



# LOISIRS À LA CARTE

Été 2025



[www.saint-lambert.ca](http://www.saint-lambert.ca)

# PROCÉDURES D'INSCRIPTION

## Carte citoyen

**La carte citoyen est obligatoire et doit être valide au moment de l'inscription. Vous aurez besoin d'avoir en main votre numéro de carte.**

**Si vous avez déjà une carte citoyen :**

Avec la désactivation de bciti+, vous n'avez plus accès à votre carte citoyen numérique. Si vous n'aviez pas pris en note votre numéro de carte, plusieurs options s'offrent à vous pour le récupérer :

1. Rendez-vous au centre des loisirs ou à la bibliothèque pour vous procurer gratuitement une carte citoyen physique. Si votre dossier est expiré, une preuve de résidence vous sera demandée.
2. Envoyez un courriel à [loisirs@saint-lambert.ca](mailto:loisirs@saint-lambert.ca) avec une copie d'une preuve de résidence. Un membre de l'équipe vous fera parvenir par courriel votre numéro de dossier. Prévoir un délai de 48 heures ouvrables.

**Si vous n'avez pas de carte citoyen :**

1. Rendez-vous au centre des loisirs ou à la bibliothèque avec une preuve de résidence et une pièce d'identité avec photo. Un membre de l'équipe vous ouvrira un dossier qui vous donnera accès aux inscriptions aux activités de loisirs et vous remettra une carte citoyen physique.
2. Remplissez le formulaire en ligne. Un membre de l'équipe vous ouvrira par la suite un dossier qui vous donnera accès aux inscriptions aux activités de loisirs et vous fera parvenir par courriel votre numéro d'abonné.

## Inscription

Pour accéder à l'inscription en ligne aux activités, rendez-vous au [saint-lambert.ca](http://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 3 juin, 13 h**

**Non-résidents :**

**À compter du mercredi 11 juin, 9 h**

### 2. Au comptoir, places restantes

**Résidents :**

**À compter du jeudi 5 juin, 8 h 30**

**Non-résidents :**

**À compter du mercredi 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 7 juillet pour les autres cours et activités. Aucune inscription ne sera acceptée après ces dates. À partir du 12 juin, les cours qui n'auront pas suffisamment d'inscriptions seront annulés et les participants seront remboursés.

### IMPORTANT!

Un participant inscrit à une activité ne peut, en AUCUN CAS, transférer celle-ci à une tierce personne, que ce soit en raison d'une absence ponctuelle ou prolongée.

## 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 2025.

## 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 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

Sessions intensives de 10 jours  
(du lundi au vendredi)

Session 1 : 30 juin au 11 juillet

Session 2 : 14 au 25 juillet

Session 3 : 28 juillet au 8 août

### Cours pour enfants et ados Piscine de la Voie maritime

Cours	Heure
<b>30 minutes - 98 \$</b>	
<b>Précolaire 1</b>	30 min
3-5 ans	9 h 30
<b>Précolaire 2</b>	30 min
3-5 ans	9 h 30
<b>Précolaire 3</b>	30 min
3-5 ans	9 h 30
<b>Nageur 1</b>	30 min
5+	9 h 45
<b>Nageur 2</b>	30 min
5+	9 h 45
<b>45 minutes - 103 \$</b>	
<b>Nageur 3</b>	45 min
5+	10 h
<b>Nageur 4</b>	45 min
5+	10 h
<b>Nageur 5</b>	45 min
5+	10 h 15
<b>Nageur 6</b>	45 min
5+	10 h 15
<b>60 minutes - 108 \$</b>	
<b>Jeune sauveteur initié</b>	60 min
8+	10 h
<b>Jeune sauveteur averti</b>	60 min
8+	10 h
<b>Jeune sauveteur expert</b>	60 min
8+	10 h

### Cours de soir pour tous

Natation - Du 1 <sup>er</sup> au 31 juillet				
Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Nageur 1 (30 min)	Mardi et jeudi	17 h 45	Piscine de la Voie maritime	98 \$
Nageur 2 (30 min)		18 h 15		
Nageur 3 et 4 (45 min)		18 h 45		103 \$
Adulte débutant (60 min)		17 h 30		108 \$
Adulte inter./avancé (60 min)		18 h 30		

### Cours pour adultes

Mise en forme aquatique - Du 23 juin au 15 août - 8 semaines				
Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Aquaforme	Lundi, mardi, mercredi ou vendredi	8 h 30 à 9 h 25	Piscine de la Voie maritime	1 x sem. 78 \$ 2 x sem. 134 \$ 3 x sem. 181 \$ 4 x sem. 215 \$

Cours avancés intensifs** - Du lundi au vendredi				
Cours	Dates	Heure	Lieu	Coût
<b>Médaille de bronze</b> Préalable : 13 ans et Jeune sauveteur expert ou Étoile de bronze réussi Matériel inclus	1 <sup>er</sup> au 11 juillet	9 h à 11 h 30	Piscine de la Voie maritime	Gratuit
	14 au 24 juillet	9 h à 11 h 30		
<b>Croix de bronze</b> Préalable : Médaille de bronze réussi Matériel de la Médaille de bronze obligatoire	28 juillet au 6 août	8 h 30 à 12 h	Piscine de la Voie maritime	Gratuit
<b>Premiers soins général*</b> Préalable : Aucun Matériel inclus	11, 12 et 13 août	8 h 30 à 14 h	Centre de loisirs	Gratuit

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

\*\*La gratuité est possible grâce à une subvention du gouvernement

Québec 



# ACTIVITÉS AQUATIQUES

## Bains libres

### PISCINES EXTÉRIEURES

#### Présaison

Voie maritime : du 31 mai au 20 juin

#### Saison régulière

Voie maritime : du 21 juin au 17 août

Alexandra : Fermée pour la saison 2025 en raison des travaux de réfection

#### Prolongation

À compter du 18 août, la piscine de la Voie maritime sera ouverte en cas de canicule et selon la disponibilité du personnel.

*En cas de mauvaise température, la Ville se réserve le droit de fermer les plans d'eau.*

#### Coût résidents

Gratuit (preuve de résidence exigée)

#### Coût non-résidents

Voie maritime : adulte (7 \$) et enfants (5 \$)

#### Alexandra

265, rue Régent, 450 923-6579

*Fermée pour la saison 2025*

#### Voie maritime

430, rue Riverside, 450 923-6604

#### Bains matinaux

Lundi au vendredi 6 h 30 à 7 h 30

#### Bain libre pour tous

Tous les jours 11 h à 20 h\*

Les enfants de moins de huit (8) ans doivent être accompagnés d'une personne responsable de seize (16) ans et plus.

*\* Dès le 4 août, la piscine fermera à 19 h.*

### PATAUGEOIRES

#### Alexandra

*Fermée pour la saison 2025*

#### Voie maritime

**21 juin au 17 août**

Lundi au dimanche 11 h à 19 h

#### Lespérance

**21 juin au 17 août**

Lundi au dimanche 11 h à 19 h

#### Prolongation

À compter du 18 août, la pataugeoire de la Voie maritime sera ouverte en cas de canicule et selon la disponibilité du personnel.

*En cas de mauvaise température, la Ville se réserve le droit de fermer les plans d'eau.*

L'accès aux pataugeoires est gratuit.

Réservées aux enfants de moins de sept (7) ans. Ils doivent être accompagnés d'une personne responsable de seize (16) ans et plus.



# 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 23 juin à semaine du 11 août - 8 semaines					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu*	Coût
Abdos, fesses et cuisses	16+	Mercredi	18 h 30 à 19 h 30	Parc Lespérance	70 \$
Cardio tonus	16+	Mercredi	10 h à 11 h	Parc de la Voie maritime	90 \$
Entraînement et tonification	16+	Lundi ou mer. ou vend.	10 h à 11 h	Parc Lespérance	70 \$
Entraînement pour parents et bébés	16+	Jeudi	10 h à 11 h	Parc Lespérance	79 \$
Pilates, yoga et méditation	16+	Jeudi	11 h 45 à 12 h 45	Parc Lespérance	74 \$
Retraités en forme sans saut	50+	Lundi	18 h 30 à 19 h 30	Centre de loisirs	70 \$
		Mercredi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	70 \$
		Jeudi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	70 \$
Souplesse et tonus	16+	Mercredi	11 h à 12 h	Parc de la Voie maritime	90 \$
Streching en plein air	16+	Lundi	10 h à 11 h ou 11 h à 12 h	Parc de la Voie maritime	90 \$
Streching <small>Du 8 juillet au 12 août (6 semaines)</small>	16+	Mardi	17 h 15 à 18 h 15	Centre de loisirs	68 \$
Renforcement musculaire <small>Du 8 juillet au 12 août (6 semaines)</small>	16+	Mardi	18 h 30 à 19 h 30	Centre de loisirs	68 \$
Renforcement musculaire	16+	Mercredi	17 h 15 à 18 h 15	Centre de loisirs	90 \$

\*En cas de pluie, les activités se déroulant à l'extérieur sont annulées à l'exception du cours abdos, fesses et cuisses qui est déplacé dans une salle du centre de loisirs.

Soirées zumba - Les mardis du 8 juillet au 19 août					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Zumba* <small>Aucune inscription requise</small>	16+	Mardi	19 h à 20 h	Parc du Village	Gratuit

\*En cas de pluie, l'activité est déplacée au gymnase du centre de loisirs.

Danse country - Les mercredis du 9 juillet au 20 août					
Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Danse country* <small>Aucune inscription requise</small>	16+	Mercredi	19 h à 20 h	Parc du Village	Gratuit

\*En cas de pluie, l'activité est déplacée au gymnase du centre de loisirs.

# PROGRAMMES D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT

## 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](http://saint-lambert.ca/fr/acces-loisirs).

## 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/](http://carteloisir.ca/demander-votre-cal/formulaire-de-demande/).



# ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

## Pour tous

### Activités extérieures programmées

Cours de tennis - Inscriptions en ligne au tennis40-0.com						
Activité		Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Juniors Du 10 au 31 mai Aucun équipement requis * Présence d'un parent obligatoire		3-5*	Samedi	9 h 15 à 10 h	Parc Alexandra	59 \$
		6-8	Samedi	10 h à 11 h		
		9-14	Samedi	11 h à 12 h		
Adultes Du 12 mai au 2 juin	Intermédiaire	15+	Lundi	19 h à 20 h 30	Parc Alexandra	86 \$
	Débutant	15+	Lundi	20 h 30 à 22 h		
Adultes Du 30 juin au 21 juillet	Débutant	15+	Lundi	19 h à 20 h 30	Parc Alexandra	86 \$
	Intermédiaire	15+	Lundi	20 h 30 à 22 h		
Ligue adulte Du 27 mai au 12 août		15+	Mardi	Entre 19 h et 22 h	Parc Alexandra	135 \$
Ligue junior intercity Du 23 juin au 15 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 tennis40-0.com.

# ACTIVITÉS EXTÉRIEURES (SUITE)

## 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	140 \$	Parcs Alexandra et Préville : un abonnement est requis. Les abonnements sont disponibles au centre de loisirs (600, avenue Oak) ou en ligne via le module d'inscription (voir le lien sur la page d'accueil du <a href="http://saint-lambert.ca">saint-lambert.ca</a> ). Une carte citoyen est requise. Notez que les abonnements sont réservés aux résidents uniquement. Le nombre d'abonnements vendus n'est pas limité. Les nouveaux usagers qui n'ont pas déjà leur carte d'accès pourront l'obtenir en se présentant au centre de loisirs 48 heures ouvrables après s'être procuré leur abonnement en ligne. Une fois les terrains ouverts, il sera obligatoire de réserver votre place sur le site de réservation en ligne Balle Jaune : <a href="http://ballejaune.com/club/villesaint-lambert">ballejaune.com/club/villesaint-lambert</a>
Demi-saison (à compter du 1 <sup>er</sup> août)	83 \$	
Remplacement d'une carte	30 \$	

Pickleball extérieur - Du 15 avril au 15 novembre (si la météo le permet)			
Horaire	Jour	Heure	Inscriptions et réservations
Printemps (15 avril au 22 juin)	Lundi	13 h à 17 h et 20 h à 21 h	Parc Préville : un abonnement est requis. Quatre terrains de pickleball extérieurs sont disponibles gratuitement pour les résidents durant des plages horaires définies. Une inscription est requise pour avoir accès à la réservation des différentes plages horaires. <b>L'inscription est gratuite et réservée aux résidents seulement.</b> Les inscriptions se font en ligne via le module d'inscription (voir le lien sur la page d'accueil du <a href="http://saint-lambert.ca">saint-lambert.ca</a> ). Un carte citoyen est requise. Dans un délai de 48 heures, vous recevrez un courriel de confirmation contenant les informations qui vous permettront d'effectuer vos réservations via le site <a href="http://ballejaune.com">ballejaune.com</a> .
	Jeudi	13 h à 21 h	
	Samedi	15 h à 18 h	
	Dimanche	18 h à 21 h	
Été (23 juin au 24 août)	Lundi	13 h à 17 h et 20 h à 21 h	
	Mercredi	20 h à 21 h	
	Jeudi	13 h à 21 h	
	Samedi	15 h à 18 h	
	Dimanche	18 h à 21 h	

**NOUVELLE PROCÉDURE!!!**

# CENTRE DE LOISIRS

## Services 2025

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

Piscine intérieure Émilie-Heymans • Bains libres • Fermeture le 21 juin pour l'été					
Activité	Jour	Heure	Coût résidents		
Bains matinaux (18+) Abonnés seulement	Lundi au vendredi	5 h 30 à 6 h 40		1 entrée	12 mois*
Bains adultes (18+)	Lundi	12 h à 13 h 10	Enfant	3 \$	85 \$
		20 h à 21 h 25	Adulte	5 \$	132 \$
	Mardi	12 h à 13 h 10	Aîné	5 \$	94 \$
		20 h à 21 h 25	Famille	----	159 \$
	Mercredi	12 h à 13 h 25	<b>Coût non-résidents</b>		
		20 h 35 à 21 h 25		1 entrée	12 mois*
	Jeudi	12 h à 13 h 10			
Vendredi	11 h 30 à 13 h 40	Enfant	5 \$	163 \$	
	20 h 30 à 21 h 25	Adulte	7 \$	254 \$	
Bains familiaux (Pour tous) Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés d'un adulte dans l'eau.	Lundi	15 h 15 à 16 h 25	Aîné	7 \$	181 \$
	Mardi	10 h 45 à 12 h	Famille	----	305 \$
		15 h 15 à 16 h 55	* L'accès aux bassins extérieurs est gratuit pendant la période estivale pour les résidents uniquement.		
	Mercredi	19 h 40 à 20 h 35			
	Jeudi	10 h 45 à 12 h			
		15 h 15 à 16 h 55			
	Vendredi	19 h 35 à 20 h 30			
Samedi et dimanche	14 h 30 à 16 h 55				

Renseignements : 450 672-4444

Réservation*			
Salle/Plateau	Coût**	Salle	Coût*
Salle de conférence	33 \$/h	Cubicule de musique	14 \$/h
Salle multifonctionnelle	49 \$/ h	Gymnase	58 \$/h
Salle multisports	37 \$ ou 49 \$/h	Terrain de badminton / pickleball	26 \$/h
Salle multicommunautaire	28 \$/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.

# 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
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
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 Les Tornades		waterpololestornades.com
Club Richelieu		richelieusaintlambert.ca
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	lamosaique.org
La Traversée (Rive-Sud)		latraversee.qc.ca
L'Entreclefs		contact@lentrecléfs.net
Les paniers de Laura		lespaniersdelaura.org
Les Productions Danielle Leduc		daniellebrassardleduc@gmail.com
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
Maison Internationale de la Rive-Sud	450 445-8777	info@mirs.qc.ca
Orchestre à vents Péri-Phonique		orchestre-ovp.org
Photo club Arémac		aremac.ca
Réseau écocitoyen de Saint-Lambert		reseaeuécocitoyen.org
Société chorale de Saint-Lambert		choralesaintlambert.com
Société d'histoire Mouillepie	450 465-4242	histoiresaintlambert.org
Société d'horticulture de Saint-Lambert		hortistlambert.wixsite.com/accueil
Studio Danse C	514 898-2998	studiodansec.ca
Taekwondo Saint-Lambert		taekwondostlambert1@gmail.com