



# Notre Monde

## Ressources humaines

## Retour sur la semaine des employés

*\*S'adresse à tous les employés*

Pour clore cette merveilleuse semaine de reconnaissance des employés, le personnel rattaché au centre administratif a eu droit, vendredi le 19 avril, à un rassemblement marqué par le plaisir, le respect, le partage et le dépassement, tous soulignés par les dirigeants de l'entreprise.

Tout comme dans les centres, nous avons pu déguster mimosas et petits gâteaux, et on nous a offert un sac « Je travaille à changer le monde ».

Nous profitons de l'occasion pour remercier, l'équipe derrière l'organisation de cette semaine, de même que Monsieur Alain Beaudry, Mesdames Judith Fleurant, Caroline Pitre, et Élyse Perron.

Merci mille fois, ça fait chaud au cœur de voir que notre travail est apprécié!



**DERNIÈRE CHANCE!!!!**

# Offre d'emploi

*\*S'adresse à tous les employés*

## OFFRE D'EMPLOI

Poste au centre administratif

- TITRE :** Coordonnateur(trice) de l'image de marque
- SALAIRE :** Salaire selon l'échelle salariale en vigueur
- HORAIRE :** Temps plein, 40 heures à Blainville
- TÂCHES :** Sous la supervision du directeur du marketing et des communications, le coordonnateur est responsable des commandites, des relations avec les médias, du placement publicitaire, des tournages photos et vidéos, des partenariats avec divers organismes, de la relation avec la porte-parole et avec les ambassadeurs, de la veille, du programme de cartes VIP et de la mise en œuvre des campagnes publicitaires. De plus, le coordonnateur doit s'assurer de la cohérence de la marque en conseillant les départements du centre administratif et les franchisés et en révisant leur matériel publicitaire.
- CRITÈRES:**
- Certificat en marketing;
  - 12 mois d'expérience chez Énergie Cardio;
  - 12 mois d'expérience en marketing;
  - Connaissance des logiciels Word, Excel, Access, Outlook, PowerPoint;
  - Français parlé et écrit exemplaire;
  - Anglais parlé et écrit fonctionnel;
  - Autonomie, initiative et organisation;
  - Être apte à travailler sous pression;
  - Minutie, souci du détail et rigueur;
  - Créativité.

Acheminez votre curriculum vitae avant le **29 avril 2013** à  
[emploi@energiecardio.com](mailto:emploi@energiecardio.com)



# Notre Monde

## Entraînement

### Nouveau livre traitant de l'entraînement

\*S'adresse à tous les employés



Les Éditions du CRAM - 1030 Chemin, bureau 206 - Montréal, QC - H2L 1H9

## COMMUNIQUÉ

pour diffusion immédiate

— Montréal, mercredi le 1<sup>er</sup> mai 2013 —

Aujourd'hui paraît à Montréal le deuxième livre de remise en forme de  
**Daniel Eamer,**  
entraîneur personnel et spécialiste de la nutrition et de l'exercice.

### **Daniel Eamer** *Les secrets du développement et du raffermissement musculaires*

Éric, le neveu de Dan et Michelle, souhaite se sculpter un corps de rêve. Il a l'enthousiasme et la détermination nécessaires pour mener à bien son projet ; il ne lui manque qu'un professionnel compétent pour le guider dans sa démarche. Dan, le héros de *Les secrets des brûleurs de graisse*, pense tout de suite à Robert, l'entraîneur personnel qui lui a permis, quelques années auparavant, de se doter lui-même du corps auquel il aspirait.

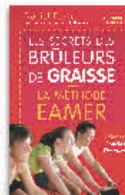
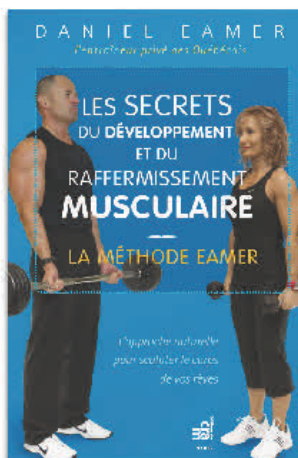
Dans un récit plein d'humour et d'information essentielle, Robert donnera à ses nouveaux élèves, Dan et Éric, tous les secrets du développement et du raffermissment musculaires.

*Une approche 100% naturelle pour quiconque souhaite se tailler un corps de rêve !*

Daniel Eamer est impliqué dans le milieu de la santé et de la remise en forme depuis 1988. Il a bâti son style de vie et sa profession sur ce qui n'était, au départ, qu'une bonne résolution prise en 1985, pour la nouvelle année. Daniel a obtenu en 1995 un Baccalauréat en sciences de l'activité physique (spécialisation en Thérapie du sport), à l'Université Concordia, à Montréal. Il détient aussi de nombreux certificats dans le domaine de la santé et de la remise en forme, particulièrement le titre de *Certified Strength and Conditioning Specialist*, décerné par la *National Strength and Conditioning Association*, aux États-Unis.

Ce qui distingue Dan de ses pairs, c'est son refus d'accepter la norme dans un secteur perverti par des pseudo-experts de remise en forme, par des charlatans et par une mentalité de suiveurs. Il entretient son attitude de « Champion du peuple » et de gagnant, et se bat sans relâche contre les pratiques frauduleuses qui semblent avoir envahi le domaine de la santé et de la remise en forme. Il se décrit lui-même comme un « anti-virus » contre toutes les légendes urbaines, les mythes sans fondements et les pratiques franchement malhonnêtes que l'on retrouve dans cette industrie.

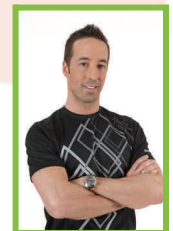
Pour un service de presse, une entrevue ou tout autre renseignement :  
Guillaume Lavigne [glavigne@groupecram.com](mailto:glavigne@groupecram.com) • 514.598.8547 poste 224



Daniel Eamer, un excellent entraîneur personnel depuis plusieurs années au *Énergie Cardio* de Blainville publie son deuxième livre d'entraînement : « Les secrets du développement et du raffermissment musculaire », aux Éditions du *cram*.

En mon nom et celui du département d'entraînement, nous lui souhaitons bon succès avec son nouveau livre !

Jean-Denis Thomson  
Directeur du département de l'entraînement  
Poste 2246  
[jean-denis.thomson@energiecardio.com](mailto:jean-denis.thomson@energiecardio.com)



Énergie Cardio

# Certification en évaluation de la condition physique 2013

*\*S'adresse plus particulièrement aux directeurs & entraîneurs-chefs*

La Fédération des kinésiologues et la Société canadienne de physiologie de l'exercice (SCPE) étant maintenant dissociées, des certifications sont maintenant offertes plus régulièrement et à moindres coûts par Énergie Cardio. Cette certification permet de valider les acquis de nos kinésiologues et étudiants en poste, permet de s'assurer de conserver une uniformité Réseau quant aux procédures de l'évaluation de la condition physique et ainsi valoriser les actes de la profession.

À noter que tous les évaluateurs Fit Test, en poste avant le 1<sup>er</sup> janvier 2013, certification EPC à l'appui, bénéficieront de la clause « grand père ». C'est-à-dire qu'ils pourront continuer à faire des Fit Tests chez Énergie Cardio sans formation supplémentaire. Les autres devront faire la certification d'évaluateur de la condition physique afin de pouvoir faire des Fit-Test

## Préalables à la participation à la certification d'évaluateur de la condition physique

- 60 crédits, ou plus, réussis au Bac en kinésiologie;

Réussite du cours d'évaluation de la condition physique universitaire.

Voici, selon chaque université au Québec offrant un programme en kinésiologie (ou domaine connexe), les codes de cours universitaires exigés afin de participer à la certification d'évaluation de la condition physique.

Universités	Programme d'études	Codes de cours
Université de Montréal	BAC en kinésiologie	KIN1027, KIN2027, KIN4074 et KIN4075
UQÀM	BAC en kinésiologie	KIN5630
Université de Sherbrooke	BAC en kinésiologie	KIN215
Université Laval	BAC en kinésiologie	KIN2010, KIN2007
Université de Trois-Rivières	BAC en kinésiologie	EPK1190
Université Concordia	B.Sc. Exercise Science	EXCI252
Université McGill	B.Sc. Kinesiology	EDKP451

Veillez noter que les étudiants au baccalauréat en enseignement de l'éducation physique et les étudiants à un majeur, un mineur ou un certificat en kinésiologie ne sont pas admissibles pour la certification en évaluation de la condition physique.

## Marche à suivre

- Envoyer le relevé de notes universitaires attestant la réussite des cours d'évaluation de la condition physique et des 60 crédits universitaires en kinésiologie à :  
Nathalie Pilotte au [nathalie.pilotte@energiecardio.com](mailto:nathalie.pilotte@energiecardio.com);
- Participer et réussir la certification en évaluation de la condition physique d'une journée (un examen y est inclus)

## Coûts de la certification (7 heures) :

149\$

## Obtention du code d'accès Fit Test

Une fois la certification en évaluation de la condition physique réussie, les notes de l'examen seront communiquées au centre et à Biotonix. Le candidat au poste d'évaluateur Fit Test devra alors téléphoner à Sébastien Lacoste au 1-888-866-4988 poste 231 ou envoyer un courriel à [support@biotonix.com](mailto:support@biotonix.com) pour obtenir son code d'accès et son mot de passe. Il est à noter que ce code et mot de passe est confidentiel et à l'usage d'un seul évaluateur Fit Test.

Pour toutes autres questions, contacter votre conseiller en entraînement ou superviseur des entraîneurs-chefs.

Energie Cardio



# Notre Monde

## Cours en groupe

## Horaire CEG session juin 2013

*\* S'adresse plus particulièrement aux coordonnateurs CEG et Directeurs*

Vous devriez être rendus à l'étape de finaliser votre horaire de cours en groupe et de confirmer le tout avec vos instructeurs.

La prochaine étape : Approbation du centre administratif.

Document à remettre :

Mise à jour de tout nouvel instructeur (niveau réseau)

Un courriel contenant le prénom de nom de famille

Le document « Préparation tableau statistiques – Cours en groupe (10 juin au 8 septembre) » avec toutes les informations demandées (un tableau incomplet sera refusé et retardera l'approbation de l'horaire)

Délai approbation :

L'approbation sera faite dans un délai de 48 à 72 heures suivant la réception de tous les documents.

Julie Le Gruiec  
Superviseure des cours en groupe  
Poste 2233  
Julie.legruiec@energiecardio.com



Energie Cardio



# Notre Monde

## Marketing

## Le défi du défi 25h...

*\*S'adresse à tous les employés*



Nous souhaitons vous aviser que nous éprouvons actuellement quelques difficultés techniques avec notre site Internet.

### Inscription des participants

Certains participants du volet PERFORMANCE connaissent actuellement des problèmes à s'inscrire sur le site. Nous travaillons à résoudre ce problème dès que possible.

### Enregistrement des dons

Un problème généralisé affecte l'affichage des dons.

Pour nous aider à afficher/confirmer ceux-ci dès que le problème sera réglé, veuillez nous envoyer par courriel les infos suivantes pour chaque inscription/don non affiché qui vous est signalé :

- Nom du donateur
- Nom du participant
- Date de la transaction
- Montrant de la transaction
- 4 derniers chiffres de la carte de crédit utilisée pour la transaction.

### Articles promotionnels Opération Enfant Soleil

Comme plusieurs le savent, Opération Enfant Soleil offre des articles à son effigie afin d'aider ses partenaires dans leurs efforts de collecte de dons. Dans le cadre du Défi Cardio 25 heures, sachez qu'il **interdit aux centres Énergie Cardio de se procurer les articles payants et de revendre ceux-ci avec un profit.**

Cependant, les articles qu'offre gratuitement Opération Enfant Soleil vous seront envoyés directement sous peu. Parmi ceux-ci, vous retrouverez **des soleils en carton** qui vous permettront d'inscrire le nom des donateurs de vos équipes, **des ballons OES** ainsi que des **tirelires**.

Nous vous remercions de votre collaboration lorsque vous nous communiquez au [deficardio25heures@energiecardio.com](mailto:deficardio25heures@energiecardio.com) les problèmes que vous ou vos participants rencontrez. N'hésitez pas à nous fournir le plus de détails possibles dans vos courriels; cela accélère le repérage et la résolution du problème.

### Rappel activité locale

Bien qu'ils soient très populaires en cette période, **la tenue par les centres de pool de hockey ou tout autre pari sportif est strictement interdite.**

Energie  Cardio

# Message Téléphonique

*\*S'adresse à tous les employés*

Veuillez changer votre message de boîte vocale dès le 1<sup>er</sup> mai 2013 en utilisant le message disponible dans la planification mensuelle de mai sur l'Intranet. Ce message sera en vigueur jusqu'au 26 mai 2013 inclusivement.

**Énergie Cardio bonjour!** (Les centres pour Elle doivent plutôt mentionner : **Énergie Cardio pour Elle bonjour!**)

An English message will follow.

Toutes nos lignes sont présentement occupées ou nous sommes fermés. Du 1 au 26 mai, contribuez à changer la vie des enfants en faisant un don aux participants des équipes du Défi Cardio 25 heures, et ce, en vous rendant sur le site internet deficardio25heures.com.

Pour connaître les détails de nos promotions en cours, laissez-nous vos coordonnées et nous vous rappellerons avec plaisir dès que possible.

Nos heures d'ouverture sont : Lundi... etc.

**Welcome to Énergie Cardio!** (Les centres pour Elle doivent plutôt mentionner : **Welcome to Énergie Cardio pour Elle!**)

All our lines are currently busy, or our centre is presently closed.

May 1<sup>st</sup> to 26<sup>th</sup>, contribute to changing a child's life by making a donation to the participants of the Défi Cardio 25 heures, visit the challenge's website at deficardio25heures.com to find out how.

For details on our current promotions, please leave your name and phone number, we will gladly call you back as soon as possible.

Our opening hours are: Monday... etc.

À bientôt ! Talk to you soon!

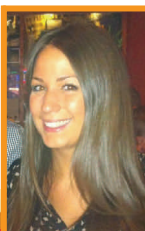
## JNSAP

Ce jeudi 2 mai se tiendra la journée nationale du sport et de l'activité physique. Cette

*\*S'adresse à tous les employés*

journée de sensibilisation de la population à l'importance de l'activité physique au quotidien est un moment idéal pour proposer aux clients potentiels de venir essayer nos centres d'entraînement.

Ainsi, les portes des centres Énergie Cardio seront ouvertes lors de cette journée. Tous les non-membres pourront profiter de cette occasion pour essayer nos centres. Nous en ferons la promotion sur nos médias externes ainsi que sur les médias web du ministère. Vous devrez accueillir tous les gens qui se présentent pour un essai lors de cette journée, avec ou sans rendez-vous. Il faut aussi remplir un Q-AAP et une fiche client pour chacun de ces clients afin de pouvoir faire le suivi suite à l'inscription.



Chloé Drolet  
Coordonnatrice, marketing relationnel  
Poste 2314  
chloé.drolet@energiecardio.com

Energie Cardio

# Concours SSQ Auto

\* S'adresse à tous les employés



CONCOURS  
**20 000 \$**  
**POUR VOUS GÂTER**

Courez la chance de gagner 20 000 \$ grâce à SSQauto

**PARTICIPEZ >**

**SSQ auto**  
Les valeurs à la bonne place

Notre partenaire SSQ Assurances Auto organise pour les employés un concours fort intéressant ! Nous vous invitons à participer, qui sait, vous serez peut-être plus riche de 20 000 \$.

[concours2013ssqauto.com/groupe](http://concours2013ssqauto.com/groupe)

Vous pouvez également profiter de l'occasion pour faire une soumission, il s'agit d'un partenariat très avantageux pour vous.

[http://www.energiecardio.com/fr/index.php?page=programme\\_avantages\\_ssqauto.php&sec=5](http://www.energiecardio.com/fr/index.php?page=programme_avantages_ssqauto.php&sec=5)

Bonne chance !

## Nouveaux Avantages

\* S'adresse à tous les employés

Voici vos nouveaux Avantages :  
Profitez-en bien et surtout partagez la nouvelle!

Vous retrouverez le document Programme Avantages – employés 2013 en pièce jointe du Notre Monde ainsi que sur intranet sous la rubrique Divers. *Vous pourrez l'imprimer et le laisser en consultation dans votre salle d'employés.*

### BIXI Montréal

BIXI est le système de vélos en libre-service à Montréal. C'est le vélo comme véritable moyen de transport urbain. Accessible à tous, 24 heures par jour, sept jours par semaine et trois saisons par année, d'avril à novembre. Attrapez-en un au vol quand vous en avez besoin, et laissez-le dans n'importe quelle station une fois arrivé à destination. Pour un trajet à l'improviste ou vos déplacements quotidiens, allez-y en BIXI!

Employés Énergie Cardio, BIXI vous offre un rabais de 16,50 \$ sur l'abonnement annuel. Afin de recevoir votre code promotionnel, veuillez envoyer votre numéro d'employé (à l'endos de votre carte d'employé) au courriel [bixi@energiecardio.com](mailto:bixi@energiecardio.com). Votre code promotionnel vous permettra de faire votre achat en ligne au [montreal.bixi.com](http://montreal.bixi.com)

Limite de un (1) abonnement annuel BIXI par membre Énergie Cardio.  
Cette offre ne peut être jumelée à aucune autre promotion.



Energie Cardio





## Avantages (suite)

\*S'adresse à tous les employés

### Vélo Québec Éditions

À titre d'employés d'Énergie Cardio, abonnez-vous et bénéficiez d'un tarif préférentiel sur le tarif courant\* des magazines de Vélo Québec Éditions, soit Vélo Mag, Géo Plein Air et Québec Science.

#### Vélo Mag

*Vélo Mag* est le magazine pour tous les passionnés de vélos, les cyclistes de villes comme ceux des champs. Amateur de bitume ou de sentiers, vous trouverez dans chaque édition des destinations, des tests de matériel et de vélos, sans oublier toute l'actualité cycliste.

Tarif courant en kiosque (taxes incluses) : 47,95 \$

Tarif Énergie Cardio (taxes incluses) : 26 \$

#### Géo Plein Air

*Géo Plein Air* : Destinations, ici ou ailleurs, conseils pratiques pour s'équiper, se nourrir, s'entraîner et se garder en santé : le magazine *Géo Plein Air* vous aide à établir une relation harmonieuse, ludique et durable avec la nature.

Tarif courant en kiosque (taxes incluses) : 44,50 \$

Tarif Énergie Cardio (taxes incluses) : 25 \$

#### Québec Science

*Québec Science* propose un regard original et rigoureux sur l'actualité, le monde et les grands enjeux de société. Seul magazine québécois à grande diffusion consacré à la vulgarisation scientifique, *Québec Science* offre un contenu diversifié et instructif.

Tarif courant en kiosque (taxes incluses) : 61,06 \$

Tarif Énergie Cardio (taxes incluses) : 30 \$

### **Description de l'offre**

Pour profiter de cette offre, indiquez le code promotionnel **ECARDI65** au moment de votre abonnement en ligne [www.velo.qc.ca/fr/publication.php](http://www.velo.qc.ca/fr/publication.php).

\*Cette offre aux employés d'Énergie Cardio est en vigueur du 3 avril 2013 au 31 décembre 2013. Non applicable sur les abonnements déjà existants. Offre pour abonnement en ligne uniquement.

### **Offre aux membres BIXI**

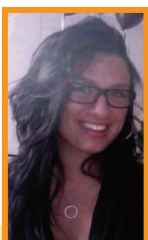
Dans le cadre du partenariat avec BIXI Montréal, Énergie Cardio désire également offrir un avantage aux membres de clés BIXI Montréal. En fait, il s'agit d'une clientèle propice à l'entraînement.

C'est donc le temps parfait de les attirer dans nos centres.

Un lien PDF sera accessible via les communications que BIXI Montréal envoie à leurs membres. Les membres BIXI Montréal se présenteront donc dans les centres avec une version papier du document afin de recevoir le rabais de 25 \$ sur l'abonnement.

Ils doivent absolument montrer leur clé BIXI.

Si toutefois vous avez des questions relatives à cette promotion, contactez :



Mariève Tardif  
Gestionnaire de marque  
Poste 2293  
marieve.tardif@energiecardio.com

Energie Cardio



Notre  
Monde

Services  
aux  
entreprises

## Procédures Abonnements Key account de Goodlife fitness

*\* S'adresse à tous les directeurs & employés*

Vous avez reçu par courriel, le 3 avril dernier, un communiqué concernant les nouvelles procédures à appliquer à partir du mois de mai pour les abonnements Key Account de GoodLife Fitness utilisés chez Énergie Cardio. Vous trouverez également ce communiqué en annexe.

Il est très important de le lire attentivement et d'aviser tous les employés des informations incluses dans ce document.

Merci de votre collaboration!

Annick Delisle  
Coordonnatrice du service aux entreprises  
Poste 2237  
[annick.delisle@energiecardio.com](mailto:annick.delisle@energiecardio.com)



Energie Cardio



# Notre Monde

## Opérations

### Réinitialisation du mot de passe

*\* S'adresse plus particulièrement aux directeurs*

Nous procéderons demain, jeudi 2 mai à 8 h, à la réinitialisation de tous les mots de passe donnant accès au volet administratif et intranet de notre site Internet. Vous recevrez votre nouveau mot de passe par courriel dans l'heure qui suivra la réinitialisation, à votre adresse [centreXX@energiecardio.com](mailto:centreXX@energiecardio.com).

Nous rappelons qu'il est de la responsabilité du directeur de communiquer le nouveau mot de passe, ou tout autre changement relatif à celui-ci, aux employés (directeur adjoint, entraîneur-chef, coordonnateur des cours en groupe) et propriétaire(s) du centre.

### Rappel PPA & CAR

*\* S'adresse à tous les employés et directeurs*

Lorsqu'un client vient s'inscrire et qu'il n'a pas ses informations bancaires avec lui, nous devons inscrire comme modalité de paiement *CAR*. Lorsque le membre revient pour donner ses informations bancaires, il faut aller dans l'onglet *CCP* de sa fiche membre, puis :

- Cliquer sur le bouton *Créer CCP/payer CAR*;
- Répondre « oui » à la question : Êtes-vous sûr?
- Sélectionner le contrat pour lequel vous voulez créer le *CCP*;
- Cliquer sur la filière jaune (recherche);
- Choisir la méthode de paiement *PPA*;
- Répondez « Non » à la question : Voulez-vous imprimer le formulaire de CCP?

Ensuite, **ne pas oublier**, dans l'onglet *PPA*, vous devez :

- Entrer les informations bancaires du client;
- Cliquer sur la disquette pour enregistrer les données;
- Sélectionner *Formulaire DPA* à partir de l'icône de l'imprimante;
- Sélectionner OK puis imprimer le formulaire;
- Faire signer au client.

#### Paiements pré-autorisés

Numéro de compte

Numéro de la banque

Numéro du transit

Une fois ces étapes terminées, la grille de versement sera créée et les paiements du client seront alors prélevés dans son compte.



Julie Godon  
Directrice de l'informatique  
Poste 2296  
[julie.godon@energiecardio.com](mailto:julie.godon@energiecardio.com)

Energie Cardio