

MA VILLE, MES LOISIRS

AUTOMNE 2023 - VOL. 5 - N° 4



HALLOWEEN

De nouvelles activités pour tous!



TEMPS DES FÊTES

Une programmation qui promet!



SPORTS ET LOISIRS

Des activités pour un automne haut en couleur!

**Inscrivez-vous dès
le 5 septembre, 18 h.**



VILLE DE
SAINT-CONSTANT



VILLE
SAINT-CONSTANT

SAINT-CONSTANT.CA

INDEX

Évènements.....	3	Culture et ateliers adultes.....	12
À la bibli-oh!.....	6	Sports et bien-être adultes.....	14
Culture et ateliers enfants.....	9	Babillard des organismes.....	18
Sports et bien-être enfants.....	11	Modalités.....	19

MA VILLE, MES LOISIRS

Production :	Service des communications et des technologies de l'information, 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
- Coût
- Dates
- Heure
- Inscription

Nos activités sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Scannez le code QR pour en savoir plus.



LOISIRS ACCESSIBLES

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

Les services de la Ville de Saint-Constant seront fermés :

- Fête du travail : 4 septembre
- Action de grâce : 9 octobre
- Temps des Fêtes : 25 décembre au 2 janvier inclusivement

Pickleball Roussillon

info@pickleballroussillon.ca
pickleballquebec.com/roussillon



SERVICE PRÉADOS ADOS

Pavillon jeunesse :
164, boul. Monchamp
450 638-2010, poste 7251

Horaire

Préados (8-11 ans)
Mardi au vendredi : 15 h à 17 h

Ados (12-17 ans)

Mardi au jeudi : 18 h à 21 h
Vendredi : 18 h à 22 h
Samedi : 17 h à 22 h



INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

Avant de vous inscrire à une activité, assurez-vous que votre carte citoyenne soit valide, puis créez votre compte.



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

COMPLEXE AQUATIQUE

Dates d'inscription pour la prochaine session :

- 11 septembre 12 h : résidents de Saint-Constant
- 13 septembre 12 h : résidents des villes avec une entente intermunicipale
- 15 septembre 12 h : pour tous

Les inscriptions se poursuivent jusqu'au soir avant le début de la première journée de cours.

450 638-2299
 63, rue Lériger
 info@casci.ca
 aquatiquesaintconstant.com



TOUR DU MAIRE

17 SEPTEMBRE · PAVILLON DE LA BIODIVERSITÉ

Le maire de Saint-Constant, Jean-Claude Boyer, vous invite à participer à la sixième édition du Tour du maire, un événement vélo pour toute la famille!

Inscrivez-vous en ligne dès le 21 août, 18 h.



Les journées de la culture

Plusieurs activités gratuites à travers le Québec.

journesdelaculture.qc.ca

SAINT-CONSTANT EN COLLAGE

PARENT-ENFANT (3 ANS ET +)

Samedi – 30 septembre

10 h

Bibliothèque

PIÈCE DE THÉÂTRE | LE FLEUVE DES MOTS

3 ANS À 7 ANS

Inscription à partir du
5 septembre 18 h sur le
saint-constant.ca/inscription

Dimanche – 1^{er} octobre

10 h

Pavillon de la biodiversité

Inscription obligatoire – Gratuit



HALLOWEEN

En collaboration avec 

FANTÔMES FERROVIAIRE CHEZ EXPORAIL

Les samedis et dimanches du 14 au 29 octobre, 9 h à 17 h

Pour l'Halloween, Exporail sera envahi par des fantômes, squelettes, chauves-souris et araignées et des personnages s'infiltreront dans certains véhicules pour vous raconter leur histoire! Redécouvrez la collection sous un nouvel angle. Frissons garantis! **Détails au exporail.org**

ROCHE, PAPIER, CITROUILLE!

À l'Exporail

Atelier décoration de citrouilles : 28 et 29 octobre
Exposition de citrouilles : 14 au 29 octobre
Atelier affiches – Recherche et trouve : 28 et 29 octobre
Photobooth : 28 et 29 octobre

AUCUNE INSCRIPTION REQUISE

LES PESTACLES

POUR LES 3 À 8 ANS

YOOPACADABRA



Théo de la chaîne Yoopa deviendra magicien avec l'aide de son complice : Fredo le magicien. Un peu maladroit, ce ne sera pas sans difficulté qu'il y parviendra. Ce duo sans égal vous promet un beau moment plein d'humour, de jeu et de magie!

DIMANCHE 15 OCTOBRE
10 h 30 à 11 h 30

Centre municipal Aimé-Guérin
5365, boul. Saint-Laurent, Sainte-Catherine

12 \$ BILLET INDIVIDUEL (1 SPECTACLE)

20 \$ FORFAIT DÉCOUVERTE (2 SPECTACLES)

2 ANS ET - GRATUIT

C'EST À QUELLE HEURE NOËL?



Les Petites Tounes joueront quelques-uns de leurs titres populaires, des chansons des fêtes ainsi que de nouvelles compositions. Avec une multitude d'instruments, de situations et d'anecdotes amusantes, ce sera une fête de Noël inoubliable!

SAMEDI 9 DÉCEMBRE
10 h 30 à 11 h 30

Complexe Roméo V. Patenaude
135, chemin Haendel, Candiac


BILLETS | LEPOINTVENTE.COM/BILLETS/LESPESTACLES

ÉVÉNEMENTS

Soirée en or

Organisée dans le cadre
de la Semaine des aînés

 Inscription obligatoire dès le 6 septembre 9 h

 Jeudi - 5 octobre

 Ouverture des portes : 19 h

 Centre municipal

50 ans
et plus

Les
Sacrés
shows

DE SAINT-CONSTANT

DÉVOILEMENT DE LA
PROGRAMMATION LE 31 AOÛT

Détails à venir au saint-constant.ca

Party de la rentrée

Patinoire réfrigérée

26 août
11 h à 16 h



Épluchette de blé d'inde et hot-dogs gratuits, jeux gonflables, initiation au skateboard et plus encore! Venez rencontrer plusieurs organismes et commerces s'adressant aux jeunes!

Merci à nos commanditaires
Maxi et Coaticook!

16 h à 20 h

Pavillon jeunesse

Portes ouvertes
du SPA²

DJ, jeux géants, bar à
grilled cheese et crème
glacée.

Découvrez le service
préados ados en compagnie
des intervenants jeunesse!



LE TEMPS DES FÊTES À SAINT-CONSTANT

MARCHÉ DE NOËL

1^{ER} AU 3 DÉCEMBRE
CENTRE MUNICIPAL

Vendredi 16 h à 21 h

Samedi 10 h à 17 h

Dimanche 10 h à 16 h

Venez découvrir une multitude d'artisans locaux qui vous présenteront leurs plus belles créations.



LA COURSE DU PÈRE NOËL

📅 Dimanche – 17 décembre

🕒 14 h

📍 Base de plein air

📝 Lepointdevente.com

POUR TOUS

Costumés en père Noël, les participants devront courir sur une distance de 5 km dans une ambiance festive et ludique. Au profit de la Fondation François Martel.

LA GUIGNOLÉE

📅 Dimanche – 3 décembre

🕒 10 h à 15 h

Préparez vos denrées! Les bénévoles passeront de porte en porte pour la Guignolée. Vous souhaitez nous aider en devenant bénévole lors de cette journée? Contactez Danielle au dgrenier@lepartage.org

UN APRÈS-MIDI AU CHALET DU PÈRE NOËL

📅 Dimanche – 17 décembre

📍 Patinoire réfrigérée

POUR TOUS

Petits et grands sont invités à visiter le chalet du père Noël et à profiter des différentes activités organisées sur place!



PARADE DE NOËL

POUR TOUS

📅 9 décembre

🕒 Dès 16 h

📍 Départ – École Piché-Dufrost

Célébrez les Fêtes lors du traditionnel et magique défilé de Noël qui se déroulera sur la rue Sainte-Catherine.

DÈS

LE 24 NOVEMBRE,
TU POURRAS DÉPOSER TA
LETTRE AU PÈRE NOËL DANS
L'UNE DES BOÎTES QUE LES
LUTINS AURONT INSTALLÉES
DANS LA VILLE!

Détails à venir au
saint-constant.ca

PROGRAMMATION JEUNESSE

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

18 À 36 MOIS LES PETITS CONTES

Avec Mireille Beaulieu
Courtes histoires, comptines et jeux de découverte.

📅 Jeudi – 21 septembre au 21 décembre
🕒 9 h 30 à 10 h 30

3 À 8 ANS HEURE DU CONTE EN PYJAMA

Avec Mireille Beaulieu
Histoire et joyeux bricolage.

📅 Mardi et mercredi – 19 septembre au 20 décembre
🕒 18 h 30 à 19 h 30
*L'activité est la même les deux soirs

ACTIVITÉS MENSUELLES

7 À 10 ANS LIS AVEC OZZY

Avec Marie-Ève Talbot et Ozzy
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.

📅 Samedi – 23 septembre, 28 octobre, 25 novembre
🕒 10 h 30 à 12 h



ACTIVITÉS SPÉCIALES

6 À 10 ANS ATELIERS DE BRICOLAGE

Avec Mireille Beaulieu

📅 Halloween : jeudi – 26 octobre
Noël : jeudi – 21 décembre
🕒 18 h 30 à 19 h 45

6 À 11 ANS LEGO PÉDAGO

Avec Mireille Beaulieu • Supervision d'un parent obligatoire
C'est une journée pédagogique! La Bibliothèque met des ensembles legos à la disposition des enfants pour leur permettre de réaliser des créations de toutes sortes.

📅 22 septembre, 10 et 17 novembre
🕒 13 h à 16 h



LES RÉCOUVERTES 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.

📅 Lundi – 18 septembre au 11 décembre
Relâche le 9 octobre
🕒 9 h à 11 h
💰 147 \$/1 fois semaine
220 \$/2 fois semaine

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



Saviez-vous que

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 !

À LA BIBLI-OH!

ACTIVITÉS GRATUITES

PLACES LIMITÉES

INSCRIPTION AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS

LES SAMEDIS **TECHNOS** À LA BIBLIO !

GRATUIT!

9 À 15 ANS IA ACCESSIBLE

Avec Génielab

Les jeunes auront la chance de découvrir comment fonctionne l'intelligence artificielle et comment l'utiliser pour jouer et faire de la création numérique.

📅 Samedi – 16 septembre ⌚ 11 h à 13 h

9 À 15 ANS SAC PERSONNALISÉ

Avec Génielab

Les participants auront la chance d'apprendre les bases du design afin de concevoir un autocollant de manière guidé. Ils suivront les étapes du processus avec la découpe vinyle et la presse-à-chaud.

📅 Samedi – 21 octobre ⌚ 11 h à 13 h

9 À 15 ANS WALLY ET LE CODE MORSE (LA BOUSSOLE)

Avec Génielab

Dans le monde de Wally, les participants apprendront à coder en code morse et créeront une boussole avec un micro-contrôleur!

📅 Samedi – 18 novembre ⌚ 11 h à 13 h

9 À 15 ANS ORNEMENTS DES FÊTES

Avec Génielab

Création d'ornements des Fêtes avec la découpe au laser.

📅 Samedi – 16 décembre ⌚ 11 h à 13 h

3 À 5 ANS NANO-TECHNO

Avec Mireille Beaulieu

Initiation à la robotique sous le thème de l'exploration et du jeu. Aide ton abeille bee-bot à butiner le plus grand nombre de fleurs possible afin qu'elle puisse fabriquer beaucoup de miel!

📅 Samedi – 14 octobre ⌚ 10 h à 11 h

6 À 9 ANS MINI-TECHNO

Avec Mireille Beaulieu

Initiation à la robotique alliant exploration, construction et jeu. Où est le chat? Est-ce que ton abeille bee-bot pourra le trouver la première?

📅 Samedi – 9 décembre ⌚ 10 h à 11 h

PLACES LIMITÉES
INSCRIPTION AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS

PROGRAMMATION ADULTES

50 ANS + INITIATION AU IPAD : DÉBUTANT

Avec le Centre d'éducation des adultes Champlain
Ce cours s'adresse aux personnes qui n'ont jamais utilisé un IPAD, ont fait une utilisation limitée ou désirent mieux comprendre les fonctionnalités de base.

📅 Mardi – 3 au 31 octobre

🕒 9 h 30 à 12 h et 13 h à 15 h 30

✍️ Pour les inscriptions, veuillez communiquer avec la Bibliothèque.

50 ANS + INITIATION AU IPAD : INTERMÉDIAIRE

Avec le Centre d'éducation des adultes Champlain
Ce cours explore les réglages importants et l'utilisation de l'espace mémoire et de sauvegarde. Il parcourt les différentes applications utilisées dans la vie de tous les jours (contact, calendrier, messages, Face time) et les applications loisirs (photos, musique et autres). Cours 1 préalable.

📅 Mardi – 7 novembre au 5 décembre

🕒 9 h 30 à 12 h et 13 h à 15 h 30

✍️ Pour les inscriptions, veuillez communiquer avec la Bibliothèque.



Lettres attachées

Inscription obligatoire
dès le 5 septembre



23 septembre, 14 h
Michel Rabagliati
(Bande dessinée)

21 octobre, 14 h
Jocelyne Saucier
(roman)

25 novembre, 14 h
Marie-Andrée Gill
(poésie)

Des ateliers d'écriture diffusés en direct à la Bibliothèque !

ACTIVITÉ MENSUELLE

18 ANS + CLUB DE LECTURE

Découvrez de nouveaux genres littéraires et discutez avec d'autres bibliophiles!

📅 Mercredi – 20 septembre, 18 octobre, 15 novembre, 20 décembre

🕒 19 h à 20 h 15

CONFÉRENCES

18 ANS + LITTÉRATIE FINANCIÈRE : GÉRER SES FINANCES À LA RETRAITE

Avec CPA Canada
Apprenez à mieux gérer vos finances et à tirer le maximum de votre argent à la retraite.

📅 Jeudi – 21 septembre

🕒 19 h

En ligne ou
en présentiel

18 ANS + FRANCE LORRAIN

Avec France Lorrain
Autrice de 16 romans jeunesse, on lui doit aussi des séries à succès comme La promesse des Gélinas, Au champ des marées, Marie-Camille, L'anse à la joie, Sur la route du tabac et la toute dernière La biscuiterie Saint-Claude. Venez la rencontrer et en apprendre plus sur ses inspirations !

📅 Jeudi – 19 octobre

🕒 19 h

En ligne ou
en présentiel



VENTE ANNUELLE

Livres, revues et DVD usagés à vendre à petits prix!
Prix variés : argent comptant ou débit

Centre municipal – 11 au 17 novembre

Samedi et dimanche : 10 h à 16 h

Lundi au jeudi : 12 h à 18 h

Vendredi : 9 h à 12 h

BRICOBRAC

4 À 6 ANS

Avec Mireille Beaulieu



Centre municipal



16 \$ Non remboursable



PETITES MAINS ÉTROITES

Jeu pour éveiller les doigts, suivi de la création d'une œuvre sur la thématique des mains.

Prérequis : savoir tenir un crayon



Samedi – 7 octobre



10 h 30 à 11 h 30

LE DÉCOUPAGE

Jeu pour renforcer les mains, suivi d'un collage d'escargot inspiré de Matisse.

Prérequis : savoir tenir des ciseaux



Samedi – 18 novembre



10 h 30 à 11 h 30

BRICOBRAC DE NOËL

Jeu pour délier les doigts, suivi de la création d'une décoration de Noël avec la technique du modelage.



Samedi – 16 décembre



10 h 30 à 11 h 30

GUITARE

Avec 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 \$



Lundi – 18 septembre au 27 novembre

Relâche : 9 octobre

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 +	20 h 30 à 21 h 30



CULTURE ET ATELIERS

ENFANTS

BIJOUX ET FEUTRINES

Avec Nathalie Bourgeois

Fabriquez vos propres cadeaux que vous pourrez ensuite offrir aux personnes que vous aimez. Feutrage et bijoux, plusieurs choix de projets s'offrent à vous (savon feutré, fleur feutrée, collier, boucle d'oreille, bracelet, etc).

Matériel inclus



Chalet du Lac des fées



75 \$ pour les 3 soirées
Non remboursable



Vendredi – 17 novembre, 24 novembre et 1^{er} décembre



18 h 30 à 19 h 30







DÉCOUVERTES GOURMANDES AVEC LITICIA ST-HILAIRE

7 À 9 ANS

HALLOWEEN : ARAIGNÉE PLEINE D'ÉNERGIE





Lors de l'atelier culinaire, les enfants de 7 à 9 ans feront des boules d'énergie santé. Par la suite, ils les transformeront en araignées en utilisant quelques friandises. Cet atelier permet d'exprimer sa créativité et de se mobiliser pour mener à terme un projet.

-  Centre municipal  35\$ Non remboursable
-  Samedi – 21 octobre
-  10 h 30 à 11 h 45

4 À 6 ANS

HALLOWEEN : SERPENT DÉLICIEUX





Lors de l'atelier culinaire, les enfants de 4 à 6 ans devront créer un serpent. Pour ce faire, ils manipuleront de la pâte feuilletée et l'enrouleront autour d'une tige de bois. Cet atelier permet de travailler la motricité fine ainsi que la coordination.

-  Centre municipal  30\$ Non remboursable
-  Samedi – 21 octobre
-  9 h à 10 h

7 À 9 ANS

RUDOLPHE CHOCOLATÉ



Lors de l'atelier culinaire, les enfants de 7 à 9 ans devront réaliser des petits rennes au nez rouge. Ils prépareront un brownie en utilisant des haricots noirs. Ils travailleront en coopération et devront suivre les étapes d'une recette.

-  Centre municipal  35\$ Non remboursable
-  Dimanche – 10 décembre
-  10 h 30 à 11 h 45

4 À 6 ANS

BONHOMME DE NEIGE GOURMAND

Lors de l'atelier culinaire, les enfants devront créer un bonhomme de neige avec des œufs ainsi que quelques accessoires en utilisant des légumes et des herbes fraîches. Ils devront travailler avec minutie et avec précision. Pour ce faire, ils mobiliseront leur attention et leur concentration.

-  Centre municipal  30\$ Non remboursable
-  Dimanche – 10 décembre
-  9 h à 10 h



4 À 10 ANS

BRICO-ÉCOLO POUR LE TRADITIONNEL SAPIN DE NOËL

Parents-enfants
Animé par Agro-Passion

Cette activité parents-enfants vous donnera plein d'idées pour rendre votre Noël un peu plus écologique et local! Inspirez-vous des Fêtes un peu plus écolos tout en vous amusant avec la création de décorations pour le sapin.

Trois bricos à rapporter à la maison!

-  Centre municipal  30\$ Non remboursable
-  Samedi – 9 décembre
-  10 h 30 à 11 h 30



FORMATIONS

9 À 13 ANS PRÊTS À RESTER SEULS

Avec Carole Gélinas
Formatrice à la Croix-Rouge



Ce cours vise à aider 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**
- 22 octobre, 25 novembre, 17 décembre
- 9 h à 15 h 30

11 À 17 ANS GARDIENS AVERTIS

Avec 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**
- 21 octobre, 26 novembre, 16 décembre
- 8 h 30 à 16 h 30

16 ANS - 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.

Pour réserver 2 h consécutives : sélectionnez vos deux plages horaires et lors du paiement, cliquez sur « à payer plus tard ». Vous devez ABSOLUMENT communiquer avec le Service des loisirs pour obtenir le tarif indiqué. Vous devrez payer le solde avant le début de la session, sans quoi votre inscription ne sera pas retenue.

Matériel requis : Raquettes et volants

- École Vinet-Souigny
- Lundi – 18 septembre au 11 décembre (relâche 9 octobre)
Mardi – 19 septembre au 12 décembre (relâche 31 octobre)
Jeudi – 21 septembre au 7 décembre
Samedi – 16 septembre au 9 décembre (relâche le 7 octobre)
- Lundi, mardi et jeudi – 18 h 15 à 21 h 15
- Samedi – 9 h 30 à 12 h 30

COÛT	DURÉE
15 \$	1 h/terrain
149 \$	1 h semaine/terrain
222 \$	2 h consécutives/semaine sur un même terrain

HOCKEY COSOM PARENT-ENFANT LIBRE

Hockey-balle en gymnase, une activité supervisée pour les enfants qui veulent bouger!

- École Piché-Dufrost 78 \$
- Session 01 : 16 septembre au 28 octobre (relâche : 7 octobre)
Session 02 : 4 novembre au 9 décembre

ÂGE	HORAIRE
4 à 6 ans	9 h à 10 h 15
7 à 9 ans	10 h 30 à 11 h 45

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ENFANTS

MULTISPORTS – SPORTBALL

Hockey, soccer, football, baseball, basketball, volleyball, golf, tennis... Le programme multisports vise à conduire les enfants vers une vie active. Chaque semaine, les participants sont initiés à un nouveau sport, leur permettant d'essayer une grande variété de techniques.

Les bambins et les parents/aidants se concentrent sur le mouvement et l'exploration sociale par le biais de jeux créatifs axés sur la motricité globale, ainsi qu'au moyen de chansons, de comptines, de contes, de jeux de bulles et plus encore. Le parent guide son enfant selon le rythme et le niveau qui conviennent au bambin.

- École l'Aquarelle-Armand-Frappier 130 \$ par session
- Session 01 : 16 septembre au 28 octobre
Relâche : 7 octobre
Session 02 : 4 novembre au 9 décembre

ÂGE	HORAIRE
Parents/enfant (2 à 3 ½ ans)	9 h à 9 h 45
3 ½ à 5 ans	10 h à 11 h
5 à 8 ans	11 h à 12 h



CULTURE ET ATELIERS

ADULTES

16 ANS + ATELIER DE LINOGRAVURE

Avec Stéphanie Fiola

Accompagnés de l'artiste peintre Stéphanie Fiola, les participants auront l'occasion d'apprendre les rudiments de création d'une linogravure. À partir d'un bloc de linoléum souple, ils réaliseront une étampe qu'ils pourront réutiliser à multiples reprises. L'atelier est ouvert à tous, avec ou sans compétences artistiques!

Matériel inclus

- 📍 Centre municipal 💰 40 \$ Non remboursable
- 📅 Jeudi – 19 octobre
- 🕒 18 h 30 à 21 h 30



14 ANS + PEINTURE À L'HUILE ET ACRYLIQUE

Avec Diane Forest

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

Matériel non inclus

Une liste vous sera transmise par courriel

- 📍 Chalet du Lac des fées 💰 212 \$
- 📅 Jeudi – 21 septembre au 7 décembre
- 🕒 Groupe 1 : 13 h 30 à 16 h 30
Groupe 2 : 18 h 30 à 21 h 30

Ateliers Culinaires

Multiculturels

- 11 octobre : Colombie*
- 25 octobre : Guatemala*
- 8 novembre : Coréen
- 6 décembre : Brésilien

Lieu : Centre municipal
Heures : 18 h 30 à 20 h
Inscriptions : Le lendemain du dernier atelier, à 18 h

Apportez vos plats !

*Ces deux ateliers sont offerts par **HÉRITAGE HISPANIQUE Québec**

20\$
Non remboursable

16 ANS + COUPS DE PINCEAUX! BOUQUET DE MARGUERITES

Avec Stéphanie Fiola

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

Matériel inclus

- 📍 Centre municipal 💰 30 \$ Non remboursable
- 📅 Jeudi – 16 novembre
- 🕒 18 h 30 à 21 h 30



16 ANS + CROQUIS URBAIN ET CARNET DE VOYAGE

Avec Réal Campeau

Découvrez les joies du croquis urbain et la création d'un carnet de voyage. Imaginez un recueil de souvenirs illustré des scènes de votre quotidien, saisies en temps réel. Au terme de cet atelier, vous saurez maîtriser le dessin en perspective et saisir les moments fugaces d'une scène urbaine en mettant en valeur les bâtiments et la végétation avec ses ombres et la lumière.

Matériel inclus

- 📍 Chalet du Lac des fées 💰 50 \$ Non remboursable
- 📅 Samedi – 14 octobre
- 🕒 9 h à 16 h



16 ANS + INITIATION À LA PHOTOGRAPHIE

Avec 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

📍 Chalet du Lac des fées 💰 125 \$ Non remboursable

Niveau 1	Niveau 2
Lundi 16 octobre au 20 novembre (Relâche : 30 octobre)	Mercredi 17 octobre au 21 novembre (Relâche : 31 octobre)
19 h à 22 h	19 h à 22 h

12 ANS + GUITARE

Avec 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 \$

📅 Lundi – 18 septembre au 27 novembre
Relâche : 9 octobre

🕒 20 h 30 à 21 h 30

16 ANS + BAS DE NOËL PERSONNALISÉ

Avec Stéphanie Fiola

Personnalisez un bas de Noël à l'aide de peinture et de feutrines. Un motif sera proposé, mais les participants pourront aussi laisser libre cours à leur imagination. L'atelier est ouvert à tous, avec ou sans compétences artistiques !

Matériel inclus

📍 Centre municipal 💰 40 \$ Non remboursable

📅 Jeudi – 7 décembre

🕒 18 h 30 à 21 h 30

12 ANS + COURS D'ESPAGNOL

Avec Jochy Contreras Perdomo

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.

📍 Centre municipal 💰 147 \$

ESPAGNOL 1	ESPAGNOL 4	ESPAGNOL 2
Lundi 16 octobre au 11 décembre (Relâche : 30 octobre)	Mardi 17 octobre au 12 décembre (Relâche : 31 octobre)	Mercredi 18 octobre au 13 décembre (Relâche : 1 ^{er} novembre)
9 h à 21 h	19 h à 21 h	19 h à 21 h

14 ANS + COURS DE MAQUILLAGE

Avec Nathalie Bourgeois

Vous aimeriez réaliser de beaux maquillages avec des techniques et des outils de professionnels? Dans ce cours, vous apprendrez les lignes de bases et réaliserez quelques modèles simples et faciles. Le matériel vous sera prêté pour la durée du cours.



Matériel inclus

📍 Centre municipal 💰 37 \$ Non remboursable

📅 Mardi – 10 octobre

🕒 19 h à 21 h

CULTURE ET ATELIERS

ADULTES

DÉCOUVERTES GOURMANDES

18 ANS + BORDEAUX RIVE GAUCHE ET RIVE DROITE

Avec Le DUC du Vin

Tous ont déjà dégusté des vins de Bordeaux. Cette région réputée produit des vins connus à travers le monde. Le fleuve Gironde sépare cette région en deux, soit la rive gauche et la rive droite. Mais quelles sont les différences? Un Saint-Émilion est différent d'un Médoc... pourquoi? C'est ce que nous découvrirons ensemble.

Matériel inclus

📍 Centre municipal 💰 50 \$ Non remboursable

📅 Jeudi – 2 novembre

🕒 19 h à 21 h 30



SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

12 ANS +

DANSE COUNTRY POP! ❤️❤️❤️

Danny Beauregard

📍 École Piché-Dufrost 💰 158 \$

📅 Lundi – 18 septembre au 11 décembre
(Relâche : 9 octobre)

🕒 19 h à 21 h

50 ANS +

DANSE EN LIGNE ❤️❤️❤️

Carole Hudon

Pour ceux et celles qui ont une connaissance de base de la danse. Les participants apprendront des pas et des chorégraphies de danse en ligne.

📍 Centre municipal 💰 128 \$

📅 Mercredi – 4 octobre au 13 décembre

🕒 15 h à 16 h

50 ANS +

DANSE COUNTRY ❤️❤️❤️

Carole Hudon

Pour ceux et celles qui ont une connaissance de base de la danse et qui souhaitent apprendre la danse country.

📍 Centre municipal 💰 128 \$

📅 Mercredi – 4 octobre au 13 décembre

🕒 16 h 30 à 17 h 30

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.

ZUMBA FITNESS EXTÉRIEUR ❤️❤️❤️

Avec Catherine Couture

📍 Pavillon de la biodiversité 💰 66 \$

📅 Mercredi – 20 septembre au 25 octobre

🕒 18 h 45 à 19 h 45

ZUMBA GOLD ❤️❤️❤️

Valérie Bédard

📍 Centre municipal 💰 94 \$

📅 Mardi – 3 octobre au 12 décembre
*3 octobre : Pavillon de la biodiversité

🕒 13 h 30 à 14 h 30

ZUMBA FITNESS ❤️❤️❤️

Avec Catherine Couture

📍 Centre municipal
*5 octobre, 30 novembre et 14 décembre :
Pavillon de la biodiversité

🕒 18 h 45 à 19 h 45

SESSION 1	SESSION 2
Jeudi 5 octobre au 2 novembre	Jeudi 9 novembre au 14 décembre
59 \$	66 \$





VINIYOGA EXTÉRIEUR ♥♥♥

Avec 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

📍 Pavillon de la biodiversité 💰 74 \$
*26 septembre : Chalet du Lac des fées

GROUPE	DATE	HEURE
01	Mardi 19 septembre au 24 octobre	19 h à 20 h 15
02	Mercredi 20 septembre au 25 octobre	10 h 15 à 11 h 30

VINIYOGA ♥♥♥

📍 Centre municipal 💰 66 \$

GROUPE	DATE	HEURE
01	Mardi 7 novembre au 12 décembre (Relâche : 5 décembre)	19 h à 20 h 15
02	Mercredi 8 novembre au 13 décembre (Relâche : 6 décembre)	10 h 15 à 11 h 30

YOGA SUR CHAISE ADAPTÉ ♥♥♥

Avec 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 💰 84 \$
📅 Mercredi – 4 octobre au 13 décembre
🕒 13 h 30 à 14 h 30



SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

FITMIX ♥♥♥

Nathalie Ouellet

Les séances FITMIX permettent aux participants de découvrir et d'expérimenter plusieurs concepts d'entraînement. Chaque semaine, la séance diffère et combine des exercices cardiovasculaires et du renforcement musculaire.

📍 Centre municipal 💰 105 \$
📅 Mercredi – 4 octobre au 13 décembre
🕒 9 h à 10 h

TABATA ♥♥♥

Valérie Bédard

La méthode Tabata se décrit comme suit : 20 secondes d'exercice intensif, suivies de 10 secondes de récupération, à répéter 8 fois, pour un entraînement total de 4 minutes.

📍 Centre municipal 💰 94 \$
📅 Jeudi – 5 octobre au 14 décembre
*5 octobre, 30 novembre et 14 décembre :
Pavillon de la biodiversité
🕒 10 h à 11 h

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

ENTRAÎNEMENT SUR BOTTES TRAMPOLINES ♥♥♥

Julie Gaudet

Les cours d'entraînement sur bottes trampolines proposent une formule en intervalles de course à pied ou d'exercices d'aérobic entrecoupés d'exercices de musculation. Un entraînement complet permettant des gains significatifs et rapides en endurance musculaire et cardiovasculaire.

Cours déconseillé aux femmes enceintes

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

- 📍 École Piché-Dufrost
- 💰 190 \$ (sans location de bottes)
259 \$ (avec location de bottes)
- 📅 Mercredi – 20 septembre au 6 décembre
- 🕒 19 h à 20 h



CARDIO-MUSCULATION ♥♥♥

Avec Cardio Plein-Air

Programme complet de 60 minutes comportant échauffement, période cardiovasculaire en déplacement, musculation et ceinture abdominale à la fin.

- 📍 Pavillon de la biodiversité
- 💰 Session 1 : 80 \$
Session 2 : 92 \$
- 🕒 9 h 30 à 10 h 30

Session 1	Session 2
Vendredi 22 septembre au 27 octobre (Relâche : 6 octobre)	Vendredi 3 novembre au 8 décembre

CARDIO F.I.T ♥♥♥

Avec Cardio Plein-Air

Programme de haute intensité de 30 minutes se donnant sur place. Pour les gens qui veulent se dépasser et qui ont peu de temps pour le faire!

- 📍 Pavillon de la biodiversité
- 💰 Session 1 : 57\$
Session 2 : 64\$
- 🕒 12 h 15 à 12 h 45

Session 1	Session 2
Vendredi 22 septembre au 27 octobre (Relâche : 6 octobre)	Vendredi 3 novembre au 8 décembre

BADMINTON LIBRE

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

Pour réserver 2 h consécutives : sélectionnez vos deux plages horaires et lors du paiement, cliquez sur « à payer plus tard ». Vous devez ABSOLUMENT communiquer avec le Service des loisirs pour obtenir le tarif indiqué. Vous devrez payer le solde avant le début de la session, sans quoi votre inscription ne sera pas retenue.

Matériel requis : Raquettes et volant

- 📍 École Félix-Leclerc
- 📅 Lundi – 18 septembre au 11 décembre (relâche : 9 octobre)
Mardi – 19 septembre au 12 décembre (relâche : 31 octobre)
Mercredi – 20 septembre au 6 décembre
Jeudi – 21 septembre au 7 décembre
- 🕒 18 h 30 à 21 h 30

COÛT	DURÉE
22 \$	1 h/terrain
290 \$	1 h semaine/terrain
400 \$	2 h consécutives/semaine sur un même terrain





PATIN LIBRE

Aucune inscription requise.
Casque obligatoire et accompagnement obligatoire pour les enfants de 12 ans et moins.

📍 Aréna Isatis Sport Saint-Constant 🕒 12 h 15 à 14 h 05
(310, rue Wilfrid-Lamarche)

📅 Samedi – 9 septembre 2023 au 30 mars 2024
Relâches : 11 novembre 2023 et 13 janvier 2024

FITNESS BALL ❤️❤️❤️

Élodie Berthelier

Mobilise l'ensemble des chaînes musculaires superficielles et profondes. Les mouvements se réalisent en douceur et permettent entre autres d'affiner la silhouette et d'améliorer la posture.

📍 Centre municipal 💰 61 \$

* 18 septembre et 25 septembre : Pavillon de la biodiversité

📅 Lundi – 18 septembre au 30 octobre (Relâche : 9 octobre)

🕒 18 h à 19 h

HIIT ❤️❤️❤️

Élodie Berthelier

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

📍 Centre municipal 💰 61 \$

* 18 septembre et 25 septembre :
Pavillon de la biodiversité

📅 Lundi – 18 septembre au 30 octobre (Relâche : 9 octobre)

🕒 19 h 15 à 20 h 15

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

TAI-CHI ❤️❤️❤️

Avec 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.

📍 Pavillon de la biodiversité 💰 100 \$

📅 Lundi – 18 septembre au 11 décembre
(Relâche : 9 octobre et 4 décembre)

NIVEAU	HORAIRE
Niveau 1	13 h à 14 h
Niveau 2	14 h à 15 h
Niveau 3	15 h à 16 h

PROGRAMMATION EXTÉRIEURE

Le pickleball et le dek hockey sont offerts jusqu'au 14 octobre.

MARDI

PICKLEBALL ROUSSILLON

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 9 h à 12 h

📝 Pickleball Roussillon

DEK HOCKEY LIBRE

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 17 h à 22 h

MERCREDI

PICKLEBALL LIBRE (SUR RÉSERVATION)

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 9 h à 13 h

📝 Tennis-40-0

PICKLEBALL ROUSSILLON

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 18 h à 22 h

📝 Pickleball Roussillon

VENDREDI

PICKLEBALL ROUSSILLON

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 9 h à 12 h

📝 Pickleball Roussillon

SAMEDI

PICKLEBALL LIBRE (SUR RÉSERVATION)

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 9 h à 17 h

📝 Tennis-40-0

PRÊT DE FATBIKE

📍 Chalet de la Base de plein air

🕒 9 h à 15 h

📝 Sur place

DIMANCHE

PRÊT DE FATBIKE

📍 Chalet de la Base de plein air

🕒 9 h à 15 h

📝 Sur place

DECKHOCKEY PARENT-ENFANT

📍 Patinoire réfrigérée

🕒 9 h à 13 h



BABILLARD DES ORGANISMES

RETROUVEZ LA LISTE COMPLÈTE DES ORGANISMES ET LEURS COORDONNÉES AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS

LA CLÉ DES MOTS

Permettre par des moyens pédagogiques alternatifs et populaires, l'apprentissage ou le rafraîchissement des compétences de base en lecture et écriture. Petits groupes respectant le rythme de chacun.

☎ 450 635-1411

📍 200, rue Saint-Pierre

📅 Début des cours la 2^e semaine de septembre
Lundi, mardi et jeudi – 9 h à 12 h

💰 20 \$ par année

ESCADRON 783 ROUSSILLON

L'Escadron accueille des jeunes âgés entre 12 et 18 ans en leur permettant de découvrir un programme d'envergure nationale qui s'adresse aux jeunes intéressés à participer à une multitude d'activités divertissantes, stimulantes et valorisantes. (Sport, activités en lien avec le vol (planeur), sorties, leadership, etc.)

Nous sommes également à la recherche de bénévoles de plus de 18 ans souhaitant s'impliquer au sein de notre organisation.

Joins-toi à notre équipe!

☎ 450 659-3783

📍 École Jacques-Leber (30, rue de l'Église)

📅 Les mercredis, de septembre à juin de 18 h 30 à 21 h

ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR DE SAINT-CONSTANT

Il est temps de procéder à l'inscription de votre enfant pour la saison de hockey 2023-2024 qui débutera le 4 septembre!

Inscription en ligne à l'adresse suivante: ahmsc.qc.ca

CORPS DE CADETS 2938 DU ROUSSILLON

Joignez le secret le mieux gardé au pays! Nous sommes un organisme 100% gratuit pour les jeunes de 12 à 18 ans. Leadership, citoyenneté, expédition, activités sportives et communautaires sont au programme. Notre objectif : former les citoyens de demain tout en participant à la vie communautaire de Saint-Constant.

📅 Tous les mardis de 18 h 15 à 21 h 15

📍 École Piché-Dufrost

🔗 inscription.cadets.gc.ca/demarrer.html?unitid=1120



ÉVÉNEMENTS À VENIR

SOCIÉTÉ D'HISTOIRE ET DE PATRIMOINE DE LIGNERY

Rendez-vous aux anciens presbytères de Saint-Constant pour l'événement « Bouquinerie et Bazar ». Des petites trouvailles assurées!

☎ 244 246-248

📍 Rue de la Fabrique (anciens presbytères)

📅 Les samedis 4 et 18 novembre de 8 h 30 à 15 h

LA POPOTE CONSTANTE

Participez au Quille-O-thon de la Popote afin de soutenir l'organisme!

☎ 514 233-5152 💰 20 \$

📍 Salon de quilles Le Riverain à Sainte-Catherine

📅 Samedi 14 octobre de 16 h 30 à 19 h



BASKET

Le DBC offre à tous ses joueurs un lieu de jeu compétitif, où ils peuvent profiter du jeu de basket-ball. Nous espérons continuer à faire grandir notre communauté et à offrir à chacun une excellente expérience.

Détails et inscription : dbcmtd.org



SCOUTS SAINT-CONSTANT

Réunions hebdomadaires et camps en nature où le jeune apprend par le jeu et l'action et développe sa personnalité et ses aptitudes. Offert aux 7 à 25 ans, de septembre à juin.



Inscrivez-vous les 5 et 6 septembre, de 19 h à 21 h.

☎ 514 883-4747

📍 Pavillon de la biodiversité (local scout – porte de gauche)
66, rue du Maçon

✉ contact@scoutstconstantstecatherine.org

🔗 scoutstconstantstecatherine.org

LOCATION DE SALLE

Vous êtes à la recherche d'un endroit pour célébrer un événement spécial? Le Centre municipal, le Pavillon de la biodiversité, le Chalet de Lac des fées et l'Exporail Musée ferroviaire offrent de nombreuses salles pouvant recevoir entre 25 et 500 personnes pour la tenue de mariage, baptême, anniversaires, réunion et plus encore!

Visitez le saint-constant.ca/fr/location-et-reservation-de-salles

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE

Du 5 septembre 18 h au 8 septembre 12 h

Seuls les résidents auront la possibilité de s'inscrire

8 septembre au 14 septembre 12 h

Pour tous

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 le saint-constant.ca pour connaître la procédure à suivre afin d'obtenir votre carte citoyenne. **Cette étape est essentielle pour vos transactions électroniques et pour utiliser les services de la Bibliothèque. N'hésitez pas à communiquer avec le Service des loisirs pour de l'assistance.**

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.

PAIEMENT

En ligne : Sur la plateforme d'inscription par Visa ou Mastercard. Imprimez votre reçu à partir du site ou demandez à le recevoir par courriel.

Au comptoir (Centre municipal) : Interac, argent, Visa, Mastercard ou chèque;

Pour les paiements par Interac, argent ou chèque, lors de l'inscription en ligne, vous devez sélectionner « à payer plus tard ». **Notez que vous êtes inscrit(e) à l'activité même si votre paiement n'est pas complété.**

Si vous désirez vous inscrire à plusieurs activités, vous pouvez faire un seul chèque pour l'ensemble des frais. Le chèque doit être fait en date du **15 septembre**.

Prenez note que les chèques peuvent être encaissés après la date indiquée. Des frais de 35\$ sont prévus pour tous chèques retournés par l'institution financière.

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

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT / ANNULATION

Avant le 15 septembre 12 h	Annulation acceptée et remboursement intégral
Avant la tenue du 2 ^e cours	Annulation acceptée et remboursement au prorata des cours restant, moins des frais administratifs de 15\$
Dès le 2 ^e cours	Aucun remboursement * À l'exception d'une raison médicale
Atelier	Aucun remboursement

ANNULATION par le participant

La demande d'annulation doit être faite par téléphone : 450 638-2010, poste 7200 ou par courriel : loisirs@saint-constant.ca et la politique précédente s'applique.

ANNULATION par le Service des Loisirs

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.

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.

MODALITÉS

AUTORISATION – PHOTOS

Veillez 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 450 638-2010, poste 7200

INITIATION

Veillez 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.

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.

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, rue Saint-Régis

École Félix-Leclerc : 161, boulevard Monchamp

École de l'Aquarelle-Armand-Frappier :

291-295, rue Sainte-Catherine

École Piché-Dufrost : 26, rue Sainte-Catherine

Patinoire réfrigérée : 296, rue Sainte-Catherine

Chalet du Lac des fées : 1, rue Rimbaud

Chalet de la Base de plein air : 296, rue Sainte-Catherine

Fatbike

DÈS LE 23 SEPTEMBRE

Sillonnez la Ville et contemplez les différents paysages en vélo!

- 📅 Les samedis et dimanches
- 🕒 10 h à 17 h (dernier départ à 16h)
- 📍 Chalet de la Base de plein air
- 💰 Gratuit (Preuve de résidence obligatoire)
- ✍️ Réservation sur place (la journée même)



Conte-moi ça!

DÈS LE 23 SEPTEMBRE

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

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

💰 Gratuit – Plus d'information au saint-constant.ca

Découvertes gourmandes Extrais ton miel

Lors de cet atelier d'introduction à l'apiculture animé par la Miellerie du Petit Bulldog, les participants assisteront à l'extraction du miel provenant des ruches urbaines installées au Jardin à papillon.

- 📅 Dimanche – 1^{er} octobre
- 🕒 13 h à 15 h
- 📍 Pavillon de la biodiversité

💰 20 \$ non remboursable

✍️ Inscription obligatoire à partir du 5 septembre 18h au saint-constant.ca/inscriptions

