

LOISIRS À LA CARTE

Été 2024



www.saint-lambert.ca

PROCÉDURES D'INSCRIPTION

Carte citoyen

La carte citoyen est obligatoire.
L'abonnement « Loisirs » doit être valide au moment de l'inscription.

Pour obtenir votre carte citoyen :

1. Rendez-vous au saint-lambert.ca/b-citi et connectez-vous au portail citoyen bciti+. Si vous n'avez pas de compte, vous devrez en créer un.
2. Complétez la demande d'adhésion à la carte dans la section « Ma carte ». Si vous avez déjà une carte citoyen plastifiée, il vous suffit de la lier en inscrivant votre numéro de carte à l'endroit indiqué lors de la création de votre compte.
3. Importez une photo ou une numérisation d'une pièce d'identité et d'une preuve de résidence pour compléter le processus. Si vous avez lié votre carte, cette étape n'est pas nécessaire.
4. Ajoutez les abonnements gratuits « Loisirs » et « Bibliothèque » à votre carte. L'abonnement « Loisirs » est requis pour s'inscrire à une activité.

Attention : chaque membre d'une famille doit obtenir sa propre carte.

Renouvellement : l'abonnement « Loisirs » est valide pour une période de 2 ans. Il doit être renouvelé avant la date d'expiration pour vos inscriptions. Le renouvellement s'effectue en ligne sur le portail citoyen bciti+. Bien que le renouvellement soit gratuit, vous devrez fournir votre numéro de carte de crédit afin de compléter le processus.

Inscription

Pour accéder à l'inscription en ligne aux activités, rendez-vous au saint-lambert.ca et cliquez sur le lien *Inscription en ligne* sur la page d'accueil.

Supplément de 50 % pour les non-résidents

1. En ligne

Résidents : à compter du mardi 4 juin, 13 h

Non-résidents : à compter du mardi 11 juin, 9 h

2. Au comptoir, places restantes

Résidents : à compter du jeudi 6 juin, 8 h 30

Non-résidents : à compter du mardi 11 juin, 13 h 30

Dates limites pour s'inscrire : le vendredi précédant le début de la session pour les cours à apprentissage progressif (comme la natation) et le 8 juillet pour les autres cours et activités. Aucune inscription ne sera acceptée après ces dates. À partir du 13 juin, les cours qui n'auront pas suffisamment d'inscriptions seront annulés et les participants seront remboursés.

Multicarte

Cette carte, d'une valeur de 70 \$, permet à son détenteur d'accéder à cinq cours de son choix parmi ceux offerts. Les personnes n'ayant pas la possibilité de suivre un cours à un horaire fixe chaque semaine gagnent ainsi en flexibilité. La carte est valide pour l'année 2024.

Politique de remboursement

Aucun remboursement, sauf en cas d'annulation ou de modification de l'activité par la Direction de la culture et des loisirs, pour une raison médicale (note du médecin à l'appui) ou pour un changement d'horaire de travail (note de l'employeur à l'appui) pour la session en cours (demande écrite obligatoire). S'il y a remboursement, un montant de 20 \$ de frais d'administration sera retenu ainsi que le prorata des cours effectués à la date de la demande. La demande doit être émise avant la fin de la session en cours. Lorsqu'une séance de votre cours est annulée (absence du professeur ou autre raison), dans la mesure du possible, la Ville reportera cette séance à la fin de la session. Si la séance ne peut être reportée et que le montant est inférieur à 40 \$, aucun remboursement ne sera effectué.

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Cours de natation

Cours pour enfants et ados Piscine de la Voie maritime

Cours	Heure
30 minutes - 94 \$	
Préscolaire 1	30 min
3-5 ans	9 h 30
Préscolaire 2	30 min
3-5 ans	9 h 30
Préscolaire 3	30 min
3-5 ans	9 h
Nageur 1	30 min
5+	9 h
Nageur 2	30 min
5+	9 h
45 minutes - 99 \$	
Nageur 3	45 min
5+	10 h 15
Nageur 4	45 min
5+	9 h 30
Nageur 5	45 min
5+	9 h 30
Nageur 6	45 min
5+	9 h 30
60 minutes - 104 \$	
Jeune sauveteur initié	60 min
8+	10 h
Jeune sauveteur averti	60 min
8+	10 h
Jeune sauveteur expert	60 min
8+	10 h
Ados styles de nage	60 min
12-17	9 h

Sessions intensives de 10 jours
(du lundi au vendredi)

Session 1 : 1^{er} au 12 juillet

Session 2 : 15 au 26 juillet

Session 3 : 29 juillet au 9 août

Cours de soir pour tous

Natation - Du 2 juillet au 1 ^{er} août				
Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Nageur 1 (30 min)	Mardi et jeudi	17 h 45	Piscine de la Voie maritime	94 \$
Nageur 2 (30 min)		18 h 15		
Nageur 3 et 4 (45 min)		18 h 45		99 \$
Adulte débutant (60 min)		17 h 30		104 \$
Adulte inter./avancé (60 min)		18 h 30		

Cours pour adultes

Mise en forme aquatique - Du 24 juin au 18 août - 8 semaines				
Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Aquaforme	Lundi, merc. et vend.	10 h à 10 h 55	Piscine Alexandra	1 x sem. 76 \$
Aquajogging		10 h 55		2 x sem. 130 \$ 3 x sem. 175 \$

Cours avancés intensifs** - Du lundi au vendredi

Cours	Dates	Heure	Lieu	Coût
Médaille de bronze <small>Préalable : 13 ans et Jeune sauveteur expert ou Étoile de bronze réussi Matériel inclus</small>	2 au 12 juillet	10 h à 12 h 30	Piscine Alexandra	Gratuit
Croix de bronze <small>Préalable : Médaille de bronze réussi Matériel de la Médaille de bronze obligatoire</small>	15 au 24 juillet	9 h à 12 h 30	Piscine Alexandra	Gratuit
Premiers soins général* <small>Préalable : Aucun Matériel inclus</small>	25 et 28 juillet	8 h 30 à 17 h 30	Piscine de la Voie maritime	Gratuit
Sauveteur national (option piscine) <small>Préalables : 15 ans, Croix de bronze et Premiers soins général réussis Matériel inclus</small>	29 juillet au 9 août Lundi au vendredi	8 h à 12 h 30	Piscine Alexandra	Gratuit

*Gratuit seulement pour les candidats ayant réussi le cours de Croix de bronze.

**La gratuité est possible grâce à une subvention du gouvernement provincial.

Québec 

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Bains libres

PISCINES EXTÉRIEURES									
<p>Présaison Voie maritime : du 12 au 21 juin</p> <p>Saison régulière Voie maritime et Alexandra : du 22 juin au 18 août</p> <p>Prolongation Du 18 août au 2 septembre, la piscine et la pataugeoire de la Voie maritime seront ouvertes en cas de canicule et selon la disponibilité du personnel.</p> <p><i>En cas de mauvaise température, la Ville se réserve le droit de fermer les plans d'eau.</i></p> <p>Coût résidents Gratuit (preuve de résidence exigée)</p> <p>Coût non-résidents Voie maritime : adulte (6 \$) et enfants (4 \$)</p>	<p>Alexandra 265, rue Régent, 450 923-6579</p> <p>Bain libre pour tous</p> <table border="1"> <tr> <td>Lundi au vendredi</td> <td>13 h à 20 h*</td> </tr> <tr> <td>Samedi et dimanche</td> <td>11 h à 20 h*</td> </tr> </table> <p>Voie maritime 430, rue Riverside, 450 923-6604</p> <p>Bains matinaux</p> <table border="1"> <tr> <td>Lundi au vendredi</td> <td>6 h 30 à 7 h 30</td> </tr> </table> <p>Bain libre pour tous</p> <table border="1"> <tr> <td>Tous les jours</td> <td>11 h à 20 h*</td> </tr> </table> <p>Les enfants de moins de huit (8) ans doivent être accompagnés d'une personne responsable de seize (16) ans et plus.</p> <p><i>* Dès le 5 août, les piscines fermeront à 19 h.</i></p>	Lundi au vendredi	13 h à 20 h*	Samedi et dimanche	11 h à 20 h*	Lundi au vendredi	6 h 30 à 7 h 30	Tous les jours	11 h à 20 h*
Lundi au vendredi	13 h à 20 h*								
Samedi et dimanche	11 h à 20 h*								
Lundi au vendredi	6 h 30 à 7 h 30								
Tous les jours	11 h à 20 h*								

PATAUGEOIRES									
<p>Alexandra 22 juin au 18 août</p> <table border="1"> <tr> <td>Lundi au vendredi</td> <td>13 h à 19 h</td> </tr> <tr> <td>Samedi et dimanche</td> <td>11 h à 19 h</td> </tr> </table> <p>Voie maritime 22 juin au 18 août</p> <table border="1"> <tr> <td>Lundi au dimanche</td> <td>11 h à 19 h</td> </tr> </table> <p>Lespérance 22 juin au 18 août</p> <table border="1"> <tr> <td>Lundi au dimanche</td> <td>11 h à 19 h</td> </tr> </table>	Lundi au vendredi	13 h à 19 h	Samedi et dimanche	11 h à 19 h	Lundi au dimanche	11 h à 19 h	Lundi au dimanche	11 h à 19 h	<p>L'accès aux pataugeoires est gratuit.</p> <p>Réservées aux enfants de moins de sept (7) ans. Ils doivent être accompagnés d'une personne responsable de seize (16) ans et plus.</p>
Lundi au vendredi	13 h à 19 h								
Samedi et dimanche	11 h à 19 h								
Lundi au dimanche	11 h à 19 h								
Lundi au dimanche	11 h à 19 h								



ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET SPORTIVES

Pour adultes et adolescents

La description de chacun des cours ainsi que leurs dates précises de début et de fin sont disponibles sur le site d'inscription en ligne en cliquant sur le nom de l'activité.

Conditionnement physique - Semaine du 24 juin à semaine du 12 août - 8 semaines (ANNULÉ SI PLUIE)					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Abdos, fesses et cuisses*	16+	Lundi ¹ ou mercredi	18 h 30 à 19 h 30	Parc Lespérance	61 \$
Basketball enfant*	7-12	Vendredi	18 h 30 à 19 h 30	Parc Houde	59 \$
Entraînement et tonification	16+	Lundi ¹ ou mer. ou vend.	9 h 30 à 10 h 30	Parc Lespérance	61 \$
Pilates, yoga et méditation	16+	Jeudi	11 h 45 à 12 h 45	Parc Lespérance	64 \$
Renforcement musculaire Du 3 juillet au 14 août (7 semaines)	16+	Mercredi	17 h 15 à 18 h 15	Centre de loisirs	87 \$
Retraités en forme sans saut	50+	Lundi ¹ ou mer. ou jeudi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	60 \$
Streching en plein air Du 1 ^{er} juillet au 12 août (7 semaines)	16+	Lundi ou jeudi	10 h 30 à 11 h 30	Parc de la Voie maritime	87 \$
Strech yoga en plein air Du 1 ^{er} juillet au 12 août (7 semaines)	16+	Lundi ou jeudi	9 h 20 à 10 h 20	Parc de la Voie maritime	87 \$
Yoga Vinyasa extase* Du 26 juin au 31 juillet (6 semaines)	16+	Mercredi	18 h à 19 h	Parc Lespérance	87 \$
Zumba Du 4 juillet au 15 août (7 semaines)	16+	Jeudi	18 h à 19 h	Centre de loisirs	87 \$

*En cas de pluie, les activités se dérouleront dans une salle du centre de loisirs.

¹Congé le lundi 24 juin, reprise le lundi 19 août.

Soirées zumba - Les mardis 25 juin, 2,9 et 16 juillet ainsi que 6, 13 et 20 août (ANNULÉ SI PLUIE)					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Zumba Aucune inscription requise	16+	Mardi	19 h à 20 h	Parc du Village	Gratuit

Danse country - Les mercredis 3, 10, 17 et 24 juillet ainsi que 7, 14 et 21 août (ANNULÉ SI PLUIE)					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Danse country Aucune inscription requise	16+	Mercredi	19 h à 20 h	Parc du Village	Gratuit

Carte d'accompagnement loisir (CAL)

Sur présentation de la Carte d'accompagnement loisir (CAL), la personne qui a un handicap paie le montant de son entrée et la gratuité est accordée à son accompagnateur. Le détenteur de la CAL n'est pas nécessairement en fauteuil roulant ou n'a pas forcément besoin d'accessoires qui puissent l'identifier au premier coup d'oeil. Par exemple, il peut s'agir d'une personne qui a une déficience intellectuelle ou qui est malentendante. Pour vous procurer la CAL, rendez-vous au : carteloisir.ca/demander-votre-cal/formulaire-de-demande/.



ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

Pour tous

Amateurs de raquette, profitez de nos installations pour pratiquer votre sport préféré à l'extérieur.

Activités extérieures libres

Terrains de tennis municipaux - Du 15 avril au 15 novembre (si la météo le permet)		
Abonnement	Coût	Carte d'accès et réservations
Saison	150 \$	<p>Le terrain de tennis du parc Saint-Denis est libre d'accès. Pour les parcs Alexandra et Préville, un abonnement est requis. Les abonnements seront en vente à compter du jeudi 28 mars à 9 h via le portail bciti+. Notez que les abonnements sont réservés aux résidents uniquement. Le nombre d'abonnements vendus n'est pas limité.</p> <p>Les nouveaux usagers qui n'auront pas déjà leur carte d'accès pourront l'obtenir en se présentant au centre de loisirs (600, avenue Oak) 48 heures ouvrables après s'être procuré leur abonnement en ligne.</p> <p>Une fois les terrains ouverts, il sera obligatoire de réserver votre place sur le site de réservation en ligne Balle Jaune : ballejaune.com/club/villesaint-lambert</p>
Demi-saison (à compter du 1 ^{er} août)	80 \$	
Remplacement d'une carte	30 \$	

TRAVAUX AU PARC PRÉVILLE
Les terrains de tennis ne seront pas accessibles avant le 15 juin.

Pickleball extérieur - À compter de la mi-avril					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Pickleball extérieur libre	18+	Mardi, jeudi et samedi	9 h à 15 h	Parc Préville	Gratuit
		Lundi et mercredi	14 h à 20 h		
Pickleball extérieur débutant	18+	Vendredi et dimanche	9 h à 15 h	Parc Préville	Gratuit

Aucune inscription requise. Résidents seulement.

Activités extérieures programmées

Cours de tennis - Inscriptions en ligne au www.tennis40-0.com						
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût	
Juniors Du 11 mai au 1 ^{er} juin Aucun équipement requis * Présence d'un parent obligatoire	3-5*	Samedi	9 h 15 à 10 h	Parc Alexandra	57 \$	
	6-8	Samedi	10 h à 11 h			
	9-14	Samedi	11 h à 12 h			
Adultes Du 6 au 27 mai	Intermédiaire	15+	Lundi	19 h à 20 h 30	Parc Alexandra	83 \$
	Débutant	15+	Lundi	20 h 30 à 22 h		
Adultes 8 au 29 juillet	Débutant	15+	Lundi	19 h à 20 h 30	Parc Alexandra	83 \$
	Intermédiaire	15+	Lundi	20 h 30 à 22 h		
Ligue adulte Du 28 mai au 20 août	15+	Mardi	Entre 18 h et 22 h	Parc Alexandra	130 \$	
Ligue junior intercity Du 25 juin au 16 août	9-18	Lundi au jeudi (reprise le vendredi)	Entre 12 h et 16 h	Parc Alexandra	325 \$	

En cas de pluie, les cours seront reportés à la fin de la session. La description des cours est disponible au www.tennis40-0.com.

CENTRE DE LOISIRS

Services 2024

Centre de conditionnement physique
Renseignements
Total Home Training (THT) Specialist 450 465-1426 totalhometraining.com/fr/st-lambert-gym

Réservation*			
Salle/Plateau	Coût**	Salle	Coût*
Salle de conférence	32 \$/h	Cubicule de musique	13 \$/h
Salle multifonctionnelle	47 \$/ h	Gymnase	56 \$/h
Salle multisports	36 \$ ou 47 \$/h	Terrain de badminton / pickleball	25 \$/h
Salle multicommunautaire	27 \$/h	** Les taxes sont en sus	
Renseignements : loisirs@saint-lambert.ca ou 450 672-4444			

*Prévoir un délai de 72 heures ouvrables pour toute demande ou annulation

**Supplément de 50 % pour les non-résidents de Saint-Lambert.

PROGRAMME D'AIDE

Accès Saint-Lambert

Pour favoriser la participation de tous les enfants de la communauté à ses activités de loisirs, la Ville de Saint-Lambert offre aux familles à faible revenu le programme Accès Saint-Lambert.

Ce programme couvre l'ensemble des frais d'inscription jusqu'à concurrence de 500 \$ par année par enfant. Il s'applique à toutes les activités récréatives, sportives et culturelles offertes dans sa programmation Loisirs à la carte ainsi qu'à ses camps de jour. Pour connaître les critères d'admissibilité et pour remplir le formulaire : saint-lambert.ca/fr/acces-loisirs.

ORGANISMES RECONNUS DE SAINT-LAMBERT

Consultez le microsite « Nos organismes en action » ou le site Internet de chacun des organismes pour plus d'information au sujet de leurs activités.

Microsite « Nos organismes en action »

Tout sur nos organismes à un seul endroit!

Que vous recherchiez un service, des nouvelles de votre organisme favori ou une activité à découvrir, ce microsite est l'endroit par excellence pour le faire!

Cette plateforme numérique regroupe à un seul et même endroit tous les organismes reconnus par la municipalité et leur offre de services :

- Bottin des organismes
- Actualités
- Événements

Visitez-le dès maintenant au [organismes.saint-lambert.ca!](http://organismes.saint-lambert.ca)

Organisme	Téléphone	Site web
Accorderie de Longueuil		accorderie.ca/longueuil-accueil/
Ass. de baseball de Saint-Lambert		absl.ca
Ass. de hockey mineur de Saint-Lambert		ahmstlambert.com
Ass. de soccer de Saint-Lambert	450 648-1067	assl.ca
Ass. des femmes diplômées des universités - Montérégie		afdumonteregie.org
Ass. des femmes diplômées des universités - Rive-Sud		ssuwc.ca
Centre d'art Préville	450 671-2810	centreprieveille.org
Centre de bénévolat Rive-Sud	450 465-6130	benevolatrivesud.qc.ca
Chorale des enfants de la Rive-Sud		cers-sscc.org
Club de boulingrin de Saint-Lambert	450 923-6612	boulingrinsaintlambertbowls.ca
Club de curling St-Lambert	450 672-6990	stlambertcurling.com
Club de patinage artistique de Saint-Lambert		cpastlambert.ca
Club des Lions de Saint-Lambert		e-clubhouse.org/sites/stlambertqc/index.php
Club de Triathlon Rive-Sud		triathlonrivesud.com
Club de vélo sur route, 7 à 16 ans, Lapraicycle		lapraicycle.com
Club de water-polo de Saint-Lambert		waterpolosaintlambert.com
Conseil des aînés de Saint-Lambert	450 671-1757	ainesstlambertseniors.ca
Conservatoire de musique de la Montérégie		leconservatoire.org
Ensemble Telemann		ensembletelemann.ca
Équipe de natation de Saint-Lambert		bluemachine.ca
Espace Pivot		espacepivot.ca
Fondation des amis de la bibliothèque		info@amisbibliosaintlambert.org
Groupe Scout St. Barnabas Scout Group		stbarnabas.scouts@gmail.com
Karaté Sensei William		williambastien@videotron.ca
La mère à boire	514 418-2288	info@lamereaboire.org
La Mosaïque	450 465-1803	lamosaïque.org
L'Entreclefs		contact@lentrecléfs.net
Les paniers de Laura		lespaniersdelaura.org
Ligue de balle-molle 40+	450 923-2705	christianviaud@hotmail.com
Ma Deuxième Maison à moi	450 671-5344	madeuxiememaison.org
Maison des Arts Rive-Sud	450 671-3258	maisondesartsrivesud.org
Orchestre à vents Péri-Phonique		orchestre-ovp.org
Photo club Arémac		aremac.ca
Réseau écocitoyen de Saint-Lambert		reseauécocitoyen.org
Société canadienne de la sclérose en plaques - Montérégie		scspsmonteregie.com
Société chorale de Saint-Lambert		choralesaintlambert.com
Société d'histoire Mouillepie	450 465-4242	histoire_mouillepie@hotmail.com
Société d'horticulture de Saint-Lambert		hortistlambert.wixsite.com/accueil
Studio Danse C	514 898-2998	studiodansec.ca
Taekwondo Saint-Lambert		taekwondostlambert1@gmail.com