

Tutoriel « Nouvelles express »

Le site web du Club fait de nouveau peau neuve, et avec lui viennent des changements dans la façon de d'afficher l'information.

Les rubriques « Communiqués » et « Nouvelles express » sont maintenant fusionnées. La nouvelle rubrique apparaîtra sous le menu de votre page d'activité et portera le titre de votre message.

La publication des messages se fera par courriel. Pour afficher des messages sur leur page d'activité, les responsables de comité doivent utiliser le compte Gmail associé à leur activité.

Mode de fonctionnement:

- **L'adresse de l'expéditeur** devra être celle de votre activité. Celle-ci est remplie automatiquement lorsque vous rédigez un courriel à partir du compte Gmail de votre activité.
Ex. : mieuxetre.cs50cr@gmail.com

- **L'adresse du destinataire:** *nouvelle.cs50cr@gmail.com*

- **L'objet du courriel** comportera deux parties :

La première partie de l'objet dirigera votre message vers la rubrique « Nouvelles express » de votre activité. *Ex. : -MES-*

La seconde partie de l'objet sera le titre de votre « Nouvelles express ». *Ex. : Titre de la publication.*

L'objet complet sera donc : *-MES- Titre de la publication*

*Vous trouverez un tableau des acronymes associés aux différentes activités à la fin de ce tutoriel.

- **Le texte du courriel** deviendra le contenu de votre « Nouvelles express ».

Ex. : Ceci est un exemple.

- **Exemple de courriel**

Il est important de respecter la forme de l'objet. Celui-ci débutera toujours par un trait d'union (-), suivi de l'acronyme de votre activité (ex. : MES), suivi de nouveau par un trait d'union (-), d'un espace, puis du titre de votre publication.

De:	mieuxetre.cs50cr@gmail.com
à:	nouvelle.cs50cr@gmail.com
Date:	8 févr. 2024 16:12
Objet:	-MES- Titre de la publication
Ceci est un exemple	

Exemple de page d'activité sans message

The screenshot shows the website interface for 'Club Sportif 50+ Cap-Rouge'. At the top, there is a logo on the left, the club name in the center, and a search bar on the right. Below the header is a navigation menu with items: 'Accueil', 'Activités', 'Le Club', 'Espace Membres', 'Outils pour comités', and 'Nous rejoindre'. The main content area features a large background image of people exercising. A central white box contains the title 'MIEUX ÊTRE SPORTIF' and a list of benefits. To the right, a sidebar lists 'Informations', 'Inscriptions', 'Documents', and 'Partenaires'.

Club Sportif 50+ Cap-Rouge

Recherche sur le site

Accueil Activités Le Club Espace Membres Outils pour comités Nous rejoindre

MIEUX ÊTRE SPORTIF

Mieux-être sportif c'est l'occasion d'améliorer votre condition physique en complémentarité avec vos activités . Vous y trouverez :

1. Une offre de cours diversifiée, en petits groupes
2. Des mini-sessions de pré-entraînement
3. Des ateliers et des conférences
4. Des intervenants qualifiés pour vous guider

Que ce soit pour vous préparer à une prochaine saison sportive ou tout simplement pour garder la forme, on est là pour vous. Consultez notre programmation.

Bouger pour rester en santé !

Programmation saisonnière – Hiver 2026

Cours réguliers: Du 13 janvier au 27 mars 2026 (11 semaines)

Informations

- Comité organisateur
- Nous rejoindre

Inscriptions

- Inscription aux cours et à l'atelier gratuit de l'hiver 2026

Documents

- Approche générale et objectifs du Mieux-Être-Sportif
- Programmation annuelle 2025
- Description des cours réguliers
- Combat Fit (Projet pilote)
- Les Ateliers
 - Les bases de l'auto-massage
 - Gainage
- Mini-sessions d'entraînement

Partenaires

- Zone performance, 2990 Chemin Ste-Foy, # 101
- Pour joindre Maria :
m.alexandre.miseenforme@gmail.com

Exemple de page d'activité avec message

This screenshot is identical to the previous one, but includes a red arrow pointing to a message box at the top of the main content area. The message box contains the text 'Ceci est un exemple --> Lire la suite' and the date '2026-01-05'. The title of the publication is 'Titre de la publication'.

Club Sportif 50+ Cap-Rouge

Recherche sur le site

Accueil Activités Le Club Espace Membres Outils pour comités Nous rejoindre

Ceci est un exemple --> Lire la suite
2026-01-05

Titre de la publication

MIEUX ÊTRE SPORTIF

Mieux-être sportif c'est l'occasion d'améliorer votre condition physique en complémentarité avec vos activités . Vous y trouverez :

1. Une offre de cours diversifiée, en petits groupes
2. Des mini-sessions de pré-entraînement
3. Des ateliers et des conférences
4. Des intervenants qualifiés pour vous guider

Que ce soit pour vous préparer à une prochaine saison sportive ou tout simplement pour garder la forme, on est là pour vous. Consultez notre programmation.

Bouger pour rester en santé !

Informations

- Comité organisateur
- Nous rejoindre

Inscriptions

- Inscription aux cours et à l'atelier gratuit de l'hiver 2026

Documents

- Approche générale et objectifs du Mieux-Être-Sportif
- Programmation annuelle 2025
- Description des cours réguliers
- Combat Fit (Projet pilote)
- Les Ateliers
 - Les bases de l'auto-massage
 - Gainage
- Mini-sessions d'entraînement

Partenaires

- Zone performance, 2990 Chemin Ste-Foy, # 101
- Pour joindre Maria :
m.alexandre.miseenforme@gmail.com

Liste des courriels et acronymes

Activités	Acronymes avec (-)
badm.cs50cr@gmail.com	-Badminton-
billard.cs50cr@gmail.com	-Billard-
curling.cs50cr@gmail.com	-Curling-
danse.cs50cr@gmail.com	-Danse-
escaliers.cs50cr@gmail.com	-Escaliers-
golflbb.cs50cr@gmail.com	-Golflbb-
golflc.cs50cr@gmail.com	-Golflc-
marche.cs50cr@gmail.com	-Marche-
mieuxetre.cs50cr@gmail.com	-MES-
patinage.cs50cr@gmail.com	-Patinage-
petanque.cs50cr@gmail.com	-Petanque-
pickleball.cs50cr@gmail.com	-Pick_int-
pickleballext.cs50cr@gmail.com	-Pick_ext-
quilles.cs50cr@gmail.com	-Quilles-
rallye.cs50cr@gmail.com	-Rallye-
randonnee.cs50cr@gmail.com	-Randonnee-
randohiver.cs50cr@gmail.com	-Randohiver-
skidefond.cs50cr@gmail.com	-Skidefond-
tennis.cs50cr@gmail.com	-Tennis-
velodetente.cs50cr@gmail.com	-Velo-
veloran.cs50cr@gmail.com	-Veloran-