 mai pour 6 semaines
Guillaume Lirette Gélinas

105\$ la session
Min. 4 participant.e.s

DÉTENTE ET RELAXATION

Pilates actif

Mercredi 19h15 à 20h15
CCC du Coeur-Immaculé

6 mai pour 8 semaines
Émilie Véronneau

85\$ la session / 14\$ à la carte
Min. 9 participant.e.s



Pilates doux

Mercredi 18h00 à 19h00
CCC du Coeur-Immaculé

6 mai pour 8 semaines
Émilie Véronneau

85\$ la session / 14\$ à la carte
Min. 9 participant.e.s



Qi-Gong

Lundi 18h00 à 19h00
CCC du Coeur-Immaculé

4 mai pour 8 semaines
François Bélanger

105\$ la session / 17\$ à la carte
Min. 7 participant.e.s



Qi-Gong yoga

Jeudi 19h30 à 20h30
CCC du Coeur-Immaculé

7 mai pour 8 semaines
Caroline Gauthier

105\$ la session / 17\$ à la carte
Min. 8 participant.e.s



Yoga doux

Jeudi 18h00 à 19h00
Pavillon du parc Bureau

7 mai pour 8 semaines
Laurie-Anne Milot St-Onge

105\$ la session / 17\$ à la carte
Min. 8 participant.e.s



Yoga pour le dos

Jeudi 18h00 à 19h15
CCC du Coeur-Immaculé

7 mai pour 8 semaines
Caroline Gauthier

105\$ la session / 17\$ à la carte
Min. 8 participant.e.s



Programmation

PRINTEMPS ÉTÉ 2026

ADULTE ET JEUNESSE

Loisirs
Fleuri-Est

LANGUES

Espagnol intermédiaire

Mercredi 18h45 à 20h45
CCC du Coeur-Immaculé

6 mai pour 6 semaines
Julieth Alvarez

105\$ la session
Min. 7 participant.e.s

SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES

Art Capoeira

Mercredi 19h00 à 20h
CCC du Coeur-Immaculé

6 mai pour 6 semaines
Carlos Teixeira

70\$ la session / 15\$ à la carte
Min. 6 participant.e.s



Zumba Fitness

Lundi 18h00 à 19h00
École Pie-X-de l'Assomption | Assomption

4 mai pour 8 semaines
Karine Mathieu

80\$ la session / 13\$ à la carte
Min. 6 participant.e.s



Mardi 18h30 à 19h30
École Pie-X-de l'Assomption | Assomption

5 mai pour 8 semaines
Amélie-Maude Bergeron

80\$ la session / 13\$ à la carte
Min. 6 participant.e.s



Jeudi 18h30 à 19h30
École Pie-X-de l'Assomption | Assomption

7 mai pour 8 semaines
Leidy Velasco

80\$ la session / 13\$ à la carte
Min. 6 participant.e.s

