

explôre

Saint-Constant

PRINTEMPS 2026



GUIDE LOISIRS



INSCRIPTIONS

CAMP DE JOUR

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 Remplir la fiche santé de chaque enfant
(disponible en ligne dès le 25 mars, à remplir avant le 25 avril, 9 h)

Les activités du camp de jour sont réservées uniquement aux résidents de Saint-Constant. Elles débuteront le 25 juin et se termineront le 14 août (fermé le 1^{er} juillet).

POLITIQUE DE PAIEMENT

Tous les frais d'inscription au camp de jour 2026 sont payables en 3 versements
(25 avril, 15 mai et 12 juin).

La totalité des frais doit être acquittée au plus tard
le 12 juin 2026.

DÉBUT DES INSCRIPTIONS EN LIGNE : 25 AVRIL DÈS 9 H

Consultez le saint-constant.ca/fr/camp-de-jour-1
pour tous les détails

POUR NOUS JOINDRE :

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



ÉVÉNEMENTS

SAMEDI 25 AVRIL



ÉCOMARCHE

Dans le cadre du Jour de la Terre

Unissons nos efforts pour entretenir notre vaste aire de jeux commune, la Terre. Promenez-vous dans votre quartier et ramassez les déchets. Merci de votre aide dans cette mission de tous les jours.

N'oubliez pas vos sacs et vos gants.

9 h à 12 h

MARDI 5 MAI



SOIRÉE DE VERNISSAGE : OBJECTIF JEUNESSE

Prenez part à cette soirée mettant en lumière les œuvres des jeunes Constantins âgés de 12 à 18 ans sous le thème « Saint-Constant en action ». Cette exposition de photographies découle du projet culturel jeunesse du SPA².

18 h à 20 h

[Centre municipal](#)

SAMEDI 23 MAI



CULTURES EN FÊTE

Un événement familial où les cultures de partout dans le monde sont à l'honneur!

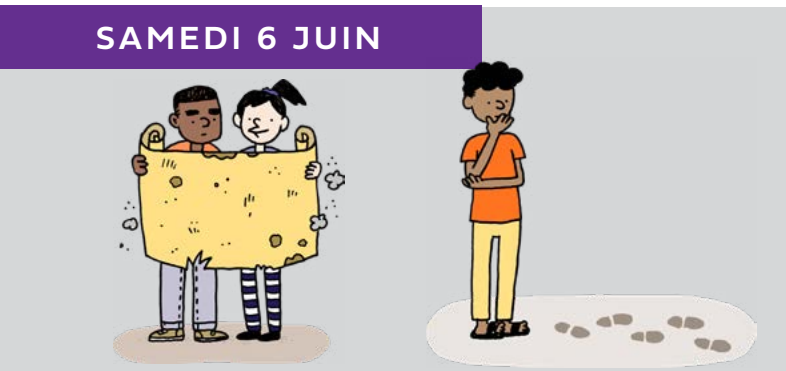
Spectacles de danse et de chant, kiosques alimentaires*(\$), jeux gonflables, maquillage, animation et présence de consulats et d'ambassades de plusieurs pays.

10 h à 17 h

[Base de plein air](#)

**Prévoir de l'argent comptant*

SAMEDI 6 JUIN



LANCEMENT DU BIBLIOCLUB : MYSTÈRES ET ENQUÊTES

Cet été, participe au BiblioCLUB et plonge dans un monde rempli d'énigmes, de mystères et d'aventures... chaque page deviendra un indice, chaque histoire une mission. Des surprises t'attendent. Viens t'inscrire!

15 ans et -

10 h à 15 h

[Bibliothèque](#)

Gratuit

À L'AGENDA

MERCREDI 29 AVRIL



RÉSERVATION D'UN PETIT JARDIN BIO

Résidents uniquement

« Mon petit jardin bio » est de retour! Chaque panier contient des plants de légumes découvertes, un plant de fines herbes et une plante vivace qui contribue à la biodiversité. Une initiative d'agriculture urbaine.

Réservation dès le 29 avril, 18 h

Samedi 16 mai (remise des jardins)

9 h à 12 h

[Centre municipal](#)

JEUDI 23 AVRIL



INSCRIPTION AUX JARDINS COMMUNAUTAIRES

Résidents uniquement

Réservez votre jardinet pour pratiquer l'agriculture urbaine et cultiver de délicieux légumes, fruits et fines herbes!

[Pavillon de la biodiversité](#)

Inscription dès le 23 avril

15 \$/jardinet

SAMEDI 6 JUIN



RASSEMBLEMENT DE VENTE-DÉBARRAS : LOCATION DE TABLES

Prenez part à ce rassemblement et offrez une seconde vie à vos objets inutilisés.

9 h à 16 h

[Stationnement du Pavillon des aînés Claude-Hébert](#)

Inscription dès le 20 mai, 18 h

20 \$/table (non remboursable) pour un maximum de 3 tables

JUSQU'AU 11 SEPTEMBRE



EXPOSITIONS D'ARTS VISUELS - APPEL DE DOSSIERS

Il est actuellement possible de déposer votre dossier d'artiste pour participer à l'exposition d'automne 2026. La sélection des artistes se fera au début du mois de septembre. Un prix sera décerné à l'artiste Coup de cœur du public et un autre prix par le comité consultatif culturel.

[Formulaire en ligne dans l'onglet « Arts et culture » au saint-constant.ca](#)



DÉBUT DES INSCRIPTIONS :

RÉSIDENTS : DÈS LE 18 MARS À 18 H

NON-RÉSIDENTS : DÈS LE 25 MARS À 18 H

Consultez les modalités à la page 18.



Nos activités sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

Cliquez ici pour en savoir plus

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.



Par soucis pour l'environnement, le Guide loisirs et le Bulletin Ma Ville+ sont disponibles en version numérique uniquement.

NON-RÉSIDENT?

CODE ÉLECTRONIQUE

Vous souhaitez vous inscrire aux cours et ateliers offerts par la Ville, mais n'habitez pas à Saint-Constant?

Vous pouvez obtenir un code électronique gratuit en écrivant un courriel à : loisirs@saint-constant.ca

Notez que vous n'avez pas besoin de la carte Accès pour vous inscrire aux cours et ateliers de la programmation loisirs.

CARTE ACCÈS

La carte Accès est au coût de 75 \$ par année/personne et permet d'avoir accès aux services suivants :

- Emprunt de livres à la Bibliothèque
- Location de gymnases et de terrains sportifs sur le territoire
- Service de prêt de planches à pagaie, pédalos, vélos à roues surdimensionnées et tubes à glisser
- Accès à la Patinoire réfrigérée et location (\$)

PRODUCTION ET PHOTOGRAPHIES : Service des communications, des technologies de l'information et du Service aux citoyens en collaboration avec le Service des loisirs

GRAPHISME : Zel agence de communication



6 ans et -

TOUT-PETITS

SPORT & BIEN-ÊTRE

MULTISPORTS

Instructeur : Sportball Québec

Éveillez la passion sportive de vos enfants qui découvriront chaque semaine une nouvelle activité!

Samedi

• 2 à 3 ½ ans (parent-enfant) :
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

(11 avril au 13 juin : relâche 16 mai)

École Armand-Frappier

150 \$

ÉVEIL MUSICAL ET MOUVEMENT INTUITIF

Institutrice : Stéphanie Houle

Atelier pédagogique des notions de base de la musique, découverte et manipulation d'instruments de musique et exploration corporelle du rythme et de la coordination.

Mardi

3 à 5 ans : 18 h 30 à 19 h 15

(7 avril au 2 juin)

Centre municipal

180 \$

Souliers de sport requis

BIBLIOTHÈQUE

Les activités offertes à la Bibliothèque sont gratuites, à moins d'indication contraire.

PETITS CONTES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Votre enfant découvrira un monde enchanté à travers des courtes histoires, des comptines et des jeux captivants.

0 à 3 ans

Jeudi – 9 h 30 à 10 h

(2 avril au 18 juin)

HEURE DU CONTE EN PYJAMA

Animatrice : Mireille Beaulieu

Vêtu de son pyjama, votre enfant découvrira une histoire et un bricolage qui l'enverront directement au pays des rêves.

3 à 8 ans

Mardi et mercredi – 18 h 30 à 19 h 30

(31 mars au 17 juin)

L'activité est la même les deux soirs.

DÉCOUVERTES ENFANTINES

Jeux collectifs, chants, bricolages et expériences, offrant aux enfants des opportunités variées pour développer leurs aptitudes sociales, motrices, affectives et langagières.

3 à 5 ans

Lundi, mercredi et vendredi

9 h à 11 h

(30 mars au 5 juin : relâche 3 et 6 avril et 18 mai)

210,10 \$/1 fois par semaine

316,50 \$/2 fois par semaine

369,30 \$/3 fois par semaine



LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS SE TROUVENT
AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS



6 à 16 ans

JEUNESSE

SPORT ET BIEN-ÊTRE

YOGA PARENT-ENFANT

Instructrice : Christina Wettlaufer

Participez en famille à une séance de yoga ludique, où votre imagination prend vie à travers des poses et des histoires captivantes.

6 à 9 ans

Lundi – 18 h à 19 h

(13 avril au 15 juin : relâche 18 mai)

Pavillon de la biodiversité

58 \$

BADMINTON LIBRE FAMILIAL

Lundi – 18 h 15 à 21 h 15

(13 avril au 8 juin : relâche 18 mai)

104 \$

Mardi – 18 h 15 à 21 h 15

(7 avril au 9 juin)

Jeudi – 18 h 15 à 21 h 15

(9 avril au 11 juin)

Samedi – 9 h 30 à 12 h 30

(11 avril au 13 juin)

École Vinet-Souigny

1 h par semaine pour la session : 124 \$

2 h consécutives par semaine pour la saison : 211 \$

Veillez vous inscrire aux 2 plages horaires et sélectionnez « À payer plus tard », puis communiquez avec le Service des loisirs par courriel.

Pour réserver des terrains individuels, veuillez communiquer avec le Service des loisirs.

HOCKEY COSOM LIBRE PARENT-ENFANT

Instructeur : Rirésistibles

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

5 à 8 ans : Samedi – 11 h 15 à 12 h 30 (11 avril au 13 juin)

7 à 12 ans : Jeudi – 18 h 30 à 19 h 45 (9 avril au 11 juin)

École Piché-Dufrost

70 \$

Équipement inclus, souliers de sport requis



LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS SE TROUVENT
AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS

LES ATELIERS RIRÉSISTIBLES

CHASSE DE PÂQUES

Pars à l'aventure autour du Centre municipal pour retrouver les œufs cachés! Une fois ta récolte terminée, viens les décorer et les transformer en véritables petites œuvres d'art colorées.

6 à 12 ans

11 avril – 10 h à 12 h

Centre municipal

20 \$ (non remboursable)

Matériel inclus, souliers de sport requis

PICKLEBALL

Découvre le pickleball, un sport amusant et dynamique qui mélange tennis et ping-pong!

6 à 12 ans

28 avril – 18 h à 20 h

École Aquarelle-Armand-Frappier

20 \$ (non remboursable)

Matériel inclus, souliers de sport requis

FRISBEE

Viens lancer, attraper et courir avec tes amis lors d'une activité de frisbee pleine de rires et de défis amusants.

6 à 12 ans

5 mai – 18 h à 20 h

École Aquarelle-Armand-Frappier

20 \$ (non remboursable)

Matériel inclus, souliers de sport requis

SCULPTURE GOURMANDE

Viens créer toutes sortes de formes et de sculptures amusantes en biscuit et en riz soufflé, en laissant aller ton imagination et ton talent de petit chef!

6 à 12 ans

10 mai – 10 h à 12 h

Centre municipal

20 \$ (non remboursable)

Matériel inclus



BIBLIOTHÈQUE

Les activités de la Bibliothèque sont gratuites à moins d'indication contraire.

ATELIER DE PÂQUES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Crée un œuf coloré pour l'occasion!

6 à 10 ans

2 avril – 18 h 30 à 19 h 45

EN ROUTE VERS MON PREMIER EMPLOI

Animateur : Centre jeunesse emploi Roussillon

Tu as envie de comprendre ce qu'implique un premier travail? Dans cet atelier, tu aborderas 3 choses essentielles : décoder ton talon de paie pour savoir ce que tu gagnes vraiment, connaître tes obligations et comprendre comment développer une bonne éthique de travail.

9 avril – 18 h 30 à 19 h 45

LEGO PÉDAGO

Profitez de la journée pédagogique pour explorer, construire et laisser libre cours à votre imagination dans le monde des LEGO.

5 à 12 ans (sous supervision parentale)

8 mai – 13 h à 16 h

LES SAMEDIS TECHOS

Animateur : GénieLab

9 à 15 ans

Samedi – 11 h à 13 h



ATELIER PROGRAMMATION : CODE UNE BOUSSOLE ET NE PERD JAMAIS LE NORD

Viens t'initier à la programmation en créant ta propre boussole sur micro:bit et découvre les bases par blocs afin de résoudre des défis amusants et accessibles.

18 avril

À LA DÉCOUVERTE DES FÉES

Grâce à la réalité virtuelle, les utilisateurs pourront plonger au fond du Lac des fées et y découvrir ses secrets bien gardés.

25 avril et 23 mai

ATELIER CODAGE : GÉOMÉTRIE DASH SUR SCRATCH

Crée ta propre version du jeu Geometry Dash à l'aide de Scratch et apprends les bases du codage, la logique des événements, les boucles et les collisions, tout en personnalisant le parcours et les obstacles.

16 mai

LIS AVEC OZZY

Animatrice : Marie-Ève Talbot et Ozzy

Un moment de lecture amusant en compagnie du chien Ozzy, animal d'intervention, et d'une zootherapeute certifiée.

7 à 10 ans

25 avril et 23 mai – 11 h à 12 h

ATELIER DE LA FÊTE DES MÈRES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Viens fabriquer un beau vase confetti et sa fleur pour les offrir à ta maman chérie.

6 à 10 ans

Jeudi 7 mai – 18 h 30 à 19 h 45

ATELIER DE LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DES FAMILLES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Sous la thématique « On porte tous plusieurs chapeaux », conçois un chapeau qui te ressemble en famille.

Parent-enfant

Samedi 16 mai – 10 h à 11 h

ATELIER DE LA FÊTE DES PÈRES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Crée un sous-verre coloré de style « art-pop » pour ton papa afin de mettre une étincelle dans sa vie.

6 à 10 ans

Jeudi 18 juin – 18 h 30 à 19 h 45



LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS SE TROUVENT
AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS



L'ARCHÉOMUSÉE ROUSSILLON RS : ***La destination pour vos jeunes curieux***

ARCHÉOCAMP

Inscrivez vos jeunes passionnés d'histoire et d'expérimentations à un camp de jour d'initiation à l'archéologie expérimentale.

8 à 12 ans

6 au 10 juillet et 13 au 17 juillet – 9 h à 16 h

215 \$/semaine

CLUB DES APPRENTIS ARCHÉOLOGUES

Chaque semaine, un voyage à travers le temps leur fera découvrir les civilisations qui ont marqué le monde à différentes époques. Offrez-leur une expérience unique tout en vous offrant un moment de détente.

8 à 12 ans

Samedi – 10 h à 11 h 30

(14 mars au 9 mai : relâche 4 avril)

110 \$

Infos : archeomusee.ca



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 : 18 h à 22 h



POUR DÉCOUVRIR NOTRE PROGRAMMATION HEBDOMADAIRE, RENDEZ-VOUS SUR INSTAGRAM (LE_SPA2).



Pour tous COMPLEXE AQUATIQUE

QUE VOUS SOYEZ UN PETIT POISSON OU UN NAGEUR AGUERRI, TROUVEZ UN PARCOURS ÉVOLUTIF CLAIR ET DYNAMIQUE POUR APPRENDRE, PROGRESSER ET GARDER LE RYTHME DANS L'EAU.

COMPÉTITION DU CLUB CARO

Venez soutenir le club CARO!
17 au 19 avril

La programmation régulière (bains libres, cours de natation, aquaforme) sera annulée durant cette fin de semaine. Seuls les bains libres du vendredi avant-midi seront maintenus.

ÉVALUATIONS DE STYLE DE NAGE

Besoin d'aide pour choisir le bon niveau? Participez à nos évaluations de style de nage ou consultez les documents d'aide en ligne.

23 mars : 17 h à 20 h

28 mars : 14 h à 17 h

29 mars : 14 h à 17 h

PROGRAMMATION PRINTANIÈRE

Du 10 avril au 21 juin

Période d'inscription dès le 30 mars, 12 h

En ligne, par téléphone ou au comptoir d'accueil

Afin de maximiser votre chance d'obtenir une place, nous vous recommandons d'être prêt à vous inscrire en ligne.



LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS SE TROUVENT
AU [SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS](https://saint-constant.ca/inscriptions)



ADULTES

SPORT ET BIEN-ÊTRE

TAI-CHI

Instructeur : Guy Brault

Ce cours propose des déplacements en douceur qui offrent des conditions favorables aux articulations, tendons et ligaments.

Niveau 2 : Lundi – 13 h à 14 h

**Niveau 3 (personnes ayant complété les niveaux 1 et 2) :
Lundi – 14 h à 15 h**

(13 avril au 15 juin : relâche 18 mai et 1^{er} juin)

Pavillon de la biodiversité

63 \$

DANSE COUNTRY POP

Instructeur : Danny Beauregard

Le déhanchement est de mise dans ce cours de danse en ligne qui ressemble au country américain avec une touche moderne et de la musique populaire.

Lundi Niveau 1 : 18 h 15 à 19 h 15

Niveau 2 : 19 h 15 à 20 h 15

Niveau 3 : 20 h 15 à 21 h 15

Niveaux 1 à 3 : 18 h 15 à 21 h 15

(13 avril au 15 juin : relâche 18 mai)

École Piché-Dufrost

138 \$/ 1 h ou 154 \$ pour 3 h

DANSE SUR BOTTES TRAMPOLINES

Institutrice : Julie Gaudet

Niveau intermédiaire

Ce cours propose une formule en intervalles de course à pied et d'exercices d'aérobic entrecoupés de musculation. C'est un entraînement complet permettant des gains significatifs et rapides en endurance musculaire et cardiovasculaire.

Lundi – 19 h à 20 h

(20 avril au 8 juin : relâche 18 mai et 1^{er} juin)

Complexe aquatique

EXERCICES SUR BOTTES TRAMPOLINES À L'EXTÉRIEUR

16 ANS ET +

Institutrice : Julie Gaudet

Niveau débutant

Cette activité extérieure combine cardio, renforcement musculaire et séquences de jogging pour un entraînement complet et stimulant. Améliorez votre endurance, votre équilibre et votre tonus musculaire tout en profitant du plein air, dans une ambiance énergique et motivante.

Mercredi – 18 h 45 à 19 h 45

(29 avril au 10 juin)

Base de plein air

(En cas de pluie : Centre municipal)

108 \$ (sans location) et 148 \$ (avec location)



LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS SE TROUVENT
AU [SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS](https://www.saint-constant.ca/inscriptions)

ESSENTRICS

Instructrice : Nadine Berniqué

Entraînement dynamique et complet pour tous les niveaux de fitness, qui combine l'étirement et le renforcement en engageant tous les muscles du corps. Ce cours augmentera votre flexibilité et votre mobilité pour un corps sain, tonifié et sans douleur.

Lundi – 19 h à 20 h

(13 avril au 15 juin : relâche 18 mai)

65 \$

Centre municipal

Mercredi – 16 h 45 à 17 h 45

(8 avril au 10 juin)

Complexe aquatique

73 \$

YIN

Instructrice : Christina Wettlaufer

Yoga lent ciblant les tissus les plus profonds du corps, nos tissus conjonctifs, ligaments, articulations et os.

Lundi – 19 h 15 à 20 h 15

(13 avril au 15 juin : relâche 18 mai)

Pavillon de la biodiversité

63 \$

Tapis de yoga requis

BODYSHAPING

Instructrice : Linda Parizeau

Cours de musculation utilisant du matériel varié

Lundi – 19 h 45 à 20 h 45

(13 avril au 15 juin : relâche 18 mai)

Centre municipal

75 \$

Tapis de yoga requis

ZUMBA 50 50 ANS ET +

Instructrice : Valérie Bédard

Participez à un entraînement adapté complet pour sculpter votre corps tout en améliorant votre cardio

Mardi – 13 h 15 à 14 h 15

(7 avril au 9 juin)

Centre municipal

90 \$

ABDOS-FESSIERS-CUISSSES

Instructrice : Élodie Berthelie

Entraînement ciblé axé sur le renforcement musculaire du bas du corps, mettant l'accent sur les abdos, les fesses et les cuisses.

Mardi – 18 h à 19 h

(7 avril au 9 juin)

Centre municipal

105 \$

VINIYOGA

Instructrice : Isabelle Lacombe

Ce cours met l'accent sur la respiration profonde tout en pratiquant différentes postures.

Groupe 1 : Mardi – 19 h à 20 h 15

(7 avril au 9 juin)

Groupe 2 : Mercredi – 10 h 15 à 11 h 30

(8 avril au 10 juin)

Centre municipal

78 \$

Tapis de yoga requis

STEP TONUS

Instructrice : Élodie Berthelie

Entraînement dynamique sur step, combinant un cardio soutenu et un renforcement musculaire accru, principalement axé sur le bas du corps et les abdos.

Mardi – 19 h 15 à 20 h 15

(7 avril au 9 juin)

Centre municipal

105 \$

CARDIO MUSCULATION

Instructrice : Valérie Bédard

Ce cours adapté combine des exercices de musculation et de cardio. Augmentez votre tonus musculaire à l'aide de poids, d'élastiques, d'un step ainsi que le poids de votre corps.

Mercredi – 10 h 45 à 11 h 45

(8 avril au 10 juin)

Centre municipal

78 \$

YOGA ADAPTÉ SUR CHAISE

Instructrice : Linda Gagnon

Ce cours est destiné aux personnes vivant avec une déficience physique désirant améliorer leur santé physique par une activité en douceur.

Mercredi – 13 h 30 à 14 h 30

(8 avril au 10 juin)

Centre municipal

72 \$

ZUMBA

Instructrice : Catherine Couture

Cours de fitness incluant des mouvements de danses latines tout en améliorant la forme physique.

Groupe 1 : Mercredi – 18 h 45 à 19 h 45
(15 avril au 10 juin)

Groupe 2 : Jeudi – 18 h 45 à 19 h 45
(16 avril au 11 juin)

Centre municipal

80,10 \$



YOGA SUR CHAISE

Instructrice : Christina Wettlaufer

Cette douce pratique améliorera votre souplesse, renforcera vos muscles et apaisera votre esprit. Ce cours est idéal pour tous en alliant bien-être et relaxation.

Jeudi – 11 h 15 à 12 h 15

(9 avril au 11 juin)

Centre municipal

80 \$

QI-GONG ET MÉDITATION

Instructrice : Isabelle Laflamme

Cours alliant exercices de souplesse et méditation pour faire circuler l'énergie.

Jeudi – 18 h 45 à 20 h

(9 avril au 11 juin)

Centre municipal

80 \$

BADMINTON LIBRE 16 ANS ET +

Lundi – 18 h 30 à 21 h 30

(13 avril au 8 juin)

144 \$

Mardi – 18 h 30 à 21 h 30

(7 avril au 9 juin)

Jeudi – 18 h 30 à 21 h 30

(9 avril au 11 juin)

160 \$

École Félix-Leclerc

Vendredi – 18 h 30 à 21 h 30

(10 avril au 12 juin)

École Vinet-Souigny

Pour 2 h : 275 \$

Veillez vous inscrire aux 2 plages horaires et sélectionnez « À payer plus tard », puis communiquez avec le Service des loisirs par courriel.

Pour réserver des terrains individuels, veuillez communiquer avec le Service des loisirs.

Raquettes et volants requis



CULTURE ET ATELIERS

COURS D'ESPAGNOL 12 ANS ET +

Instructeur : José Contreras

Plongez dans le voyage linguistique de ce cours où chaque leçon devient une immersion dans la culture, la conversation et la maîtrise fluide de cette langue ensoleillée et expressive.

19 h à 21 h

Niveau 1 : Lundi (13 avril au 15 juin : relâche 18 mai)

Niveau 2 : Mardi (7 avril au 9 juin)

Cours de conversation : Mercredi (8 avril au 10 juin)

Centre municipal

145 \$ (niveau 1) et 162 \$ (niveau 2 et cours de conversation)

DÉCOUVERTES GOURMANDES : L'ESPAGNE ET LA VALLÉE DE L'ÈBRE, DONT LA RIOJA

18 ANS ET +

Instructeur : Le Duc du Vin

Partez à la découverte de la célèbre région viticole de la Rioja, située au nord-ouest de l'Espagne, dans la vallée de l'Èbre. Apprenez-en plus sur ses particularités, dont une surprenante zone désertique, et dégustez des vins offrant un excellent rapport qualité-prix. Une belle occasion d'explorer de nouveaux horizons!

9 avril – 19 h à 21 h 30

Centre municipal

55 \$ (non remboursable)

COUPS DE PINCEAU 16 ANS ET +

Instructrice : Stéphanie Fiola

Profitez d'une soirée artistique plaisante et enrichissante pour tous les niveaux en laissant votre créativité s'épanouir sur la toile!

18 h 30 à 21 h 30

30 avril : Poisson globe

21 mai : Pigeon

18 juin : Alligator

Chalet du Lac des fées

38 \$ par atelier (non remboursable)

Matériel inclus

INITIATION À L'AQUARELLE BOTANIQUE 16 ANS ET +

Instructrice : Ana Kusmic

Découverte progressive de l'aquarelle à travers divers sujets. Introduction au matériel, préparation de l'espace de travail, théorie des couleurs, techniques de base.

17 avril – 18 h à 22 h

Chalet du Lac des fées

38 \$

DESSIN D'OBSERVATION ET TECHNIQUES 16 ANS ET +

Instructrice : Ana Kusmic

Introduction au dessin d'observation à travers divers exercices visant l'apprentissage des techniques de base. Ce cours combine des exercices courts et des séances de nature morte plus longues.

Mercredi – 18 h à 21 h

(6 mai au 3 juin)

Chalet du Lac des fées

85 \$

ATELIERS CULINAIRES

16 ANS ET +

Venez découvrir une spécialité et apprenez à la cuisiner vous-même dans cet atelier communautaire.

20 avril :

L'Indochine – 18 h 30 à 21 h 30

21 mai :

Le Mali – 18 h 30 à 21 h 30

6 juin :

L'Algérie – 9 h à 12 h

Centre municipal

15 \$



BIBLIOTHÈQUE

CLUB DE LECTURE

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

18 h 30 à 20 h 15

18 mars : Victor Lévy-Beaulieu

15 avril : Policiers et romans noirs

20 mai : Pierre Lemaître

17 juin : Lauréat d'un prix littéraire 2025

BRIN DE JASETTE 18 ANS ET +

Soirées de conversation s'adressant aux personnes souhaitant améliorer leurs compétences en français, le tout dans une ambiance décontractée favorisant les nouvelles rencontres. Ce n'est pas un cours de français, mais bien un prétexte pour converser et pratiquer.

Mardi – 18 h 30 à 20 h

Thématiques au saint-constant.ca/inscriptions

CLINIQUE DE DÉPANNAGE NUMÉRIQUE 18 ANS ET +

Avez-vous besoin d'aide avec votre appareil numérique (tablette, ordinateur, liseuse)? Notre service de dépannage numérique sur rendez-vous est là pour vous!

Jeudi – 17 h à 18 h

Apportez votre tablette, ordinateur et liseuse

ACCÈS LIBRE AU LABORATOIRE D'INNOVATION NUMÉRIQUE

16 ANS ET +

Donnez vie à vos idées grâce à l'imprimante 3D et à la découpeuse vinyle Cricut de la Bibliothèque. Le laboratoire est accessible aux utilisateurs formés, et des formations personnalisées sont offertes aux nouveaux. Les séances se déroulent sur réservation. Une belle occasion d'explorer la fabrication numérique en toute autonomie.

Jeudi – 18 h à 20 h

Samedi – 14 h à 16 h

(2 avril au 20 juin)

Accès gratuit, coût variable des matériaux

NOUVEAU

CLUB DE SCRABBLE 50 ANS ET +

Chaque semaine, une partie de Scrabble réunit des passionnés dans une ambiance conviviale où stratégie et plaisir se rencontrent. Que vous soyez adepte du dictionnaire ou simplement curieux, c'est l'occasion de tester vos connaissances, d'enrichir votre vocabulaire et d'échanger avec d'autres joueurs.

Un moment stimulant et agréable, à partager autour du célèbre jeu.

Jeudi – 13 h à 16 h

(Dès le 2 avril)

CLUB D'ÉCRITURE

Instructeur : Jean-Pierre Chayer

Écrivez, partagez, échangez! Rédigez une courte nouvelle, recevez des critiques constructives de vos pairs et améliorez votre plume! Espace créatif, collaboratif et stimulant.

Samedi – 14 h à 16 h

(4 et 18 avril, 2, 16 et 30 mai et 13 juin)

MOZAIK

Anciennement Toutapprendre, cette bibliothèque en ligne rassemble des contenus dédiés à l'apprentissage et aux loisirs : vidéos de sport, aide aux devoirs, recettes de cuisine, découverte des langues, presse... il y en a pour tous les goûts.

PROTÉGEZ-VOUS

Les experts de Protégez-vous effectuent chaque année des dizaines de tests sur des milliers de produits et mènent des enquêtes autonomes permettant de faire ressortir les meilleurs choix en matière de consommation.

Retrouvez tous les détails dans l'onglet « Ressources numériques » au saint-constant.bibliomondo.com

CONFÉRENCE D'AMÉLIE DUBOIS

18 ANS ET +

L'autrice vous invite à une conférence inspirée de son pèlerinage de 740 km sur le Camino Francès, réalisé en mai 2023. À travers cette aventure qui a nourri son roman *La fois où... j'ai dansé avec une cigogne*, elle partage ses motivations, les défis du parcours et les réflexions nées de ce voyage intérieur. Une rencontre actuelle et inspirante, qui donne envie de se dépasser... et de partir à l'aventure!

30 avril – 19 h

NOUVEAU

ATELIERS DE FORMATION EN INFORMATIQUE ET EN COMPÉTENCES NUMÉRIQUES

18 ANS ET +

Le projet PING! propose des ateliers pour développer vos compétences numériques essentielles : utiliser un ordinateur, naviguer sur le Web, repérer des sources fiables, communiquer par courriel, effectuer des transactions en ligne et protéger votre identité numérique.

Chaque cycle comprend 7 modules de 3 heures. Vous pouvez suivre l'ensemble du parcours ou choisir les modules qui répondent à vos besoins.

Mercredi – 13 h à 16 h

(6 mai au 17 juin)

Ordinateur ou tablette requis (prêt d'appareil disponible au besoin)

CONFÉRENCE : LA FRAUDE, ÇA N'ARRIVE PAS QU'AUX AUTRES

18 ANS ET +

Animatrice : Maïtre Anne Bourget

Cette conférence initie les participants aux techniques de fraude les plus courantes et leur apprend à les reconnaître. L'animatrice les sensibilise également aux ressources appropriées pour signaler une tentative de fraude.

28 mai – 19 h

ORGANISMES

47^E GROUPE SCOUT SAINT-CONSTANT/SAINTE-CATHERINE

Recherche de bénévoles

Nous cherchons des bénévoles en animation et en gestion pour soutenir nos activités auprès des jeunes de 7 à 25 ans. Axé sur le jeu, l'action et le plein air, incluant des camps en nature, notre parcours est encadré, formateur et enrichissant. Une belle occasion de contribuer au développement des jeunes tout en vivant des expériences uniques.

Infos :
inscription@47egroupescout.ca
ou 47egroupescout.ca.

ABM ROUSSILLON

Inscriptions en cours

Prêt à vivre l'engouement du baseball avec Les Expos du Roussillon cet été? Inscrivez dès maintenant votre enfant pour la saison estivale.

Infos : abmroussillon.com

ASSOCIATION DE HOCKEY FÉMININ DU RICHELIEU

Portes ouvertes

Activité d'essai pour les jeunes filles de 4 à 15 ans. Équipement fourni sans frais et sur réservation

3 et 4 avril

Infos : hockeyfemininrichelieu.ca

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE SAINT-CONSTANT

Inscription aux clubs de pétanque et de washers pour l'été 2026

29 avril - 19 h à 20 h 30

10 \$ (carte de membre estivale)

Pavillon des aînés Claude-Hébert
(85, montée Saint-Régis)

Infos : 514 755-3437

CLUB DE SOCCER DE ROUSSILLON

Programmation estivale

Pour les jeunes de 4 à 21 ans, avec des volets adaptés à tous les niveaux : micro, local, CDC et compétitif.

En plus des entraînements et matchs, la saison comprend la Fête Micro, la Fête Locale, le Tournoi national (19 au 21 juin), des matchs semi-pro, ainsi que des camps et stages de perfectionnement.

Un été dynamique sous le signe du soccer et de l'esprit d'équipe.

Inscription : csroussillon.com

CORPS CADET 2938 DU ROUSSILLON

51^e revue annuelle

Participez à cet événement où les cadettes et cadets défilent avec fierté et précision lors de la parade de fin d'année.

Encouragez ces jeunes engagés et découvrez un programme unique destiné aux 12 à 18 ans, axé sur le dépassement de soi, le leadership et l'esprit d'équipe.

30 mai - 13 h 30

Gratuit

Patinoire réfrigérée
(Base de plein air)

Inscription : cc2938.ca

EXPORAIL - LE MUSÉE FERROVIAIRE CANADIEN

Meurtre au musée

Exporail deviendra le lieu d'un récit intrigant, plein de suspense, de rebondissements inattendus et de personnages énigmatiques. Chaque artefact recèle un indice, chaque couloir cache des secrets qui ne demandent qu'à être révélés. Le musée deviendra un jeu de société grandeur nature!

Jusqu'au 29 mars

10 ans et +

Achat de billets : exporail.org



LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS SE TROUVENT
AU SAINT-CONSTANT.CA/INSCRIPTIONS

MODALITÉS

Pour connaître la procédure d'inscription aux activités, cliquez ici.

CARTE CITOYENNE OBLIGATOIRE POUR L'INSCRIPTION

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

Résidents : Pour obtenir votre carte citoyenne, cliquez ici. N'hésitez pas à communiquer avec le Service des loisirs pour de l'assistance.

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

Aucune inscription ne sera acceptée par téléphone et aucune place ne peut être réservée. Renseignements : 450 638-2010, poste 7200.

NOTEZ QUE VOUS ÊTES INSCRIT(E) À L'ACTIVITÉ MÊME SI VOTRE PAIEMENT N'EST PAS COMPLÉTÉ.

INSCRIPTION ET PAIEMENT

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

En ligne

Visa ou Mastercard : imprimez votre reçu à partir du site ou demandez à le recevoir par courriel.

Interac, argent ou chèque : Pour régler votre inscription avec ces modes de paiement, inscrivez-vous en cliquant « Payer plus tard » et présentez-vous au Centre municipal avant la tenue de votre activité. Toute inscription constitue un engagement à payer. L'absence de paiement ne vaut pas une annulation.

Au comptoir (Centre municipal)

Interac, argent, Visa, Mastercard ou chèque : 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 3 avril. Prenez note que l'encaissement peut être fait après la date indiquée.

Des frais de 45 \$ sont prévus pour tout chèque retourné par l'institution bancaire.

INITIATION

Veuillez prendre note que les cours offerts par le Service des loisirs sont d'abord et avant tout des cours d'initiation.

INSTRUCTEUR ET ANIMATEUR

Un changement de dernière minute peut être effectué sans préavis. Le nom du professeur se trouve sur la plateforme d'inscription.

SITE ET HEURE DES COURS

Le changement de dernière minute à l'heure ou au site de l'activité peut être effectué. Les participants seront avisés le plus rapidement possible.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT/ANNULATION

Avant le 3 avril, 12 h

Annulation acceptée et remboursement intégral

Avant la tenue du 2^e cours

Annulation acceptée et 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*

Ateliers et formations

Aucun remboursement

ANNULATION PAR LE PARTICIPANT

La demande d'annulation doit être faite par téléphone au 450-638-2010, poste 7200 ou par courriel à loisirs@saint-constant.ca. 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, au même lieu et aux heures habituelles.

RAISON MÉDICALE

Sur présentation d'un certificat médical, la Ville de Saint-Constant effectuera un remboursement calculé, à la date du billet médical, au prorata des cours restants et retiendra des frais administratifs 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.

LES ACTIVITÉS AURONT LIEU AUX ENDROITS SUIVANTS :

BASE DE PLEIN AIR :
314, rue Wilfrid-Lamarche

BIBLIOTHÈQUE
162, boulevard Monchamp

CENTRE MUNICIPAL
330, rue Wilfrid-Lamarche

CHALET DU LAC DES FÉES
1, rue Rimbaud

COMPLEXE AQUATIQUE
63, rue Lériger

**ÉCOLE AQUARELLE-ARMAND-
FRAPPIER**
291, rue Sainte-Catherine

ÉCOLE FÉLIX-LECLERC
161, boulevard Monchamp

ÉCOLE PICHÉ-DUFROST
26, rue Sainte-Catherine

ÉCOLE VINET-SOULIGNY
13, montée Saint-Régis

PAVILLON DE LA BIODIVERSITÉ
66, rue du Maçon

PAVILLON JEUNESSE
164, boulevard Monchamp

HORAIRE

BIBLIOTHÈQUE
450 638-2010, poste 7233
biblio@saint-constant.ca

Horaires
Lundi au jeudi : 10 h à 20 h
Vendredi : 10 h à 17 h
Samedi et dimanche : 10 h à 16 h

**CENTRE MUNICIPAL
(SERVICE DES LOISIRS)**
450 638-2010, poste 7200
loisirs@saint-constant.ca

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

COMPLEXE AQUATIQUE
infoaquatique@saint-constant.ca
450 638-2299

Horaires
Lundi, mercredi et vendredi : 6 h 30 à 21 h 30
Mardi et jeudi : 7 h à 21 h 30
Samedi et dimanche : 7 h à 17 h

PAVILLON JEUNESSE (SPA²)
450 638-2010, poste 7251

Horaires
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



**SUIVEZ-NOUS SUR
LES RÉSEAUX SOCIAUX**



saint-constant.ca



St-Pierre

Mairie

