

MA VILLE, MES LOISIRS

PRINTEMPS 2023 - VOL. 5 - N° 2



SPORTS ET LOISIRS

Des activités pour profiter pleinement du printemps!



CAMP DE JOUR

Une programmation pour tous les goûts!



INSCRIPTION

En ligne dès le 23 mars à 18 h
au saint-constant.ca/inscriptions



VILLE DE
SAINT-CONSTANT



VILLE
SAINT-CONSTANT

[SAINT-CONSTANT.CA](https://saint-constant.ca)

INDEX

Événements	4	Sports et bien-être – 16 ans + ...	14
À la bibli-oh!	6	Complexe aquatique	16
Culture et ateliers – enfants	10	Babillard des organismes	17
Sports et bien-être – enfants ...	11	Modalités	18
Culture et ateliers – 16 ans + ...	12	À l'agenda	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

Impression : Communication Globale Pub Cité

LÉGENDE DES ICÔNES

Lieu Coût Dates

Heure Niveau d'intensité

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

- Pâques – 7 et 10 avril
- Journée nationale des Patriotes – 22 mai
- Fête nationale – 23 juin
- Fête du Canada – 30 juin

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



DES LOISIRS ACCESSIBLES

Nos activités sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Communiquez avec nous pour en savoir plus.

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!

LES ACTIVITÉS AURONT LIEU DANS LES ENDROITS SUIVANTS :

Centre municipal	330, rue Wilfrid-Lamarche
Pavillon de la biodiversité	66, rue du Maçon
Bibliothèque municipale	162, boulevard Monchamp
École Vinet-Souigny	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
Chalet du Lac des fées	1, rue Rimbaud

TOU GO



En avril, joignez-vous à nous pour le défi TOUGO!

Tout le mois, découvrez notre programmation d'activités favorisant les saines habitudes de vie. L'objectif? Bougez plus, mangez mieux et se sentir bien! Inscrivez-vous dès le 20 mars, 18 h.



MIXTE

Pour une gestion forestière responsable

FSC® C103436

camp de jour



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



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 15 mars, 9 h)

Les activités du camp de jour sont réservées uniquement aux résidents de Saint-Constant. Elles débuteront le lundi 26 juin et se termineront le vendredi 18 août (fermé le 30 juin).

TARIFS

CAMP SPLASH (RÉGULIER) ET MINI-SPLASH

- ① 115 \$ par semaine **sans** service de garde (92 \$ semaine 1)*
- ① 145 \$ par semaine **avec** service de garde complet (116 \$ semaine 1)*

CAMPS SPÉCIALISÉS

- ① 125 \$ par semaine **sans** service de garde (100 \$ semaine 1)*
- ① 155 \$ par semaine **avec** service de garde complet (124 \$ semaine 1)*

*Semaine de 4 jours

DÉBUT DES INSCRIPTIONS EN LIGNE : SAMEDI 22 AVRIL, DÈS 9 H

Consultez le saint-constant.ca/fr/camp-de-jour pour tous les détails.

POUR NOUS JOINDRE

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

ÉVÉNEMENTS

PATINAGE LIBRE

AU COMPLEXE ISATIS SPORT

Les samedis,
venez patiner seul
ou en famille!

Jusqu'au 1^{er} avril – 12 h 15 à 14 h
Sans inscription



ATELIERS CULINAIRES MULTICULTURELS AU CENTRE MUNICIPAL

Cuisinez des plats typiques de différents pays!

En collaboration avec le Comité d'intégration des
nouveaux résidents. N'oubliez pas vos contenants.



Inscrivez-vous dès le 23 mars!

Les mercredis de 18 h 30 à 20 h 30

19 avril : recettes parent-enfant* (débute à 18 h)

24 mai : Haïti

14 juin : Vénézuëla

20 \$

*6 ans et plus

GRATUIT!

CHASSE AUX CAROTTES



Venez résoudre les énigmes
des bûcherons et trouver
les carottes camouflées au
Pavillon de la biodiversité!

8 avril de 9 h à 12 h

Activité pour tous
Sans inscription

LES PESTACLES

POUR LES 3 À 8 ANS



BILLET
INDIVIDUEL
(1 SPECTACLE)



FORFAIT
DÉCOUVERTE
(2 SPECTACLES)

2 ANS ET -
GRATUIT

BILLETS | LEPOINTDEVENTE.COM/BILLETS/LESPESTACLES



FROMAGES ET TROMPETTES



Théophile passe ses journées à poser des questions à son père Fred... Fred lui répond en racontant des histoires rigolotes, dont il interprète les personnages.

DIMANCHE 16 AVRIL
10 h 30 à 11 h 30

Centre multifonctionnel Guy-Dupré
500, rue Saint-Laurent, La Prairie

YOOPACADABRA



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

C'EST À QUELLE HEURE NOËL?



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

CULTURES EN FÊTE



Le 27 mai, toutes les cultures seront célébrées lors d'une journée des plus colorées! C'est un rendez-vous à la Base de plein air pour cet événement gratuit qui vous permettra d'apprendre en vous amusant.



RÉCUPÉREZ
LE VÔTRE
AU CENTRE
MUNICIPAL!

NOS PETITS JARDINS BIO SONT DE RETOUR POUR UNE 4^E ÉDITION!

Inscrivez-vous gratuitement dès le 26 avril, 18 h
pour obtenir le vôtre! *Résident seulement
La remise se fera le 20 mai.



À LA BIBLI-OH!



Connaissez-vous la plateforme Skilleos? En tant qu'utilisateur de la Bibliothèque, vous pouvez accéder gratuitement à plus de 1 400 formations, activités et cours en ligne enseignés par des experts. Visitez le saint-constant-prod.bibliomondo.com pour vous inscrire!



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

À LA BIBLI-OH!

J'❤️ LES HISTOIRES

À la Bibliothèque, les activités sont gratuites!

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

18 À 36 MOIS PETITS CONTES

Courtes histoires, comptines et jeux de découverte.

📅 Jeudi – 6 avril au 22 juin
🕒 9 h 45 à 10 h 15

3 À 8 ANS HEURE DU CONTE EN PYJAMA

Histoire et joyeux bricolage.

📅 Mardi – 4 avril au 20 juin
*Activité du 11 avril déplacée
au mercredi 12 avril à la même heure.
🕒 18 h 30 à 19 h 30

ACTIVITÉS SPÉCIALES – PÂQUES

1 À 3 ANS PETITS CONTES DES PETITS COCOS

Comptines, histoires et un trio de jeux de Pâques!

📅 Jeudi – 6 avril
🕒 9 h 45 à 10 h 15

3 À 8 ANS HEURE DU CONTE EN PYJAMA

Bricolage: Une jolie poulette qui couve en attendant Pâques!

📅 Mardi et mercredi – 4 et 5 avril
🕒 18 h 30 à 19 h 30

6 À 10 ANS ATELIER BRICO

Viens essayer différentes techniques de décoration d'œufs de Pâques!

📅 Jeudi – 6 avril
🕒 18 h 30 à 19 h 45

À LA BIBLI-OH!

ACTIVITÉ PARENT-ENFANT

La pixélisation, ce n'est pas seulement sur Minecraft. Venez créer un personnage suggéré ou inventez le vôtre avec des notes adhésives!

📅 Samedi – 20 mai
🕒 10 h à 11 h

**SEMAINE QUÉBÉCOISE
DES FAMILLES**

5 À 12 ANS LEGO-PÉDAGO – ACTIVITÉ LIBRE SUPERVISÉE

Viens construire la plus haute tour du monde!

📅 Vendredi – 28 avril
🕒 13 h à 16 h
*Limite d'une heure par personne en cas d'achalandage.

LANCEMENT DU CLUB DE LECTURE TD

À compter du 17 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.

La thématique : Viens voir ça !

10 À 110 ANS LE RETOUR DES OISEAUX DE PRINTEMPS

Création d'art populaire de sculpture d'oiseaux sur bois.

📅 Samedi – 18 mars
🕒 10 h 30 à 13 h



Club
de lecture
d'été
TD

LES SAMEDIS TECHNOS À LA BIBLIO!

🕒 11 h à 13 h

7 À 13 ANS ATELIER GONZO

La trousse GONZO, le robot qui gribouille stimule la créativité en alliant art et technologie. Les jeunes découvriront comment créer un robot gribouilleur qui produira des dessins uniques à l'aide de matériaux simples qu'on peut trouver à la maison et recycler!

📅 15 avril



9 À 13 ANS ATELIER ROLAX

Rolax permet de créer un petit circuit simple, un prêt-à-porter connecté! L'atelier initie aux bases de prototypage électronique et permet aux participant(e)s d'envoyer des messages à leurs amis grâce à des codes lumineux provenant de leur bracelet.

📅 20 mai



7 À 12 ANS ATELIER TINKA

La trousse Tinka la coccinelle électrisante présente les rudiments des circuits imprimés.

📅 17 juin



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.

📅 11 avril au 19 juin
🕒 9 h à 11 h
💰 110 \$/1 fois semaine
165 \$/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



À LA BIBLI-OH!

7 À 11 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 – 29 avril et 27 mai

🕒 11 h à 12 h

CONFÉRENCE

ADULTES CAUSERIE AVEC JONATHAN LIVERNOIS

Jonathan Livernois, essayiste et professeur à l'Université Laval, présentera son travail de création ainsi que ce que l'histoire intellectuelle et la politique y apportent. Il a récemment remporté le Prix de création littéraire de la Ville de Québec et du Salon international du livre de Québec ainsi que le Prix de la présidence de l'Assemblée nationale du Québec (Prix du livre politique).

📍 Bibliothèque ou en ligne

📅 Jeudi – 20 avril

🕒 19 h à 20 h 30



Crédit : Justine Latour

CULTURE ET ATELIERS

ENFANTS

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

JOUR	DATE
Dimanche	16 avril
Samedi	13 mai
Dimanche	18 juin

🕒 9 h à 15 h 30

💰 40 \$ non remboursable

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

JOUR	DATE
Samedi	15 avril
Dimanche	14 mai
Samedi	17 juin

🕒 8 h 30 à 16 h 30

💰 48 \$ non remboursable



2 À 8 ANS

MULTISPORTS



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 convient au bambin.

📍 École de l'Aquarelle – Armand-Frappier

📅 Samedi – 15 avril au 3 juin (relâche : 20 mai)

ÂGE	HORAIRE
Parent/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

💰 167 \$

5 À 8 ANS

HOCKEY COSOM PARENTS-ENFANTS LIBRE

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

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

Matériel requis : Bâton seulement (les lunettes de protection et l'équipement de gardien de but sont fournis.)

📍 École Piché-Dufrost

📅 Samedi – 15 avril au 3 juin (relâche : 20 mai)

GROUPE	HORAIRE
01	9 h à 10 h 15
02	10 h 30 à 11 h 45

💰 83 \$

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ENFANTS



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-Souligny

📅 11 avril au 19 juin (relâche : 22 mai)

🕒 Lundi, mardi et jeudi – 18 h 15 à 21 h 15
Samedi – 9 h 30 à 12 h 30

💰 15 \$ par terrain
Session / 1 terrain : 86 \$
Session / 2 h consécutives : 135 \$

CULTURE ET ATELIERS

ADULTES



16 ANS ET + COUPS DE PINCEAUX!

Avec Stéphanie Fiola

Venez peindre une toile proposée le temps d'une agréable soirée! Que vous soyez débutant ou expert, cet atelier est adapté à tous.

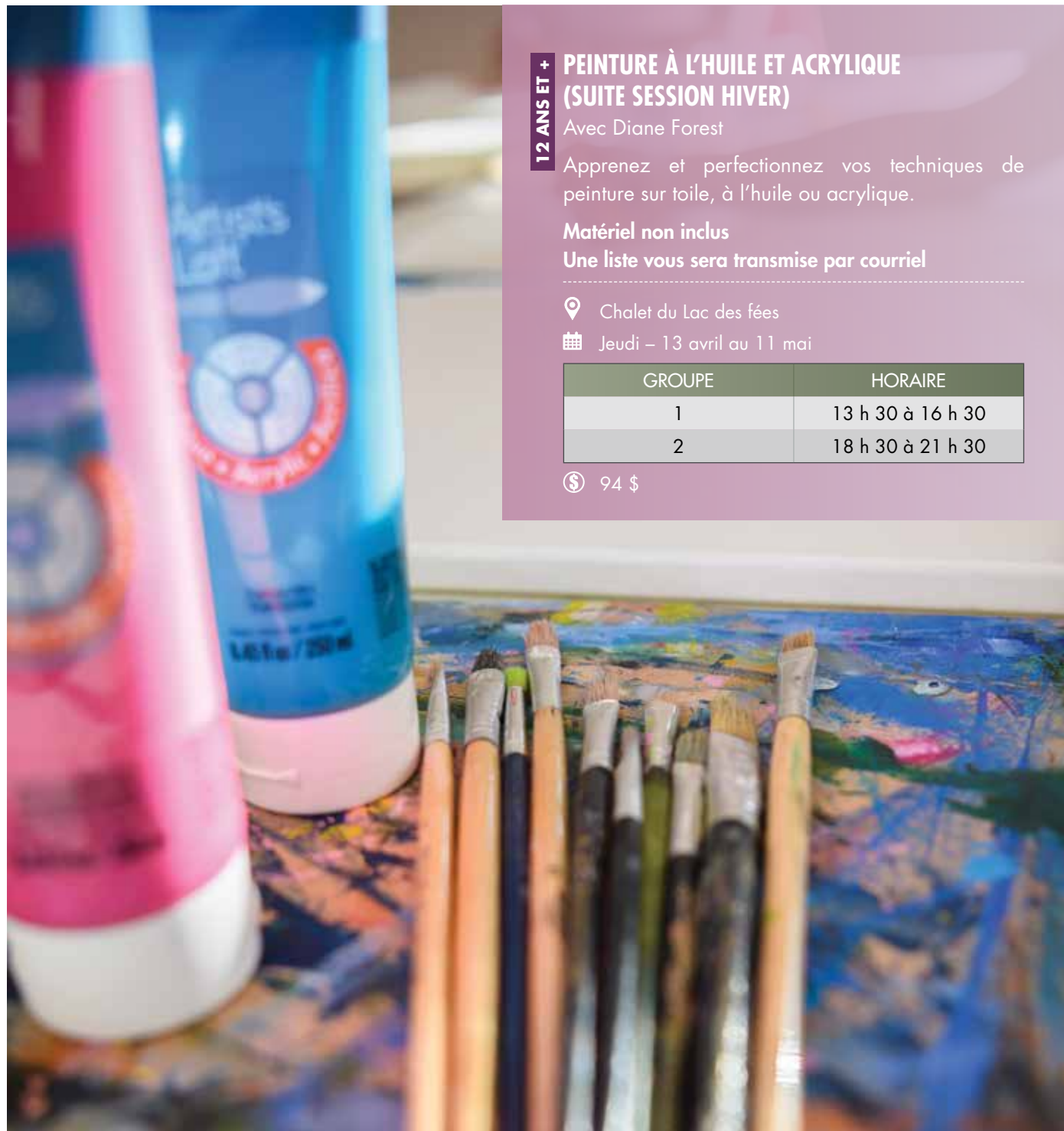
Matériel inclus

📍 Centre municipal

DATE	THÈME
Judi 20 avril	Grenouille à lunettes
Judi 18 mai	Paysage
Judi 22 juin	Vache Highland

🕒 18 h 30 à 21 h 30

💰 30 \$ non remboursable



12 ANS ET + PEINTURE À L'HUILE ET ACRYLIQUE (SUITE SESSION HIVER)

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

📅 Jeudi – 13 avril au 11 mai

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

💰 94 \$

Découvertes gourmandes

18 ANS ET + DÉCOUVRIR L'ONTARIO ET LA COLOMBIE-BRITANNIQUE

Avec Le DUC du vin

Les premières vignes plantées en Ontario remontent à 1811, mais la viticulture telle qu'on la connaît aujourd'hui a débuté en 1974. Pour sa part, la Colombie-Britannique a vu des vignes plantées vers 1860, mais c'est en 1988 que débute l'aventure de cette province. Cet atelier vous permettra d'en apprendre davantage sur ces deux provinces viticoles et surtout, de déguster quatre de leurs vins.

- 📍 Centre municipal
- 📅 Mercredi – 17 mai
- 🕒 19 h à 21 h 30
- 💰 42 \$ non remboursable



INITIATION À LA PHOTOGRAPHIE I

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

- 📍 Chalet du Lac des fées
- 📅 Mardi – 2 mai au 6 juin (relâche : 23 mai)
- 🕒 19 h à 22 h
- 💰 110 \$ non remboursable

INITIATION À LA PHOTOGRAPHIE II

Avec Lyne Fontaine

Ce cours permet l'exploration des fonctions les plus évoluées de votre appareil. Vous apprendrez à maîtriser différents réglages, travailler avec la lumière, faire du portrait et de la photo créative.

- 📍 Chalet du Lac des fées
- 📅 Lundi – 1^{er} mai au 5 juin (relâche : 22 mai)
- 🕒 19 h à 22 h
- 💰 110 \$ non remboursable

CULTURE ET ATELIERS

ADULTES



12 ANS ET + COURS D'ESPAGNOL

Avec 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.

- 📍 Centre municipal

GR.	JOUR	DATES	HORAIRE
1	Lundi	17 avril au 19 juin (relâche : 22 mai)	19 h à 21 h 30
2	Mercredi	19 avril au 21 juin (relâche : 24 mai)	19 h à 21 h 30

💰 136 \$

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES



50 ANS ET + DANSE COUNTRY ♥♥♥

Avec Carole Hudon

Danse en ligne et parfois avec partenaire pour les débutants qui aiment la musique country.

- Centre municipal
- Mercredi – 12 avril au 14 juin
- 16 h 30 à 17 h 30
- 121 \$

DANSE COUNTRY POP! ♥♥♥

Avec Danny Beauregard

Le country pop est une danse en ligne qui ressemble au country américain, mais avec une touche plus moderne et de la musique populaire.

- École Piché-Dufrost
- Lundi – 17 avril au 19 juin (relâche : 22 mai)
- 19 h à 21 h
- 114 \$

50 ANS ET + DANSE EN LIGNE ♥♥♥

Avec Carole Hudon

Enseignement de pas et chorégraphies de danse en ligne.

- Centre municipal
- Mercredi – 12 avril au 14 juin
- 15 h 15 à 16 h 15
- 121 \$

VINIYOGA ♥♥♥

Avec Isabelle Lacombe

Relaxation, méditation et rythme lent. 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.

Matériel requis : tapis de yoga

- Centre municipal

GR.	JOUR	DATES	HORAIRE
1	Mardi	11 avril au 13 juin	19 h à 20 h 15
2	Mercredi	12 avril au 14 juin	10 h 15 à 11 h 30

- 102 \$

40 ANS ET + FITMIX ♥♥♥

Avec Nathalie Ouellet

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

- Centre municipal
- Mercredi – 12 avril au 14 juin
- 9 h à 10 h
- 87 \$



ZUMBA FITNESS ♥♥♥

Avec 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
- Jeudi – 13 avril au 15 juin
- 18 h 45 à 19 h 45
- 87 \$

TAI CHI ♥♥♥

Avec Guy Brault

Le Tai Chi est un déplacement en douceur qui offre des conditions favorables aux articulations, tendons et ligaments. Il sollicite aussi la concentration et la mémoire.

- Pavillon de la biodiversité
- Lundi – 17 avril au 19 juin (relâche : 22 mai)

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

- 75 \$

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

📅 Mercredi – 12 avril au 14 juin

🕒 13 h 30 à 14 h 30

💰 74 \$

BADMINTON LIBRE

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

Matériel requis : raquette et volant

📍 École Félix-Leclerc

📅 Lundi au jeudi – 11 avril au 19 juin (relâche : 22 mai)

🕒 18 h 30 à 21 h 30

💰 1 terrain : 22 \$

Session / 1 terrain : 183 \$

Session / 2 h consécutives : 228 \$



YOGA SUR CHAISE ♥♥♥

Avec 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

📅 Jeudi – 13 avril au 15 juin

🕒 15 h 15 à 16 h 30

💰 102 \$

SPORTS ET BIEN-ÊTRE

ADULTES

3, 2, 1... INTERVALLES! ♥♥♥/♥♥♥♥

Avec Véronique Girard

Ce cours est basé sur un système d'intervalles : 3 minutes de musculation, 2 minutes de cardio et 1 minute d'abdominaux, et ce, sans arrêt, pendant 50 minutes. Le cours se termine avec 10 minutes d'étirements.

Matériel requis : tapis de sol

📍 Centre municipal

📅 Mercredi – 12 avril au 14 juin

🕒 18 h à 19 h

💰 87 \$

SUPER WORKOUT! ♥♥♥♥/♥♥♥♥

Avec Véronique Girard

Entraînement qui combine la musculation, les exercices en intervalle à haute intensité et les étirements.

Matériel requis : tapis de sol

📍 Centre municipal

📅 Mercredi – 12 avril au 14 juin

🕒 19 h à 20 h

💰 87 \$



INSCRIPTIONS AUX COURS DE NATATION

20 et 21 mars	Personnes déjà inscrites à la session d'hiver 2023
22 et 23 mars	Résidents de Saint-Constant
24 mars	Résidents des villes de l'entente intermunicipale
25 mars	Pour tous

COURS OFFERTS :

- Cours de natation 4 mois à 12 ans
- Cours de natation adolescents 13 ans à 17 ans
- Cours de natation adultes 18 ans +
- Water-polo
- Aquaforme
- Cours de sauvetage

aquatiquesaintconstant.com

Venez profiter du module gonflable WIBIT les premières fins de semaine de chaque mois entre 14 h 30 et 16 h 30.

Pour plus de renseignements :
aquatiquesaintconstant.com
 450 638-2299, poste 7581



JARDINS COMMUNAUTAIRES

Pratiquez l'agriculture urbaine et cultivez de délicieux légumes et fruits!

Inscrivez-vous dès le 26 avril, 18 h

La rencontre explicative ainsi que la remise des clés aura lieu le 13 mai à 10h au Pavillon de la biodiversité.

Renseignements généraux :
saint-constant.ca/fr/jardins-communautaires-1

15 \$ *Résident seulement

ASSOCIATION DE HOCKEY FÉMININ DU RICHELIEU



Beaucoup d'activités dès le printemps :

- Journée portes ouvertes : c'est votre chance d'essayer le hockey féminin (4 à 12 ans)
- Hockey printemps/été
- Camps de sélection AAA Remparts

hockeyfemininrichelieu.ca

Inscription : Dès le mois de mars



ABM ROUSSILLON

La saison de baseball mineur du Roussillon est à nos portes ! Ce sont près de 300 jeunes qui joueront au sein de notre association encore une fois cet été. Nous aimerions souhaiter une excellente saison à tous les joueurs et parents, mais aussi à tous nos bénévoles (entraîneurs, entraîneurs adjoints, gérant(e)s d'équipe, membres du CA, etc.) qui donnent de leur temps sans compter. C'est grâce à vous tous que nous pouvons offrir ce magnifique sport dans notre région. On vous invite en grand nombre à venir voir et encourager nos jeunes joueurs!

Détails et inscription : **abmroussillon.com**

ASSOCIATION DE FOOTBALL DIABLOS DE LA PRAIRIE



Inscription Diablos football 2023

Pour les athlètes de la MRC de Roussillon et des environs qui veulent vivre une expérience de football inoubliable !

Nous acceptons les joueurs de 6 à 17 ans, avec ou sans expérience de football et l'équipement de protection est fourni. N'attendez plus, c'est le temps de réserver votre place!

Vous avez jusqu'à la fin du mois d'avril pour vous inscrire!

f nationdiablosdelaprairie
Footballdiablos.com



LAPRAICYCLE-DESJARDINS

Lapraicycle-Desjardins est un club de vélo de route de développement et de compétition pour les jeunes de 7 à 16 ans. Fondé en 1993, cet OSBL a pour mission de promouvoir les sports cyclistes par la formation et l'organisation d'activités de cyclisme.

f Lapraicycle
lapraicycle.com



LOCATION DE SALLES

Vous organisez un mariage, un baptême, un événement ou une réunion? Plusieurs salles disponibles à la location sont situées sur le territoire de Saint-Constant et peuvent accueillir entre 15 et 370 personnes. N'attendez plus pour réserver!

Formulaire de demande de location au saint-constant.ca

MODALITÉS

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE

Du 23 au 29 mars 18 h	Résidents de Saint-Constant
Du 29 mars 18 h au 5 avril 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 notre site Web au saint-constant.ca afin de connaître la procédure à suivre pour obtenir votre carte citoyenne. **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.

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 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 7 avril. 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).
- Au comptoir du Service des loisirs (330, rue Wilfrid-Lamarche).

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

REMBOURSEMENT

Avant le 7 avril, 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

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.

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.

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.



Découvrez
toutes les
activités!



À l'agenda

8 Avril

Chasse aux carottes



20 Avril

Causerie avec
Jonathan Livernois

22 Avril

Inscription au
camp de jour



26 Avril

Inscription aux jardins
communautaires



27 Mai

**CULTURES
EN FÊTE**



UN SERVICE
**ACCESSIBLE,
RASSEMBLEUR
ET AUTHENTIQUE**
Pour les jeunes!



As-tu VU? Le Pavillon jeunesse s'est refait une beauté!

HEURES D'OUVERTURE

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 : 18 h à 22 h



450 638-2010, poste 7250
spa2@saint-constant.ca

Viens rencontrer notre gang, on t'attend!

164, boulevard Monchamp, Saint-Constant, J5A 2K8