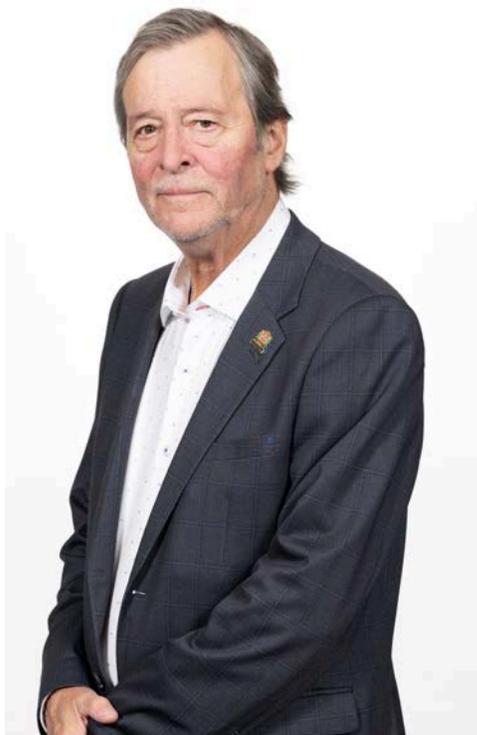


PROGRAMMATION DES LOISIRS

PRINTEMPS-ÉTÉ 2025



Ville de
Sainte-Catherine
de-la-Jacques-Cartier



Bonjour,

Je suis heureux de vous présenter la programmation des activités de loisirs pour le printemps et l'été 2025.

Le Service sports, loisirs, culture et vie communautaire a travaillé encore très fort afin de vous offrir une programmation diversifiée comprenant des activités pour tous les groupes d'âge. L'offre de cours est très variée et permet à tous d'explorer différents champs d'intérêt.

Au programme pour les **enfants** : musique, danse, karaté, gymnastique. Pour les **adultes**, une panoplie de cours est offerte pour tous les goûts! C'est l'occasion de vous divertir et de conserver votre forme physique.

Nous vous invitons à venir profiter des activités du parc du Grand-Héron tout l'été. Une multitude d'événements pour tous les âges sont également organisés afin de vous divertir. Consultez notre site Web pour connaître les détails.

J'espère que cette programmation répondra à vos attentes. N'hésitez surtout pas à communiquer avec le Service sports, loisirs culture et vie communautaire pour tout commentaire, question ou suggestion.

Je vous souhaite une belle saison 2025.

A blue ink handwritten signature, appearing to be 'Pierre Dolbec', written in a cursive style.

Pierre Dolbec
Maire

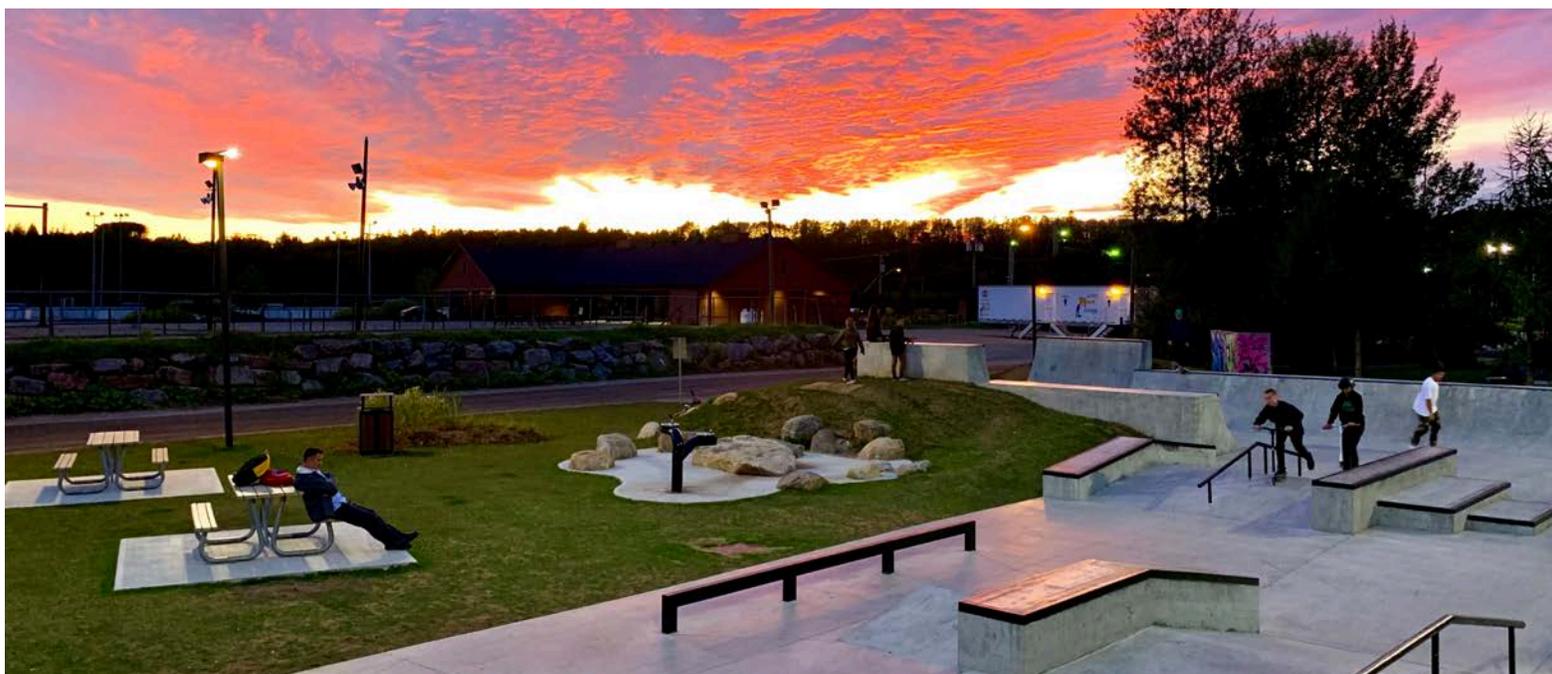
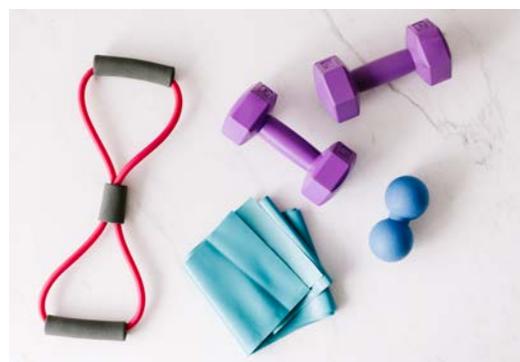


Photo : Alexandre Boillat

TABLE DES MATIÈRES

Index des activités	3
Renseignements généraux	4
Cours offerts	7
Bibliothèque Anne-Hébert	16
Soccer	18
Activités et événements à venir	20
Organismes	21

Activité	Clientèle	Page
Cours de batterie	Pour tous	7
Danse créative	3 à 5 ans	8
Défole-danse	16 ans et plus	8
L'équipe Oxygène		9
Abdos-fesses-cuisses	18 ans et plus	9
Cardio maman-poussette	18 ans et plus	10
Entraînement Gold	50 ans et plus	9
Entraînement plein air	18 ans et plus	10
Full body	18 ans et plus	10
Piloxing	18 ans et plus	10
Stretching/souplesse et renforcement	18 ans et plus	9
Gymnastique	3 ans et plus	11
Karaté	4 ans et plus	12
Pickleball	16 ans et plus	13
Tennis enfants	5 à 12 ans	13
Théâtre	8 à 12 ans	14
Yoga	18 ans et plus	14
Zumba	16 ans et plus	15



INSCRIPTION EN LIGNE

Les inscriptions aux activités se font sur la plateforme citoyenne *Voilà!* sous l'onglet « Loisirs ».

Si vous avez déjà un dossier, votre nom d'utilisateur correspond au courriel du membre principal de la famille.

Si vous n'avez pas de dossier, vous devez le créer.

Pour consulter votre dossier ou pour le créer, rendez-vous à l'adresse suivante :
<https://mon.accesscite.net/22005/fr-ca>

Votre compte sera en approbation et sera activé par l'administration dans un délai de 24 à 48 heures ouvrables. Il est donc préférable d'avoir vos accès à la plateforme ***Voilà!*** avant la période d'inscription afin d'éviter les contraintes liées au délai d'activation.



Saviez-vous qu'en créant votre dossier loisirs sur la plateforme *Voilà!*, vous pourrez également être informé des activités ou événements à venir?

DÉPANNAGE

Vous éprouvez des difficultés pour créer votre compte d'utilisateur?

Vous ne pouvez pas payer en ligne?

Vous ne possédez pas le matériel informatique nécessaire pour effectuer votre inscription?

Vous avez tout simplement besoin d'information?

Nous sommes là pour vous aider!

Contactez-nous au 418 875-2758, poste 338.



L'ÉQUIPE DU SERVICE SPORTS, LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE



Photo : Jonathan Roy, photographe

Éric Gingras, directeur

Simon Lafrance, coordonnateur loisirs et vie communautaire

Geneviève Lalande, coordonnatrice loisirs et vie communautaire

Guylaine Veilleux, coordonnatrice loisirs et vie communautaire

Manon Lévesque, agente aux loisirs et aux événements

Christine Delisle, adjointe administrative

Marlène Lachance, adjointe administrative et réceptionniste

Mireille Bourassa, responsable bibliothèque

Geneviève Roger, responsable adjointe bibliothèque

PÉRIODE D'INSCRIPTION

La période d'inscription débute le lundi 24 mars et se termine le dimanche 13 avril.

INSCRIPTION TARDIVE

Après le dimanche 13 avril, des frais supplémentaires par activité seront ajoutés. Les frais sont de 10 \$ par enfant et de 15 \$ par adulte.

Les inscriptions reçues après le début des cours seront acceptées seulement si des places sont encore disponibles. Aucun crédit ne sera consenti pour la portion de cours écoulée.

TARIFICATION NON-RÉSIDENT

Les non-résidents de la Ville de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier doivent déboursier un montant supplémentaire correspondant à 50 % du tarif indiqué (à l'exception des activités couvertes par les ententes intermunicipales) pour l'activité à laquelle ces derniers désirent s'inscrire.

L'entente entre la Ville de Fossambault-sur-le-Lac et la Ville de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier a pour objectif de permettre aux résidents des deux municipalités de s'inscrire à des activités sportives, culturelles et de loisirs offertes sur le territoire des deux villes aux tarifs « résidents ».

Aux fins de cette entente, les activités visées sont celles dites « régulières » se déroulant sur un minimum de cinq séances et n'étant pas disponibles dans la ville de résidence du participant.

Sont exclus de cette entente tous les coûts d'abonnement pour des activités libres en pratique individuelle, les activités ayant une durée d'une seule journée ou se déroulant sur une session de quatre cours ou moins.

NOTION DE RÉSIDENCE (DÉFINITION)

Adresse où loge le participant de façon permanente au moment de l'inscription ou nouvelle adresse en vue d'un déménagement prévu au moment de la réalisation de l'activité (avec preuve à l'appui). L'adresse d'un terrain vacant, d'un chalet ou d'un commerce n'est pas considérée dans la notion de résidence.



Photo : Jonathan Roy, photographe

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Des frais d'administration de 10 %, pour un maximum de 50 \$, s'appliquent sur toute demande de remboursement de la part des participants. Tous les remboursements sont effectués par l'émission d'un chèque. Les remboursements seront émis selon les modalités suivantes :

Avant le début de l'activité

Remboursement complet si la demande est acheminée et reçue avant le début du premier cours.

Après le début de l'activité

Remboursement proportionnel au nombre de cours restants, moins les frais d'administration.

Remboursement pour absence

Aucun remboursement sauf pour raison majeure : maladie ou incapacité physique avec billet du médecin obligatoire.



Activité annulée par le Service sports, loisirs, culture et vie communautaire

Remboursement intégral sans frais.

Toutes les demandes de remboursement doivent se faire par écrit, par la poste ou par courriel :

Service sports, loisirs, culture et vie communautaire
Ville de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier
2, rue Laurier
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier (Québec) G3N 1W1

loisirs@villescjc.com

MOTIFS D'EXPULSION

Les activités de loisirs ont pour objectif d'offrir des expériences agréables et stimulantes en toute sécurité. Les animateurs ont pour tâche d'animer et d'assurer la participation à ces activités.

L'éducation et le savoir-vivre étant la responsabilité de chaque individu, le Service sports, loisirs, culture et vie communautaire se réserve le droit d'expulser, sans remboursement, toute personne dont le comportement serait considéré comme irrespectueux ou dangereux pour lui-même, les autres participants, les responsables ou les animateurs.



COURS DE BATTERIE

Cours privé de batterie offert pour débutants, intermédiaires ou avancés. Huit cours de 45 minutes sont offerts.

Il est essentiel de posséder une batterie pour se pratiquer à la maison à la suite des cours.



Horaire à déterminer avec l'enseignant - Maison des Aînés

Activité	Jour	Durée	Tarif
Cours de batterie	À déterminer	8 cours de 45 minutes	280 \$

Information : **STEPHANE LACERTE** stephanelacerte@hotmail.com



DANSE CRÉATIVE

Cette forme de danse permet de développer les capacités corporelles des élèves. Ils sont amenés à explorer l'espace, le rythme, la musicalité et l'expression par le biais de l'imaginaire. Les élèves s'initient aux techniques de la danse tout en développant leur coordination, leur créativité et leur conscience corporelle.



Tenue adaptée et bouteille d'eau.

1^{er} mai au 19 juin - Centre socioculturel Anne-Hébert

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Danse créative	3 à 5 ans	Judi	18 h à 18 h 50	96 \$

Information : PRODUCTIONS DANSE INTENSE info@productionsdanseintense.com

DÉFOULE DANSE

Voici un cours unique et avant-gardiste. Pourquoi ne pas apprendre des chorégraphies et faire du sport en écoutant vos chansons favorites qu'il vous arrive de chanter à tue-tête dans votre voiture? Danser sur du Lost Frequencies, Florida Georgia Line, Pink, Maroon 5, Katy Perry, Imagine Dragons, etc.? Alliez plaisir, exercice, défoulement et même rencontres. Pratiquez un loisir qui exercera votre mémoire et qui fera l'envie de vos amis lors de vos prochaines sorties.

Le but premier est d'offrir des cours de qualité, sécuritaires et accessibles à tous types de danseurs. Ce qui importe c'est la passion que vous y mettez et le plaisir que cela vous apporte. Qui sait, cette activité vous apportera peut-être de beaux moments de retrouvailles.

Au plaisir de se défouler ensemble!

Tenue adaptée et bouteille d'eau.

1^{er} mai au 19 juin - Centre socioculturel Anne-Hébert

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Défoule danse	16 ans et plus	Judi	19 h 15 à 20 h 15	88 \$

Information : SISSI RACINE lemperr@hotmail.com



ENTRAINEMENT GOLD

Exercices adaptés et sécuritaires pour tous les niveaux. Maximiser les bienfaits de votre entraînement en combinant le stretching la même journée.

Lundi : 14 avril au 2 juin (congé le 21 avril et le 19 mai) - Centre socioculturel Anne-Hébert

Mercredi : 16 avril au 28 mai - Centre socioculturel Anne-Hébert

Entraînement Gold	50 ans et plus	Lundi	9 h 30 à 10 h 30	109 \$
	50 ans et plus	Mercredi	9 h à 10 h	109 \$

18 juin au 9 juillet - Centre socioculturel Anne-Hébert

Entraînement Gold	50 ans et plus	Mercredi	9 h à 10 h	63 \$
--------------------------	----------------	----------	------------	-------

STRETCHING/SOUPLESSE ET RENFORCEMENT

Un enchaînement d'étirements simples et doux basé sur la respiration, la mobilité, l'équilibre et la posture.

Lundi : 14 avril au 2 juin (congé le 21 avril et le 19 mai) - Centre socioculturel Anne-Hébert

Mercredi : 16 avril au 28 mai - Centre socioculturel Anne-Hébert

Stretching/souplesse et renforcement	18 ans et plus	Lundi	10 h 45 à 11 h 45	109 \$
	18 ans et plus	Mercredi	10 h 15 à 11 h 15	109 \$

18 juin au 9 juillet - Centre socioculturel Anne-Hébert

Stretching/souplesse et renforcement	18 ans et plus	Mercredi	10 h 15 à 11 h 15	63 \$
---	----------------	----------	-------------------	-------

ABDOS-FESSES-CUISSSES EXPRESS

30 minutes d'exercices précis et contrôlés pour une efficacité optimale sans cardio.

16 avril au 28 mai - Cours virtuel ZOOM (en direct ou en différé)

Abdos-fesses-cuisses express	18 ans et plus	Mercredi	18 h 45 à 19 h 15	55 \$
-------------------------------------	----------------	----------	-------------------	-------



Inscriptions et informations : equipeoxygene.com

Obtenez un rabais à l'inscription d'un deuxième cours de la programmation.

En cas d'absence, reprenez votre cours sur tous nos horaires.

FULL BODY

Un cours de bonne intensité avec intervalles pour améliorer l'endurance, la force et la performance cardio-vasculaire.

17 avril au 29 mai - École des Explorateurs				
Full body	18 ans et plus	Jeudi	19 h 15 à 20 h 15	109 \$
19 juin au 17 juillet (congé le 3 juillet) - Centre socioculturel Anne-Hébert				
Full body	18 ans et plus	Jeudi	19 h 15 à 20 h 15	63 \$

ENTRAINEMENT PLEIN AIR

Un cours génial qui se déroule sur un immense terrain de jeux et qui est accessible à tous.

15 avril au 27 mai - Parc du Grand-Héron				
Entrainement plein air	18 ans et plus	Mardi	18 h 30 à 19 h 30	109 \$
Mercredi : 18 juin au 9 juillet - Parc du Grand-Héron				
Entrainement plein air	18 ans et plus	Mercredi	18 h 30 à 19 h 30	63 \$
Mardi : 5 août au 26 août - Parc du Grand-Héron				
Entrainement plein air	18 ans et plus	Mardi	18 h 30 à 19 h 30	63 \$

PILOXING

Programme unique qui fusionne la force et le cardio de la boxe avec la résistance et l'équilibre de la méthode *Pilates*.

14 avril au 26 mai - École des Explorateurs				
Piloxing	18 ans et plus	Lundi	19 h 15 à 20 h 15	109 \$

CARDIO MAMAN-POUSSETTE

Une remise en forme en plein air avec un entraînement cardio modéré et du renforcement musculaire.

17 avril au 29 mai - Parc du Grand-Héron				
Cardio maman-poussette	18 ans et plus	Jeudi	9 h 30 à 10 h 30	109 \$
Mercredi : 19 juin au 10 juillet - Parc du Grand-Héron				
Cardio maman-poussette	18 ans et plus	Jeudi	9 h à 10 h	63 \$
Mardi : 5 août au 26 août - Parc du Grand-Héron				
Cardio maman-poussette	18 ans et plus	Mardi	9 h à 10 h	63 \$

MINI-GYMNASTIQUE

Première étape d'initiation aux principes de la gymnastique au sol. Ce cours permettra aux participants de faire l'acquisition de souplesse, d'équilibre et de conscience corporelle. Ils apprendront des acrobaties au sol ainsi qu'une base de sauts et de mouvements de coordination. Ce cours est conçu pour que chaque enfant progresse à son rythme.



GYMNASTIQUE

Ce cours permettra aux participants de faire l'acquisition de souplesse, d'équilibre et de conscience corporelle. Ils apprendront des acrobaties au sol ainsi qu'une base de sauts et de mouvements de coordination. Ce cours est conçu pour que chaque enfant progresse à son rythme. Bien que celui-ci ne soit pas un préalable, il s'agit de la suite du cours de mini-gymnastique.



**Tenue adaptée et bouteille d'eau.
Aucun bijou. Cheveux attachés.**

26 avril au 14 juin - École des Explorateurs

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Mini-gymnastique	3-4 ans	Samedi	8 h 30 à 9 h 15	112 \$
Gymnastique	5-6 ans	Samedi	9 h 25 à 10 h 10	112 \$

Information : PRODUCTIONS DANSE INTENSE info@productionsdanseintense.com



KARATÉ

Le karaté a un effet bénéfique considérable sur la forme physique et sur la confiance en soi. Savoir se défendre et savoir réagir dans une situation difficile sont certainement des atouts essentiels dans notre société. Les Studios Unis forment des athlètes de haut niveau, mais surtout de bonnes personnes. Pour toute information, veuillez contacter monsieur Jacques Delisle au 418 271-3353.



INITIATION

Le volet initiation au karaté est conçu pour les jeunes ou moins jeunes qui désirent connaître ce sport de discipline. Les séances sont ouvertes uniquement aux débutants et aux personnes qui possèdent une ceinture de couleur blanche.

Kimono non inclus. Vous pouvez vous en procurer un auprès du professeur au coût de 60 \$, taxes incluses, lors du premier cours.

Prévoir un montant de 55 \$ ou plus (selon la couleur) pour les frais d'examen de nouvelle ceinture.

S'il y a lieu, l'examen se tiendra à l'extérieur des huit semaines de cours prévus. Cet examen n'est pas obligatoire.

1^{er} mai au 19 juin - École Jacques-Cartier

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Initiation au karaté	5 ans et plus	Jeudi	18 h 15 à 19 h 15	84 \$

CEINTURE JAUNE ET PLUS

Ce volet s'adresse aux participants qui ont déjà fait du karaté et qui possèdent **une ceinture de couleur jaune ou plus**.



29 avril au 17 juin - École Jacques-Cartier

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Ceinture jaune et plus	Tous	Mardi	18 h 15 à 19 h 15	84 \$

FAMILIAL

Ce cours est conçu pour vous faire vivre une activité parents-enfants. Il est ouvert à tous les niveaux, d'initié à avancé. L'objectif est d'apprendre en compagnie de sa famille.

29 avril au 17 juin - École Jacques-Cartier

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Karaté familial	Tous	Mardi	19 h 15 à 20 h 15	84 \$ (adulte) 42 \$ (enfant)

PICKLEBALL

Pratique libre de sport de raquette. Vous avez accès à trois terrains pour jouer en simple ou en double selon le nombre d'inscriptions. Nombre de participants limité.



Matériel fourni sur place au besoin.

Lundi : 28 avril au 16 juin - École Jacques-Cartier

Jeudi : 1^{er} mai au 19 juin - École Jacques-Cartier

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Pickelball	16 ans et plus	Lundi	19 h 45 à 21 h 15	72 \$
Pickelball	16 ans et plus	Jeudi	19 h 45 à 21 h 15	72 \$

Information : SIMON LAFRANCE simon.lafrance@villescjc.com

ATELIER D'INITIATION AU PICKLEBALL

Vous apprendrez les bases du pickleball (petits coups, volée, coups de fond de terrain) ainsi que les règlements en simple et en double.

26 avril - École Jacques-Cartier

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Initiation au pickleball	14 ans et plus	Samedi	15 h à 17 h	35 \$

TENNIS ENFANTS

Votre enfant apprendra les bases du tennis : service, échange, déplacement, revers, etc. Les cours seront dispensés par un entraîneur qualifié. Des raquettes seront prêtées au besoin.



Si vous n'avez pas de raquette, nous vous recommandons d'attendre après le premier cours afin d'avoir des conseils personnalisés sur l'achat.

7 juin au 12 juillet (congé le 28 juin) - Parc du Grand-Héron, terrains de tennis

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Tennis enfants	5-6 ans	Samedi	8 h à 9 h	75 \$
Tennis enfants	7-8 ans	Samedi	9 h à 10 h	75 \$
Tennis enfants	9-10 ans	Samedi	10 h à 11 h	75 \$
Tennis enfants	11-12 ans	Samedi	11 h à 12 h	75 \$

Information : SIMON LAFRANCE simon.lafrance@villescjc.com

THÉÂTRE

L'approche de la technique théâtrale apporte une aide importante au niveau de l'expression orale, du développement des facultés artistiques, de la mémorisation, du contact avec l'écrit, de la connaissance de son corps, de la socialisation et de l'organisation spatiale et temporelle. L'enfant en ressort grandit et peut utiliser ces acquis dans la vie de tous les jours.



29 avril au 17 juin - Centre socioculturel Anne-Hébert

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Théâtre	8 à 12 ans	Mardi	18 h à 19 h	96 \$

Information : PRODUCTIONS DANSE INTENSE info@productionsdanseintense.com

YOGA DOUX

Le Yoga doux est un yoga qui respecte le rythme et le niveau de chacun. Ce cours permet d'approprier les postures de base et les techniques de respiration (*pranayama*). Ce yoga permet de se mettre en forme doucement et efficacement. C'est une pratique qui favorise le renforcement musculaire, l'amélioration de la flexibilité, de la mobilité et de l'équilibre. C'est un yoga qui permet de se détendre, de s'offrir une pause et de prendre soin de soi!

Tenue adaptée, bouteille d'eau.

30 avril au 18 juin - Centre socioculturel Anne-Hébert

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Yoga doux	16 ans et plus	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	120 \$

Information : STÉPHANIE TRÉPANIER trepsteff@hotmail.com

YOGA FLOW

Le Yoga Flow est un yoga tout en mouvement. C'est une pratique fluide, créative et active, qui permet de développer la force, l'endurance et la souplesse. Elle tonifie et sculpte le corps tout en s'adaptant aux capacités de chacun. C'est un yoga qui active l'énergie, le *prana*, et qui permet d'apaiser le mental.



Tenue adaptée, bouteille d'eau.

30 avril au 18 juin - Centre socioculturel Anne-Hébert

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Yoga Flow	16 ans et plus	Mercredi	18 h 15 à 19 h 15	120 \$

Information : STÉPHANIE TRÉPANIER trepsteff@hotmail.com

ZUMBA

La Zumba est une forme d'entraînement qui se fait au rythme de la musique. Cet entraînement adapté aux participants est basé sur les mouvements de la danse latine. C'est le meilleur moyen de brûler des calories tout en s'amusant.



ZUMBA GOLD

La Zumba Gold est une forme d'entraînement adaptée pour les personnes de 50 ans et plus, sans sauts, qui se fait au rythme de la musique. Cet entraînement est basé sur les mouvements de la danse latine. C'est le meilleur moyen de brûler des calories tout en s'amusant.



Tenue adaptée, espadrilles et bouteille d'eau.

28 avril au 16 juin - Centre socioculturel Anne-Hébert

Activité	Clientèle	Jour	Heures	Tarif
Zumba	16 ans et plus	Lundi	19 h 30 à 20 h 30	92 \$
Zumba Gold	50 ans et plus	Lundi	18 h 15 à 19 h 15	92 \$

Information : SISSI RACINE lemperr@hotmail.com



ABONNEMENT

L'abonnement à la bibliothèque est **gratuit** pour les résidents des villes de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, de Fossambault-sur-le-Lac et Lac Saint-Joseph.

Une preuve de résidence* avec adresse est obligatoire pour l'abonnement.

**Consultez la notion de résidence à la page 5.*

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

La bibliothèque est à la recherche de bénévoles. Voici les critères :

- Aimer les livres;
- Aimer rencontrer des gens;
- Être disponible une heure, quatre heures, un jour, trois jours, peu importe! Vos disponibilités sont les nôtres.

Les tâches sont simples : servir les clients, préparer les volumes, faire du classement, etc.

Nous avons besoin de vous!

Contactez madame Mireille Bourassa au 418 875-2758, poste 702.

SERVICES OFFERTS

BIBLIOTHÈQUE VOLANTE

Vous connaissez quelqu'un qui aime lire, mais qui éprouve une incapacité permanente ou temporaire à se déplacer pour emprunter des livres? Nous offrons un service personnalisé et confidentiel qui permet à ces personnes de recevoir des volumes à la maison pour une période d'une durée de trois semaines. Contactez-nous pour en savoir plus.



CASSE-TÊTES

Nous avons des casse-têtes disponibles à la bibliothèque. Vous pouvez en faire sur place ou en louer pour une période de trois semaines.

PRÊT DE TABLETTES

Nous offrons le prêt de tablettes iPad pour consultation ou pour travailler sur place. Informez-vous au comptoir de prêt pour connaître les modalités.

BIBLIOTHÈQUE SCOLAIRE

La bibliothèque Anne-Hébert dessert l'école des Explorateurs comme bibliothèque scolaire. Nous accueillons donc plusieurs groupes scolaires par semaine. Nous demandons la collaboration des usagers de la bibliothèque, car certains groupes viennent sur les mêmes heures d'ouverture que celles offertes aux usagers.

CATALOGUE EN LIGNE

Vous pouvez consulter le catalogue de la bibliothèque en ligne et votre dossier d'abonné pour effectuer une réservation ou un renouvellement. Vous pouvez même faire des suggestions d'achats. Voici le lien vers le catalogue : <http://scjc.c4di.qc.ca:9943>.

VOTRE BIBLIOTHÈQUE S'ANIME

HEURE DU CONTE

Une activité pour les **enfants de 3 à 5 ans** où de belles histoires, des jeux et des animations sont au rendez-vous avec votre amie Lilas!

Tous les troisièmes lundis du mois de 18 h 30 à 19 h 30.



18 mars

15 avril

20 mai

17 juin

INSCRIPTION OBLIGATOIRE : ☎ 418 875-2758, poste 703 ✉ bibliothèque@villescjc.com

CLUB DE LECTURE

Vous êtes intéressé à partager vos lectures? Joignez-vous à notre club de lecture. Les rencontres ont lieu tous les **derniers vendredis du mois de 10 h à 11 h 30.**

Bienvenue à tous !



*Club de lecture
adulte*

EXPOSITION

À chaque deux mois, des artistes exposent leurs œuvres pour notre plus grand plaisir. Vous êtes un artiste et vous voulez exposer à la bibliothèque? Contactez madame Marielle Laflamme, responsable des expositions, par téléphone au 418 875-2758, poste 703. Pour connaître les artistes qui exposent, surveillez le journal *Le Catherinois*.



HEURES D'OUVERTURE 🕒

Mardi et jeudi : 9 h à 12 h et 13 h à 20 h

Mercredi : 9 h à 12 h et 13 h à 16 h 30

Vendredi : 13 h à 16 h 30

Samedi : 9 h 30 à 12 h 30

☎ 418 875-2758, poste 703

✉ bibliothèque@villescjc.com

INSCRIPTION AU SOCCER - CLUB LES RAPIDES

Il est toujours temps de vous inscrire!

Des catégories de joueurs allant de U4 à U14 sont offertes. Des frais supplémentaires par inscription s'appliqueront après le 10 mars.

Pour plus de détails, consultez le site Web de la Ville au www.villescj.com/loisirs-et-culture/activites-loisirs/soccer.



HORAIRE

La saison de soccer estivale débutera dans la semaine du 26 mai et se terminera dans la semaine du 17 août pour les catégories de joueurs U4 à U6. Les joueurs des catégories U9 à U12 débuteront dans la semaine du 24 mai, mais termineront dans la semaine du 24 août. Les joueurs de catégories U13 et plus débuteront dans la semaine du 17 mai et termineront le 23 août.

Une pause de deux semaines, soit du 20 juillet au 2 août, est prévue à l'horaire.

DÉROULEMENT DE LA SAISON U4 À U6

Les jeunes évolueront uniquement à Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier à raison d'une séance par semaine. Chaque séance est composée d'une période d'entraînement et d'un mini-match.

U4 MIXTE	U5 MASCULIN	U6 MASCULIN	U5-U6 FÉMININ
Lundi 18 h 30 à 19 h 30	Mardi 18 h 30 à 19 h 30	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30

DÉROULEMENT DE LA SAISON U7 À U18

La saison est composée d'entraînements et de parties à raison d'un entraînement et d'un match par semaine*. Les pratiques ont lieu à Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier.

*Selon l'horaire des matchs, il est possible que deux matchs aient lieu dans la même semaine, ou qu'aucun match n'ait lieu. Dans le cas où aucun match n'est prévu à l'horaire, la deuxième journée est remplacée par un entraînement.

U7 À U12

U7 ET U8 MASCULIN U9 ET U11 FÉMININ U10 ET U12 MASCULIN	U7 ET U8 FÉMININ U9 ET U11 MASCULIN U10 ET U12 FÉMININ
Les lundis et les mercredis	Les mardis et les jeudis

Certains matchs peuvent être repris, au besoin et au choix des clubs, les vendredis, samedis et dimanches pour les catégories U9 à U12 seulement. De plus, pendant la période scolaire, les matchs se déroulant à plus de 100 km auront uniquement lieu la fin de semaine.

U13 À U18 (LSQM)

U15 D1 ET D2 U18 D1 ET D2	U13 D1 ET D2 U14 D1 ET D2 U16 D1 ET D2
Les lundis et les mercredis	Les mardis et les jeudis

Certains matchs peuvent être repris, au besoin, les vendredis, samedis et dimanches à la suite d'une entente entre les clubs concernés pour les catégories U9 à U18 seulement.





LOCATION DE SALLES ET DE GYMNASES

Saviez-vous qu'il est possible de réserver différents plateaux pour des réunions, réceptions de toutes sortes, fêtes d'enfants et plus encore? Selon l'activité, notre plus grande salle peut contenir jusqu'à 250 personnes.

Nous offrons également la possibilité de louer un gymnase pour la pratique d'activités sportives.

Une réservation de salle comprend : montage, démontage, entretien et surveillance.

Pour en savoir davantage sur les coûts et les modalités, veuillez contacter le Service sports, loisirs, culture et vie communautaire au 418 875-2758, poste 338.





CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS 2025

MARS

- 16 Activité à la bibliothèque
- 23 Fête des Sucres

AVRIL

- 13 Activité à la bibliothèque*
- 23 Activité à la bibliothèque

MAI

- 30 Cinéparc*

JUIN

- 24 Fête nationale du Québec
- 27 28 29 Rodéo
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier

JUILLET

- 6 Fête d'ouverture du Marché public
- 8 Spectacle familial
- 13 Marché public
- 19 Journée découverte sports
- 20 Marché public
- 27 Marché public

AOÛT

- 1 Cinéma de quartier
- 3 Marché public
- 5 Spectacle familial
- 8 Cinéma de quartier
- 10 Marché public
- 10 Jour du Citoyen
- 15 Cinéma de quartier
- 17 Marché public
- 24 Marché public
- 31 Marché public

SEPTEMBRE

- 7 Marché public
- 12 Cinéparc*
- 14 Marché public
- 21 Fête de fermeture du Marché public
- 27 Journée de la Culture
- 28 Journée de la Culture

JOURNÉE DE JEUX DE SOCIÉTÉ À VENIR AU CENTRE SOCIOCULTUREL ANNE-HÉBERT

Les samedis 29 mars, 18 octobre et 13 décembre 2025 de 9 h à minuit



À l'horaire :

- Boutique Infini-jeux sur place - Jeux de société pour tous (*conseils, présentation et vente de jeux*)
- Cantine
- Jeu gonflable pour les enfants avec surveillance *Amusement Jacques-Cartier*
- Salle de cinéma pour les enfants
- Parcours moteur pour les tout petits
- Bazar de jeux usagés à vendre par les participants
- Section pour les amateurs de *Warhammer*
- Prix de présence et plus encore!



ADMISSION

- 10 \$ par personne pour les 18 ans et plus
- 5 \$ par personne pour les 12 à 17 ans
- Gratuit pour les enfants de moins de 11 ans

MERCI À NOS COMMANDITAIRES :

- Uniprix Claude Noël
- Caisse populaire Desjardins de Saint-Raymond-Sainte-Catherine
- Infini-Jeux
- Casse-croûte Marcotte
- Canam Ponts

Pour plus de détails, consultez notre page Facebook *Les événements Pion joues-tu?* ou contactez-nous par courriel à pionjouestu@gmail.com.





GRANDE FÊTE PÊCHE EN VILLE AU PARC DU GRAND-HÉRON

Le samedi 7 juin

L'Association de pêche régionale Catshalac vous invite petits et grands à une grande fête de la pêche au bord de la rivière dans le parc du Grand-Héron de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier le **samedi 7 juin**.

Plus de 1 500 truites seront versées dans la rivière pour l'occasion avec des spécimens jusqu'à 14 pouces.

L'accès à la rampe de mise à l'eau et le stationnement sont gratuits.

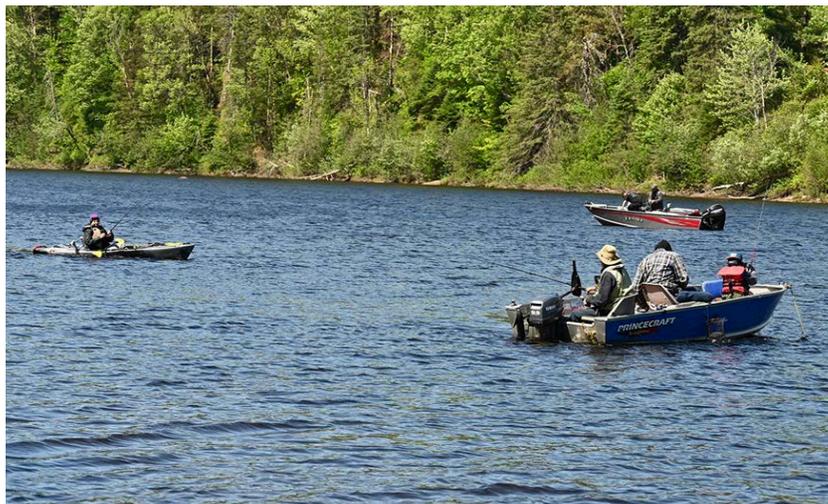
Pour les jeunes, un grillage dans la rivière leur permet de prendre leur première truite de la journée. Ils peuvent ensuite pêcher à gué ou en embarcation avec leurs parents. Une belle occasion de mettre votre bateau, chaloupe ou kayak à l'eau et peut-être prendre la plus grosse truite qui vous vaudra une bourse en argent.

Des prix pour plus de 3 000 \$ seront tirés parmi les jeunes vers 13 h et d'autres pour adultes ainsi que des bourses pour les plus grosses vers 16 h.

Il y aura aussi des jeux gonflables et un diner hotdogs avec breuvage offert à tout le monde sur place.

L'association est heureuse de vous offrir cette belle journée et remercie ses partenaires notamment les villes de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier et de Shannon ainsi que la Fondation de la faune, la Fondation Héritage Faune, la CBJC, des sociétés Etic, Pure Fishing et Pomerleau les Bateaux.

Notez la date sur votre calendrier!



COMITÉ D'ORIENTATION ET DÉPANNAGE DEUX DISTRIBUTIONS MENSUELLES

418 441-8840

MERCREDI

- 2 avril
- 17 mai
- 4 juin

SAMEDI

- 22 mars
- 25 avril
- 24 mai
- 21 juin



NOTRE MISSION

Offrir un service alimentaire et de première nécessité, humain et adapté aux besoins de chaque personne en situation de précarité résidant à Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier et Fossambault-sur-le-Lac.

Soutien aux personnes en difficulté, aide alimentaire, aide d'urgence, soutien pour tous, dépannage de toute sorte, n'hésitez pas à nous contacter!

26, rue Louis-Jolliet, Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier (Québec) G3N 2V4

Téléphone : 418 441-8840

Courriel : info@codscjc.com

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE E LA JACQUES-CARTIER

AGENDA 2025

17 avril à 19 h

Assemblée générale annuelle et conférence de madame Gabrielle Dessureault
« Manger son jardin, de la feuille à la racine » à la salle *Le Torrent* du centre
socioculturel Anne-Hébert



24 mai de 9 h à 15 h

Marché horticole et mois de l'arbre au parc du Grand-Héron
Exposants et distribution d'arbres et compost

Juillet et août

Visite de jardins privés (à déterminer)

Août

Voyage (à déterminer)

Jour du Citoyen (10 août)

Information : shejc@hotmail.com ou 581 309-6262

Devenez membre au coût annuel de seulement 10 \$.

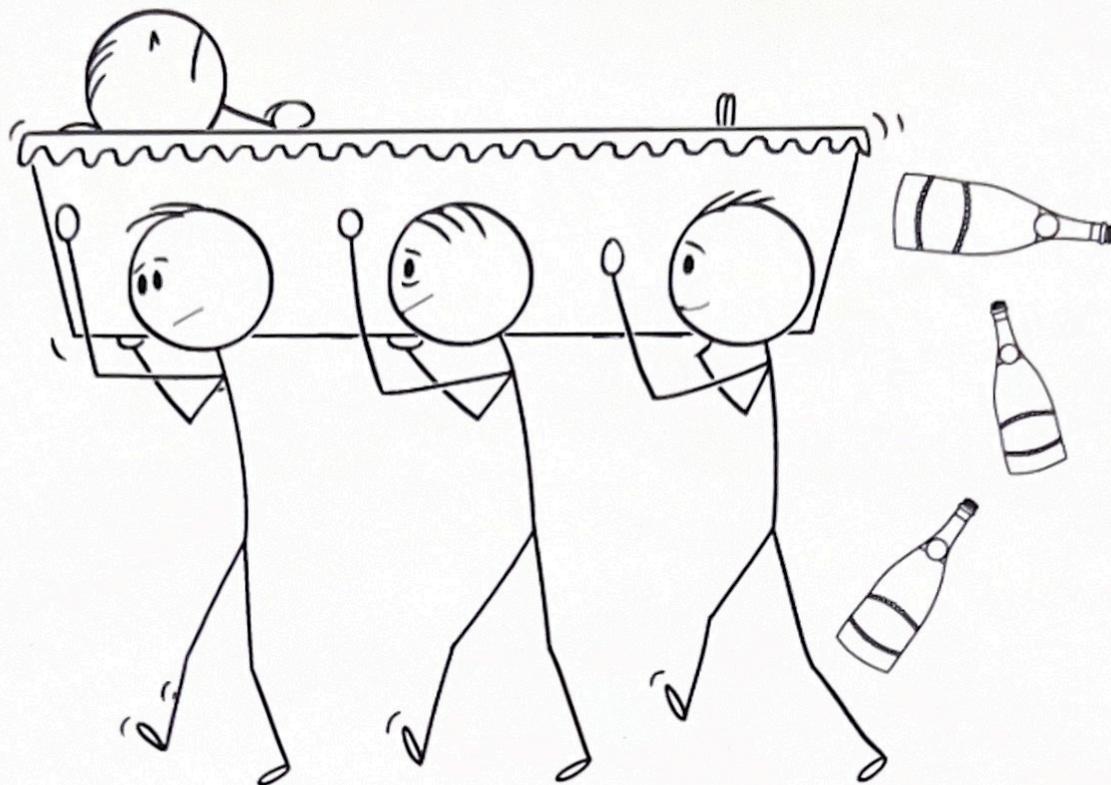
Bienvenue à tous!



Madame Gabrielle Dessureault

SUITE AU SUCCÈS DE

La veille du corps d'Eugène



NOUVELLE DATE

2 MAI 2025
SUPPLÉMENTAIRE 3 MAI 2025 (SI NÉCESSAIRE)

Troupe de théâtre
Les passées dates

20 h Centre Anne-Hébert

Présenté par
les Chevaliers de Colomb
conseil 446

Billets en vente sur lepointdevente.com

Billets

en vente sur

lepointdevente.com



Texte de M. Jacques Gauvin

Mise en scène par
Judith Provencher

