

MA VILLE, MES LOISIRS

PRINTEMPS 2022 - VOL. 4 - N° 4

 LOISIRS – VILLE DE
SAINT-CONSTANT

 VILLE
SAINT-CONSTANT

SAINT-CONSTANT.CA



YETI GAMES

Un événement sportif incontournable!



SPORTS ET ATELIERS

Une programmation pour tous les goûts!



INSCRIPTION

En ligne dès le 24 février à 18 h
au saint-constant.ca/inscriptions

INDEX

Installations	3	Sports et bien-être – adultes	11
À la bibli-oh!	4	Culture et ateliers – adultes	15
Culture et ateliers – enfants	7	Babillard des organismes	17
Sports et bien-être – enfants	9	Modalités	18
		Calendrier	19

MA VILLE, MES LOISIRS

Production :	Service des communications et Service aux citoyens, Ville de Saint-Constant
Collaboration :	Service des loisirs, Ville de Saint-Constant
Photographies :	Banque de photos de la Ville de Saint-Constant
Graphisme :	Communication Globale Pub Cité

LÉGENDE DES ICÔNES

- Lieu
- Dates
- Heure
- Coût
- Niveau d'intensité
- Inscription

LES SERVICES DE LA VILLE DE SAINT-CONSTANT SERONT FERMÉS À L'OCCASION DES JOURS FÉRIÉS :

- Congé de Pâques : 15 et 18 avril
- Fête des Patriotes : 23 mai



Passeport vaccinal 13 ans +

Requis pour participer à certaines activités loisirs (en vigueur jusqu'au 14 mars)

La pandémie évoluant constamment, la réglementation entourant le passeport vaccinal et les activités pourrait changer. Restez informés au saint-constant.ca et sur nos réseaux sociaux.

SERVICE DES LOISIRS

330, rue Wilfrid-Lamarche
450 638-2010, poste 7200
loisirs@saint-constant.ca

Horaire

Lundi au jeudi 8 h à 17 h
Vendredi 8 h à 13 h

BIBLIOTHÈQUE

162, boulevard Monchamp
450 638-2010, poste 7233
biblio@saint-constant.ca

Horaire

Lundi au mercredi 12 h à 20 h
Jeudi 9 h 30 à 20 h
Vendredi 13 h à 17 h
Samedi 10 h à 15 h
Dimanche 12 h à 16 h

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

Avant de vous inscrire à une activité, assurez-vous d'avoir une carte citoyenne valide et un compte sur la plateforme IC3.



Pour obtenir une carte citoyenne, visitez le saint-constant.ca/fr/carte-citoyenne. C'est facile et gratuit!

LES ACTIVITÉS AURONT LIEU AUX ENDROITS SUIVANTS :

Centre municipal	330, rue Wilfrid-Lamarche
Pavillon de la biodiversité	66, rue du Maçon
Bibliothèque	162, boulevard Monchamp
École Vinet-Souligny	13, montée Saint-Régis
École Félix-Leclerc	161, boulevard Monchamp
École de l'Aquarelle – Armand-Frappier	291 et 295, rue Sainte-Catherine
École Piché-Dufrost	26, rue Sainte-Catherine



DES LOISIRS ACCESSIBLES

Nos activités sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Communiquez avec nous pour en savoir plus.



COMPÉTITION AMICALE DE PLANCHE À NEIGE

SNOWPARK (BASE DE PLEIN AIR)

- 26 février
- 16 h à 21 h
- Inscription sur place

INSTALLATIONS HIVERNALES – Bougez et profitez de l'hiver!

PATINAGE LIBRE ISATIS

📍 Complexe Isatis – 310, rue Wilfrid-Lamarche

📅 Jusqu'au 2 avril

🕒 Samedi – 12 h 15 à 14 h

✍ Le lundi de la semaine précédant la réservation

Les enfants de moins de 12 ans doivent obligatoirement porter un casque et être accompagnés d'un adulte.



PATINOIRES EXTÉRIURES

En saison, plusieurs patinoires extérieures sont accessibles gratuitement tous les jours de 7 h à 22 h.

🕒 L'horaire régulier avec surveillance des patinoires est de 17 h 30 à 22 h la semaine et de 10 h à 22 h la fin de semaine.

ENDROIT	INSTALLATIONS	ADRESSE
Parc Levasseur	Patinoire à bande	28, rue Levasseur
Pavillon de la biodiversité	Anneau de glace	66, rue du Maçon
Parc du Petit bonheur	Patinoire à bande	80, rue Villeneuve
Base de plein air	Pente à glisser Patinoire réfrigérée	296, rue Sainte-Catherine
Parc des Jardins	Chalet chauffé	130, rue Beaumont
Parc Leblanc	Chalet chauffé	46, rue de l'Église
Parc des citoyens	Patinoire à bande	70, montée Lasaline

Tenez-vous informé de l'état des patinoires en consultant la carte interactive au saint-constant.ca.

- Snowpark
- Raquette
- Patinage libre
- Glissade sur tubes
- Ski de fond

Découvrez-les toutes sur la carte interactive de la Ville!



Des activités gratuites et amusantes pour toute la famille!

DANS LE CADRE DES

PLAISIRS
D'HIVER

INSTALLATIONS

CONTE-MOI ÇA! 🎧

Sillonnez la Ville et découvrez des légendes narrées par un mystérieux conteur.

Pour vivre l'expérience, vous n'avez besoin que d'un téléphone intelligent et d'une paire d'écouteurs.

Plus d'information au saint-constant.ca

JEUX D'ÉNIGMES AU LAC DES FÉES

Un circuit ludique qui permet de bouger, de profiter de l'hiver et de vivre des moments de qualité en famille ou entre amis!

📍 Lac des fées

FATBIKE

Cet hiver, pédalez en *fatbike* à travers la Ville!

Plusieurs grandeurs disponibles. Détails lors de l'inscription.

📍 Centre municipal

📅 Jusqu'au 6 mars

🕒 Dimanche – 10 h à 15 h

✍ Le lundi de la semaine précédant la réservation

À LA BIBLI-OH!

FÉVRIER MOIS COUP DE CŒUR

En février, tombez en amour avec les coups de cœur des employés et élus de la Ville!

Des présentoirs avec des livres, des films et même des jeux ont été préparés pour vous faire découvrir quelques-uns de nos préférés!



EN TOURNÉE | 2022

LE SALON DU LIVRE DU ROUSSILLON PART EN TOURNÉE DANS TOUTE LA MRC!

Grâce à la tournée, petits et grands pourront participer à une série de 9 activités littéraires gratuites offertes par les bibliothèques du Roussillon dès le 17 février!



16 ANS ET + CLUB DE LECTURE

Discussion mensuelle autour d'une œuvre, d'un auteur ou d'une thématique.

Inscription requise via la plateforme de la Bibliothèque.

- Bibliothèque
- 16 mars, 20 avril, 18 mai, 15 juin
- Mercredi – 19 h



PLACES LIMITÉES | INSCRIPTION EN LIGNE OBLIGATOIRE AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS

À la Bibliothèque, les activités sont gratuites!

12 ANS + CONFÉRENCE SUR LA CYBERDÉPENDANCE

Animateur : Marco Mailhot, psychoéducateur

Depuis 5 ans, la dépendance aux écrans est devenue la principale problématique rencontrée dans la pratique de Marco Mailhot, psychoéducateur. Lors de cette conférence, ce dernier proposera des conseils et des outils concrets qui permettront aux jeunes et à leurs parents de retrouver une vie plus harmonieuse face aux écrans.



- Bibliothèque et en ligne
- 24 février
- Jeudi – 19 h

16 ANS + CONFÉRENCE | PROJET MANHATTAN

Montréal au cœur de la participation du Canada à la bombe atomique américaine

Animateurs : Mathieu P. Lavallée et Antoine Théorêt

Apprenez l'extraordinaire histoire méconnue des importantes recherches qui se sont poursuivies à Montréal, pendant la Seconde Guerre mondiale, dans le cadre du Projet Manhattan. Biographies, histoires d'espionnage, relations diplomatiques... les passionnés de sciences, d'histoire et de politique seront servis!



- Bibliothèque et en ligne
- 21 avril
- Jeudi – 19 h

50 ANS ET + COURS D'INITIATION À L'IPAD

Animateur : Centre d'éducation des adultes Champlain

Série de 10 cours d'initiation à l'utilisation de l'iPad pour apprendre comment manipuler une tablette électronique, son écran tactile et ses applications, ainsi que de reconnaître le vocabulaire relié aux tablettes.

Débutant, aucun préalable requis.

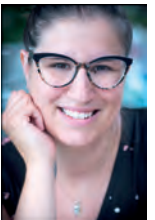
Matériel requis : le participant peut apporter sa tablette ou en utiliser une fournie par l'enseignant. La carte d'assurance maladie valide et le certificat de naissance grand format sont exigés.

- Bibliothèque
- Inscription en cours, date de début des cours à déterminer
- Mardi et jeudi – 9 h 30 à 12 h

16 ANS + CONFÉRENCE | LE BONHEUR D'ÊTRE UN PARENT IMPARFAIT

Animatrice : Stéphanie Deslauriers

Dans le cadre de la *Semaine québécoise des familles*, nous recevons Stéphanie Deslauriers, conférencière et autrice, qui a notamment écrit pour le magazine Véro et qui a collaboré à l'émission Format familial. La conférence fait la promotion de l'imperfection parentale, de l'indulgence et de l'acceptation de soi-même!



- Bibliothèque et en ligne
- 12 mai
- Jeudi – 19 h



SEMAINE QUÉBÉCOISE DES PERSONNES HANDICAPÉES

1^{ER} AU 7 JUIN

Activités à venir, restez à l'affût!



PLACES LIMITÉES | INSCRIPTION EN LIGNE OBLIGATOIRE AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS



LES HISTOIRES

18 À 36 MOIS LES PETITS CONTES

- Jusqu'au 16 juin
- Jeudi – 9 h 30 à 10 h

3 À 5 ANS HEURE DU CONTE EN PYJAMA

- Jusqu'au 14 juin
- Éditions spéciales**
- 1^{er} mars | Thème : De la couleur pour la relâche!
- 12 avril | Thème : Pâques
- 7 juin | Thème : Semaine des personnes handicapées
- Mardi – 18 h 30 à 19 h 30

3 À 8 ANS HEURE DU CONTE THÉMATIQUE

- 2 mars | Thème : De la couleur pour la relâche!
- 13 avril | Thème : Pâques
- Mercredi – 18 h 30 à 19 h 30

ADOS/ADULTES HEURE DU CONTE ADAPTÉE

- Activité destinée aux adultes à besoins particuliers qui aiment les histoires et le bricolage.
- 14 mars
- Lundi – 13 h à 14 h



6 À 10 ANS ATELIERS VARIÉS

- 14 avril | Thème : Pâques
- Jeudi – 18 h 30 à 19 h 45

À LA BIBLI-OH!

7 À 10 ANS LIS AVEC OZZY!

Animatrice : Marie-Eve Talbot, zoothérapeute
Séance de lecture en compagnie d'un animal partenaire d'intervention et d'une zoothérapeute certifiée. Cette activité a pour objectif de développer l'estime de soi et l'épanouissement personnel de l'enfant.

- 26 février, 26 mars, 30 avril
- Samedi – 10 h 30

ACTIVITÉ SPÉCIALE

TOUS Dans le cadre de la semaine Québécoise des familles, faites le bricolage d'un portrait de famille avec un petit plus amusant!

- 14 mai
- Samedi – 10 h

À compter du 18 juin, les enfants pourront s'inscrire au Club de lecture d'été TD pour participer à plusieurs activités et concours tout au long de l'été.

**Club
de lecture
d'été
TD
2022**

À LA BIBLI-OH!

Le saviez-vous?

La Bibliothèque met à la disposition de ses abonnés une foule de ressources numériques! Cours en ligne, articles, livres... il y en a pour tous les goûts!

Elle possède également une collection de semences de fines herbes, de plantes utiles, de légumes et de légumes-fruits disponibles pour les usagers désirant participer à développer le patrimoine horticole de Saint-Constant.

Découvrez-les toutes au biblio.saint-constant.ca.



LES SAMEDIS TECHNOS À LA BIBLIO!

ATELIER DE DÉCOUPE DE VINYLE ET CRÉATION D'UN T-SHIRT

Cet atelier a pour objectif de présenter les principaux usages du découpage vinyle et d'un logiciel de dessin (Inkscape).

Le participant doit apporter un chandail sur lequel il pourra imprimer sa création.

📅 Semaine de relâche (date à venir)

ATELIER GONZO, ROBOTIQUE LUDIQUE

Gonzo, le robot qui gribouille, a pour objectif l'exploration des différentes facettes artistiques qui peuvent être exploitées avec la robotique, en utilisant des circuits électroniques simples. Les jeunes pourront bâtir leur propre *drawing bot* à l'aide d'objets qu'ils possèdent à la maison et qu'ils peuvent recycler.

📅 19 mars

ATELIER WALLY, LE MORSE QUI CODE ET DÉCODE

La trousse *Wally, Le Morse qui code et décode* présente les bases du code morse pour envoyer des messages secrets. En liant les mondes réel et virtuel à l'assemblage d'un modèle de carton sophistiqué, Wally initie les participants aux bases de la programmation, de manière simple, ludique et tangible.

📅 16 avril

9 À 15 ANS • SAMEDI - 11 H
INSCRIPTION REQUISE



LES DÉCOUVERTES enfantines

Ce programme vise à offrir aux enfants différentes occasions de développer leurs aptitudes sociales, leurs habiletés motrices, affectives et langagières par la pratique d'activités et d'ateliers tels que : jeux collectifs, chants, bricolages et expériences.

JOUR	ÂGE
Lundi	4 à 5 ans
Mardi	3 à 4 ans
Mercredi	4 à 5 ans
Vendredi	3 à 4 ans

📅 14 mars au 13 mai

🕒 9 h à 11 h

💰 130 \$/1 fois semaine
192 \$/2 fois semaine






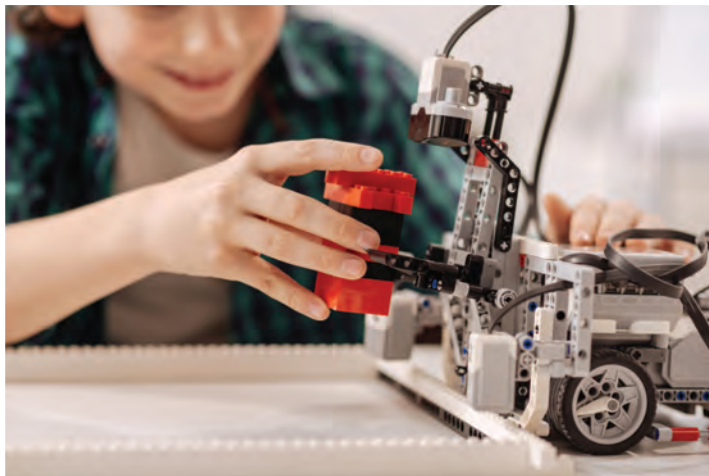


3 À 4 ANS PARENTS/ENFANTS – LES PETITS SCIENTIFIQUES

Professeur : Sciences en folie

Ce programme offre des activités interactives et ludiques aux enfants pour leur permettre de faire les premiers pas dans le monde incroyable des sciences.




-  Pavillon de la biodiversité \$ 132 \$
-  12 mars au 23 avril (relâche : 16 avril)
-  Samedi – 9 h à 9 h 30



4 À 6 ANS ÉVEIL ARTISTIQUE

Professeur : Coeur en arts




Art dramatique, musique, peinture et danse... ce cours ouvre la porte vers divers volets artistiques qui permettent de reconnaître et de guider les aptitudes et préférences en arts des enfants. Au programme : ouverture vers la magie des couleurs, rythme de la musique et des sons, conscience de son corps et de sa souplesse et techniques d'expression et d'émotion.

-  Centre municipal \$ 124 \$
-  16 mars au 27 avril
-  Mercredi – 18 h à 18 h 45

5 À 12 ANS ATOMES CROCHUS

Professeur : Sciences en folie

Les scientifiques en herbe deviendront de grands scientifiques à la suite de ces ateliers! Les jeunes apprendront comment manipuler le matériel de laboratoire et changer la vitesse d'une réaction chimique. Ils deviendront des experts en chimie gluante et les différents états de la matière n'auront plus de secrets pour eux. Les participants pourront même poursuivre l'expérience à la maison grâce à plusieurs projets à rapporter!

-  Pavillon de la biodiversité \$ 153 \$
-  12 mars au 23 avril (relâche : 16 avril)
-  Samedi

GRUPE	ÂGE	HORAIRE
1	5 à 6 ans	9 h 35 à 10 h 35
2	7 à 12 ans	10 h 40 à 11 h 40

CULTURE ET ATELIERS




ENFANTS

7 ANS ET + CLAVIER

Professeur : Éduc-Action

Ce cours de groupe permet aux élèves d'apprendre la base de l'instrument, la lecture des notes de musique, la technique du doigté et le sens rythmique.

Instrument et matériel inclus (l'enfant peut fournir son propre clavier).

-  Centre municipal \$ 220 \$
-  15 mars au 3 mai
-  Mardi




GRUPE	ÂGE	HORAIRE
1	7 à 11 ans	18 h 30 à 19 h 30
2	12 ans et plus	19 h 35 à 20 h 35

8 À 12 ANS BRIXOLOGIE

Professeur : Sciences en folie

Les enfants découvriront différentes branches de l'ingénierie, construiront des projets en utilisant des blocs, étudieront l'aérospatial et exploreront la mécanique.

D'un manège de carnaval à des animaux mécaniques et des ponts solides, les futurs ingénieurs mettront leur créativité à profit tout en développant leur capacité à résoudre des problèmes et à travailler en équipe.

-  Pavillon de la biodiversité \$ 153 \$
-  12 mars au 23 avril (relâche : 16 avril)
-  Samedi – 11 h 45 à 12 h 45

CULTURE ET ATELIERS

ENFANTS

5 ANS ET + INITIATION À LA PEINTURE

Professeur : Éduc-Action

Dans une ambiance de détente, l'élève apprendra à développer ses aptitudes artistiques tout en faisant confiance au petit peintre qui sommeille en lui. En laissant libre cours à sa créativité, il apprendra des techniques de base en peinture.

📍 Centre municipal 💰 145 \$

📅 12 avril au 31 mai

🕒 Mardi

GROUPE	ÂGE	HORAIRE
1	5 à 7 ans	18 h à 18 h 45
2	8 ans et plus	19 h à 20 h

7 ANS ET + GUITARE

Professeur : Mathieu Roy

Ce cours de guitare populaire permet aux débutants de s'initier et de se perfectionner, en petits groupes, à la technique d'instrument.

Matériel requis : guitare

📍 Pavillon de la biodiversité 💰 135 \$

📅 14 mars au 6 juin

🕒 Lundi

NIVEAU	ÂGE	HORAIRE
1	7 à 11 ans	18 h 30 à 19 h 30
2	7 à 11 ans	19 h 30 à 20 h 30
3	12 ans à adulte	20 h 30 à 21 h 30



7 À 11 ANS COURS DE CUISINE NUTRITIONNELLE

Professeur : Vivo Nutrition

L'équipe de Vivo Nutrition propose des ateliers de cuisine éducatifs qui visent à développer la conscience alimentaire, les connaissances ainsi que les compétences culinaires des jeunes. Cuisinez des recettes nutritives, découvrez de nouveaux aliments et apprenez-en davantage sur la nutrition pour développer et favoriser de saines habitudes alimentaires au quotidien.

Matériel et aliments inclus

📍 Centre municipal 💰 195 \$

📅 12 mars au 7 mai
(relâche : 16 avril)

🕒 Samedi – 12 h 30 à 13 h 30

9 À 12 ANS THÉÂTRE

Professeur : Coeur en arts

Les enfants participeront à la création et à la réalisation d'une pièce de théâtre unique qui sera présentée devant parents et amis. Les participants seront tour à tour auteurs et acteurs. Durant l'atelier, ils poursuivront l'expérimentation des jeux théâtraux et mettront en pratique les techniques reliées à la voix, la diction, la respiration et la mémoire.

📍 Centre municipal 💰 155 \$

📅 16 mars au 27 avril

🕒 Mercredi – 19 h à 20 h

9 À 13 ANS PRÊTS À RESTER SEULS

Professeure : Carole Gélinas, formatrice à la Croix-Rouge

Ce cours aide les jeunes à faire des choix responsables et à assurer leur sécurité lorsqu'ils sont seuls. **Prendre note que tous les enfants doivent retourner dîner à la maison.**

Matériel requis : collations, papier, crayon, poupée ou toutou de 30 cm.

📍 Pavillon de la biodiversité 💰 40 \$ non remboursable

📅 20 mars, 17 avril, 14 mai

🕒 Samedi ou dimanche – 9 h à 15 h 30
Heure de dîner – 11 h 30 à 12 h 45



11 À 17 ANS GARDIENS AVERTIS

Professeure : Carole Gélinas, formatrice à la Croix-Rouge

Cours visant à offrir les connaissances et les compétences nécessaires aux futurs gardiens d'enfants. Attestation de la société canadienne de la Croix-Rouge. **Prendre note que tous les enfants doivent retourner dîner à la maison.**

Matériel requis : collations, papier, crayon, poupée ou toutou de 30 cm.

📍 Pavillon de la biodiversité 💰 48 \$ non remboursable

📅 19 mars, 16 avril, 15 mai

🕒 Samedi ou dimanche – 8 h 30 à 16 h 30
Heure de dîner – 12 h à 13 h 15



0 À 4 ANS (PARENTS/ENFANT) ZUMBINI

Professeure : Joannie Daly

Plonge dans l'univers de Kalino et ses amis et découvre le monde de la musique! Par le jeu, le chant, la danse et la manipulation d'instruments rythmiques, le format zumbini offre de contribuer au développement des compétences sociales, émotionnelles et cognitives de l'enfant... sans oublier les bienfaits moteurs pour petits et grands!

Le zumbini offre un beau contexte pour favoriser la création d'un lien parent-enfant.

- 📍 Centre municipal \$ 123 \$
- 📅 15 mars au 7 juin
- 🕒 Mardi – 9 h 45 à 10 h 45

8 À 12 ANS KATAG

Professeur : Éduc-Action



Découvrez le jeu de KATAG, un tout nouveau sport de groupe où deux équipes s'affrontent à l'aide d'épées en mousse! Les jeunes s'y retrouvent dans une saine compétitivité qui fait appel aux habiletés et goûts de chacun. Le sport, l'éducation et l'imagination : un match parfait!

- 📍 École de l'Aquarelle \$ 111 \$
- 📅 14 mars au 9 mai (relâche : 18 avril)
- 🕒 Lundi – 18 h 30 à 19 h 30

8 ANS + AVENTURE LASER TAG

Professeur : Éduc-Action

Vivez une aventure futuriste avec une activité similaire au *paintball* et au *Airsoft*, mais avec des *taggers laser* sécuritaires, adaptés, performants et surtout, sans projectiles! Divers modèles de *taggers* avec une possibilité de programmation variée, sont utilisés pour créer des scénarios de jeu et des classes de joueurs

- 📍 École Piché-Dufrost \$ 95 \$
- 📅 23 avril au 28 mai
- 🕒 Samedi – 10 h à 11 h

16 ANS ET + BADMINTON LIBRE FAMILIAL

Famille avec au moins un jeune de 16 ans et moins.

Les participants doivent réserver leur terrain (jour et heure) pour toute la saison.

Matériel requis : Raquette et volant

- 📍 École Vinet-Souigny
- 📅 12 mars au 20 juin (relâche : 16 au 21 avril et 21 au 26 mai)
- 🕒 Lundi, mardi et jeudi – 18 h 15 à 21 h 15
Samedi et dimanche – 9 h 30 à 12 h 30
- 💰 109 \$ – 1 h semaine/terrain
152 \$ – 2 h consécutives sur un même terrain
15 \$ – 1 h/terrain



SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ENFANTS

18 MOIS À 8 ANS MULTISPORTS



Hockey, soccer, football, baseball, basketball, volleyball, golf, tennis... Chaque semaine, les participants sont initiés à un nouveau sport, leur permettant d'essayer une grande variété de techniques.

PARENT/ENFANT (1 1/2 À 2 ANS)

Ce volet exploite le mouvement et l'exploration sociale par le biais de jeux créatifs axés sur la motricité globale, ainsi qu'au moyen de chansons, de contes et plus encore. En plus de favoriser la création de liens, ce cours permet de jeter les bases d'un amour commun et à long terme de l'activité physique et du sport.

- 📍 École l'Aquarelle \$ 265 \$
- 📅 12 mars au 11 juin (relâche : 16 avril)
- 🕒 Samedi

ÂGE	HORAIRE
Parent/enfant (1 1/2 à 2 ans)	8 h à 8 h 45
Parent/enfant (2 à 3 1/2 ans)	9 h à 9 h 45
3 1/2 à 5 ans	10 h à 11 h
5 à 8 ans	11 h à 12 h





Le Service Préados Ados offre un milieu de vie authentique, rassembleur et accessible aux jeunes Constantines et Constantins.

Par l'entremise d'activités stimulantes et ludiques, ainsi que par un milieu de vie à leur image, les préadolescents et les adolescents peuvent tisser des liens significatifs avec nos intervenants jeunesse et s'épanouir dans des conditions optimales.

HORAIRE D'HIVER

PRÉADOS (8 à 11 ans)

Mardi au vendredi : 15 h à 17 h

ADOS (12 à 17 ans)

Mardi au jeudi : 18 h à 21 h

Vendredi : 18 h à 22 h

Samedi : 17 h à 22 h

Cet horaire pourrait varier en raison d'activités spéciales. Abonnez-vous au compte Instagram du SPA² pour découvrir la programmation en temps réel. Le nombre de places par soir pourrait être limité lors des activités intérieures.



330, rue Wilfrid-Lamarche (site temporaire)
450 638-2010, poste 7250
spa2@saint-constant.ca



SAINT-CONSTANT
RECRUTE
POUR L'ÉTÉ!

Vous connaissez des jeunes motivés et dynamiques? Plusieurs postes sont offerts au sein de notre équipe.

PASSEZ LE MOT!

DÉTAILS AU SAINT-CONSTANT.CA



Plus d'information dans le cahier spécial au saint-constant.ca

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT AU CAMP DE JOUR ÉTÉ 2022

Les parents qui souhaitent inscrire leur enfant ayant besoin d'un accompagnement particulier au camp de jour estival doivent en faire la demande avant le 4 mars, 12 h. Toute demande effectuée après cette date ne pourra être traitée.

Ce programme vise à offrir un service d'intégration adapté aux enfants ayant des besoins particuliers qui nécessitent un accompagnement pour faciliter leur participation au camp de jour.

Cette démarche ne constitue pas une inscription officielle. Elle vise plutôt à connaître les besoins réels en matière d'accompagnement afin qu'une éventuelle demande d'aide financière puisse être effectuée par la municipalité.

Rendez-vous au saint-constant.ca sous l'onglet « Camp de jour » pour remplir le formulaire. Pour toute question, nous vous invitons à communiquer avec nous au 450 638-2010, poste 7200.

POWER YOGA ♥♥♥

Instructrice : Isabelle Lacombe

Salutation au soleil : un enchaînement de douze postures répétées une douzaine de fois. L'accent est mis sur le renforcement musculaire.

Matériel requis : tapis de yoga

- 📍 Centre municipal \$ 130 \$
- 📅 15 mars au 7 juin
- 🕒 Mardi – 18 h 45 à 20 h

VINIYOGA ♥♥♥

Instructrice : Isabelle Lacombe

L'esprit du Viniyoga est de partir de là où l'on se trouve. Ce yoga qui s'adapte met l'accent sur la respiration profonde tout en pratiquant différentes postures. Relaxation, méditation et rythme lent.

Matériel requis : tapis de yoga

- 📍 Centre municipal \$ 130 \$

GR.	JOUR	DATES	HORAIRE
1	Mardi	15 mars au 7 juin	20 h à 21 h 15
2	Mercredi	16 mars au 8 juin	10 h 15 à 11 h 30

YOGA SUR CHAISE ♥♥♥

Instructrice : Isabelle Lacombe

Une séance de yoga en douceur adaptée à la pratique sur chaise. Réalisée dans le respect des conditions physiques de chacun, cette activité est idéale pour stimuler le corps et l'esprit au calme.

- 📍 Centre municipal \$ 113 \$
- 📅 17 mars au 16 juin (relâche : 12 mai)
- 🕒 Jeudi – 15 h 15 à 16 h 30

YOGA SUR CHAISE ADAPTÉ ♥♥♥

Instructrice : Linda Gagnon



Le yoga sur chaise adapté est destiné aux personnes désirant améliorer leur santé physique par une activité en douceur. Ce cours s'adresse aux personnes vivant avec une déficience physique (Parkinson, fibromyalgie, sclérose en plaques, maladie pulmonaire, TCC, arthrite, etc.).

- 📍 Centre municipal \$ 86 \$
- 📅 16 mars au 8 juin
- 🕒 Mercredi – 13 h 30 à 14 h 30

PIYO ♥♥♥

Instructrice : Martine Rousseau

Ce cours propose un mélange de yoga et de pilates et met l'accent sur l'étirement, l'endurance musculaire et le cardio.

Matériel requis : tapis de yoga

- 📍 Centre municipal \$ 113 \$
- 📅 14 mars au 13 juin (relâche : 18 avril et 23 mai)
- 🕒 Lundi – 18 h 15 à 19 h 15

PILATES ♥♥♥

Instructrice : Joannie Daly

Idéal pour renforcer le tronc, travailler les muscles profonds et assouplir son corps dans une ambiance calme et accessible à tous. Le pilates se démarque par son efficacité à corriger les postures et réaligner le corps, tout en développant la force, l'endurance et la tonicité des muscles.

Matériel requis : matelas de sol

- 📍 École Piché-Dufrost \$ 112 \$
- 📅 15 mars au 7 juin
- 🕒 Mardi – 18 h 30 à 19 h 30

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES



ÉTIREMENTS CLASSIQUES ♥♥♥

Instructrice : Joannie Daly

Améliorez votre flexibilité et votre amplitude articulaire, alignez votre posture et soulagez vos tensions musculaires. Dans une ambiance calme, les exercices simples et souvent statiques exécutés majoritairement au sol permettent à votre corps et votre esprit de vous évader pour un moment de détente.

Matériel requis : matelas de sol

- 📍 École Piché-Dufrost \$ 112 \$
- 📅 15 mars au 7 juin
- 🕒 Mardi – 19 h 30 à 20 h 30

MARCHE NORDIQUE ♥♥♥

Instructrice : Michèle Dupuis

Inspirée d'une technique de marche nordique, cette activité se pratique aussi bien l'hiver que l'été et permet de garder la forme.

Bâtons inclus

- 📍 Stationnement centre municipal \$ 171 \$
- 📅 16 mars au 8 juin
- 🕒 Mercredi – 9 h 30 à 10 h 30

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

POUND ♥♥♥

Instructrice : Martine Rousseau

Le pound est un mélange de cardio, de musique rock et de pop additionné d'un dévouement total en utilisant des baguettes pour rythmer ses mouvements!

Matériel requis : tapis de yoga

- Centre municipal \$ 113 \$
- 14 mars au 13 juin (relâche : 18 avril et 23 mai)
- Lundi – 19 h 30 à 20 h 30



FULL BODY ♥♥♥

Instructrice : Houssine Aabaoui

Routine qui consiste à travailler le corps entier au cours d'un seul entraînement.

Matériel requis : tapis de sol

- Centre municipal \$ 85 \$
- 14 mars au 20 juin (relâche: 18 avril et 23 mai)
- Lundi – 19 h 15 à 20 h 15

TABATA ♥♥♥

Instructrice : Houssine Aabaoui

Cours tout indiqué pour mettre votre capacité cardiovasculaire au défi! Grâce aux intervalles cardio entrecoupés d'intervalles de musculation, tous les éléments sont rassemblés pour un entraînement de haute intensité efficace et motivant. Intense et payant en résultats!

Matériel requis : tapis de sol

- Centre municipal \$ 85 \$
- 14 mars au 20 juin (relâche : 18 avril et 23 mai)
- Lundi – 18 h à 19 h

ABDOS-FESSES-CUISSSES ♥♥♥

Instructrice : Houssine Aabaoui

Entraînement musculaire sollicitant principalement les abdominaux, les fesses et les cuisses.

Matériel requis : tapis de sol

- Centre municipal \$ 85 \$
- 16 mars au 8 juin
- Mercredi – 18 h à 19 h

H.I.I.T ♥♥♥

Instructrice : Houssine Aabaoui

Circuit d'entraînement par intervalles de haute intensité. Implique un entraînement rapide, efficace et fonctionnel qui permet d'améliorer votre endurance physique et d'augmenter votre métabolisme pour vous aider à brûler la graisse plus efficacement.

- Centre municipal \$ 70 \$
- 16 mars au 8 juin
- Mercredi – 19 h à 19 h 45

ZUMBA FITNESS ♥♥♥

Instructrice : Catherine Couture

La Zumba est une discipline sportive complète favorisant la remise en forme cardio et musculaire. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines et sont accessibles à tous.

- Centre municipal \$ 96 \$
- 17 mars au 16 juin (relâche : 12 mai)
- Jeudi – 18 h 45 à 19 h 45



BADMINTON LIBRE

Les participants doivent réserver leur terrain (jour et heure) pour toute la saison.

Matériel requis : raquette et volant

- École Félix-Leclerc
- 12 mars au 20 juin (relâche : 16 au 21 avril et 21 au 26 mai)
- Lundi au jeudi – 18 h 30 à 21 h 30
Samedi – 9 h 30 à 12 h 30
- \$ 239 \$ – 1 h semaine/terrain
\$ 339 \$ – 2 h consécutives sur un même terrain
22 \$/terrain



TAI-CHI ♥♥♥

Instructeur : Guy Brault

Le tai-chi, c'est prendre conscience du moment présent et prendre soin de son corps en l'étirant, en le relaxant. Un exercice bon pour la mémoire, la concentration, l'équilibre et la souplesse.

📍 Centre municipal 💰 112 \$

📅 14 mars au 20 juin
(relâche : 18 avril et 23 mai)

🕒 Lundi

NIVEAU	HORAIRE
Débutant	13 h à 14 h
Intermédiaire	14 h à 15 h

MAMAN EN FORME ♥♥♥

Instructrice : Joannie Daly

Cours spécifiquement conçu pour la mise en forme post-partum dans le respect du corps de la nouvelle maman. Les exercices de cardio et musculaires visent l'obtention de résultats en toute sécurité. Profitez du moment pour créer des liens avec les autres participantes.

Il est important de participer au premier cours.

Requis : accord médical pour le retour à l'exercice.

📍 Centre municipal 💰 112 \$

📅 15 mars au 7 juin

🕒 Mardi – 8 h 45 à 9 h 45

KANGOO JUMPS ♥♥♥

Instructrice : Julie Gaudet

Les cours de Kangoo Jumps proposent une formule en intervalles de course à pied ou d'exercices d'aérobic entrecoupés de musculation. Un entraînement complet permettant des gains significatifs et rapides en endurance musculaire et cardio-vasculaire.

Cours déconseillé aux femmes enceintes.

📍 École Piché-Dufrost 💰 100 \$ (sans location de bottes)
135 \$ (avec location de bottes)

📅 16 mars au 27 avril

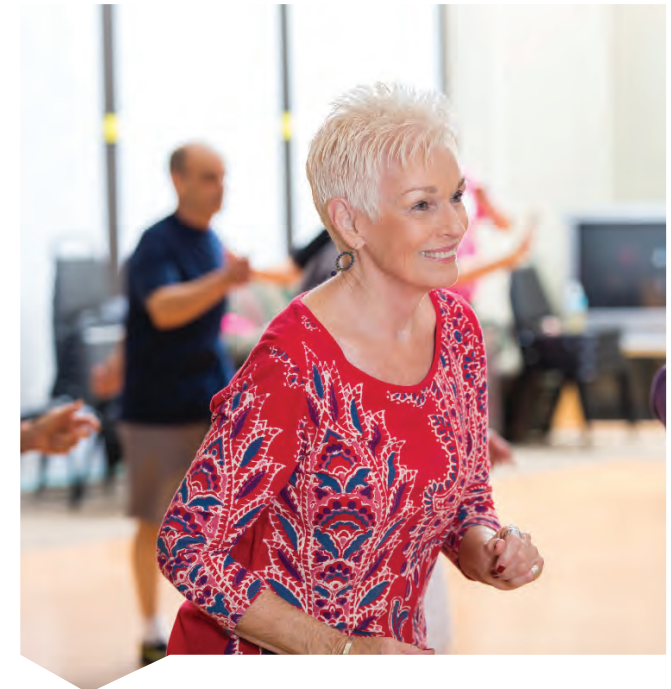
🕒 Mercredi – 19 h à 20 h

* En cas de remboursement, la partie location d'équipement (5 \$ + taxes/cours) n'est pas remboursable.



SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES



DANSE EN LIGNE ♥♥♥

Instructrice : Carole Roy

Cours de danse en ligne pour tous les niveaux. Venez vous amuser au son d'une musique rythmée.

L'instructrice s'adaptera au niveau de la classe.

💰 167 \$

GR.	HORAIRE	DATES	LIEU
1	Lundi 19 h à 21 h	14 mars au 20 juin (relâche : 18 avril et 23 mai)	École Piché-Dufrost
2	Mercredi 13 h à 15 h	16 mars au 8 juin	Centre municipal

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

55 ANS ET + ZUMBA GOLD ❤️❤️❤️

Instructrice : Mélissandre Wu

Ce cours adapté aux personnes de 55 ans et plus permet d'augmenter la capacité cardiovasculaire, tout en bougeant sur des rythmes exotiques.

📍 Centre municipal 💰 114 \$

📅 15 mars au 7 juin

🕒 Mardi – 13 h 15 à 14 h 30



55 ANS ET + CARDIO 55 ❤️❤️❤️

Instructrice : Mélissandre Wu

Cours d'endurance adapté pour la clientèle de 55 ans et plus.

📍 Centre municipal 💰 114 \$

📅 15 mars au 7 juin

🕒 Mardi – 14 h 45 à 16 h

COMPLEXE AQUATIQUE DE SAINT-CONSTANT

DES INSTALLATIONS MULTIFONCTIONNELLES

Un bassin compétitif de 10 couloirs d'une longueur de 25 mètres, un bassin récréatif de 18 mètres équipé d'une rivière sans fin ainsi que de jeux d'eau.

UNE PROGRAMMATION DIVERSIFIÉE

Une programmation complète qui répond aux besoins des familles, des aînés et de tous les citoyens de Saint-Constant, de la MRC de Roussillon ainsi que des municipalités avoisinantes.

UNE MULTITUDE DE SERVICES

Au-delà des activités aquatiques, le Complexe aquatique offre plusieurs services qui en font un lieu de rassemblement sportif et social.

Pour plus d'information :

aquatiquesaintconstant.com

450 638-2299

📘 AquatiqueSaintConstant

📍 63, rue Lériger



PÊCHE À LA MOUCHE

Instructeur : Joannie De Lasablonnière - Fondatrice de la pêche au féminin.

Un cours d'initiation qui abordera les notions suivantes :

- Démystification de l'équipement
- Survol d'entomologie
- Clinique de nœuds essentiels
- Atelier et pratique de lancer à la mouche

Matériel inclus et document d'études

- 📍 Parc des Jardins 💰 104 \$
- 📅 10 mai
- 🕒 Mardi – 18 h à 21 h



INITIATION À LA PHOTOGRAPHIE

Professeure : Lyne Fontaine

Ce cours vous permettra d'acquérir des notions de base en photographie, particulièrement la manipulation de votre propre appareil, le contrôle de l'exposition et la composition des images.

Notes de cours incluses

Matériel requis : Appareil photo et crayon

- 📍 Pavillon de la biodiversité 💰 110 \$ non remboursable
- 📅 4 avril au 9 mai (relâche : 18 avril)
- 🕒 Lundi – 19 h à 22 h

PEINTURE À L'HUILE ET ACRYLIQUE

Professeure : Diane Forest

Apprenez et perfectionnez vos techniques de peinture sur toile, peinture à l'huile ou acrylique au choix.

Matériel non inclus : une liste vous sera transmise par courriel

- 📍 Pavillon de la biodiversité 💰 152 \$
- 📅 17 mars au 19 mai
- 🕒 Jeudi

GROUPE	HORAIRE
1	13 h 30 à 16 h 30
2	18 h 30 à 21 h 30



COURS D'ESPAGNOL

Professeur : José Contreras

Cours de conversation en espagnol. Veuillez noter que le cours Espagnol 2 est une continuité d'Espagnol 1 et s'adresse à des participants ayant effectué un premier cours de 25 à 30 heures.

- 📍 Pavillon de la biodiversité 💰 184 \$

GROUPE	DATES	HORAIRE
Espagnol 1	14 mars au 20 juin (relâche : 18 avril et 23 mai)	Lundi 19 h à 21 h 30
Espagnol 2	16 mars au 8 juin	Mercredi 19 h à 21 h 30

CULTURE ET ATELIERS

ADULTES

COURS DE CUISINE NUTRITIONNELLE

Professeur : VivoNutrition

Apprenez à cuisiner diverses recettes nutritives et délicieuses! VivoNutrition mise sur les aliments frais et non transformés pour élaborer des plats et des collations santé pour toute la famille. Vous apprendrez aussi à concocter des bases de sauces et de marinades pour accompagner vos repas, le tout, dans une ambiance amusante et misant sur le partage des connaissances et le plaisir de cuisiner!

Matériel et aliments inclus

- 📍 Centre municipal 💰 315 \$
- 📅 15 mars au 3 mai
- 🕒 Mardi – 19 h à 20 h



CULTURE ET ATELIERS

ADULTES

ATELIER SUR LE VIN

Professeur : Le Duc du vin

La région du Sud-Ouest de la France est méconnue. Pourtant, cette grande région offre une vaste palette de cépages. Des rouges légers ou corsés, de beaux blancs rafraichissants et des rosés, il y a de tout. De plus, ces vins offrent un bon rapport qualité/prix... raison de plus pour les découvrir!

Contenu de l'atelier :

- Présentation de la région du Sud-Ouest
- Présentation des cépages et des accords mets et vins
- Dégustation de 4 vins (un blanc, un rosé et deux rouges)

- 📍 Centre municipal 💰 42 \$ non remboursable
- 📅 31 mars
- 🕒 Mercredi – 19 h à 21 h 30



TOUTOU À PARTIR D'UN DESSIN D'ENFANT

Professeure : Dr. Guenille

En compagnie de Dr. Guenille, inspirez-vous d'un dessin de votre enfant et donnez-lui une vie en trois dimensions en réalisant une peluche unique! Ensemble, créez un souvenir à partir d'un grand choix de tissus et d'accessoires aux couleurs et aux textures variées. Plaisir, choix complices et créativité garantis.

Matériel inclus

- 📍 Centre municipal 💰 59 \$ non remboursable
- 📅 8 mai
- 🕒 Dimanche – 9 h à 12 h

SAC À DOS MINIMALISTE

Professeure : Dr. Guenille

Dr. Guenille vous propose cet atelier pour vous initier à la couture et à la machine... À partir d'un grand choix de tissus et de cordons confortables, réalisez un sac à dos léger, simple et pratique en plus d'une pochette pour les clés ou le téléphone.

Matériel requis : Passe-cordons (ou aiguilles à nourrices)

- 📍 Centre municipal 💰 59 \$ non remboursable
- 📅 29 mars
- 🕒 Mercredi – 18 h 30 à 21 h 30



TRANSFERT D'IMAGES

Professeure : Stéphanie Fiola

Vous souhaitez découvrir une nouvelle technique d'expression artistique? Cet atelier est pour vous! Apprenez comment transférer une image papier sur une toile et personnalisez votre œuvre grâce à l'ajout de textures et de couleurs.

- 📍 Pavillon de la biodiversité 💰 45 \$ non remboursable
- 📅 31 mars
- 🕒 Jeudi – 18 h 30 à 21 h 30



COUPS DE PINCEAUX!

Professeure : Stéphanie Fiola

Venez peindre une toile proposée et passer une agréable soirée! Que vous soyez débutant ou expert, cet atelier est adapté à tous.

- 📍 Pavillon de la biodiversité 💰 30 \$ non remboursable
- 📅 21 avril | Thématique : le renard
19 mai | Thématique : le flamant rose
- 🕒 Jeudi – 18 h 30 à 21 h 30



47^E GROUPE SCOUT ST-CONSTANT/STE-CATHERINE



Activités diversifiées selon la méthode scout.

514 883-4747

scoutconstantstecatherine.org

Pavillon de la biodiversité

CORPS DE CADETS 2938 DU ROUSSILLON



Les cadets royaux de l'Armée canadienne attirent les adolescents qui ont soif d'aventures et d'activités excitantes en plein air où leurs limites personnelles et comme membres d'équipes seront testées. Les inconditionnels des activités en plein air vont adorer les défis que nous offrons! Pour les jeunes de 12 à 18 ans

Capitaine Nancy Lindsay

438 927-3820

cc2938.com

AHMSC

Association Hockey Mineur de Saint-Constant

ahmsc.qc.ca



LIGUE DES VOISINS

Volleyball et badminton

514 465-3630

École Jacques-Leber
École L'Aquarelle-Armand-Frappier

CLUB DES ORNITHOLOGUES DE CHÂTEAUGUAY



Organisme à but non lucratif
clubcoc.ca

CLUB DE SOCCER ROUSSILLON



Les inscriptions pour la saison d'été 2022 ont débuté le 14 février. Surveillez notre page Facebook et notre site Web pour tous les détails.

president@soccercsr.com

www.soccercsr.ca

ASSOCIATION DE BASEBALL MINEUR DU ROUSSILLON



Les inscriptions en ligne pour la saison estivale 2022 sont débutées. Abonnez-vous à notre page Facebook pour ne rien manquer!

abmroussillon.com

PATINAGE ROUSSILLON



Vous aimeriez que votre enfant apprenne à patiner ou que sa technique s'améliore? Que ce soit pour le plaisir ou pour apprendre les bases des sports de glace (hockey, ringuette, patinage de vitesse et artistique), Patinage Roussillon peut vous aider...

Que votre enfant soit de niveau débutant ou avancé, des places sont disponibles aux volets Patinage Plus (apprendre à patiner) ou patinage récréatif (semi-privé, privé).

patinageroussillon.ca

ASSOCIATION DE FOOTBALL DES DIABLOS



Flag football, entraînement athlétique, mise en forme et ateliers de perfectionnement.

Pour les enfants de 6 à 17 ans

footballdiablos.com

LES FÉLINES DU SAINT-LAURENT

Activité portes-ouvertes (initiation au hockey)

Entre le 1^{er} et le 30 avril, plusieurs activités portes-ouvertes dans plusieurs secteurs de la région. Essai gratuit du hockey pour les filles de 4 à 12 ans, équipement fourni sans frais sur réservation.

Gratuit

Hockey de printemps

Pour une période de 10 à 12 semaines (dès la fin avril), 1 fois par semaine

Plusieurs groupes disponibles pour les M7, M9, M11, M13 et M15 dans différents secteurs de la région.

Selon la catégorie

lesfelines.ca

ESCADRON 783 ROUSSILLON

Cadets de l'air pour les jeunes de 12 à 18 ans, gratuit. Pleins d'activités de survie, planeur, sport, musique, aviation, leadership et plus encore! Plaisir et expériences incroyables garanties!



450 659-3783

Tous les mercredis jusqu'en mai
18 h 30 à 20 h 45



MODALITÉS

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE

Ayez l'esprit tranquille en vous inscrivant en ligne à la prochaine session d'activités de loisirs.

Du 24 février au 10 mars 18 h	Période réservée aux Constantin(e)s
Du 3 mars 18 h au 10 mars 12 h	Pour tous

Mesures sanitaires en lien avec la COVID-19 : Le port du masque est obligatoire lors des déplacements pour tous les cours offerts à l'intérieur. Tous les participants devront se laver les mains à leur arrivée. La distanciation physique en vigueur sera également exigée. Les mesures sanitaires peuvent changer selon les consignes du gouvernement.

CARTE CITOYENNE OBLIGATOIRE. Votre numéro d'utilisateur se trouve sous le code à barres. Ne pas tenir compte des 00 avant les autres chiffres.

Résidents : Visitez notre site Web au saint-constant.ca afin de connaître la procédure à suivre pour obtenir votre carte citoyenne. N'hésitez pas à communiquer avec le Service des loisirs pour de l'assistance.

Cette étape est essentielle pour vos transactions électroniques et pour utiliser les services de la Bibliothèque.

Non-résidents : Si vous ne possédez pas de numéro d'utilisateur, veuillez téléphoner au Service des loisirs au 450 638-2010, poste 7200 pendant les heures d'ouverture afin de l'obtenir.

DES LOISIRS ACCESSIBLES



Nos activités sont accessibles aux personnes handicapées. Communiquez avec nous pour en savoir plus.

SERVICE DES LOISIRS

330, rue Wilfrid-Lamarche

Aucune inscription ne sera acceptée par téléphone et aucune place ne peut être réservée.

Renseignements : 450 638-2010, poste 7200.

HEURES D'OUVERTURE :

Lundi au jeudi : 8 h à 17 h

Vendredi : 8 h à 13 h

PAIEMENT

- Par Visa ou Mastercard pour les inscriptions en ligne seulement. Imprimez votre reçu à partir du site ou demandez à le recevoir par courriel.
- Par chèque à l'ordre de la Ville de Saint-Constant (cliquez sur « à payer plus tard » lors de votre inscription). Si vous désirez vous inscrire à plusieurs activités, vous pouvez faire un chèque pour l'ensemble des frais. Le chèque doit être fait en date du 10 mars. Des frais de 35 \$ s'ajoutent pour les chèques retournés. Prenez note que le chèque peut être encaissé après la date indiquée.
- Par Interac ou en argent comptant (cliquez sur « à payer plus tard » lors de votre inscription). N'oubliez pas d'effectuer votre paiement avant le 14 mars midi au comptoir du Centre municipal. Après cette date, l'inscription sera considérée invalide.

Note : La TPS et la TVQ sont incluses dans le coût lorsqu'elles s'appliquent.

REMBOURSEMENT

Avant le 10 mars 12 h	Remboursement intégral
Avant la tenue du 2 ^e cours	Remboursement au prorata des cours restants moins des frais administratifs de 15 \$
Dès le 2 ^e cours	Aucun remboursement *À l'exception d'une raison médicale
Atelier	Aucun remboursement

RAISON MÉDICALE

Sur présentation d'un certificat médical, la Ville de Saint-Constant effectuera un remboursement calculé au prorata des cours suivis et retiendra des frais de 15 \$.

ACCIDENT

Les dépenses occasionnées à la suite d'une blessure survenue durant la pratique d'une activité sont assumées en totalité par le participant.

VIGNETTE D'ACCOMPAGNEMENT DE LOISIRS

La vignette d'accompagnement de loisirs permet l'accès gratuit lors d'une participation à des activités de loisirs aux accompagnateurs de personnes d'au moins 12 ans atteintes d'un handicap ou d'un trouble de santé mentale permanent.

ANNULATION

Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler l'une ou l'autre des activités en raison de l'absence de disponibilité de locaux ou de professeurs. Advenant le cas où le Service des loisirs aurait à reporter un cours, il est possible qu'il ne soit pas remis à la même journée et aux heures habituelles.

INSTRUCTEUR ET ANIMATEUR

L'information concernant la personne en charge d'animer le cours ou l'atelier est à titre indicatif seulement. Un changement de dernière minute peut être effectué sans préavis.

AUTORISATION – PHOTOS

Veuillez noter que des photos peuvent être prises lors des activités. Les clichés sur lesquels apparaissent les participants peuvent être utilisés lors de la promotion de nos activités. Toutefois, si vous ne désirez pas apparaître sur les photos, veuillez le signaler au Service des loisirs au poste 7200.

INITIATION

Veuillez prendre note que les cours offerts par le Service des loisirs sont d'abord et avant tout des cours d'initiation. Pour ceux et celles qui souhaiteraient participer à des cours de perfectionnement, nous les invitons à s'adresser aux entreprises locales spécialisées.

FÉVRIER

- 19 Les samedis techno
- 22 Heure du conte en pyjama
- 24 Les petits contes
- 24 Conférence sur la cyberdépendance
- 26 Lis avec Ozzy!

- 24 Inscription citoyenne à partir de 18 h

MARS

- 1 Heure du conte en pyjama
- 2 Heure du conte thématique
- 3 Les petits contes
- 3 Ateliers variés
- 8 Heure du conte en pyjama
- 10 Les petits contes
- 14 Heure du conte adaptée
- 15 Heure du conte en pyjama
- 16 Club de lecture adulte
- 17 Les petits contes
- 19 Les samedis techno
- 22 Heure du conte en pyjama
- 24 Les petits contes
- 26 Lis avec Ozzy!
- 29 Heure du conte en pyjama
- 31 Les petits contes

- 3 Inscription pour tous à partir de 18 h
- 19 Gardiens avertis
- 20 Prêts à rester seuls
- 29 Sac à dos minimaliste
- 31 Transfert d'images
- 31 Atelier sur le vin

AVRIL

- 5 Heure du conte en pyjama
- 7 Les petits contes
- 12 Heure du conte en pyjama
- 12 Ateliers variés
- 13 Heure du conte thématique
- 14 Les petits contes
- 16 Les samedis techno
- 19 Heure du conte en pyjama
- 20 Club de lecture adulte
- 21 Les petits contes
- 21 Conférence | Projet Manhattan
- 26 Heure du conte en pyjama
- 28 Les petits contes
- 30 Lis avec Ozzy!

- 16 Gardiens avertis
- 17 Prêts à rester seuls
- 21 Coups de pinceaux

MAI

- 3 Heure du conte en pyjama
- 5 Les petits contes
- 10 Heure du conte en pyjama
- 12 Les petits contes
- 12 Conférence | Le bonheur d'être un parent imparfait
- 14 Activité spéciale | La Semaine québécoise des familles
- 17 Heure du conte en pyjama
- 18 Club de lecture adulte
- 19 Les petits contes
- 24 Heure du conte en pyjama
- 26 Les petits contes
- 31 Heure du conte en pyjama

- 8 Toutou à partir d'un dessin d'enfant
- 10 Pêche à la mouche
- 14 Prêts à rester seuls
- 15 Gardiens avertis
- 19 Coups de pinceaux

JUIN

- 2 Les petits contes
- 7 Heure du conte en pyjama
- 9 Les petits contes
- 14 Heure du conte en pyjama
- 15 Club de lecture adulte
- 16 Les petits contes
- 18 Lancement du Club de lecture d'été TD

AVRIL 2022

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

LÉGENDE

- Bibliothèque
- Culture
- Inscriptions
- Sports et loisirs
- Services municipaux fermés

FÉVRIER 2022

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MAI 2022

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

MARS 2022

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

JUIN 2022

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

CALENDRIER


camp de jour

DÉBUT DES INSCRIPTIONS EN LIGNE : SAMEDI 23 AVRIL, 9 H

Étapes à faire **AVANT** l'inscription

- 1** Avoir la carte citoyenne de chaque enfant et du parent
- 2** Créer son profil au saint-constant.ca/inscriptions
- 3** Compléter la fiche santé de chaque enfant (disponible en ligne à partir du 18 mars)

Les activités du camp de jour sont réservées uniquement aux résidents de Saint-Constant. Elles débuteront le lundi 27 juin et se termineront le vendredi 19 août.

 Les camps spécialisés sont de retour! En plus de nos habituels camps réguliers Splash, découvrez les camps Danse, Athlètes, Théâtre et Petits Artistes!

TARIFS

CAMP SPLASH (RÉGULIER) ET MINI-SPLASH

- 💰 80 \$ par semaine sans service de garde (64 \$ semaine 1)*
- 💰 110 \$ par semaine avec service de garde complet (88 \$ semaine 1)*

CAMPS SPÉCIALISÉS

- 💰 90 \$ par semaine sans service de garde (72 \$ semaine 1)*
 - 💰 120 \$ par semaine avec service de garde complet (96 \$ semaine 1)*
- *Semaine de 4 jours

POUR NOUS JOINDRE

450 638-2010, poste 7200
loisirs@saint-constant.ca

