

explôre

Saint-Constant

PRINTEMPS 2025



Saint-Constant

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, à remplir avant le 26 avril, 9 h)

Les activités du camp de jour sont réservées uniquement aux résidents de Saint-Constant. Elles débuteront le 23 juin et se termineront le 15 août (fermé le 24 juin et le 1^{er} juillet).

NOUVELLE POLITIQUE DE PAIEMENT

Tous les frais d'inscription au camp de jour 2025 sont payables en **3 versements (26 avril, 16 mai, 13 juin)**.

La totalité des frais doit être acquittée au plus tard le **13 juin 2025**.

TARIFS

Horaire : 6 h 30 à 18 h

Camp régulier et mini-camp	158 \$ par semaine (127 \$ semaine 1 et 2*)
Camps thématiques danse, athlètes, théâtre et petits artistes	170 \$ par semaine (136 \$ semaine 1 et 2*)
Camp aquatique + de 2 h 30 d'activités aquatiques par jour	280 \$ par semaine avec service de garde (224 \$ semaine 1 et 2*)

*Semaines de 4 jours

DÉBUT DES INSCRIPTIONS EN LIGNE : 26 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 26 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

SAMEDI 24 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.

*Prévoir de l'argent comptant

10 h à 17 h

Base de plein air (surface réfrigérée)

SAMEDI 14 JUIN



LANCEMENT DU NOUVEAU BIBLIOTHEQUE

Faites découvrir le plaisir de la lecture à votre enfant! Profitez de cette journée spéciale pour inscrire votre jeune au Club de lecture.

Au programme : bricolage et visite de Constantiroux

3 à 12 ans

10 h à 15 h

Bibliothèque



À L'AGENDA

SAMEDI 17 MAI



DISTRIBUTION DE PETITS JARDINS BIO

Résidents uniquement, limite de 1 par adresse

« 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. Quantités limitées (500 paniers), formule premiers inscrits, premiers servis.

18 ans et +

9 h à 12 h

Centre municipal

Inscription dès le mercredi 30 avril, 18 h

20 \$ (valeur de 35 \$)

SAMEDI 17 MAI



OUVERTURE DES JARDINS COMMUNAUTAIRES

Résidents seulement

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

Pavillon de la biodiversité

Inscription dès le jeudi 24 avril, 18 h

15 \$/jardinet (non remboursable)

SAMEDI 7 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 mercredi 7 mai, 18 h

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

JUSQU'AU 28 AOÛT



EXPOSITIONS D'ARTS VISUELS - APPEL DE DOSSIERS

Il est actuellement possible de déposer votre dossier d'artiste pour participer à l'exposition d'automne 2025. La sélection des artistes se fera au début du mois de septembre. Deux prix coups de cœur seront remis à un artiste choisi par le public et par le comité consultatif culturel.

Formulaire en ligne dans l'onglet « Arts et culture » au saint-constant.ca



DÉBUT DES INSCRIPTIONS :

RÉSIDENTS : DÈS LE 19 MARS À 18 H

Consultez les modalités à la page 17.

NON-RÉSIDENTS : DÈS LE 26 MARS À 18 H

Vous pouvez obtenir un **code électronique gratuit** pour vous inscrire aux cours et ateliers en écrivant un courriel à loisirs@saint-constant.ca.

La carte Accès est aussi disponible pour les non-résidents au coût de 75 \$ et vous permet d'avoir accès à certains services (patinoire réfrigérée, prêt de tubes, fatbikes, pédalos, réalité virtuelle, etc.) Notez que cette carte n'est pas obligatoire pour vous inscrire à la programmation de loisirs.



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.

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



Par souci pour l'environnement, le Guide loisirs et le Bulletin municipal sont disponibles en version numérique uniquement.



6 ans et - TOUT-PETITS

SPORTS & 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

(5 avril au 7 juin : relâche 19 avril)

École l'Aquarelle

160 \$

HOCKEY COSOM PARENT-ENFANT

Instructeur : Rirésistibles

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

4 à 6 ans

Samedi - 10 h à 11 h 15

(5 avril au 7 juin)

École Piché-Dufrost

71 \$

Équipement inclus, souliers de sport requis

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 4 ans : 18 h à 18 h 45

(8 avril au 3 juin)

Centre municipal

160 \$

Souliers de sport requis

CULTURE ET ATELIERS

FLEUR À FRUIT

Instructeur : Agro-passion

La plupart des fruits que nous consommons proviennent d'une fleur. Apprenez-en davantage sur le sujet à travers cet atelier ludique (fabrication de bombes de semences, jeu-questionnaire, dégustation, etc.).

25 mai - 10 h à 11 h

Pavillon de la Biodiversité

20 \$ (non remboursable)

Matériel inclus

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

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.

18 à 36 mois

Jeudi – 9 h 30 à 10 h

(3 avril au 19 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

(à compter du 1^{er} et 2 avril au 18 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 4 ans : Mardi et vendredi**

• **4 à 5 ans : Lundi et mercredi**

9 h à 11 h (du 31 mars au 6 juin : relâche les 18 et 21 avril et le 19 mai)

170 \$/1 fois par semaine

255 \$/2 fois par semaine





6 à 16 ans

JEUNESSE

SPORT ET BIEN-ÊTRE

YOGA PARENT-ENFANT

Institutrice : 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 15 à 19 h 15

(7 avril au 9 juin : relâche 21 avril et 19 mai)

[Pavillon de la biodiversité](#)

64 \$

BADMINTON LIBRE FAMILIAL

Lundi – 18 h 15 à 21 h 15

(7 avril au 23 juin : relâche 21 avril et 19 mai)

Mardi – 18 h 15 à 21 h 15 (8 avril au 10 juin)

Jeudi – 18 h 15 à 21 h 15 (10 avril au 12 juin)

Samedi – 9 h 30 à 12 h 30

(5 avril au 14 juin : relâche 19 avril)

[École Vinet-Souigny](#)

124 \$ ou 225 \$ pour 2 h consécutives

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

18 \$/terrain (à partir du lundi 7 avril, 18 h)

HOCKEY COSOM LIBRE PARENT-ENFANT

Instructeur : Rirésistibles

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

7 à 12 ans

Jeudi – 18 h 30 à 19 h 45

(10 avril au 5 juin)

[École Piché-Dufrost](#)

71 \$

Équipement inclus, souliers de sport requis



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

CULTURE ET ATELIERS

FLEUR À FRUIT

Instructeur : Agro-passion

La plupart des fruits que nous consommons proviennent d'une fleur. Apprenez-en davantage sur le sujet à travers cet atelier ludique (fabrication de bombes de semences, jeu-questionnaire, dégustation, etc.).

25 mai - 10 h à 11 h

[Pavillon de la Biodiversité](#)

20 \$ (non remboursable)

Matériel inclus

FORMATIONS

PRÊTS À RESTER SEULS

Ce cours vise à aider les jeunes à faire des choix responsables et à assurer leur sécurité lorsqu'ils sont seuls à la maison.

9 à 13 ans

4 mai ou 7 juin - 9 h à 15 h 30

[Pavillon de la biodiversité](#)

42 \$ (non remboursable)

Matériel inclus, les enfants doivent retourner dîner à la maison

GARDIENS AVERTIS

Instructeur : Croix-Rouge canadienne

Cours visant à offrir les connaissances et les compétences nécessaires aux futurs gardiens d'enfants.

11 à 17 ans

3 mai ou 8 juin - 8 h 30 à 16 h 30

[Pavillon de la biodiversité](#)

50 \$ (non remboursable)

Matériel inclus, les enfants doivent retourner dîner à la maison



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

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

Jeudi 17 avril – 18 h 30 à 19 h 45

UN BEC, DEUX BECS, TROIS BECS... C'EST CHOUETTE

Animatrice : Céline Leblanc-Barsalo

Dans le cadre du Jour de la Terre, l'écrivaine et ornithologue viendra raconter l'histoire de Roméo et de sa chouette. À l'aide de photos, elle expliquera aux enfants comment la forme et la taille des becs révèlent l'alimentation des oiseaux. L'activité se conclura par un bricolage collectif d'une mangeoire à installer à l'extérieur de la Bibliothèque.

5 à 8 ans

Samedi 19 avril – 11 h à 13 h

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)

9 mai – 13 h à 16 h

LES SAMEDIS TECHNOS

Animateur : GénieLab

9 à 15 ans

Samedi – 11 h à 13 h



LEGO SPIKE

Plonge dans le monde fascinant de la robotique avec LEGO SPIKE! Cet atelier interactif permettra aux participants d'assembler, programmer et faire fonctionner un robot en utilisant la plateforme. Une expérience enrichissante pour stimuler la créativité, la logique et le travail d'équipe.

19 avril

PROTOTYPE CRÉATIF

Libère ta créativité et explore les bases du prototypage dans cet atelier unique! À travers des outils et techniques simples, apprend à transformer tes idées en concepts tangibles. Parfait pour les esprits curieux et innovateurs!

17 mai

MAKEY MAKEY

Découvre comment transformer des objets du quotidien en manettes interactives avec Makey Makey. Que ce soit pour jouer à un jeu ou créer de la musique, cet atelier vous permettra de combiner technologie et imagination. Une aventure numérique ludique et accessible à tous.

21 juin

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 zoothérapeute certifiée.

7 à 10 ans

Samedis 26 avril et 24 mai – 11 h à 12 h

ATELIER DE LA FÊTE DES MÈRES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Décore un objet surprise que maman pourra utiliser tous les jours.

6 à 10 ans

Jeudi 8 mai – 18 h 30 à 19 h 45

ATELIER DE LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DES FAMILLES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Conçois une œuvre familiale où le jeu côtoie la peinture.

Parent-enfant

Samedi 17 mai – 10 h à 11 h

ATELIER DE LA FÊTE DES PÈRES

Animatrice : Mireille Beaulieu

Crée un cadre photo qui servira aussi de support pour les clés de papa.

6 à 10 ans

Jeudi 12 juin – 18 h 30 à 19 h 45



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



COMPLEXE AQUATIQUE
Saint-Constant

PROGRAMMATION PRINTANIÈRE

Période d'inscription dès le 7 avril, 12 h

Découvrez-la en mars, en cliquant ici



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 21 h

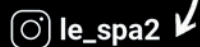
*Cuisine collective gratuite tous les samedis!

Événements à venir

Cultures en fête
Fête nationale

450 638-2010, poste 7251 | 164, boul. Monchamp

Programmation



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 : Mardi – 19 h 15 à 20 h 15
(8 avril au 10 juin : relâche 22 avril et 20 mai)
[Complexe aquatique](#)

Niveau 3 : Lundi – 13 h à 14 h
(7 avril au 9 juin : relâche 21 avril et 19 mai)
[Pavillon de la biodiversité](#)

77 \$

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

(7 avril au 16 juin : relâche 21 avril et 19 mai)

[École Piché-Dufrost](#)

133 \$ ou 164 \$ pour les 3 niveaux

POUND

Institutrice : *Linda Parizeau*

Cours combinant le cardio et des mouvements inspirés du yoga et du Pilates, à l'aide de baguettes Ripstix au rythme de musique rock'n'roll. L'objectif est de se dépenser tout en ayant du plaisir. Faites place à la rockstar qui est en vous.

Lundi – 19 h 30 à 20 h 30
(28 avril au 16 juin : relâche 19 mai)

[Centre municipal](#)

76 \$

YIN

Institutrice : *Christina Wettlaufer*

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

Lundi – 19 h 30 à 20 h 30 (7 avril au 9 juin : relâche 21 avril et 19 mai)

[Pavillon de la biodiversité](#)

80 \$

Tapis de yoga requis

STRONG EXPRESS

Institutrice : *Valérie Bédard*

Cours de fitness de haute intensité combinant des périodes d'effort intense avec des moments de repos actif, le tout synchronisé avec de la musique entraînante! Il se concentre sur des exercices de cardio qui renforcent l'ensemble du corps.

Mardi – 12 h 10 à 12 h 50
(8 avril au 10 juin)

[Centre municipal](#)

87 \$

ZUMBA 50

50 ANS ET +

Institutrice : *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
(8 avril au 10 juin)

[Centre municipal](#)

106 \$



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

TABATA PLUS

Instructrice : *Élodie Berthelier*

Ce cours est une forme d'entraînement par intervalles à moyenne et haute intensité, qui consiste en des périodes d'exercice intense suivies de courtes périodes de repos. Le tabata travaille l'ensemble du corps en brûlant un maximum de calories!

Mardi – 17 h 45 à 18 h 15

(8 avril au 10 juin)

[Centre municipal](#)

55 \$

FITNESS BALL

Instructrice : *Élodie Berthelier*

À l'aide d'un ballon suisse, vous ferez un entraînement de souplesse, force et équilibre.

Mardi – 18 h 30 à 19 h 30

(8 avril au 10 juin)

[Centre municipal](#)

102 \$

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

(8 avril au 10 juin : relâche 13 et 20 mai)

91 \$

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

(16 avril au 11 juin : relâche 14 et 21 mai)

83 \$

[Centre municipal](#)

Tapis de yoga requis

CARDIO MUSCULATION 55

50 ANS ET +

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 50 à 11 h 50

(16 avril au 11 juin : relâche 7 mai)

[Centre municipal](#)

90 \$

YOGA SUR CHAISE ADAPTÉ

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

(9 avril au 11 juin : relâche 14 mai)

[Centre municipal](#)

72 \$

ZUMBA FITNESS

Instructrice : *Catherine Couture*

Le moyen le plus amusant de pratiquer du sport! Participez à un entraînement complet pour sculpter votre corps tout en améliorant votre cardio.

Mercredi – 18 h 45 à 19 h 45 (16 avril

au 28 mai : relâche 30 avril et 7 mai)

63 \$

Jeudi – 18 h 45 à 19 h 45 (10 avril au 29

mai : relâche 1^{er} et 8 mai)

71 \$

[Centre municipal](#)

STEP

Instructrice : *Nathalie Gascon*

Entraînement cardiovasculaire dont les enchaînements sont organisés autour d'une plateforme individuelle ajustable

Mercredi – 18 h 30 à 19 h 30

(9 avril au 11 juin)

[Complexe aquatique](#)

105 \$

PILOXING

Instructrice : *Linda Parizeau*

Le piloxing est une activité sportive de fitness destinée à modeler le corps, à le raffermir, sans le traumatiser.

Mercredi – 19 h 30 à 20 h 30

(30 avril au 11 juin)

[École Piché-Dufrost](#)

76 \$

QI GONG ET MÉDITATION

Instructrice : *Isabelle Laflamme*

Ce cours combine mouvements et respiration pour équilibrer l'énergie vitale, tandis que la méditation vise à apaiser l'esprit et améliorer la concentration.

Jeudi – 18 h 45 à 20 h

(10 avril au 12 juin)

[Complexe aquatique](#)

85 \$

YOGA SUR CHAISE

Instructrice : *Linda Gagnon*

Cette pratique douce et accessible améliorera votre souplesse, renforcera vos muscles et apaisera votre esprit. Idéal pour tous, ce cours s'adapte à vos besoins en alliant bien-être et relaxation.

Vendredi – 10 h à 11 h

(11 avril au 13 juin : relâche 18 avril)

[Centre municipal](#)

87 \$



ABDOS-FESSIERS-CUISSES

Instructrice : *Élodie Berthelier*

Tonifiez vos abdos, fessiers et cuisses avec ce cours ciblé et dynamique! Idéal pour sculpter le bas du corps et renforcer votre ceinture abdominale, tout en améliorant votre endurance et votre posture.

Samedi – 9 h 15 à 10 h 15
(26 avril au 14 juin)

Centre municipal

86 \$

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.

Niveau 4 : Lundi – 19 h à 21 h (7 avril au 16 juin : relâche 21 avril et 19 mai)

Niveau 3 : Mardi – 19 h à 21 h (8 avril au 10 juin : relâche 22 avril)

Niveau 2 : Mercredi – 19 h à 21 h (9 avril au 11 juin : relâche 23 avril)

Centre municipal

144 \$

DÉCOUVERTES GOURMANDES : LES MOUSSEUX ET LE CHAMPAGNE

18 ANS ET +

Instructeur : *Le Duc du Vin*

Les vins mousseux captivent toujours avec leur effervescence infinie, mais pourquoi leurs prix varient-ils autant?

Cet atelier vous éclairera sur la question tout en vous offrant le plaisir de déguster trois mousseux et un champagne!

Mercredi 23 avril – 19 h à 21 h 30

Centre municipal

55 \$ (non remboursable)

BADMINTON LIBRE 16 ANS ET +

Lundi – 18 h 30 à 21 h 30 (7 avril au 23 juin : relâche 21 avril, 19 mai et 16 juin)

Mardi – 18 h 30 à 21 h 30 (8 avril au 10 juin)

Mercredi – 18 h 30 à 21 h 30
(9 avril au 11 juin)

Jeudi – 18 h 30 à 21 h 30 (10 avril au 12 juin)

École Félix-Leclerc

266 \$ (lundi), 294 \$ (mardi, mercredi ou jeudi) ou 367 \$ pour 2 h consécutives

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

32 \$/terrain (à partir du lundi 7 avril, 18 h)

APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS

Instructeur : *Francoflex*

Cours de français, accessible à tous les niveaux, offre une approche interactive et immersive pour apprendre et pratiquer la langue. En complément des cours, les participants auront accès à la plateforme Francoflex, un outil d'intelligence artificielle conçu pour les aider à progresser à leur rythme entre les cours. Cette combinaison unique d'enseignement en présentiel et de technologie interactive permet un apprentissage efficace et personnalisé.

Mardi – 18 h 30 à 19 h 30 (8 avril au 10 juin)
Lac des fées

275 \$

DÉCOUVERTES GOURMANDES : INITIATION À L'HERBORISTERIE

16 ANS ET +

Instructeur : *Les Effeulleuses*

Apprenez les notions de cueillette de plantes médicinales, les modes d'extraction de leurs propriétés, et comment créer vos propres remèdes à base de plantes.

Que vous soyez débutant ou amateur de plantes, cet atelier vous fournira les connaissances nécessaires pour enrichir votre pratique et débiter une pharmacie naturelle à la maison. Une portion pratique est intégrée : la création d'un sirop ou d'un baume.

Samedi 31 mai – 9 h 30 à 12 h 30

Centre municipal

35 \$ (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!

24 avril – 18 h 30 à 21 h 30 : Un canard à la plage

22 mai – 18 h 30 à 21 h 30 : Mon ficus
Chalet du Lac des fées

36 \$ par atelier (non remboursable)

Matériel inclus

INITIATION À LA LINOGRAPHIE

16 ANS ET +

Instructrice : *Stéphanie Fiola*

À partir d'un bloc de linoléum souple vous réaliserez une étampe, que vous pourrez réutiliser à multiple reprise. Amoureuse de nature, l'instructrice vous propose la réalisation d'un motif végétal. L'atelier est ouvert à tous avec ou sans compétence artistique

Jeudi 5 juin – 18 h 30 à 21 h 30

Chalet du Lac des fées

36 \$ (non remboursable)

Matériel inclus

BIBLIOTHÈQUE

SALON DU LIVRE
ROUSSILLONRS

Venez bouquiner, discuter et échanger avec vos autrices et auteurs préférés lors de cet événement!

Découvrez la programmation au sdlr.ca.

3 au 6 avril
Centre municipal

CLUB DE LECTURE

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

Mercredi – 18 h 30 à 20 h 15
16 avril : Biographie
21 mai : Alessandro Baricco
18 juin : Lauréat d'un prix 2024

INITIATION AU IPAD – EXPERT

50 ANS ET +

Instructeur : Centre d'éducation des adultes Champlain

Cette formation vous permettra d'apprendre à gérer vos photos, à utiliser le traitement de texte, à administrer Safari et votre iCloud. Un tour d'horizon des principaux réglages sera fait pour vous permettre de configurer les moindres aspects de votre tablette iPad.

Mardi – 9 h 30 à 12 h et 13 h à 15 h 30
(8 avril au 6 mai)
Cours 1 et 2 sont préalables
Gratuit

APPEL AUX BÉNÉVOLES DE 50 ANS ET PLUS

Vous aimez lire et souhaitez partager votre passion avec de jeunes élèves du primaire? Si vous êtes disponible les mardis, joignez le programme « Lire et faire lire »!

Pour participer, envoyez un courriel avec vos coordonnées à biblio@saint-constant.ca. Votre implication peut faire toute la différence!



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

ORGANISMES

ARCHÉOMUSÉE

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

8 à 12 ans

7 au 11 juillet et 14 au 18 juillet – 9 h à 16 h

215 \$/semaine

Infos : archeomusee.ca

ASSOCIATION D'ARTS VISUELS DU GRAND CHÂTEAUGUAY

Atelier d'art : Transparence à l'huile
avec Ljubomir Ivankovic

27 avril – 9 h à 16 h

Atelier d'art : Paysages avec motifs
avec Line Desrochers

25 mai – 10 h à 16 h

115 \$/atelier, matériel requis en ligne

**[Manoir d'Youville \(498, boul.
d'Youville, Châteauguay\)](#)**

Infos : association.avgc@gmail.com

ASSOCIATION DE HOCKEY FÉMININ DU RICHELIEU

Portes ouvertes et hockey d'été

Consultez notre page Facebook et notre site Web afin de connaître les dates, heures et détails de nos prochaines portes ouvertes et inscriptions au hockey d'été.

Infos : hockeyfemininrichelieu.ca

ASSOCIATION DE HOCKEY MINEUR DE SAINT-CONSTANT

Inscription pour la saison 2025-2026

Du 15 juin au 30 juillet

Inscription : ahmsc.qc.ca

CJE ROUSSILLON

La Grande journée des petits entrepreneurs

Encouragez les jeunes en visitant leurs kiosques lors du Marché des petits entrepreneurs.

5 à 17 ans

7 juin

[Pavillon des aînés Claude-Hébert \(85, montée Saint-Régis\)](#)

Inscription : petitsentrepreneurs.ca

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE SAINT-CONSTANT

Club de pétanque : Lundi et jeudi – 18 h 45 à 20 h 30

Club de washers : Mercredi – 18 h 45 à 20 h 30

Carte de membre estivale : 10 \$

Soirée d'inscription : 15 avril

[Pavillon des aînés Claude-Hébert \(85, montée Saint-Régis\)](#)

Infos : 450 638-2010, poste 7260

CLUB DE VÉLO DE ROUTE LAPRAICYCLE DESJARDINS

Club de vélo de route de développement et compétitif par des jeunes de 7 à 16 ans, encadré par des entraîneurs formés par la Fédération des Sports Cyclistes du Québec.

**2-3 entraînements par semaine –
Lundi, mercredi et jeudi – 18 h 30 à 20 h**

7 et 8 ans : 195 \$ | 9 à 16 ans : 295 \$

Infos : lapraicycle.com

CORPS CADET 2938 DU ROUSSILLON

Avis de recherche

Appel aux anciennes et anciens cadet(te)s, nous sommes à la recherche de photos et d'articles présentant les 50 ans de l'organisation.

Envoyez-nous vos trouvailles par courriel : 2938armee@cadets.qc.ca. Ces souvenirs serviront lors de la célébration du 50^e anniversaire le 31 mai.

Envoi des photos : cc2938.ca



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 paiements, 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

Veillez 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 (PATINOIRE RÉFRIGÉRÉE) :

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 :

291-295, rue Sainte-Catherine

ÉCOLE FÉLIX-LECLERC :

161, boulevard Monchamp

ÉCOLE LE TOURNANT

65, montée Saint-Régis

ÉCOLE PICHÉ-DUFROST :

26, rue Sainte-Catherine

ÉCOLE VINET-SOULIGNY :

13, montée Saint-Régis

PAVILLON DE LA BIODIVERSITÉ :

66, rue du Maçon

PÔLE CULTUREL ET SPORTIF :

160, boulevard Monchamp

HORAIRE

BIBLIOTHÈQUE

162, boul. 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

CENTRE MUNICIPAL (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

COMPLEXE AQUATIQUE

63, rue Lériger
450 638-2299

Horaire

Lundi, mercredi et vendredi : 6 h 30 à 22 h

Mardi et jeudi : 7 h à 22 h

Samedi : 7 h à 18 h 30

Dimanche : 7 h à 18 h

PAVILLON JEUNESSE (SPA²)

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 : 18 h à 21 h



**SUIVEZ-NOUS SUR
LES RÉSEAUX SOCIAUX**



saint-constant.ca

