

Programme de LOISIRS



PRINTEMPS-ÉTÉ 2026



EN LIGNE
SEULEMENT



 Boucherville

PRINTEMPS-ÉTÉ 2026



Chères Bouchervilloises,
Chers Bouchervillois,

C'est avec enthousiasme que je vous invite à découvrir le *Programme de loisirs printemps-été 2026*, qui, je le souhaite, saura vous vous permettra de profiter pleinement de la belle saison!

Pour souligner le retour du printemps, ne manquez pas notre incontournable Cabane à sucre le samedi 28 mars, au Marché public Lionel-Daunais; une belle occasion de se sucrer le bec en famille ou entre amis.

Le 30 mai prochain, c'est la Vélo fête de la famille au parc de la Mairie: enfourchez votre vélo et parcourez la ville dans une ambiance festive et familiale. Vous pourrez également profiter de cet événement pour visiter les kiosques des organismes offrant des services à la famille.

Dès la fin mai, surveillez la mise à la poste du Carnet culturel de l'été, qui vous proposera une foule d'activités pour toute la famille.

Le 6 juin, ce sera festif au Marché public Lionel-Daunais à l'occasion de l'ouverture de la saison du marché. Profitez de votre première visite chez vos marchands locaux pour vivre l'énergie et la créativité de la Grande journée des petits entrepreneurs: kiosques d'artisanat, de biscuits, de petites pousses et bien plus. Cette initiative permet aux jeunes d'explorer leur fibre entrepreneuriale en créant une petite entreprise d'un jour, à leur image.

Le 13 juin, dans le cadre du Rendez-vous de la Mairie au parc de la Rivière-aux-Pins, venez assister au concert en plein air *The Dark Side of the Moon*, une soirée qui vous fera revivre les plus grands succès de l'album *The Wall* du mythique groupe Pink Floyd. Par ailleurs, les traditionnels spectacles Des Airs d'été Desjardins seront de retour en juillet et en août sur le parvis de l'église Sainte-Famille, à proximité du fleuve.

Juin sera aussi l'occasion de mettre en lumière la richesse de la littérature autochtone avec l'initiative *Juin, je lis autochtone!* à la bibliothèque.

Nos jeunes lecteurs pourront quant à eux (re)découvrir le plaisir de la lecture grâce au BiblioCLUB, qui se déroulera cette année sur le thème *Mystères et enquêtes*: activités en cavale tout l'été, soirée sous les étoiles et de nombreuses suggestions de lecture.

Enfin, notre Brigade sportive animera à nouveau les parcs de la ville tout l'été avec des activités spontanées: visitez le boucherville.ca pour ne rien manquer.

Les membres du conseil municipal et moi-même vous souhaitons une saison estivale remplie de découvertes, de plaisir et de rencontres inspirantes.

Jean Martel
Maire

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

	PAGE		PAGE
Points de service, horaires et carte Accès-Boucherville	5	Triathlon-Duathlon	10-11
Inscription en ligne - guide d'utilisation	7	Café centre d'art	40
Navette fluviale	8	Bibliothèque	41

ACTIVITÉS OFFERTES PAR LA VILLE

	PAGE
Section aquatique	15

ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES PAR LA VILLE

	PAGE		PAGE
Autisme Montérégie	50	Club de taekwondo Boucherville	80
Cadets de l'air, Escadron 711 Pierre-Boucher	54	Club de tennis de table	81
Cadets de l'armée, 750 l'Escaut	53	Club des archers de Boucherville	65
CJE Marguerite d'Youville	54	Collectif 21 Agriculture urbaine	45
Centre de yoga Boucherville	64	Comité d'allaitement maternel - CALM	55
Club cycliste Boucherville	64	Comité d'entraide de Boucherville	56
Club de BMX de Boucherville	65	École de voile de Boucherville	72
Club de conditionnement physique de Boucherville	67	Maison Source Bleue	56
Club de football de Boucherville Inc.	72	Groupe Al-Anon	58
Club de gymnastique Les Réflexes	74	L'Escale familiale de Boucherville	57
Club de natation Mustang	38	Ligue de Touch football de Boucherville	82
Club de patinage artistique de Boucherville	83	Maison des jeunes La Piaule de Boucherville	59
Club de scrabble « A BOUCH-B »	42	Organisation du baseball mineur de Boucherville	83
Club de soccer Boucherville	77	Théâtre Jankijou	42

ACTIVITÉS DE LA VILLE ET DE SES ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES	PAGE	Pré-scolaire	Enfant	Adolescent	Adulte	ACTIVITÉS DE LA VILLE ET DE SES ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES	PAGE	Pré-scolaire	Enfant	Adolescent	Adulte
Aéro-boxe	67		✗	✗	✗	Cheerleading	73		✗	✗	
Zumba (anciennement ActivZumba)	67		✗	✗	✗	Circuit cardio abdos-fesses-cuisses	69		✗	✗	✗
Ateliers culinaires (La Piaule)	59		✗	✗		Club d'art	59		✗	✗	
Ateliers de théâtre	42				✗	Club d'été novice/avancé (Mustang)	38		✗	✗	✗
Ateliers pour parents d'adolescents	50				✗	Club de patinage artistique	83	✗	✗	✗	
Baseball	83		✗	✗		Cours de gardiens avertis	60		✗	✗	
BMX	65		✗	✗		Cuisine collective	54		✗	✗	
Cadets de l'air	54		✗	✗		Cyclisme sur route	64		✗	✗	
Cadets de l'armée	53		✗	✗		Distinguer adolescence et TSA	52		✗	✗	✗
Camp d'hiver	59		✗	✗		En route vers la maternelle	57	✗			
Cardio-intervalle	67		✗	✗	✗	Fitness boot-camp	68		✗	✗	✗
Cardio-tonus sans saut	68		✗	✗	✗	Fitness circuit-training	69		✗	✗	✗

ACTIVITÉS DE LA VILLE ET DE SES ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES	PAGE	Préscolaire	Enfant	Adolescent	Adulte	ACTIVITÉS DE LA VILLE ET DE SES ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES	PAGE	Préscolaire	Enfant	Adolescent	Adulte
Football	72		✗	✗		Rendez-vous papa	58	✗	✗		✗
Friperie	60		✗	✗		Scrabble duplicata	42			✗	✗
Golf	69		✗	✗	✗	Soccer	77	✗	✗	✗	✗
Grandeur nature	60		✗	✗		Soutien pour personnes endeuillées	56				✗
Groupe AI-Anon (réunions)	58				✗	Souper communautaire La Piaule	62		✗	✗	
Gymnastique Les Réflexes	76	✗	✗	✗		Stage de voile	72			✗	✗
Halte-allaitement	55				✗	Stretch-tonus	71		✗	✗	✗
Jardinage et glanage	45		✗	✗	✗	Taekwondo	80	✗	✗	✗	✗
Judis Gym ta vie	61		✗	✗		Tir à l'arc	65		✗	✗	✗
L'espace M.Y.	54			✗	✗	Une personne autiste dans la famille	53		✗	✗	✗
Le garde-manger	56				✗	Vélotrotteurs (draisiennes)	65	✗			
Les crises et comportement difficiles	52		✗	✗	✗	Vendredi, parents interdits !	58		✗	✗	
Ligue de touch football	82		✗	✗	✗	Yoga Boucherville	64		✗	✗	✗
Littéralement !	61		✗	✗		Zumba Zumba gold	71		✗	✗	✗
Live intérieur Pendragon	62		✗	✗		ACTIVITÉS DU SECTEUR PRIVÉ					
Matinée dans les parcs	57	✗	✗	✗	✗		PAGE				
Moments CALM	55				✗	Cardio plein air et Club de marche	84				
Parcours bleu	55				✗	École de golf et École Hélios	85				
Pilates	70		✗	✗	✗	Toca Danse	86				
Qi Gong	70		✗	✗	✗	École Les Trois Saisons	87				



Ce symbole est inséré dans les grilles d'activités lorsque celles-ci sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Le programme de loisirs est conçu par la Ville de Boucherville.

- ◆ Conception et coordination : Direction des loisirs, des arts, de la culture et de la vie communautaire.
- ◆ Graphisme : Direction des communications et des relations publiques.

Programme de loisirs Printemps-Été 2026 | La prochaine édition du programme de loisirs sera disponible en ligne en août.

La Ville de Boucherville est fière d'adhérer au **Programme de Carte accompagnement loisir (CAL)**. L'accès à une activité est gratuit pour l'accompagnateur d'une personne ayant une déficience entraînant une incapacité significative et persistante et qui est sujette à rencontrer des obstacles dans l'accomplissement d'activités courantes.

L'accompagnateur est une personne dont la présence à l'activité est essentielle à la participation de la personne handicapée. La personne handicapée, doit quant à elle, payer le prix de son entrée comme tout autre citoyen. Pour vous procurer la carte, visitez le site Web carteloisir.ca ou composez le 1 833 693-2253.



Des loisirs bien accompagnés pour les personnes handicapées

**DIRECTION DES LOISIRS,
DES ARTS, DE LA CULTURE
ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE**

**DIRECTION DES SAINES HABITUDES DE VIE,
DU SPORT ET DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS**

Info-loisirs : 450 449-8640
info Loisirs@boucherville.ca

POINTS DE SERVICE ET HORAIRES

Les citoyens peuvent se présenter à la réception de ces trois points de service pour :

- Se procurer ou renouveler la carte Accès-Boucherville;
- S'inscrire et s'informer sur les activités de loisirs offertes à la Ville de Boucherville;
- Y déposer les inscriptions aux activités de certaines organisations accréditées de la Ville de Boucherville.

Pour connaître les modalités d'inscriptions spécifiques pour chacune des activités, veuillez vous référer aux consignes apparaissant dans les tableaux d'activités présentés dans ce programme.

RÉCEPTION DU COMPLEXE AQUATIQUE LAURIE-EVE-CORMIER

490, chemin du Lac

HORAIRE RÉGULIER

Lundi au vendredi : 6 h 15 à 21 h 15

Samedi et dimanche : 8 h à 20 h

RÉCEPTION DU CENTRE MULTIFONCTIONNEL FRANCINE-GADBOIS

1075, rue Lionel-Daunais

HORAIRE RÉGULIER

Lundi au jeudi : 10 h à 16 h 30

Samedi et dimanche : 10 h à 16 h 30

FERMÉE : 24 juin au 7 septembre

JOURS FÉRIÉS : RÉCEPTION FERMÉE

RÉCEPTION DU CAFÉ CENTRE D'ART

536, boulevard Marie-Victorin

HORAIRE RÉGULIER

Lundi au vendredi : 9 h à 21 h

Samedi : 9 h à 16 h

Dimanche : 10 h à 16 h

JOURS FÉRIÉS : RÉCEPTION FERMÉE

En dehors des heures d'ouverture des points de service, vous pouvez déposer vos inscriptions dans la boîte prévue à cet effet.

CARTE ACCÈS-BOUCHERVILLE

La carte Accès-Boucherville est obligatoire pour s'inscrire et participer aux activités de la Ville de Boucherville et à celles de ses organisations accréditées.

La carte Accès-Boucherville :

- Est une preuve de résidence;
- Tient lieu de carte d'abonné à la bibliothèque;
- N'est plus valide, s'il y a déménagement à l'extérieur de Boucherville avant l'échéance de l'abonnement;
- **La carte doit être valide à la date du commencement de l'activité ainsi que pour toute sa durée.**

COMMENT PROCÉDER ?

Se présenter, dans l'un des points de service selon l'horaire d'ouverture.

Nouvelle adhésion

Fournir les preuves de résidence requises.

Renouvellement

Apporter les cartes à renouveler ainsi que les preuves de résidence requises.

Preuves de résidence acceptées :

- Carte d'identité avec photo et adresse (permis de conduire);
- Relevé de compte récent (comptes de taxes, d'électricité, de téléphone, de carte de crédit, etc.);
- Bulletin scolaire et carte étudiante (25 ans et moins);
- Certificat de naissance ou carte d'hôpital sur lesquels on retrouve le nom des parents (17 ans et moins).

COÛTS

Résidents

Abonnement exclusif à la bibliothèque	Gratuit
Carte individuelle (valide 2 ans)	12,25 \$
Carte individuelle 65 ans et + (valide 4 ans)	15,25 \$
Carte familiale* (valide 2 ans)	27,50 \$
Remplacement d'une carte perdue	5,50 \$

* La carte familiale peut inclure un maximum de 2 adultes ainsi que tous les enfant âgés de 17 ans et moins, ou encore, les étudiants à temps plein âgés de 18 à 25 ans, habitant avec leurs parents.

Non-résidents*

Carte individuelle	94 \$/an ou 12 \$/mois
Carte familiale	228 \$/an

* La carte Accès-Boucherville pour les non-résidents donne également accès à la bibliothèque.

N. B. : Ces frais ne sont pas remboursables.

PLATEFORME D'inscription AUX ACTIVITÉS DE LOISIRS!

Créez-vous un compte dès maintenant!

La création d'un compte est nécessaire avant de pouvoir procéder à une inscription.

Rendez-vous au boucherville.ca/inscriptionloisirs.

ACTIVITÉS DE LOISIRS DE LA VILLE

INSCRIPTION EN LIGNE



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

Repérez la date inscrite dans l'encadré de chacune des activités admissibles pour connaître la date et l'heure du début de la période d'inscription.

• Consultez la rubrique « Guide d'utilisation » à la page 7 du programme ou le boucherville.ca/inscriptionloisirs, pour connaître les étapes d'inscription.

• Vous n'avez pas Internet à la maison ?

La bibliothèque Montarville-Boucher-De La Bruère met gratuitement à votre disposition des postes informatiques vous permettant d'accéder à Internet. Consultez les heures d'ouverture de la bibliothèque à la page 32.

• **Reçu d'inscription: Imprimez votre reçu comme preuve d'inscription.** Vous serez avisé par courriel ou par téléphone en cas d'annulation ou de changement d'horaire.

INSCRIPTION EN PERSONNE

Repérez la date d'inscription dans le logo prévu à cet effet sur les différentes pages des activités. À compter de 19h le jour des inscriptions, présentez-vous au Café centre d'art (536, boulevard Marie-Victorin) pour faire votre choix d'activité.

• Ayez en main la carte Accès-Boucherville du participant à inscrire.

• Prévoyez un paiement en argent comptant, par chèque en date du jour, par carte de débit ou par carte de crédit Visa ou Mastercard.
Au lendemain de la date des inscriptions, il sera possible de vous inscrire dans l'un de nos trois points de service. Pour connaître les heures d'ouverture, consultez le boucherville.ca/nous-joindre.

INSCRIPTION POUR LES NON-RÉSIDENTS

L'inscription aux activités de loisirs pour les non-résidents de la Ville de Boucherville a lieu après celle des résidents, en ligne ou en personne.

ACTIVITÉS DES ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES

Veillez suivre les consignes d'inscription spécifiées pour chacune des activités choisies.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

ANNULATION DE L'ACTIVITÉ PAR LA VILLE

La Ville de Boucherville se réserve le droit d'annuler une activité dans le cas où le nombre de participants s'avère insuffisant ou si un événement fortuit survient. Un remboursement intégral ou partiel pourra être obtenu si la Ville de Boucherville annule ou modifie les conditions de l'activité.

ANNULATION DE L'ACTIVITÉ PAR LE PARTICIPANT

Cinq jours et plus avant le début de l'activité:

La demande sera acceptée sans restriction, mais des frais de 15 % seront applicables pour **chaque activité** annulée.

Moins de cinq jours avant et après le début de l'activité:

Seule une demande de remboursement pour cause de **force majeure** sera considérée: décès, blessure, accident, incendie, etc. Elle devra être accompagnée d'une preuve appuyant cette demande. Si elle survient après le début de l'activité, le remboursement sera calculé au prorata des activités écoulées et aucun remboursement ne sera traité si plus de 50 % des cours sont écoulés. Des frais de 15 % seront aussi applicables pour **chaque activité** annulée.

PROCÉDURE DE REMBOURSEMENT

Compléter le formulaire en ligne disponible au boucherville.ca/inscriptionloisirs.

La date de réception de ce courriel sera considérée comme la date officielle de la demande. Le calcul du prorata sera effectué à partir de cette date.

ASSURANCE

Lorsque vous participez à une activité, la Ville ne peut aucunement être tenue responsable des incidents ou accidents pouvant survenir, à moins qu'il y ait faute ou négligence de la part de la Ville ou de ses employés.

La politique de remboursement s'applique-t-elle aux activités des organisations accréditées?

Non. Les organisations sont soumises à la Loi sur la protection du consommateur. La loi prévoit que le participant peut mettre fin en tout temps au contrat de service à exécution successive (en l'occurrence une inscription à une activité qui s'échelonne sur plusieurs jours ou semaines moyennant rémunération) qui le lie à l'organisme qui dispense le service. Veuillez communiquer avec les responsables de l'organisation pour connaître leurs modalités de remboursement.

PLATEFORME D'inscription AUX ACTIVITÉS DE LOISIRS!

Créez-vous un compte dès maintenant!

La création d'un compte est nécessaire avant de pouvoir procéder à une inscription.

Rendez-vous au boucherville.ca/inscriptionloisirs.



Une fois votre compte créé, l'inscription aux activités se fait également au boucherville.ca/inscriptionloisirs.

Facilitez votre accès au site d'inscription en ligne: ajoutez cette page Web à vos favoris! Effectuez cette procédure dès maintenant pour gagner du temps le jour de l'inscription.

AVANT DE PROCÉDER À L'INSCRIPTION, il est important de prendre connaissance des renseignements suivants:

- 1 La carte Accès-Boucherville est obligatoire** seulement pour le participant, mais une carte Accès-Boucherville dont le détenteur est âgé de 18 ans et plus est requise pour la création d'un compte. Le parent payeur qui acquittera les frais peut obtenir un numéro de dossier en appelant au 450 449-8640 ou en se présentant dans l'un des points de service. Ce numéro de dossier lui permettra de se créer un compte sur la nouvelle plateforme d'inscription.
- 2 Le paiement peut s'effectuer par carte de crédit.**
- 3 Si vous éprouvez des difficultés lors de l'inscription,** consultez les étapes ci-dessous ou téléphonez au 450 449-8640 pour obtenir l'aide d'un agent.

Note: Il est très important de vérifier la date d'expiration au bas de la carte du participant. **La carte Accès-Boucherville doit être valide à la date du commencement de l'activité ainsi que pour toute sa durée.** Une carte expirée empêchera l'inscription. Dans ce cas, vous devez procéder au renouvellement de la carte. Consultez la procédure à la page 5 du programme ou sur le site de la Ville au boucherville.ca/carteacces.

Étape 1 Choix de l'activité

Effectuez une recherche par mot-clé dans la barre de recherche prévue à cet effet ou encore sélectionnez l'icône qui représente l'activité souhaitée.

Étape 2 Ajout de l'activité

Sélectionnez l'activité de votre choix en cliquant sur le petit «+» située à droite de chaque activité pour l'ajouter à votre panier d'achat.

Étape 3 Identification des personnes à inscrire

Choisissez le participant à inscrire à l'activité. S'il s'agit de quelqu'un d'autre qu'un membre de votre famille, cliquez sur «Autre personne». Le numéro de carte Accès-Boucherville de cette autre personne, ainsi que sa date de naissance ou son numéro de téléphone vous seront demandés.

Étape 4 Gestion du panier

Cliquez sur «Continuer la recherche» pour ajouter d'autres activités à votre panier, ou encore cliquez sur «Confirmer le panier» pour procéder au paiement. Les items resteront dans votre panier pendant une certaine période de temps allouée, après quoi ils seront automatiquement retirés si vous ne poursuivez pas vos achats.

À tout moment vous pouvez consulter votre panier d'achat. Vous pouvez retirer une activité en cliquant sur le «x» situé en haut à droite de cette dernière.

Étape 5 Paiement

Pour procéder au paiement de la ou des activités, rendez-vous dans votre panier d'achat et validez les informations d'inscription pour être bien certain de votre choix. Cliquez ensuite sur «Confirmer la transaction».

Sélectionnez un mode de paiement et acceptez les conditions d'utilisation pour l'achat en ligne en cochant la case prévue à cet effet.

Entrez vos informations de paiement et cliquez sur «Payer».

Le sommaire de la transaction apparaîtra et vous recevrez par courriel un reçu de transaction ainsi qu'un reçu d'inscription.



NAVETTE FLUVIALE SAISON 2026

Dès le 6 juin, la navette fluviale BGR reliera les berges de Boucherville au Parc national des Îles-de-Boucherville (SEPAQ). Profitez-en pour découvrir le Vieux-Boucherville ainsi que les îles. L'embarquement se fait à partir du quai Yvon-Julien (boul. Marie-Victorin et boul. De Montarville) en direction de l'île Grosbois.

HORAIRE*

Départ aux heures depuis le quai Yvon-Julien à Boucherville.

Premier départ à compter de 9h.

Fréquence augmentée en période d'affluence.

Dernier départ du quai de l'île Grosbois: 17 h 30

* L'horaire des navettes pourrait être modifié.

EN SERVICE

6 juin au 7 septembre: 7 jours sur 7

13 septembre au 12 octobre: samedi et dimanche

Le service est offert durant les jours fériés suivants:

Fête nationale du Québec, Fête du Canada,
Fête du Travail et Action de grâce

PREUVE DE RÉSIDENCE

Afin de profiter des tarifs résidents, les utilisateurs de Boucherville devront présenter une preuve de résidence chaque fois qu'ils utiliseront la navette.

Sans cette preuve, ils devront déboursier le tarif des non-résidents. Il en va de même pour la carte annuelle Parc ou Réseau. Chaque utilisateur devra la présenter à l'embarquement, pour éviter de déboursier les frais d'accès quotidien au Parc national des Îles-de-Boucherville.

HORAIRE, TARIFS, TRAJETS

navark.ca/ile-grosbois-boucherville • 514 871-8356, poste 1

Pour connaître

les **événements municipaux**



et ceux des

**organismes
accrédités**

consultez le

boucherville.ca/calendrier



TRIATHLON

2016 - BOUCHERVILLE - 2026

DUATHLON

Participez à la 10^e édition du Triathlon-Duathlon de Boucherville au profit de quatre organismes humanitaires de Boucherville.

- Centre de Répit-Dépannage aux Quatre Poches
- Fondation Source Bleue
- Fondation Jeanne-Crevier
- Comité d'entraide de Boucherville

Que ce soit pour une remise en forme, pour relever un défi personnel, pour encourager vos enfants à la pratique de saines habitudes de vie, pour consolider l'esprit d'équipe entre collègues de travail ou pour le volet compétitif de haut niveau, le Triathlon-Duathlon de Boucherville saura vous plaire. Grâce à la diversité des catégories offertes, chacun peut prendre part à une épreuve adaptée à son profil.

NOUVELLES CATÉGORIES

La 10^e édition de cet événement rassembleur et inclusif se distingue par l'ajout de nouvelles catégories.

L'introduction du **Triathlon Jeunesse 1**, accessible dès l'âge de 4 ans, et du **Duathlon Jeunesse**, destiné aux 7 à 11 ans, permet de nouvelles générations de s'initier aux bienfaits du sport.

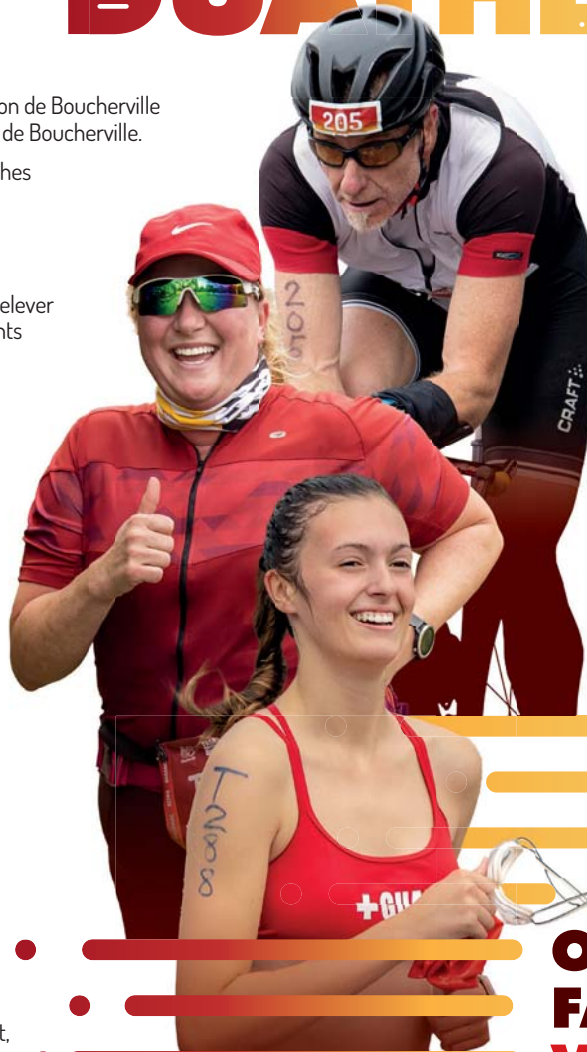
Enfin, l'ajout de la catégorie **demi-longue distance**, à réaliser seul ou en équipe, offre un défi supplémentaire pour celles et ceux qui souhaitent repousser leurs limites.

Nous vous invitons à prendre part à cette édition anniversaire en vous inscrivant dès maintenant. Ensemble, célébrons le sport, l'engagement et le dépassement de soi.

BÉNÉVOLES

Deux façons de vous inscrire

- Par téléphone auprès du Centre d'action bénévole de Boucherville: 450 655-9081, poste 232
- Par courriel: action.benevole@cabboucherville.ca



26
27
SEPT

ON L'A
FAIT ET
VOUS?

FAIS CE QUE DOIS

SAMEDI 26 SEPTEMBRE

TRIATHLON							
CATÉGORIES	ÂGE	NAGE	VÉLO	COURSE	INSCRIPTION / FRAIS		
					1 ^{er} avril au 30 juin, 23 h 59	1 ^{er} juillet au 31 août, 23 h 59	1 ^{er} au 17 septembre, 23 h 59
JEUNESSE 1	4 à 7 ans	25 m	1 km	250 m	35 \$	35 \$	35 \$
JEUNESSE 2	6 à 9 ans	50 m	1,5 km	500 m	40 \$	40 \$	40 \$
JEUNESSE 3	8 à 11 ans	100 m	3 km	1 km	45 \$	45 \$	45 \$
JEUNESSE 4	10 à 12 ans	200 m	5 km	1 km	55 \$	55 \$	55 \$
DÉVELOPPEMENT	12 à 15 ans	350 m	10 km	2,5 km	60 \$	60 \$	60 \$
INITIATION	16 ans et +	350 m	10 km	2,5 km	75 \$	90 \$	105 \$
SPRINT	16 ans et +	750 m	20 km	5 km	135 \$	150 \$	160 \$
SPRINT ÉQUIPE	14 ans et +	750 m	20 km	5 km	3 participants : 246 \$/équipe	3 participants : 261 \$/équipe	3 participants : 281 \$/équipe
					2 participants : 190 \$/équipe	2 participants : 205 \$/équipe	2 participants : 225 \$/équipe

DUATHLON							
CATÉGORIES	ÂGE	COURSE	VÉLO	COURSE	INSCRIPTION / FRAIS		
					1 ^{er} avril au 30 juin, 23 h 59	1 ^{er} juillet au 31 août, 23 h 59	1 ^{er} au 17 septembre, 23 h 59
JEUNESSE	7 à 11 ans	250 m	1,5 km	500 m	50 \$	50 \$	50 \$
INITIATION	12 ans et +	2,5 km	10 km	1 km	75 \$	90 \$	105 \$
SPRINT	16 ans et +	5 km	20 km	2,5 km	135 \$	150 \$	170 \$
SPRINT ÉQUIPE	14 ans et +	5 km	20 km	2,5 km	3 participants : 246 \$/équipe	3 participants : 261 \$/équipe	3 participants : 281 \$/équipe
					2 participants : 190 \$/équipe	2 participants : 205 \$/équipe	2 participants : 225 \$/équipe

DIMANCHE 27 SEPTEMBRE

TRIATHLON							
CATÉGORIES	ÂGE	NAGE	VÉLO	COURSE	INSCRIPTION / FRAIS		
					1 ^{er} avril au 30 juin, 23 h 59	1 ^{er} juillet au 31 août, 23 h 59	1 ^{er} au 17 septembre, 23 h 59
OLYMPIQUE	18 ans et +	1,5 km	40 km	10 km	150 \$	160 \$	170 \$
OLYMPIQUE ÉQUIPE	16 ans et +	1,5 km	40 km	10 km	3 participants : 261 \$/équipe	3 participants : 271 \$/équipe	3 participants : 281 \$/équipe
					2 participants : 205 \$/équipe	2 participants : 215 \$/équipe	2 participants : 225 \$/équipe
DEMI-LONGUE DISTANCE	18 ans et +	1,9 km	90 km	21,1 km	200 \$	250 \$	300 \$
DEMI-LONGUE DISTANCE ÉQUIPE	16 ans et +	1,9 km	90 km	21,1 km	3 participants : 310 \$/équipe	3 participants : 360 \$/équipe	3 participants : 410 \$/équipe

DUATHLON							
CATÉGORIES	ÂGE	COURSE	VÉLO	COURSE	INSCRIPTION / FRAIS		
					1 ^{er} avril au 30 juin, 23 h 59	1 ^{er} juillet au 31 août, 23 h 59	1 ^{er} au 17 septembre, 23 h 59
OLYMPIQUE COUPE QUÉBEC	18 ans et +	10 km	40 km	5 km	150 \$	160 \$	180 \$
OLYMPIQUE ÉQUIPE	16 ans et +	10 km	40 km	5 km	3 participants : 261 \$/équipe	3 participants : 271 \$/équipe	3 participants : 281 \$/équipe
					2 participants : 205 \$/équipe	2 participants : 215 \$/équipe	2 participants : 225 \$/équipe

ÉVÈNEMENT POUR TOUS !

RÈGLEMENTS : Les règlements sont ceux de Triathlon Québec, et ce, pour toutes les épreuves. **PRIX :** Les prix affichés sont pour les membres de Triathlon Québec. Des frais s'appliquent pour les non-membres. Taxes et frais de transactions en sus. **REÇU POUR DON :** Pour les catégories « Sprint », « Olympique » et « Demi-longue distance », un reçu de 50 \$ pour don de bienfaisance sera émis. Pour les participants inscrits dans les catégories « Équipe », un reçu de 20 \$ sera remis individuellement.



La culture en cavale

ÉTÉ
20
26

UN LIEU DE RENCONTRE CITOYENNE
ET UN MINI PÔLE CULTUREL
QUI INSTAURERA DE LA VITALITÉ
DANS LES QUARTIERS.

UNE PROGRAMMATION RICHE
ET VARIÉE : ANIMATIONS,
PRESTATIONS, ATELIERS, BRICOLAGE,
PRÉSENCE DE LA BIBLIOTHÈQUE
ET DE LA BRIGADE SPORTIVE !

SURVEILLEZ LE CONTENEUR PRÈS DE CHEZ VOUS CET ÉTÉ !

23 mai → JOURNÉE DE L'ENVIRONNEMENT

30 mai → VÉLO FÊTE DE LA FAMILLE

23 et 24 juin → FÊTE NATIONALE

7 juillet → FÊTE D'OUVERTURE - LA CAVALE EN FÊTE | 15 H À 18 H | POUR TOUS

7 au 17 juillet → LE CONTENEUR SERA DANS LE BOISÉ DE LA BIBLIOTHÈQUE

Du 21 au 31 juillet → PARC-ÉCOLE DE LA BROQUERIE

Du 4 au 14 août → PARC-ÉCOLE ANTOINE-GIROUARD

29 août → FÊTE DE LA RENTRÉE

26 et 27 septembre → TRIATHLON-DUATHLON

**DÈS LE MOIS DE JUIN,
SURVEILLEZ LE BOUCHERVILLE.CA POUR
CONNAÎTRE LA PROGRAMMATION.**

PRINTEMPS
ÉTÉ
2026

BIEN VIEILLIR À BOUCHERVILLE

DÉCOUVREZ LES ACTIVITÉS, LES CONFÉRENCES ET LES ÉVÉNEMENTS
OFFERTS PAR LA VILLE DE BOUCHERVILLE ET SES ORGANISATIONS ACCRÉDITÉES
DESTINÉS À LA CLIENTÈLE AÎNÉE DANS LA BROCHURE
BIEN VIEILLIR À BOUCHERVILLE DISTRIBUÉE À PARTIR DU 9 MARS.



ACTION SANTÉ 50 ANS ET PLUS
ASSOCIATION DES JOUEURS DE BRIDGE DE BOUCHERVILLE
CARREFOUR DES AÎNÉS DE BOUCHERVILLE
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE BOUCHERVILLE
CERCLE DE FERMÈRES BOUCHERVILLE • CLUB FADOQ DE BOUCHERVILLE
COUVIGE DES DENTELLIÈRES • ENTR'AÎNÉS ACTIFS • HOCKEY BOUCHERVILLE
SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DES ÎLES-PERCÉES
SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE DE BOUCHERVILLE



CONNAISSEZ-VOUS

LE

PROGRAMME

ACCÈS-
LOISIRS



AIDE FINANCIÈRE max. de 500 \$/an



Offert aux familles en situation
de vulnérabilité financière

Cette initiative, mise sur pied en collaboration avec le Comité d'entraide de Boucherville, l'Escale familiale et le projet Ponts de l'entraide, permet aux familles et aux citoyens de Boucherville en situation de vulnérabilité financière de s'inscrire gratuitement à des activités récréatives offertes par la Ville ou par les organismes participant au programme.

Des partenariats ont été mis en place avec certains organismes sportifs, culturels et communautaires accrédités afin que le coût des services et des activités ne soit pas un frein à l'épanouissement de nos citoyens.

L'offre de services dépend toutefois de la capacité d'accueil de chacune des activités.

Chaque participant au programme peut bénéficier du service pour un maximum de 500 \$ par an.

Pour connaître les détails et les critères du programme communiquez avec nous à l'adresse suivante : communautaire@boucherville.ca

L'analyse des dossiers est effectuée en toute confidentialité par un partenaire externe; seul le document d'approbation sera transmis à la Ville.

Pour une demande d'adhésion, contactez les Ponts de l'entraide, au 438 378-3048 ou par courriel à info@pontsdelentraide.org.



Boucherville

COURS NIVEAUX PRÉSCOLAIRES	COURS NIVEAUX NAGEUR/JEUNE SAUVETEUR/ÉTOILE DE BRONZE
Cours AVEC parents dans l'eau	Cours SANS parents dans l'eau
<p>PARENT ET ENFANT 1 Âge : 4 à 12 mois Préalable : Votre bébé doit être capable de tenir sa tête sans aide. Votre bébé apprivoisera l'eau avec vous : il apprendra à flotter, à se déplacer sur le ventre, sur le dos et en position verticale et à effectuer les entrées et sorties en eau peu profonde.</p> <p>PARENT ET ENFANT 2 Âge : minimum 12 mois jusqu'à 24 mois Votre bébé apprendra la respiration rythmée, les déplacements vers l'avant et vers l'arrière avec aide. Il apprendra aussi la flottaison sur le ventre, sur le dos et les retournements.</p> <p>PARENT ET ENFANT 3 Âge : 2 à 3 ans Votre enfant apprendra l'immersion complète, la flottaison et les glissements sur le ventre et sur le dos. Il apprendra à sauter avec aide, à effectuer un battement de jambes et à nager sur le ventre.</p>	<p>NAGEUR 1 Âge : 6 à 12 ans • Aide flottante fournie L'enfant qui n'a jamais suivi de cours de natation, ou a suivi un cours de natation dans un niveau préscolaire.</p> <p>NAGEUR 2 Âge : 6 à 12 ans • Sans aide flottante Préalable : Nageur 1 ou Préscolaire 4 L'enfant est capable de sauter seul dans l'eau à hauteur de la poitrine, et en eau profonde, en portant un gilet de sauvetage. Il peut ouvrir les yeux, retenir son souffle et expirer dans l'eau. Il peut flotter et battre des jambes dans l'eau.</p> <p>NAGEUR 3 Préalable : Nageur 2 ou Préscolaire 5 L'enfant peut sauter en eau profonde, effectuer une roulade latérale, en portant un gilet de sauvetage et se maintenir à la surface pendant 15 s. Il peut nager 10 m sur le ventre et sur le dos.</p>
Cours de transition	
<p>Dès les premiers cours, le parent commencera à ne plus accompagner son enfant dans l'eau pour quelques minutes du cours. Le parent n'accompagnera plus son enfant dans l'eau vers la mi-session pour que son enfant termine la session sans son parent dans l'eau pour toute la durée du cours.</p> <p>PRÉSCOLAIRE 1 Âge : 3 à 5 ans • Aide flottante fournie Préalable : Parent et enfant 3 ou enfant n'ayant jamais suivi de cours de natation. L'enfant commence à ne pas être accompagné d'un parent. Il apprendra à nager en position horizontale sans objet flottant dans les mains.</p>	<p>NAGEUR 4 Préalable : Nageur 3 L'enfant peut nager sur place pendant 30 s, effectuer des plongeons à genoux et des culbutes avant, nager 10 m avec un coup de pied fouetté sur le dos et nager 15 m au crawl et au dos crawlé.</p> <p>NAGEUR 5 Préalable : Nageur 4 L'enfant peut réussir la norme canadienne Nager pour survivre, rouler en eau profonde, nager sur place, nager 50 m, nager 15 m, avec coup de pied fouetté sur le ventre, effectuer les bras de la brasse avec respiration. Il doit être capable de nager sur le crawl et le dos crawlé sur 25 m.</p>
Cours SANS parents dans l'eau	
<p>PRÉSCOLAIRE 2 Âge : 3 à 6 ans • Aide flottante fournie Préalable : Préscolaire 1 L'enfant doit être capable de nager en position horizontale sans objet flottant. Il peut entrer et sortir de l'eau, sauter dans l'eau à hauteur de poitrine, avec de l'aide, et flotter sur le ventre et sur le dos.</p> <p>PRÉSCOLAIRE 3 Âge : 3 à 6 ans • sans aide flottante Préalable : Préscolaire 2 L'enfant est capable de nager en position horizontale, il peut sauter dans l'eau à hauteur de la poitrine, s'immerger et expirer sous l'eau.</p> <p>PRÉSCOLAIRE 4 Âge : 3 à 6 ans • sans aide flottante Préalable : Préscolaire 3 L'enfant est capable de nager sur le ventre et sur le dos, il peut sauter en eau profonde, en portant un gilet de sauvetage et retenir son souffle sous l'eau.</p> <p>PRÉSCOLAIRE 5 Âge : 3 à 6 ans • sans aide flottante Préalable : Préscolaire 4 L'enfant est capable de nager sur le ventre et sur le dos, il peut sauter seul en eau profonde, nager au crawl sur 5 m, en portant un gilet de sauvetage, effectuer un battement de jambes alternatif sur le ventre, sur le dos et sur le côté.</p>	<p>NAGEUR 6 Préalable : Nageur 5 L'enfant doit effectuer des plongeons à fleur d'eau et des boulets de canon, effectuer un coup de pied rotatif et un coup de pied en ciseaux. Nager le crawl, le dos crawlé sur 50 m, nager la brasse et sprinter sur 25 m et effectuer un entraînement par intervalles de 4 x 50 m.</p> <p>JEUNE SAUVETEUR INITIÉ Préalable : Nageur 6 L'enfant doit effectuer des sauts d'arrêt et des sauts compacts. Il doit maintenir ses jambes à la surface pendant 45 s, sprinter sur 25 m à la brasse, nager le crawl et le dos crawlé sur 100 m, puis effectuer un entraînement par intervalles de 300 m.</p> <p>JEUNE SAUVETEUR AVERTI Préalable : Jeune sauveteur initié.</p> <p>JEUNE SAUVETEUR EXPERT Préalable : Jeune sauveteur averti.</p> <p>ÉTOILE DE BRONZE Préalable : Jeune sauveteur expert</p>

SESSION PRINTEMPS 2026

Lundi au jeudi : 6 avril au 4 juin

Samedi et dimanche : 11 avril au 14 juin

(Congés : 16 et 17 mai)



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

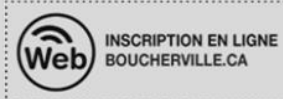
Jeudi 26 mars, 19 h, pour les résidents
Lundi 30 mars, 19 h, pour les non-résidents

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE	COÛT	ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE	COÛT
Cours AVEC parents dans l'eau				Cours SANS parents dans l'eau			
PARENT ENFANT 1 (4 à 12 mois)	PE1-31	Lundi	10 h à 10 h 35	NAGEUR 1 (6 à 12 ans)	NA1-31	Lundi	18 h à 18 h 35
	PE1-32	Lundi	10 h 45 à 11 h 20		NA1-32	Mercredi	18 h à 18 h 35
	PE1-33	Mardi	10 h à 10 h 35		NA1-33	Jeudi	18 h à 18 h 35
	PE1-34	Mercredi	10 h à 10 h 35		NA1-34	Samedi	13 h 30 à 14 h 05
	PE1-35	Samedi	10 h 45 à 11 h 20		NA1-35	Dimanche	9 h 15 à 9 h 50
	PE1-36	Dimanche	9 h 15 à 9 h 50		NA1-36	Dimanche	10 h à 10 h 35
PARENT ENFANT 2 (12 à 24 mois)	PE2-31	Mardi	10 h 45 à 11 h 20		NAGEUR 2 (6 à 12 ans)	NA2-31	Lundi
	PE2-32	Jeudi	10 h à 10 h 35	NA2-32		Mercredi	18 h à 18 h 35
	PE2-33	Samedi	8 h 30 à 9 h 05	NA2-33		Jeudi	18 h 45 à 19 h 20
	PE2-34	Samedi	11 h 30 à 12 h 05	NA2-34		Samedi	8 h 30 à 9 h 05
	PE2-35	Dimanche	8 h 30 à 9 h 05	NA2-35		Samedi	12 h 45 à 13 h 20
PARENT ENFANT 3 (2 à 3 ans)	PE3-31	Lundi	18 h à 18 h 35	NA2-36		Dimanche	8 h 30 à 9 h 05
	PE3-32	Jeudi	10 h 45 à 11 h 20	NA2-37		Dimanche	10 h 45 à 11 h 20
	PE3-33	Jeudi	18 h à 18 h 35	NAGEUR 3	NA3-31	Mardi	18 h à 18 h 50
	PE3-34	Samedi	10 h à 10 h 35		NA3-32	Mercredi	18 h à 18 h 50
	PE3-35	Samedi	13 h à 13 h 35		NA3-33	Jeudi	18 h à 18 h 50
	PE3-36	Dimanche	9 h 15 à 9 h 50		NA3-34	Samedi	9 h 15 à 10 h 05
	PE3-37	Dimanche	10 h à 10 h 35		NA3-35	Samedi	13 h 30 à 14 h 20
PRÉSCOLAIRE 1 (3 à 5 ans)	PS1-31	Lundi	18 h 45 à 19 h 20		NA3-36	Dimanche	11 h 30 à 12 h 20
	PS1-32	Samedi	9 h 15 à 9 h 50		NAGEUR 4	NA4-31	Mercredi
	PS1-33	Samedi	12 h 15 à 12 h 50	NA4-32		Jeudi	18 h à 18 h 50
	PS1-34	Dimanche	10 h 45 à 11 h 20	NA4-33		Samedi	11 h 45 à 12 h 35
	PS1-35	Dimanche	12 h 15 à 12 h 50	NA4-34		Dimanche	10 h 45 à 11 h 35
PRÉSCOLAIRE 2 (3 à 6 ans)	PS2-31	Mardi	18 h à 18 h 35	NA4-35		Dimanche	11 h 30 à 12 h 20
	PS2-32	Mercredi	18 h 45 à 19 h 20	NAGEUR 5	NA5-31	Lundi	18 h 15 à 19 h 05
	PS2-33	Samedi	8 h 30 à 9 h 05		NA5-32	Samedi	9 h 15 à 10 h 05
	PS2-34	Samedi	11 h à 11 h 35		NA5-33	Samedi	12 h 45 à 13 h 35
	PS2-35	Samedi	12 h 45 à 13 h 20		NA5-34	Dimanche	9 h à 9 h 50
	PRÉSCOLAIRE 3 (3 à 6 ans)	PS2-36	Dimanche	11 h 30 à 12 h 05	NAGEUR 6	NA6-31	Mardi
PS3-31		Mardi	18 h 45 à 19 h 20	NA6-32		Samedi	9 h 15 à 10 h 05
PS3-32		Samedi	10 h 15 à 10 h 50	NA6-33		Samedi	12 h 45 à 13 h 35
PS3-33		Samedi	10 h 45 à 11 h 20	NA6-34		Dimanche	10 h à 10 h 50
PS3-34		Dimanche	8 h 30 à 9 h 05	LES HORAIRES PEUVENT ÊTRE MODIFIÉS EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRIPTIONS Information importante aux parents : Il est impossible de reprendre un cours manqué.	ÉVALUATION POUR L'INSCRIPTION Vous ne connaissez pas le niveau de votre enfant ? Faites-le évaluer par un moniteur. 3 ans et moins : Aucune évaluation nécessaire, mais inscription au cours parent-enfant correspondant à son âge au premier cours. 6 ans et plus : Inscription au cours <i>Nageur 1</i> si l'enfant n'a jamais suivi de cours. Quand : 21 et 22 mars, entre 15 h et 16 h Coût : 5,25 \$ (aucune réservation nécessaire) Pour un rendez-vous à votre choix : 10,50 \$ par évaluation, appeler au 450 449-8640.		
PS3-35		Dimanche	9 h 15 à 9 h 50				
PS3-36	Dimanche	10 h à 10 h 35					
PS3-37	Dimanche	13 h à 13 h 35					
PRÉSCOLAIRE 4 (3 à 6 ans)	PS4-31	Mercredi	18 h 45 à 19 h 20				
	PS4-32	Samedi	10 h 15 à 10 h 50				
	PS4-33	Samedi	11 h 30 à 12 h 05				
	PS4-34	Dimanche	9 h 15 à 9 h 50				
	PS4-35	Dimanche	10 h 45 à 11 h 20				
PRÉSCOLAIRE 5 (3 à 6 ans)	PS5-31	Mercredi	18 h à 18 h 35				
	PS5-32	Samedi	10 h à 10 h 35				
	PS5-33	Samedi	11 h à 11 h 35				
	PS5-34	Dimanche	10 h à 10 h 35				

JEUNE SAUVETEUR ET ÉTOILE DE BRONZE**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 26 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 30 mars, 19 h, pour les non-résidents.

Faisant partie des programmes de la Société de sauvetage, le programme Jeune sauveteur est destiné aux jeunes de 9 à 13 ans qui souhaitent perfectionner leurs styles de nage, leur endurance et leur vitesse, et s'amuser à développer des habiletés de sauvetage et un comportement sécuritaire près des plans d'eau. La progression utilisée dans les trois niveaux permet aux participants d'acquérir la base des compétences qui leur permettra de progresser vers les niveaux de bronze.



Étoile de bronze est une excellente préparation pour la réussite de la Médaille de bronze et offre une initiative amusante au sauvetage sportif. Un brevet de la Société de sauvetage est accordé pour le niveau Étoile de bronze. Le module Forme physique s'adresse aux nageurs de tous les âges qui veulent améliorer leur forme physique dans l'eau et rester actifs pour la vie.

Important : Présence obligatoire à tous les cours.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

JEUNE SAUVETEUR INITIÉ (9 à 13 ans et Nageur 6 réussi)

	HORAIRE	DATES	CODE	Coût
Mar	18 h à 19 h 05	7 avril au 2 juin	JSI-31	101 \$
Sam	10 h 15 à 11 h 20	11 avril au 13 juin*	JSI-32	
Dim	11 h à 12 h 05	12 avril au 14 juin*	JSI-33	

JEUNE SAUVETEUR AVERTI (9 à 13 ans et Jeune sauveteur initié réussi)

	HORAIRE	DATES	CODE	Coût
Jeu	18 h à 19 h 05	9 avril au 4 juin	JSA-31	101 \$
Sam	10 h 15 à 11 h 20	11 avril au 13 juin*	JSA-32	
Dim	12 h 15 à 13 h 20	12 avril au 14 juin*	JSA-33	

JEUNE SAUVETEUR EXPERT (9 à 13 ans et Jeune sauveteur averti réussi)

	HORAIRE	DATES	CODE	Coût
Jeu	18 h à 19 h 05	9 avril au 4 juin	JSE-31	101 \$
Sam	11 h 30 à 12 h 35	11 avril au 13 juin*	JSE-32	
Dim	12 h 15 à 13 h 20	12 avril au 14 juin*	JSE-33	

*Congés : 16-17 mai | **Note :** Aucun examen, évaluation progressive.

ÉTOILE DE BRONZE (Être capable de nager 100 m ou Jeune sauveteur expert réussi)

Clientèle : 11 ans et +

	HORAIRE	DATES	CODE	Coût
Sam	11 h 30 à 12 h 35	11 avril au 13 juin*	EB-31	137 \$
Dim	11 h à 12 h 05	12 avril au 14 juin*	EB-32	

*Congés : 16-17 mai | **Matériel en sus :** Masque de poche (28 \$), disponible à la réception.

FORMATION SPÉCIALISÉE - PRINTEMPS**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 24 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 30 mars, 19 h, pour les non-résidents.

Ces cours font partie des programmes de la Société de sauvetage.

Masque de poche disponible à la réception, au coût de 28 \$.

Important : Présence obligatoire à tous les cours.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**MÉDAILLE DE BRONZE** (Avoir 13 ans et + à l'examen ou détenir le brevet *Étoile de bronze*)

Le candidat doit être un bon nageur capable de nager 400 m en continu et démontrer tous les styles de nage et techniques du niveau Étoile de bronze.

Clientèle : 13 ans et +

	HORAIRE	DATES	EXAMEN EN PISCINE	CODE	COÛT
Sam/ Dim	8 h 15 à 12 h 15 (16 h en piscine)	11,12,18 et 19 avril	25 avril 8 h 15 à 10 h 15	MB-31	260 \$

Sans le brevet **Étoile de bronze**, une évaluation de natation (5,25 \$) est obligatoire les **21 et 22 mars**.

Contactez le **450 449-8640** pour valider vos capacités ou si vous avez moins de 13 ans malgré l'obtention du brevet. Enfin, transmettez votre preuve de réussite à karine.frechette@boucherville.ca.

CROIX DE BRONZE (Détenir le brevet *Médaille de bronze*)

	HORAIRE	DATES	EXAMEN EN PISCINE	CODE	COÛT
Sam/ Dim	8 h 15 à 12 h 15 (20 h en piscine)	26 avril, 2, 3, 9 et 10 mai	16 mai 8 h 15 à 10 h 15	CB-31	275 \$

Tous les candidats qui ne sont pas inscrits au cours MB-31 doivent remettre une copie du préalable exigé à karine.frechette@boucherville.ca avant le premier cours.

MONITEUR DE NATATION (Avoir 15 ans avant la dernière journée du cours et détenir le brevet *Croix de bronze*)

La formation de moniteur de natation (**leadership niveau 1**) exige une préparation rigoureuse.

L'obtention du brevet dépend de la maîtrise des 13 compétences requises; si celles-ci ne sont pas acquises selon l'horaire établi, la formation pourrait se prolonger au-delà de la date prévue.

	HORAIRE	DATES	CODE	COÛT
Ven	18 h 30 à 20 h 15 (en classe) 20 h 30 à 22 h (en piscine)	10 avril au 12 juin	MN-31	325 \$
Sam	8 h 30 à 12 h 30 (cours pratique)	18 et 25 avril, 2, 9, 23, 30 mai et 6 juin		

Tous les candidats doivent remettre une copie du préalable exigé à karine.frechette@boucherville.ca avant le premier cours.

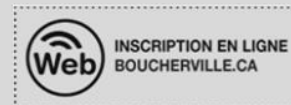
FORMATION SPÉCIALISÉE - PRINTEMPS**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 24 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 30 mars, 19 h, pour les non-résidents.

Ces cours font partie des programmes de la Société de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**MONITEUR EN SAUVETAGE** (Préalables : 15 ans à la fin du cours et brevet de moniteur de natation)

Le cours de moniteur en sauvetage habilite le candidat à enseigner le programme canadien de sauvetage. La formation permet d'acquérir les compétences nécessaires pour instruire les niveaux Jeune sauveteur, Étoile de bronze, Médaille de bronze et Croix de bronze.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Ven	18 h 30 à 20 h (en classe) 20 h 15 à 22 h (en piscine)	3 avril et 15 mai	MS-31	300 \$
	8 h à 11 h 30 (en classe) 12 h 15 à 15 h (en piscine)	4 avril		
Sam	8 h 15 à 12 h 45 (cours pratique)	11 avril		
	8 h à 10 h 30 (en piscine) 10 h 45 à 12 h 30 (en classe) 13 h à 15 h (en piscine)	16 mai		
Dim	8 h à 10 h 30 (en piscine) 10 h 45 à 12 h 30 (en classe) 13 h à 15 h (en piscine)	17 mai		

Tous les candidats doivent transmettre leur preuve de préalable à karine.frechette@boucherville.ca avant le début du cours.

PREMIERS SOINS - GÉNÉRAL

Cours de premiers soins pour les 14 ans et + et *Croix de bronze* réussi ou en cours.

Clientèle : 14 ans et +

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Sam/ Dim	8 h 30 à 16 h 30 (16 h en classe)	17 et 23 mai	PSG-31	160 \$

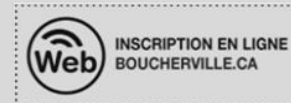
FORMATION SPÉCIALISÉE - PRINTEMPS**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 24 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 30 mars, 19 h, pour les non-résidents.

Ces cours font partie des programmes de la Société de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**SAUVETEUR NATIONAL**

(15 ans et + à l'examen et Croix de bronze et Premiers soins - Général réussi)

HORAIRE		DATES	EXAMEN EN PISCINE	CODE	COÛT
Dim	7 h 30 à 10 h 30 (en piscine)	12 avril au 7 juin	14 juin 8 h 15 à 11 h 45	SN-31*	375 \$
	11 h à 13 h (en classe)				
Sam/ Dim	8 h 15 à 12 h 15 (en piscine)	24, 30,31 mai, 6, 7,13 juin	14 juin 8 h 15 à 11 h 45	SN-32	
	12 h 45 à 15 h 30 (cours 1 à 5 en classe)				
	12 h 45 à 15 h (cours 6 en classe)				

*Congé : 17 mai | Tous les candidats qui ne sont pas inscrits aux cours CB-31 et PSG-31 doivent remettre une copie des préalables exigés à karine.frechette@boucherville.ca avant le premier cours.

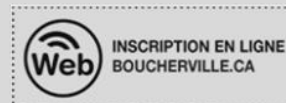
FORMATION NAGER POUR LA VIE**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 26 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 30 mars, 19 h, pour les non-résidents.

Particularités du cours : Vous pourrez choisir vous-même vos objectifs, afin d'améliorer votre condition physique dans son ensemble. Ce cours peut aussi vous permettre de maintenir la forme physique et de vous préparer aux cours de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**FORME PHYSIQUE (Pour enfants ayant complété niveaux Jeune sauveteur avant 11 ans)**

Module utilisant une approche structurée fondée sur des principes et pratiques d'entraînement qui ont fait leurs preuves, comprenant l'entraînement par intervalles, les sprints et les nages sur grandes distances.

Clientèle : 10 ans et +

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mer	18 h à 19 h 05	8 avril au 3 juin	FP10-31	
Sam	13 h 45 à 14 h 50	11 avril au 13 juin*	FP10-32	100 \$
Dim	13 h 30 à 14 h 35	12 avril au 14 juin*	FP10-33	

*Congés : 16 et 17 mai

FORMATION NAGER POUR LA VIE**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 26 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 30 mars, 19 h, pour les non-résidents.

Particularités du cours : Vous pourrez choisir vous-même vos objectifs, afin d'améliorer votre condition physique dans son ensemble. Ce cours peut aussi vous permettre de maintenir la forme physique et de vous préparer aux cours de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**FORME PHYSIQUE | SUITE** (Pour les enfants ayant complété les niveaux *Jeune Sauveteur* avant 11 ans)

Module utilisant une approche structurée fondée sur des principes et pratiques d'entraînement qui ont fait leurs preuves, comprenant l'entraînement par intervalles, les sprints et les nages sur grandes distances.

Clientèle : 15 ans et +

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Jeu	19 h 05 à 20 h 10	9 avril au 4 juin	FP15-31	100 \$
Sam	13 h 45 à 14 h 50	11 avril au 13 juin*	FP15-32	
Dim	13 h 30 à 14 h 35	12 avril au 14 juin*	FP15-33	

*Congés : 16-17 mai

MISE EN FORME AQUATIQUE – PRINTEMPS**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

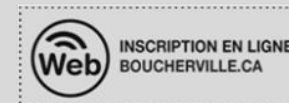
INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 25 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 31 mars, 19 h, pour les non-résidents. **Clientèle :** 16 ans et +.

Avis important : Les cours de mise en forme aquatique décrits ci-dessous exigent certains efforts physiques. Vous devrez confirmer que votre médecin n'a émis aucun avis contraire à la pratique de cette activité physique lors de votre inscription.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**AQUADANSE** (Être à l'aise dans l'eau)

Vous désirez apprendre des chorégraphies tout en vous entraînant ? Ce cours est pour vous ! Aquaforme tonique et stimulant sur musique variée.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	10 h 45 à 11 h 40	6 avril au 1 ^{er} juin	DA-31	77 \$
Mer		8 avril au 3 juin	DA-32	

MISE EN FORME AQUATIQUE – PRINTEMPS**Ville de Boucherville**

Inscription : En ligne au boucherville.ca, à compter du 25 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 31 mars, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, infoloisirs@boucherville.ca



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

AQUADOUCEUR (Être à l'aise dans l'eau)

Exercices en douceur visant à améliorer les capacités musculaires et cardiovasculaires pour les personnes ayant certaines limitations.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mar	9 h 45 à 10 h 40	7 avril au 2 juin	DO-31	77 \$
Ven		10 avril au 5 juin	DO-32	

AQUAFORME (Être à l'aise dans l'eau)

Exercices exécutés sur musique visant à améliorer les capacités musculaires et cardiovasculaires.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	8 h 45 à 9 h 40	6 avril au 1 ^{er} juin	F-32	77 \$
	19 h 30 à 20 h 25		F-33	
Mar	8 h 45 à 9 h 40	7 avril au 2 juin	F-34	
	14 h 15 à 15 h 10		F-35	
	19 h 15 à 20 h 10		F-36	
Mer	8 h 45 à 9 h 40	8 avril au 3 juin	F-37	
	19 h 30 à 20 h 25		F-38	
Jeu	8 h 45 à 9 h 40	9 avril au 4 juin	F-39	
	19 h 15 à 20 h 10		F-40	
Ven	8 h 45 à 9 h 40	10 avril au 5 juin	F-41	
	10 h 45 à 11 h 40		F-42	

AQUAJOGGING EN EAU PROFONDE (Être à l'aise dans l'eau profonde)

Avec ceinture de flottaison (fournie), mouvements variés et stimulants sans impact au sol. Pour améliorer votre capacité cardiorespiratoire et votre endurance musculaire.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	10 h 45 à 11 h 40	6 avril au 1 ^{er} juin	J-31	79 \$
	19 h 30 à 20 h 25		J-32	
Mar	19 h 15 à 20 h 10	7 avril au 2 juin	J-33	
Mer	10 h 45 à 11 h 40	8 avril au 3 juin	J-34	

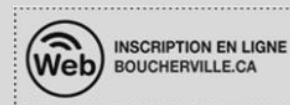
MISE EN FORME AQUATIQUE – PRINTEMPS **Ville de Boucherville**

Inscription : En ligne au boucherville.ca, à compter du 25 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 31 mars, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**AQUAMIDI-EXPRESS** (Être à l'aise dans l'eau)

Entraînement varié sur musique visant à améliorer les capacités musculaires et cardiovasculaires.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mar	12 h à 12 h 55	7 avril au 2 juin	ME-31	77 \$

AQUAPOUSSETTE (Votre enfant doit tenir sa tête seul)

Exercices aérobiques et de musculation s'adressant aux femmes ayant accouché et désirant se remettre en forme. Bébé vous accompagnera durant toute la séance, bien calé dans un siège flottant (fourni).

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Jeu	8 h 45 à 9 h 40	9 avril au 4 juin	AP-31	77 \$

AQUASUP (Être à l'aise dans l'eau et savoir nager)

Exercices dynamiques et de stabilité pour améliorer l'équilibre, le cardio et le tonus musculaire.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mar	20 h 30 à 21 h 15	7 avril au 2 juin	SUP-31	82 \$

AQUAVÉLO

Entraînement en piscine sur vélo aquatique visant l'amélioration des capacités cardiovasculaires et musculaires (endurance). Souliers d'eau acceptés. Les 15 premières minutes sont destinées à la mise à l'eau et à l'ajustement des vélos.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	19 h 30 à 20 h 25	6 avril au 1 ^{er} juin	AV-31	80 \$
Mar	10 h à 10 h 55	7 avril au 2 juin	AV-32	
Mer	19 h 30 à 20 h 25	8 avril au 3 juin	AV-33	
Jeu	10 h à 10 h 55	9 avril au 4 juin	AV-34	

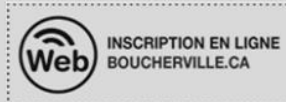
MISE EN FORME AQUATIQUE – PRINTEMPS**Ville de Boucherville**

Inscription : En ligne au boucherville.ca, à compter du 25 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 31 mars, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE (Savoir nager sur une distance de 100 m)**

Exercices aérobiques et entraînement en longueurs permettant de développer et maintenir une excellente condition physique générale.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	14 h 15 à 15 h 10	6 avril au 1 ^{er} juin	CP-31	77 \$
Mar	20 h 15 à 21 h 30	7 avril au 2 juin	CP-32	98 \$
Mer	14 h 15 à 15 h 10	8 avril au 3 juin	CP-33	77 \$

COURS PRÉNATAL

Cours s'adressant aux futures mamans ayant complété 14 semaines de grossesse, ou plus, et pour qui ce genre d'activité ne représente aucun risque.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	19 h 30 à 20 h 25	6 avril au 1 ^{er} juin	PN-31	77 \$
Mar	14 h 15 à 15 h 10	7 avril au 2 juin	PN-32	
Mer	18 h 45 à 19 h 40	8 avril au 3 juin	PN-33	
Jeu	14 h à 14 h 55	9 avril au 4 juin	PN-34	

NAGEUR ADOLESCENT/ADULTE (NIVEAUX 1 À 3)**PROGRAMME NAGER POUR LA VIE | SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**

Le module pour Adolescent/Adulte s'adresse tant aux adolescents qu'aux adultes qui commencent à nager qu'à ceux qui savent nager et qui veulent améliorer leurs styles de nage.

ADO : 13 à 17 ans | **ADU :** 16 ans et +

Adolescent/Adulte 1 :

Nagez de 10 à 15 m sur le ventre et sur le dos. Faites des entrées à l'eau en sautant à partir du bord de la piscine et récupérez des objets au fond de l'eau à la hauteur de la poitrine. Amélioration de votre condition physique et battements de jambes alternatifs par le biais d'entraînement par intervalles de 4 x 9 à 12 m.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	20 h 30 à 21 h 20	6 avril au 1 ^{er} juin	ADO1-31	83 \$
			ADU1-31	
Mer	19 h 45 à 20 h 35	8 avril au 3 juin	ADU1-32	
Jeu	13 h à 13 h 50	9 avril au 4 juin	ADU1-33	

MISE EN FORME AQUATIQUE – PRINTEMPS **Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 25 mars, 19 h, pour les résidents et à compter du 31 mars, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**NAGEUR ADOLESCENT/ADULTE (NIVEAUX 1 À 3)****PROGRAMME NAGER POUR LA VIE | SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**

Le module pour Adolescent/Adulte s'adresse tant aux adolescents qu'aux adultes qui commencent à nager qu'à ceux qui savent nager et qui veulent améliorer leurs styles de nage.

ADO : 13 à 17 ans | **ADU** : 16 ans et +

Adolescent/Adulte 2 :

Progressez en effectuant deux entraînements par intervalles de 4 x 25 m, en battant des jambes au crawl et au dos crawlé. Exécutez des entrées en plongeant et vous serez capable de démontrer les bras de la brasse en utilisant la bonne technique de respiration sur une distance de 10 à 15 m. Nagez sur place de 1 à 2 minutes et faites des appuis renversés en eau peu profonde.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mer	20 h 30 à 21 h 20	8 avril au 3 juin	ADO2-31	83 \$
			ADU2-31	
Jeu	15 h à 15 h 50	9 avril au 4 juin	ADU2-32	

Adolescent/Adulte 3 :

Apprenez le coup de pied rotatif alternatif, les sauts d'arrêts et les sauts compacts. Faites des entraînements sur 300 m et des sprints de 25 à 50 m. Maîtrisez votre crawl, votre dos crawlé et votre brasse.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mar	12 h à 12 h 50	7 avril au 2 juin	ADU3-31	83\$
Jeu	20 h 15 à 21 h 05	9 avril au 4 juin	ADO3-32	
			ADU3-32	

SESSION ÉTÉ 2026

Samedi et Dimanche : 27 juin au 16 août



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

Jeudi 11 juin, 19 h, pour les résidents
Lundi 15 juin, 19 h, pour les non-résidents

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE	COÛT	ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE	COÛT
Cours AVEC parents dans l'eau				Cours SANS parents dans l'eau			
PARENT ENFANT 1 (4 à 12 mois)	PE1-41	Dimanche	8 h à 8 h 35	NAGEUR 1 (6 à 12 ans)	NA1-41	Samedi	9 h 30 à 10 h 05
	PE2-41	Samedi	8 h 45 à 9 h 20		NA1-42	Samedi	11 h à 11 h 35
	PE2-42	Samedi	10 h 15 à 10 h 50		NA1-43	Dimanche	9 h 30 à 10 h 05
PARENT ENFANT 2 (12 à 24 mois)	PE2-43	Dimanche	8 h 45 à 9 h 20	70 \$			
	PE3-41	Samedi	9 h 30 à 10 h 05	NAGEUR 2 (6 à 12 ans)	NA2-41	Samedi	10 h 15 à 10 h 50
	PE3-42	Dimanche	9 h 30 à 10 h 05		NA2-42	Samedi	11 h 45 à 12 h 20
PE3-43	Dimanche	10 h 15 à 10 h 50	NA2-43		Dimanche	10 h 15 à 10 h 50	
PARENT ENFANT 3 (2 à 3 ans)				Cours de transition			
	PS1-41	Samedi	11 h à 11 h 35	NAGEUR 3	NA3-41	Samedi	9 h 30 à 10 h 20
	PS1-42	Samedi	12 h 30 à 13 h 05		NA3-42	Samedi	10 h 30 à 11 h 20
PS1-43	Dimanche	11 h à 11 h 35	NA3-43		Dimanche	9 h 30 à 10 h 20	
70 \$				NAGEUR 4	NA4-41	Samedi	9 h 30 à 10 h 20
					NA4-42	Samedi	11 h 30 à 12 h 20
					NA4-43	Dimanche	10 h 30 à 11 h 20
				74 \$			
Cours SANS parents dans l'eau				NAGEUR 5	NA5-41	Samedi	10 h 30 à 11 h 20
PRÉSCOLAIRE 2 (3 à 6 ans)	PS2-41	Samedi	11 h à 11 h 35		NA5-42	Samedi	11 h 30 à 12 h 20
	PS2-42	Samedi	11 h 45 à 12 h 20		NA5-43	Dimanche	9 h 45 à 10 h 35
	PS2-43	Dimanche	11 h 45 à 12 h 20				
PRÉSCOLAIRE 3 (3 à 6 ans)	PS3-41	Samedi	10 h 15 à 10 h 50	NAGEUR 6 (5 à 12 ans)	NA6-41	Samedi	10 h 45 à 11 h 35
	PS3-42	Dimanche	10 h 15 à 10 h 50		NA6-42	Dimanche	9 h 45 à 10 h 35
	PS3-43	Dimanche	11 h à 11 h 35				
70 \$							
PRÉSCOLAIRE 4 (3 à 6 ans)	PS4-41	Samedi	9 h 30 à 10 h 05				
	PS4-42	Dimanche	9 h 30 à 10 h 05				
PRÉSCOLAIRE 5 (3 à 6 ans)	PS5-41	Samedi	11 h 45 à 12 h 20				
	PS5-42	Dimanche	11 h à 11 h 35				

LES HORAIRES PEUVENT ÊTRE MODIFIÉS EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRIPTIONS

Information importante pour les parents :

Il est impossible de reprendre un cours manqué.

ÉVALUATION POUR L'INSCRIPTION

Vous ne connaissez pas le niveau de votre enfant ?
Faites-le évaluer par un moniteur.

3 ans et moins : Aucune évaluation nécessaire, mais inscription au cours parent-enfant correspondant à son âge au premier cours.

6 ans et plus : Inscription au cours *Nageur 1* si l'enfant n'a jamais suivi de cours.

Quand : 6 et 7 juin, entre 15 h et 16 h

Coût : 5,25 \$ (aucune réservation nécessaire)

Pour un rendez-vous à votre choix : 10,50 \$ par évaluation, appeler au 450 449-8640.



SESSION INTENSIVE 1

Lundi au jeudi : 29 juin au 9 juillet

SESSION INTENSIVE 2

Lundi au jeudi : 13 au 23 juillet

ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE	COÛT	ACTIVITÉ	CODE	HORAIRE	COÛT
Cours de transition							
PRÉSCOLAIRE 1 (3 à 5 ans)	PS1-51	18 h 15 à 18 h 50	70 \$	PRÉSCOLAIRE 1 (3 à 5 ans)	PS1-61	18 h 15 à 18 h 50	70 \$
Cours SANS parents dans l'eau							
PRÉSCOLAIRE 2 (3 à 6 ans)	PS2-51	18 h 15 à 18 h 50	70 \$	PRÉSCOLAIRE 2 (3 à 6 ans)	PS2-61	18 h 15 à 18 h 50	70 \$
PRÉSCOLAIRE 3 (3 à 6 ans)	PS3-51	19 h à 19 h 35		PRÉSCOLAIRE 3 (3 à 6 ans)	PS3-61	19 h à 19 h 35	
PRÉSCOLAIRE 4 (3 à 6 ans)	PS4-51	17 h 15 à 17 h 50		PRÉSCOLAIRE 4 (3 à 6 ans)	PS4-61	17 h 15 à 17 h 50	
PRÉSCOLAIRE 5 (3 à 6 ans)	PS5-51	18 h à 18 h 35		PRÉSCOLAIRE 5 (3 à 6 ans)	PS5-61	18 h à 18 h 35	
NAGEUR 1 (6 à 12 ans)	NA1-51	17 h 15 à 17 h 50		NAGEUR 1 (6 à 12 ans)	NA1-61	17 h 15 à 17 h 50	
NAGEUR 2 (6 à 12 ans)	NA2-51	18 h à 18 h 35	NAGEUR 2 (6 à 12 ans)	NA2-61	18 h à 18 h 35		
NAGEUR 3	NA3-51 NA3-52	16 h 15 à 17 h 05 18 h 45 à 19 h 35	74 \$	NAGEUR 3	NA3-61 NA3-62	16 h 15 à 17 h 05 18 h 45 à 19 h 35	74 \$
NAGEUR 4	NA4-51 NA4-52	16 h 15 à 17 h 05 18 h 45 à 19 h 35		NAGEUR 4	NA4-61 NA4-62	16 h 15 à 17 h 05 18 h 45 à 19 h 35	
NAGEUR 5	NA5-51	16 h 15 à 17 h 05		NAGEUR 5	NA5-61	16 h 15 à 17 h 05	
NAGEUR 6	NA6-51	17 h 15 à 18 h 05		NAGEUR 6	NA6-61	17 h 15 à 18 h 05	

ÉVALUATION POUR L'INSCRIPTION

Vous ne connaissez pas le niveau de votre enfant ?

Faites-le évaluer par un moniteur.

3 ans et moins : Aucune évaluation nécessaire, mais inscription au cours parent-enfant correspondant à son âge au premier cours.

6 ans et plus : Inscription au cours *Nageur 1* si l'enfant n'a jamais suivi de cours.

Quand : 6 et 7 juin, entre 15 h et 16 h

Coût : 5,25 \$ (aucune réservation nécessaire)

Pour un rendez-vous à votre choix : 10,50 \$ par évaluation, appeler au 450 449-8640.



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

Jeudi 11 juin, 19 h, pour les résidents
Lundi 15 juin, 19 h, pour les non-résidents

LES HORAIRES PEUVENT ÊTRE MODIFIÉS EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRIPTIONS

Information importante pour les parents :

Il est impossible de reprendre un cours manqué.

JEUNE SAUVETEUR**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

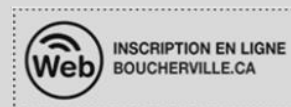
INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 11 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Faisant partie des programmes de la Société de sauvetage, le programme Jeune sauveteur est destiné aux jeunes de 9 à 13 ans qui souhaitent perfectionner leurs styles de nage, leur endurance et leur vitesse, et s'amuser à développer des habiletés de sauvetage et un comportement sécuritaire près des plans d'eau. La progression utilisée dans les trois niveaux permet aux participants d'acquérir la base des compétences qui leur permettra de progresser vers les niveaux de bronze.

Important : Présence obligatoire à tous les cours.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**JEUNE SAUVETEUR INITIÉ (9 à 13 ans et Nageur 6 réussi)**

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Sam	9 h 15 à 10 h 35	27 juin au 15 août	JSI-41	91 \$
Dim	10 h 45 à 12 h 05	28 juin au 16 août	JSI-42	
Lun au jeu	18 h 15 à 19 h 35	29 juin au 9 juillet	JSI-51	
		13 au 23 juillet	JSI-61	

JEUNE SAUVETEUR AVERTI (9 à 13 ans et Jeune sauveteur initié réussi)

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Sam	9 h 15 à 10 h 35	27 juin au 15 août	JSA-41	91 \$
Dim	10 h 45 à 12 h 05	28 juin au 16 août	JSA-42	
Lun au jeu	18 h 15 à 19 h 35	29 juin au 9 juillet	JSA-51	
		13 au 23 juillet	JSA-61	

JEUNE SAUVETEUR EXPERT (9 à 13 ans et Jeune sauveteur averti réussi)

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Sam	9 h 15 à 10 h 35	27 juin au 15 août	JSE-41	91 \$
Dim	10 h 45 à 12 h 05	28 juin au 16 août	JSE-42	
Lun au jeu	18 h 15 à 19 h 35	29 juin au 9 juillet	JSE-51	
		13 au 23 juillet	JSE-61	

ÉTOILE DE BRONZE**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 11 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Étoile de bronze est une excellente préparation pour la réussite de la Médaille de bronze et offre une initiative amusante au sauvetage sportif. Un brevet de la Société de sauvetage est accordé pour le niveau Étoile de bronze. Le module Forme physique s'adresse aux nageurs de tous les âges qui veulent améliorer leur forme physique dans l'eau et rester actifs pour la vie.

Important : Présence obligatoire à tous les cours.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

ÉTOILE DE BRONZE (Être capable de nager 100 m ou Jeune sauveteur expert réussi)

Clientèle : 11 ans et +

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Sam	10 h 45 à 12 h 20	27 juin au 15 août	EB-41	121 \$
Dim	9 h à 10 h 35	28 juin au 16 août	EB-42	
Lun/Mar/ Mer	11 h à 13 h	29 juin au 8 juillet	EB-51	
		13 au 22 juillet	EB-61	

Matériel en sus : Masque de poche (28 \$), disponible à la réception.

FORMATION SPÉCIALISÉE - ÉTÉ**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 20 mai, 19 h, pour les résidents et à compter du 25 mai, 19 h, pour les non-résidents.

Ces cours font partie des programmes de la Société de sauvetage.

Masque de poche disponible à la réception, au coût de 28 \$.

Important : Présence obligatoire à tous les cours.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca



INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA

MÉDAILLE DE BRONZE (Avoir 13 ans et + à l'examen ou détenir le brevet Étoile de bronze)

Le candidat doit être un bon nageur capable de nager 400 m en continu et démontrer tous les styles de nage et techniques du niveau Étoile de bronze.

Clientèle : 13 ans et +

HORAIRE		DATES	EXAMEN EN PISCINE	CODE	COÛT
Lun au jeu	8 h 45 à 12 h 45 (16 h en piscine)	29 juin au 2 juillet	2 juillet (13 h 30 à 15 h 30)	MB-41	260 \$
		27 au 30 juillet	30 juillet (13 h 30 à 15 h 30)	MB-42	

Sans brevet : Évaluation obligatoire (5,25 \$) les 6 et 7 juin : contactez le 450 449-8640 pour valider vos capacités. **Avec brevet** (moins de 13 ans à l'examen) : appelez au 450 449-8640 avant l'inscription.

Preuve de réussite : À transmettre à karine.frechette@boucherville.ca avant le début du cours.

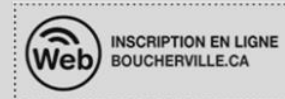
FORMATION SPÉCIALISÉE - ÉTÉ**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 20 mai, 19 h, pour les résidents et à compter du 25 mai, 19 h, pour les non-résidents.

Ces cours font partie des programmes de la Société de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**CROIX DE BRONZE** (Aucun âge minimum. Détenir le brevet *Médaille de bronze*)

HORAIRE		DATES	EXAMEN EN PISCINE	CODE	COÛT
Lun au ven	8 h 45 à 12 h 45 (20 h en piscine)	6 au 10 juillet	10 juillet 13 h 45 à 15 h 45	CB-41	275 \$
		3 au 7 août	7 août 13 h 45 à 15 h 45	CB-42	

Tous les candidats qui ne sont pas inscrits au cours MB-41 et MB-42 doivent remettre une copie du préalable exigé à karine.frechette@boucherville.ca avant le premier cours.

PREMIERS SOINS - GÉNÉRAL

Cours de premier soins pour les 14 ans et plus et *Croix de bronze* réussi ou en cours.

Clientèle : 14 ans et +

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Sam/ Dim	8 h 30 à 16 h 30 (16 h en classe)	4 au 5 juillet	SU-41	160 \$
		1 ^{er} au 2 août	SU-42	

SAUVETEUR NATIONAL (Avoir 15 ans et + à l'examen et *Croix de bronze* et *Premiers soins - Général* réussi)

HORAIRE		DATES	EXAMEN EN PISCINE	CODE	COÛT
Lun au jeu	9 h à 12 h 30 (en piscine)	13 au 23 juillet	23 juillet 13 h à 16 h	SN-41	275 \$
	13 h 15 à 15 h (cours 1 à 4, en classe)	10 au 20 août	20 août 13 h à 16 h	SN-42	

Tous les candidats qui ne sont pas inscrits aux cours CB-41, CB-42, SU-41 et SU-42 doivent remettre une copie des préalables exigés à karine.frechette@boucherville.ca avant le premier cours.

SESSION ÉTÉ - NATATION COURS PRIVÉS Ville de Boucherville

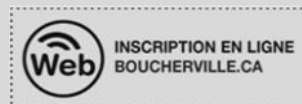


INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 11 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Note : Inscription limitée à une seule plage horaire par famille. L'inscription se fait au nom du parent. Chaque inscription peut inclure jusqu'à 3 membres de la même famille. Un formulaire devra être rempli pour indiquer les noms des participants.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca



COURS PRIVÉS – BASSIN RÉCRÉATIF

Clientèle : Préscolaire

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	18 h 15 à 18 h 50	27 juillet au 10 août	PRIB3-11	98 \$
	19 h à 19 h 35		PRIB3-12	
Mar	18 h 15 à 18 h 50	28 juillet au 11 août	PRIB3-21	
	19 h à 19 h 35		PRIB3-22	
Mer	18 h 15 à 18 h 50	29 juillet au 12 août	PRIB3-31	
	19 h à 19 h 35		PRIB3-32	
Jeu	18 h 15 à 18 h 50	30 juillet au 13 août	PRIB3-41	
	19 h à 19 h 35		PRIB3-42	

COURS PRIVÉS – BASSIN PAUL-DAEMEN

Clientèle : Préscolaire à nageur 3

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	17 h 15 à 17 h 50	27 juillet au 10 août	PRIB2-13	98 \$
	18 h à 18 h 35		PRIB2-14	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB2-15	123 \$
Mar	18 h à 18 h 35	28 juillet au 11 août	PRIB2-24	98 \$
Mer	17 h 15 à 17 h 50	29 juillet au 12 août	PRIB2-33	
	18 h à 18 h 35		PRIB2-34	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB2-35	123 \$

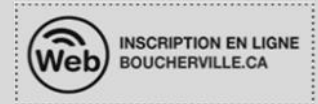
SESSION ÉTÉ - NATATION COURS PRIVÉS**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 11 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Note : Inscription limitée à une seule plage horaire par famille. L'inscription se fait au nom du parent. Chaque inscription peut inclure jusqu'à 3 membres de la même famille. Un formulaire devra être rempli pour indiquer les noms des participants.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**COURS PRIVÉS – BASSIN PAUL-DAEMEN (SUITE)**

Clientèle : Préscolaire à adulte

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	11 h 15 à 11 h 50	27 juillet au 10 août	PRIB2-11	98 \$
	16 h 15 à 17 h 05		PRIB2-12	123 \$
Mar	11 h 15 à 11 h 50	28 juillet au 11 août	PRIB2-21	98 \$
	16 h 15 à 17 h 05		PRIB2-22	123 \$
	17 h 15 à 17 h 50		PRIB2-23	98 \$
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB2-25	123 \$
Mer	11 h 15 à 11 h 50	29 juillet au 12 août	PRIB2-31	98 \$
	16 h 15 à 17 h 05		PRIB2-32	123 \$
Jeu	11 h 15 à 11 h 50	30 juillet au 13 août	PRIB2-41	98 \$
	16 h 15 à 17 h 05		PRIB2-42	123 \$
	17 h 15 à 17 h 50		PRIB2-43	98 \$
	18 h à 18 h 35		PRIB2-44	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB2-45	123 \$

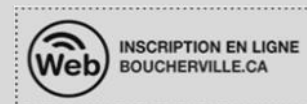
SESSION ÉTÉ - NATATION COURS PRIVÉS Ville de Boucherville



INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 11 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Note : Inscription limitée à une seule plage horaire par famille. L'inscription se fait au nom du parent. Chaque inscription peut inclure jusqu'à 3 membres de la même famille. Un formulaire devra être rempli pour indiquer les noms des participants.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier



Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

COURS PRIVÉS – BASSIN SANDRINE-MAINVILLE

Clientèle : Nageur 4 à adulte

HORAIRE		DATES	CODE	Coût
Lun	16 h 45 à 17 h 35	27 juillet au 10 août	PRIB1-11	123 \$
	17 h 45 à 18 h 35		PRIB1-12	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB1-13	
Mar	16 h 45 à 17 h 35	28 juillet au 11 août	PRIB1-21	
	17 h 45 à 18 h 35		PRIB1-22	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB1-23	
Mer	16 h 45 à 17 h 35	29 juillet au 12 août	PRIB1-31	
	17 h 45 à 18 h 35		PRIB1-32	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB1-33	
Jeu	16 h 45 à 17 h 35	30 juillet au 13 août	PRIB1-41	
	17 h 45 à 18 h 35		PRIB1-42	
	18 h 45 à 19 h 35		PRIB1-43	

MISE EN FORME AQUATIQUE – ÉTÉ**Ville de Boucherville**

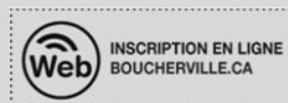
INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 10 juin 19 h, pour les résidents et à compter du 16 juin, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Avis important : Les cours de mise en forme aquatique nécessitent des efforts physiques. Lors de l'inscription, vous devez confirmer que votre médecin n'a pas émis d'avis contraire à cette activité.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**AQUAFORME (Être à l'aise en eau profonde)**

Exercices exécutés en eau peu profonde sur une musique entraînante visant l'amélioration des capacités cardiorespiratoires et musculaires.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	19 h 45 à 20 h 40	29 juin au 10 août	F-41	65 \$
Mer		1 ^{er} juillet au 12 août	F-42	

AQUAJOGGING (Être à l'aise en eau profonde)

Mouvements variés et stimulants sans impact au sol avec ceinture de flottaison fournie.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mar	19 h 45 à 20 h 40	30 juin au 11 août	J-41	67 \$

AQUAJOGGING AU SOLEIL – EN EAU PROFONDE* (Être à l'aise en eau profonde)

Avec ceinture de flottaison (fournie), mouvements variés et stimulants sans impact au sol.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	9 h à 9 h 55	29 juin au 10 août	JO-41	67 \$
Mar		30 juin au 11 août	JO-42	
Mer		1 ^{er} juillet au 12 août	JO-43	
Jeu		2 juillet au 13 août	JO-44	

AQUASOLEIL*

Exercices exécutés en eau peu profonde sur une musique entraînante visant l'amélioration des capacités cardiorespiratoires et musculaires.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	9 h à 9 h 55	29 juin au 10 août	SO-41	65 \$
Mar		30 juin au 11 août	SO-42	
Mer		1 ^{er} juillet au 12 août	SO-43	
Jeu		2 juillet au 13 août	SO-44	
Ven		3 juillet au 14 août	SO-45	

*Les séances annulées dues aux orages seront reportées durant la semaine du 17 août, à la même heure.

MISE EN FORME AQUATIQUE – ÉTÉ**Ville de Boucherville**

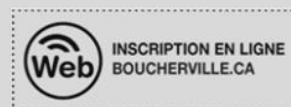
INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 10 juin 19 h, pour les résidents et à compter du 16 juin, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Avis important : Les cours de mise en forme aquatique nécessitent des efforts physiques. Lors de l'inscription, vous devez confirmer que votre médecin n'a pas émis d'avis contraire à cette activité.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**AQUASUP**

Exercices dynamiques et de stabilité pour améliorer l'équilibre, le cardio et le tonus musculaire.

Clientèle : Adolescents, adultes, aînés

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Jeu	19 h à 19 h 45	2 juillet au 13 août	SUP-41	68 \$

Préalable : Être à l'aise en eau profonde et savoir nager.

COMBOSUP

Combinaison du cours AquaSup avec cours d'aquaforme, d'aquajogging et d'entraînement en longueurs.

Clientèle : Adolescents, adultes, aînés

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Jeu	20 h à 21 h 05	2 juillet au 13 août	COSUP-41	80 \$

Préalable : Être à l'aise en eau profonde et savoir nager une distance de 100 m.

COURS PRÉNATAL

Ce cours s'adresse aux futures mamans qui ont complété 14 semaines de grossesse ou plus, et pour qui ce genre d'activité ne représente aucun risque.

Clientèle : Adultes

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	19 h 45 à 20 h 40	29 juin au 10 août	PN-41	65 \$
Mar	13 h à 13 h 55	30 juin au 11 août	PN-42	
Mer	19 h 45 à 20 h 40	1 ^{er} juillet au 12 août	PN-43	
Jeu	13 h à 13 h 55	2 juillet au 13 août	PN-44	

MISE EN FORME AQUATIQUE – ÉTÉ**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 10 juin 19 h, pour les résidents et à compter du 16 juin, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**NAGEUR ADOLESCENT/ADULTE (NIVEAUX 1 À 3)****PROGRAMME NAGER POUR LA VIE | SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**

Le module pour Adolescent/Adulte s'adresse tant aux adolescents qu'aux adultes qui commencent à nager qu'à ceux qui savent nager et qui veulent améliorer leurs styles de nage.

ADO : 13 à 17 ans | **ADU :** 16 ans et +

Adolescent/Adulte 1 :

Nagez de 10 à 15 m sur le ventre et sur le dos. Faites des entrées à l'eau en sautant à partir du bord de la piscine et récupérez des objets au fond de l'eau à la hauteur de la poitrine. Amélioration de votre condition physique et battements de jambes alternatifs par le biais d'entraînement par intervalles de 4 x 9 à 12 m.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Lun	19 h 45 à 20 h 35	29 juin au 10 août	ADO1-41	65 \$
			ADU1-41	
Mar	12h à 12 h 50	30 juin au 11 août	ADO1-42	
			ADU1-42	

Adolescent/Adulte 2 :

Progresser en effectuant deux entraînements par intervalles de 4 x 25 m, en battant des jambes au crawl et au dos crawlé. Exécutez des entrées en plongeant et vous serez capable de démontrer les bras de la brasse en utilisant la bonne technique de respiration sur une distance de 10 à 15 m. Nagez sur place de 1 à 2 minutes et faites des appuis renversés en eau peu profonde.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mar	19 h 45 à 20 h 35	30 juin au 11 août	ADO2-41	65 \$
			ADU2-41	
Mer	12 h à 12 h 50	1 ^{er} juillet au 12 août	ADO2-42	
			ADU2-42	

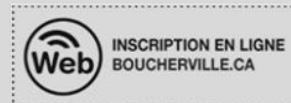
MISE EN FORME AQUATIQUE – ÉTÉ**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 10 juin 19 h, pour les résidents et à compter du 16 juin, 19 h, pour les non-résidents. Clientèle : 16 ans et +.

Absences : Une absence à un cours équivaut à un cours perdu.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**NAGEUR ADOLESCENT/ADULTE (NIVEAUX 1 À 3)****PROGRAMME NAGER POUR LA VIE | SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**

Le module pour Adolescent/Adulte s'adresse tant aux adolescents qu'aux adultes qui commencent à nager qu'à ceux qui savent nager et qui veulent améliorer leurs styles de nage.

ADO : 13 à 17 ans | **ADU** : 16 ans et +

Adolescent/Adulte 3 :

Apprenez le coup de pied rotatif alternatif, les sauts d'arrêts et les sauts compacts. Faites des entraînements sur 300 m et des sprints de 25 à 50 m. Maîtrisez votre crawl, votre dos crawlé et votre brasse.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Mer	19 h 45 à 20 h 35	1 ^{er} juillet au 12 août	ADO3-41	65 \$
			ADU3-41	
Jeu	12 h à 12 h 50	2 juillet au 13 août	ADO3-42	
			ADU3-42	

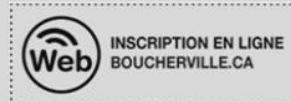
FORMATION NAGER POUR LA VIE**Ville de Boucherville**

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 10 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Particularités du cours : Vous pourrez choisir vous-même vos objectifs, afin d'améliorer votre condition physique dans son ensemble. Ce cours peut aussi vous permettre de maintenir la forme physique et de vous préparer aux cours de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

**FORME PHYSIQUE**

Ce module utilise une approche structurée fondée sur des principes et pratiques d'entraînement qui ont fait leurs preuves, comprenant l'entraînement par intervalles, les sprints et les nages sur grandes distances.

Clientèle : 10 ans et +

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT
Jeu	17 h 30 à 18 h 35	2 juillet au 13 août	FP10-41	80 \$
Sam	11 h 45 à 12 h 50	27 juin au 15 août	FP10-42	90 \$

FORMATION NAGER POUR LA VIE**Ville de Boucherville**ACCÈS-
LOISIRS

INSCRIPTION : En ligne au boucherville.ca, à compter du 10 juin, 19 h, pour les résidents et à compter du 15 juin, 19 h, pour les non-résidents.

Particularités du cours : Vous pourrez choisir vous-même vos objectifs, afin d'améliorer votre condition physique dans son ensemble. Ce cours peut aussi vous permettre de maintenir la forme physique et de vous préparer aux cours de sauvetage.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 449-8640, info Loisirs@boucherville.ca

INSCRIPTION EN LIGNE
BOUCHERVILLE.CA**FORME PHYSIQUE**

Ce module utilise une approche fondée sur des principes et pratiques d'entraînement qui ont fait leurs preuves, comprenant l'entraînement par intervalles, les sprints et les nages sur grandes distances.

Clientèle : 15 ans et +

	HORAIRE	DATES	CODE	COÛT
Jeu	19 h 30 à 20 h 35	2 juillet au 13 août	FP15-41	80 \$
Sam	11 h 45 à 12 h 50	27 juin au 15 août	FP15-42	90 \$

CLUB DE NATATION MUSTANG BOUCHERVILLE

INSCRIPTION : En ligne au cnmustang.com dès le 14 mars, 19 h (membre) et 21 mars, 19 h (tous). Carte Accès-Boucherville obligatoire.

Lieu : Complexe aquatique Laurie-Eve-Cormier

Renseignements : 450 274-1134, coordonnatrice@cnmustang.com

ACCÈS-
LOISIRS**ACADÉMIE MUSTANG (ÉVALUATION OBLIGATOIRE POUR LES NOUVEAUX NAGEURS)**

Les programmes de l'Académie Mustang consistent en un apprentissage des habiletés de base de la natation dans un environnement axé sur le plaisir de nager.

Niveau : Bronze

	HORAIRE	DATES	COÛT
Mar/Jeu	16 h 15 à 17 h 15	31 mars au 11 juin	voir site web

Préalable : Niveau bronze du programme Olympique junior

Renseignement : Pour évaluation, s'adresser à coordonnatrice@cnmustang.com

CLUB D'ÉTÉ NOVICE ET AVANCÉ (SAVOIR NAGER)

Le club d'été de Natation Mustang s'adresse aux jeunes nageurs qui souhaitent améliorer leur technique de natation et s'entraîner un peu pendant l'été.

Groupe 1 novice : Nageurs débutants en natation compétitive (niveau argent ou évaluation obligatoire)

	HORAIRE	DATES	COÛT
Lun/Mer/Ven	13 h à 14 h	29 juin au 7 août	voir site web

Groupe 2 novice : Nageurs expérimentés dont les compétitions sont terminées.

	HORAIRE	DATES	COÛT
Lun au ven	13 h à 14 h 30	29 juin au 7 août	voir site web

DÉCOUVRIR LE PATRIMOINE DE BOUCHERVILLE

De concert avec la Société d'histoire des Îles-Percées et la Société du patrimoine de Boucherville, la Ville de Boucherville vous invite à la découverte des attraits patrimoniaux, témoins de plus de 350 ans d'histoire.

DES RESSOURCES POUR GUIDER VOTRE VISITE...

• VISITES GUIDÉES

De l'église Sainte-Famille et du Vieux-Boucherville par la Société d'histoire des Îles-Percées.

Renseignements :

Louise Jodoin, 514 653-1228
louise.jodoin@histoireboucherville.org
histoireboucherville.org



• LES CHRONIQUES DE BOUCHERVILLE

Série balado sur l'histoire de la ville: boucherville.ca/leschroniquesdeboucherville



• CAHIER D'HISTOIRE ET DE COLORIAGE (\$)

Disponible à la bibliothèque, au Café centre d'art et à la maison dite Louis-Hippolyte-La Fontaine.

• CIRCUIT PATRIMONIAL

Le circuit propose un parcours sillonnant les rues du Vieux-Boucherville.

Il vous permettra de découvrir la richesse du patrimoine bâti ainsi que les différents attraits qui ont façonné l'histoire locale.

Disponible dans les différents édifices municipaux.



450 449-8651, boucherville.ca/circuit-patrimonial

DES ORGANISMES AU CŒUR DE L'HISTOIRE...

Pour rendre hommage et célébrer plus de 350 ans d'histoire à Boucherville, deux organismes participent activement à promouvoir et à mettre en valeur l'histoire et le patrimoine de la ville.

LA MÉMOIRE D'UNE COLLECTIVITÉ!



Passionnée de l'histoire locale, de l'histoire des familles et de la connaissance du patrimoine de Boucherville, la **Société d'histoire des Îles-Percées** regroupe les amateurs d'histoire et de généalogie afin de perpétuer la mémoire collective et favoriser la recherche et la publication d'ouvrages. Les dons de toutes sortes sont acceptés. Dans le but de stimuler l'intérêt de la population pour l'histoire de Boucherville, la Société d'histoire des Îles-Percées propose une série d'activités et de ressources documentaires, notamment accessible par le biais de la Maison d'histoire de Boucherville:

- Publications et documents d'archives
- Source d'informations historiques
- Présentations historiques dans les écoles

Renseignements :

histoireboucherville.org

POUR PRÉSERVER L'HÉRITAGE...



Engagée dans la communauté à protéger un héritage qui prend place depuis plus de 350 ans, la **Société du patrimoine de Boucherville** contribue activement à la préservation et à la mise en valeur du patrimoine architectural, religieux, culturel et naturel de Boucherville. Quelques-unes des réalisations et activités qui témoignent de cet engagement :

- Restauration du vitrail de la famille Boucher
- Concerts-bénéfice, conférences et expositions
- Protection des biens mobiliers et immobiliers dont les vestiges de la villa De La Broquerie
- Érection de monuments et plaques commémoratives
- Remise du prix du Mérite patrimonial
- Publications et documents d'archives

Renseignements :

secretaire@patrimoineboucherville.com
patrimoineboucherville.com

L'HISTOIRE ET LE PATRIMOINE VOUS INTÉRESSENT? Bienvenue aux nouveaux membres!

Société d'histoire des Îles-Percées: individuelle: 30\$/année

Société du patrimoine de Boucherville: individuelle: 10\$/année • corporative: 25\$/année



Consultez le **Carnet culturel été 2026** distribué dans toutes les résidences de Boucherville à la fin du mois d'août et en ligne au boucherville.ca, pour connaître la programmation culturelle.

- Programme d'animations et de services de la bibliothèque
- Programmation du Café centre d'art
- Diffusion des organismes
- Expositions
- Événements culturels
- Maison dite Louis-Hippolyte-La Fontaine

UN MILIEU DE VIE AU CŒUR DU VIEUX-BOUCHERVILLE

VITRINE SUR LES ARTS • ESPACE DE CRÉATION • PROGRAMMATION CULTURELLE
LIEU DE RENCONTRES • MÉDIATION CULTURELLE • EXPOSITIONS



Billetterie en ligne

Consultez le boucherville.ca/billetterie pour tous les détails.
Info-billetterie: 450 449-8640

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi:

9h à 21h

Samedi: 9h à 16h

Dimanche: 10h à 16h

Jours fériés: FERMÉ

FERMÉ

Pâques: 3 et 6 avril

**Journée nationale
des Patriotes:** 18 mai

Fête nationale: 24 juin

Fête du Canada:

1^{er} juillet

Visitez le
boucherville.ca/ccart.



**VENEZ PROFITER
DES ACTIVITÉS ARTISTIQUES
AU CAFÉ CENTRE D'ART**



boucherville.ca/ccart



**Consultez
le Carnet culturel
été 2026**

distribué à la fin du mois
de mai pour obtenir
plus de détails sur
le programme d'animation.



HORAIRE RÉGULIER

Lundi au mercredi
10h à 21h

Jeudi et vendredi
12h à 21h

Samedi et dimanche
10h à 17h

PÂQUES

Ouvert :

3 et 6 avril, 13h à 17h

4 avril, 10h à 17h

Fermé : 5 avril

JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES

Ouvert : 18 mai, 13h à 17h

FÊTE NATIONALE

Fermé : 24 juin

FÊTE DU CANADA

Fermé : 1^{er} juillet

Une collection riche et diversifiée

La bibliothèque offre plus de 150 000 documents en français, en anglais et en espagnol :

- Livres papier et numériques
- Revues et journaux
- Bandes dessinées
- CD, DVD et jeux vidéo
- Bases de données et ressources numériques
- Collections patrimoniales et généalogiques
- Jeux de société, télescopes, partitions musicales... et plus encore !

Retrouvez nos collections et nos ressources numériques dans notre catalogue.



Bibliothèque Montarville-
Boucher-De La Bruère

RENSEIGNEMENTS

450 449-8650, bibliotheque@boucherville.ca
boucherville.ca/bibliotheque

CARNET

CULTUREL

2026

Consultez le Carnet culturel été 2026

distribué à la fin du mois
de mai pour obtenir
plus de détails sur
le programme d'animation.

Service d'aide aux devoirs pour adolescents

Tous les mardis, 15 h 30 à 17 h 30

Jusqu'à la fin de l'année scolaire, un tuteur qualifié de l'entreprise *Tutorax* est présent sur place pour accompagner les élèves du secondaire dans l'accomplissement de leurs devoirs. Les élèves sont invités à se rendre au Quartier B, à la bibliothèque.



biblioclub.ca

Biblio Club

Mystères ET enquêtes

À partir du 20 juin, inscrivez
votre enfant au **BiblioCLUB**
et profitez d'une multitude d'activités
autour du livre et de la lecture!



Vente de livres usagés

Découvrez notre sélection
de livres en vente
tout au long de l'année!

**CLUB DE SCRABBLE « A BOUCH-B »**

INSCRIPTION : Sur place, avant chaque séance. Veuillez arriver au moins 20 minutes à l'avance. Aucun préalable.

La formule du scrabble duplicata permet à tout le monde de jouer, à chaque coup, en même temps, avec les mêmes lettres. Vous améliorerez vos performances tout en apprenant de nouveaux mots.

Lieu : Salle paroissiale Sainte-Famille

Renseignements : Alain Beauregard, 579 723-1820, a.beauregard@videotron.ca

SCRABBLE DUPLICATA

Venez jouer au scrabble en formule duplicata !

Clientèle : Tous



HORAIRE		DATES	COÛT
Mer	19 h 30 à 22 h	À l'année	4 \$/séance

**THÉÂTRE JANKIJOU**

INSCRIPTION : En ligne au jankijou.com, page « Inscription »

Pour que l'inscription soit valide, le paiement d'une activité doit être effectué **AVANT** le début de l'activité. Pour plus de détails, veuillez consulter la page « Inscription » du site de Jankijou.

Le Théâtre Jankijou existe depuis 1990. Il permet à ses membres de vivre une expérience théâtrale complète en touchant à plusieurs aspects d'une production théâtrale, selon les talents et les intérêts des participants. Venez vivre la passion du théâtre avec nous et découvrez les joies de la scène, que vous soyez acteur, metteur en scène, costumier ou technicien. Chaque membre a l'opportunité de s'épanouir dans un environnement créatif et collaboratif.

Lieu : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois

Renseignements : Mario Gladu, 514 605-2599, jankijou@hotmail.com

**ATELIERS DE THÉÂTRE**

Vous vous demandez si le théâtre pourrait vous captiver ? Nos ateliers de théâtre de cette session sont l'occasion idéale pour explorer cet art fascinant. Plongez dans l'univers des personnages à travers des jeux d'interprétation dynamiques et enrichissants.

Ne manquez pas cette chance de développer vos talents artistiques et de vivre des moments mémorables.

Inscrivez-vous dès maintenant ! Notez qu'un minimum de 8 participants est requis pour que l'activité ait lieu.

Clientèle : Adulte | **Niveau :** Tous



HORAIRE		DATES	COÛT	ANIMATION
Mer	19 h à 22 h	12 mars au 14 mai	150 \$*	Patrick D. Campbell

Préalable : Paiement avant le début de l'activité et carte Accès-Boucherville valide durant toute la durée de la session.

S'engager

Apprendre



Échanger



Contribuer

Découvrir

Agir

ACTIVITÉS

Samedi 4, 11, 18 et 25 avril | 9 h 15 à 11 h 15

Ateliers de mécanique de vélo

Devenez plus autonomes à travers cette série d'ateliers pratiques pour réparer et entretenir votre vélo.

- Atelier 4 avril : Ajuster sa posture à vélo et réparer une crevaison
- Atelier 11 avril : Réparer et régler ses freins mécaniques de vélo
- Atelier 18 avril : Réparer et régler ses vitesses arrière de vélo
- Atelier 25 avril : Installer un accessoire sur son vélo

Clientèle: à partir de 16 ans

Inscription : 20 \$ par atelier.

Inscriptions en ligne au inscriptions.boucherville.ca

Ce projet est réalisé grâce au soutien financier du gouvernement du Québec dans le cadre du Programme d'aide Mobilisations



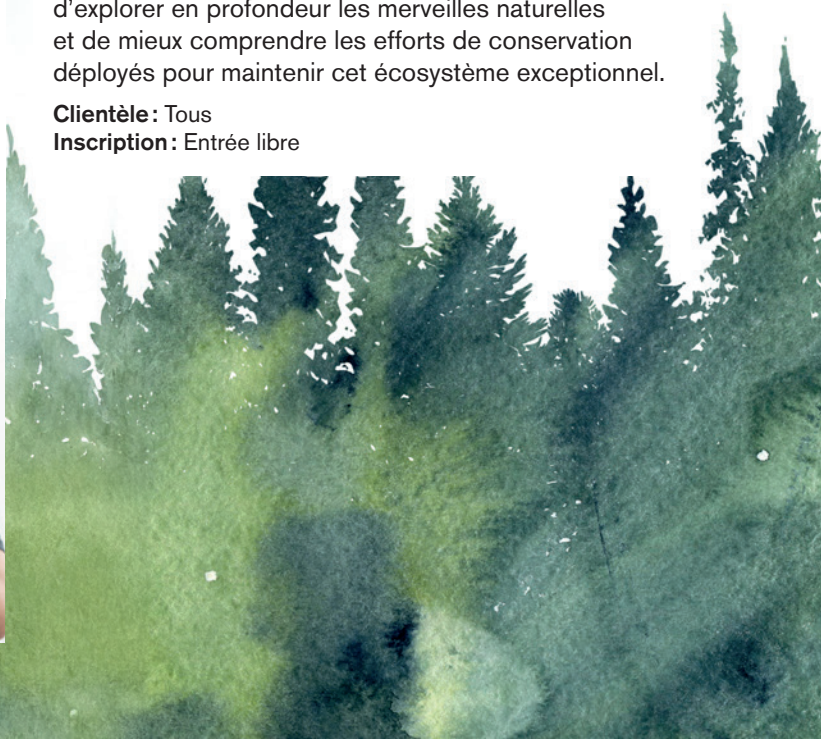
Samedi 9 mai | 10 h à 15 h

Découverte du parc de la Frayère

Laissez libre cours à votre curiosité et partez à la découverte des trésors cachés du parc de la Frayère. Promenez-vous d'un kiosque à l'autre dans ce cadre enchanteur et apaisant, où vous aurez l'occasion de rencontrer et d'échanger avec les divers organismes dévoués à la protection et à la préservation du site. Des visites guidées seront organisées sur place, vous offrant ainsi l'opportunité d'explorer en profondeur les merveilles naturelles et de mieux comprendre les efforts de conservation déployés pour maintenir cet écosystème exceptionnel.

Clientèle: Tous

Inscription: Entrée libre





**Samedi 23 mai | 10h à 14h | Bibliothèque
Montarville-Boucher-De La Bruère
Journée de l'environnement**

Venez discuter avec des exposants et assister à des animations et des activités sur diverses thématiques environnementales. Des végétaux et des semences pour favoriser la biodiversité seront aussi offerts gratuitement aux citoyens.

Consulter la programmation complète dans le calendrier des événements au boucherville.ca

Clientèle: Tous

Inscription: Entrée libre, certaines activités à places limitées

**Samedi 23 mai, dimanche 31 mai et samedi
6 juin | Cour d'école Antoine-Girouard
Cours de vélo**

- 8 h00 - 9 h 15 : jeunes 3-15 ans
- 9 h 30 - 10 h 45 : jeunes 3-15 ans
- 11 h00 - 12 h 30 : adultes

À travers des jeux et des défis adaptés à chaque groupe d'âge, les participants — débutants ou ayant une expérience de base — auront l'occasion de développer leurs habiletés à vélo et de renforcer leur confiance. Vélos et casques fournis.

Inscription: 10\$ par atelier.

Inscriptions en ligne au inscriptions.boucherville.ca

Ce projet est réalisé grâce au soutien financier du gouvernement du Québec dans le cadre du Programme d'aide Mobilisations



Consultez le site web pour vous prévaloir des différents programmes de subvention en place pour soutenir un mode de vie écoresponsable !

Consultez le calendrier des événements au boucherville.ca pour connaître les dates de distribution de paillis et de compost ainsi que la programmation complète.

*Des questions sur la programmation en environnement ?
Info.Environnement@boucherville.ca, 450-449-8113*



COLLECTIF21 | AGRICULTURE URBAINE

INSCRIPTION : Pour participer aux activités de la saison 2026, veuillez remplir le formulaire d'inscription en ligne : site.collectif21.org/inscription.

Préalable à l'inscription : Capacité physique à jardiner et disponibilité pour participer à quelques séances de jardinage mensuelles (jour, soir ou fin de semaine).



Le Collectif 21 Agriculture urbaine vise à favoriser l'engagement des citoyens et citoyennes de Boucherville dans l'appropriation de leur territoire nourricier. Il applique les principes de l'agriculture biologique, de la permaculture et de la forêt nourricière et développe le potentiel nourricier du territoire tout en contribuant à la réduction de l'empreinte écologique de notre communauté.

Note : La cotisation annuelle permet au membre de participer à toutes les séances de jardinage, activités de glanage et autres activités sociales organisées par le C21. Bien qu'il soit recommandé d'avoir son propre matériel de jardinage, des outils sont mis à la disposition des membres du jardin.

Lieu : Jardin Collectif21, chemin de la Côte-d'en-Haut, Boucherville/Varenes.

L'exploitation du jardin collectif intermunicipal Boucherville-Varenes est réservé aux membres.

Renseignements : site.collectif21.org

JARDINAGE ET GLANAGE

Les jardiniers et jardinières du C21 créent un écosystème nourricier en suivant les principes de la permaculture et de l'agriculture régénératrice. Ce jardin collectif renforce la résilience alimentaire en partageant les récoltes avec les membres et les organismes de sécurité alimentaire. Des activités de glanage seront proposées à Boucherville et dans les environs. Il sera aussi possible de jardiner à la nouvelle halte nourricière près du marché public De Montbrun. Les membres peuvent participer librement aux séances et activités organisées par le C21.

Clientèle : Tous, **Niveau :** Tous

HORAIRE		DATE	COÛT
Mar/Jeu	18 h à 20 h	Mai à septembre	50 \$*
Sam	13 h 30 à 16 h 30		

*L'adhésion permet au membre de participer à toutes les séances, y compris les activités de glanage.

L'horaire peut varier selon l'ensoleillement et la météo.

QUEL EST TON STYLE DE MONITEUR ?



POSTES RÉGULIERS

MONITEUR*

Planifier des activités, les présenter de façon amusante, y participer et y prendre plaisir, tout en s'assurant de la sécurité et du bien-être des jeunes.

ÉQUIPE ACCUEIL*

Accueillir de façon dynamique et courtoise les enfants et les parents lors des périodes d'arrivée et de départ.

ÉQUIPE SERVICE DE GARDE*

Animer des activités lors de la période de service de garde et prévoir le matériel nécessaire à celles-ci.

POSTE SPÉCIALISÉ

AGENT D'INTÉGRATION**

Accompagner les enfants à besoins particuliers pour favoriser leur intégration et leur participation au camp régulier, en veillant à leur encadrement dans le respect de leurs besoins et de leurs limites, tout en garantissant leur sécurité.

Plusieurs préalables sont requis pour ce poste et un curriculum vitae est exigé.

* Avoir terminé sa 4^e secondaire en 2026.

** Avoir terminé sa 5^e secondaire en 2026.

HORAIRE

8 JUIN AU 21 AOÛT

Lundi au vendredi • Jusqu'à 40 h / semaine

Formation pré-camp obligatoire

Être disponible tout l'été et pour les formations.

**POSE TA CANDIDATURE
AVANT LE 29 MARS**

BOUCHERVILLE.CA/DEVIENSMONITEUR



ENTREVUE DE GROUPE 9 OU 11 AVRIL

AVANTAGES

- Soirs et fins de semaine libres
- Horaire flexible
- Possibilité de prendre deux semaines de vacances
- Formation professionnelle complète et rémunérée
- Salaire compétitif
- Accès gratuit aux activités libres de la Ville pendant toute la durée de l'emploi

RÉPERTOIRE
DES ORGANISMES

D'EN TRA IDE

DE BOUCHERVILLE

Découvrez, grâce à ce guide détaillé,
les organismes d'entraide et les groupes
de soutien présents sur le territoire.

Consultez le répertoire au
boucherville.ca/repertoire-organismes



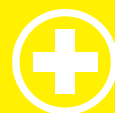
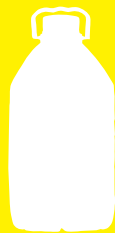
PROGRAMME SECOURS ADAPTÉ

ÉPROUVEZ-VOUS DES DIFFICULTÉS
À VOUS DÉPLACER ?

En cas d'urgence, les pompiers et policiers sauront exactement
où vous trouver et comment vous aider, grâce à un dossier
personnalisé. Ce service gratuit s'adresse aux personnes âgées,
en situation de handicap ou utilisant une canne,
un déambulateur ou une marchette.

Inscrivez-vous dès maintenant :

longueuil.quebec/fr/formulaire-secours-adapte



BOUCHERVILLE.CA/72



Le Centre d'action bénévole de Boucherville engage et mobilise des bénévoles pour répondre aux besoins concrets et créer des liens dans la communauté.

Le lien entre l'élan d'engagement et le besoin de soutien.

Grâce aux engagements des bénévoles, nous soutenons les citoyen-ne-s de Boucherville à travers une gamme de services:

Soutien aux personnes de 50 ans et +

Menus travaux à domicile

Soutien aux proches aidants

Relations amicales

Accompagnement transport

Aide aux formulaires et impôts

Activités sociales et culturelles

Services alimentaires – Popote roulante

Et plus encore!

Contactez-nous:

11, rue Louis-H.-La Fontaine Nord, Boucherville – 450 655-9081 – info@cabboucherville.ca
www.cabboucherville.ca



Maison du bénévolat



Située au coeur du Vieux-Boucherville
11, rue Louis-H.-La Fontaine Nord

La Maison du bénévolat de Boucherville est un endroit rassembleur, mobilisateur et accueillant.

Vous y trouverez quatre organismes communautaires de Boucherville :

- **Centre d'action bénévole de Boucherville (CABB)**
Bénévolat, soutien aux personnes âgées et aux personnes proches aidantes, popote roulante et plus encore!
- **Comité d'entraide de Boucherville (CEB)**
Comptoir alimentaire
- **Les Filles d'Isabelle de Boucherville**
Friperie familiale
- **Les Chevaliers de Colomb**
Activités sociales et de financement



INSCRIPTION : En ligne au autismemonteregie.org.

Autisme Montérégie est un organisme à but non lucratif spécialisé en trouble du spectre de l'autisme et mandaté par le ministère de la Santé et des Services sociaux. Il soutient les personnes autistes et leurs familles en Montérégie pour améliorer leur qualité de vie.

Préalable : Être une personne autiste ou membre de sa famille et habiter en Montérégie.

Note : Certaines activités s'adressent à la population générale. Le diagnostic n'est pas obligatoire pour avoir accès à nos services.

Lieu : 755, chemin du Coteau-Rouge, bureau 210, Longueuil

Renseignements : 450 646-2742, p. 0, 1 888 424-1212,
administration@autismemonteregie.org, autismemonteregie.org



ATELIERS POUR PARENTS D'ADOLESCENTS | Réservé aux membres

Trois ateliers destinés uniquement aux parents dont l'adolescent nécessite un soutien léger à modéré. Trois thèmes seront abordés lors de ces ateliers virtuels : la communication, l'autonomie et les relations sociales et amoureuses à l'adolescence.

Clientèle : Parents d'adolescents autistes

	HORAIRE	DATES	COÛT	ANIMATION
Mer	19 h à 21 h	8 avril au 6 mai	25 \$/membre	Valérie Payeur

En virtuel | 3 ateliers : 8 et 22 avril, 6 mai

CAMP DE JOUR ADAPTÉ (DI/TSA) ET CAMP DE JOUR RÉGULIER | INTERMÉDIAIRE

Cette formation est un véritable atout pour les animateurs de camps de jour adaptés pour personnes autistes, avec ou sans déficience intellectuelle, et pour les accompagnateurs expérimentés dans ce domaine. Elle est également idéale pour les accompagnateurs de camps réguliers ayant des connaissances et/ou de l'expérience en autisme.

Clientèle : Personnes voulant devenir animateurs ou accompagnateurs en camps de jour

	HORAIRE	DATE	COÛT	ANIMATION
Dim	9 h à 15 h	21 juin	25 \$/pers.	Claudiane Coutu Arbour

En virtuel

Note : Pour les inscriptions de groupe, communiquer avec la réception d'Autisme Montérégie.

CAMP DE JOUR RÉGULIER | L'ABC DE L'AUTISME

Cette formation adaptée à la réalité des camps de jour s'adresse aux accompagnateurs d'enfants autistes. Axée sur la compréhension des besoins derrière les comportements, la formation permet de mieux cibler les stratégies en vue d'obtenir une meilleure collaboration avec la personne autiste.

Clientèle : Personnes voulant devenir animateurs ou accompagnateurs en camps de jour réguliers

	HORAIRE	DATE	COÛT	ANIMATION
Mer	18 h 30 à 21 h 30	18 juin	30 \$/pers.	Claudiane Coutu Arbour

En virtuel

Note : Pour les inscriptions de groupe, communiquer avec la réception d'Autisme Montérégie.



AUTISME MONTÉRÉGIE

INSCRIPTION : En ligne sur autismemonteregie.org.

Préalable : Être une personne autiste ou un membre de sa famille.

Renseignements : 450 646-2742, p. 0, 1 888 424-1212,
administration@autismemonteregie.org, autismemonteregie.org



COMMENT EXPLIQUER MON AUTISME À MON ENTOURAGE*

Trois ateliers virtuels destinés aux adultes ayant un diagnostic d'autisme et résidant en Montérégie. Les sujets abordés incluent : suis-je prêt à parler de mon diagnostic, quelles sont mes attentes en lien avec l'annonce de mon diagnostic, comment me préparer pour en parler, et quelles peuvent être les réactions de mon entourage.

Clientèle : Personne autistes 18 ans et +, avec un diagnostic et résidant en Montérégie

HORAIRE		DATES	COÛT	ANIMATION
Lun	19 h à 21 h	20 avril au 1 ^{er} juin	20 \$/membre 35 \$/non-membre	Isabelle Amyot et Josée Brisson

En virtuel | *Cette formation est offerte grâce au soutien financier des CISSS de la Montérégie.

FORMATION EXCLUSIVE AUX GARDIENS À DOMICILE : COMMENT CRÉER UN LIEN ET RENDRE MA PÉRIODE DE GARDE PLUS LUDIQUE*

Cette formation fournit aux participants des outils pour identifier les forces et intérêts des personnes autistes, favorisant ainsi une période de garde plus stimulante et ludique. Elle contribue à créer un environnement où les personnes autistes se sentent comprises, soutenues et encouragées à s'engager dans des activités qui leur plaisent et répondent à leurs besoins.

Clientèle : Personnes qui offrent ou qui veulent offrir du répit à domicile en autisme

HORAIRE		DATE	COÛT	ANIMATION
Jeu	18 h 30 à 21 h 30	19 mars	15 \$/pers.	Claudiane Coutu Arbour

En virtuel | *Cette formation est offerte grâce au soutien financier des CISSS de la Montérégie.

FORMATION EXCLUSIVE AUX GARDIENS : MIEUX COMPRENDRE ET PRÉVENIR LES CRISES EN CONTEXTE DE RÉPIT À DOMICILE.

La formation animée par une ressource expérimentée permet de mieux comprendre les besoins derrière certains comportements difficiles, et ainsi de mieux les prévenir. Parmi les sujets abordés : les crises, la désorganisation et les enjeux lors des transition chez la personne autiste.

Clientèle : Personnes qui offrent ou qui veulent offrir du répit à domicile en autisme

HORAIRE		DATE	COÛT	ANIMATION
Jeu	18 h 30 à 21 h 30	4 juin	15 \$	Claudiane Coutu Arbour

En virtuel | Date limite d'inscription : 1er juin

AUTISME MONTÉRÉGIE

INSCRIPTION : En ligne sur autismemonteregie.org.

Préalable : Être une personne autiste ou un membre de sa famille.

Renseignements : 450 646-2742, p. 0, 1 888 424-1212,
administration@autismemonteregie.org, autismemonteregie.org

**DISTINGUER L'ADOLESCENCE DU TSA**

L'adolescence est souvent source de questionnement et d'inquiétude pour les parents d'un enfant autiste. Comment distinguer ce qui relève du TSA et ce qui appartient à l'adolescence ? Comment bien soutenir son enfant pendant cette transition, et l'aider à devenir plus autonome ? La formation présente les problématiques les plus fréquentes chez les ados autistes.

Clientèle : Famille et entourage d'une personne autiste

	HORAIRE	DATES	COÛT	ANIMATION
Sam	9 h 30 à 13 h	14 mars	35 \$/membre 70 \$/non-membre	Valérie Payeur

En virtuel | Date limite d'inscription : 11 mars

LES CRISES ET LES COMPORTEMENT DIFFICILES

La formation animée par une ressource expérimentée permettra à l'entourage des enfants et adolescents autistes de mieux comprendre les besoins derrière certains comportements difficiles, et ainsi de mieux les prévenir. Parmi les sujets abordés : les crises et la désorganisation chez la personne autiste.

Clientèle : Famille et entourage d'une personne autiste

	HORAIRE	DATES	COÛT	ANIMATION
Sam	8 h 30 à 14 h 30	18 avril	35 \$/membre	Claudiane Coutu Arbour

En virtuel | Date limite d'inscription : 15 avril

ÉCRANS ET TECHNOLOGIE NUMÉRIQUE : COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER SON ENFANT

Cet atelier a pour but de mieux comprendre les impacts psychosociaux liés à l'univers numérique chez les jeunes et adolescents autistes. La théorie vulgarisée s'allie à des activités de réflexion et à des outils pratiques tout au long de l'activité.

Clientèle : Parents, entourage et intervenant d'un jeune autiste

	HORAIRE	DATES	COÛT	ANIMATION
Sam	9 h à 12 h	9 mai	25 \$/membre 60 \$/non-membre	Elsa Brais-Dussault Claudiane Coutu Arbour

En virtuel | Date limite d'inscription : 6 mai

**AUTISME MONTÉRÉGIE****INSCRIPTION** : En ligne sur autismemonteregie.org.**Préalable** : Être une personne autiste ou un membre de sa famille.**Renseignements** : 450 646-2742, p. 0, 1 888 424-1212,
administration@autismemonteregie.org, autismemonteregie.org**STRATÉGIES POUR PARENTS ESSOUFFLÉS | Réservé aux membres**

En tant que parent d'enfant autiste, avez-vous l'impression d'être essoufflé par la charge mentale, la fatigue et les responsabilités ? Ces ateliers pour offrent l'occasion de faire une pause et de choisir des stratégies qui correspondent à votre réalité.

Clientèle : Parent d'enfant/adolescent/adulte autiste

	HORAIRE	DATE	COÛT	ANIMATION
Jeu	19 h à 21 h	12 mars au 23 avril	25 \$/membre	Josée Brisson

En virtuel | 4 ateliers : 12 et 26 mars, 9 et 23 avril

UNE PERSONNE AUTISTE DANS MA FAMILLE | Ne s'adresse pas aux parents

Atelier interactif offrant un cadre bienveillant et informatif sur les enjeux et impacts liés à l'autisme.

Clientèle : Famille élargie d'une personne autiste, résidant ou non en Montérégie

	HORAIRE	DATE	COÛT	ANIMATION
Sam	9 h à 15 h	2 mai	25 \$/pers.	Sophie Plaisance Josée Brisson

En présentiel : Longueuil

CORPS DE CADETS DE L'ARMÉE 750 L'ESCAUT DE BOUCHERVILLE**INSCRIPTION EN LIGNE** : www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/cadets-rangers-juniors-canadiens/cadets/rejoignez-nous/outil-inscription-en-ligne

Depuis 1976, le Corps de cadets 750 l'Escaut de Boucherville accompagne les jeunes dans leur développement en leur permettant d'acquérir des compétences qui renforcent leur confiance et les préparent à l'âge adulte. Un soir par semaine, les cadets vivent des activités enrichissantes comme le plein air, la musique, et des ateliers de leadership dans un environnement sécuritaire, stimulant et bienveillant, axées sur la camaraderie, le respect et l'engagement citoyen.

Préalable : Être âgé entre 12 et 18 ans.**Lieu** : Sous-sol de l'église Saint-Sébastien**Renseignements** : Lieutenant Musamu Yannis Mbuyi, 514 839-6574, 750Armée@cadets.gc.ca

	HORAIRE	DATES	COÛT
Ven	18 h 25 à 21 h 05	16 janvier au 27 février, 13 au 27 mars et 10 avril au 22 mai	Gratuit

PROGRAMME DE MUSIQUE

	HORAIRE	DATES	COÛT
Lun	18 h 15 à 21 h	12 janvier au 25 mai	Gratuit

CJE MARGUERITE-D'YOUVILLE**INSCRIPTION : 450 449-9541, info@cjemy.org****Lieu :** Dans les locaux du CJEMY, au 95 boulevard de Mortagne**Renseignements :** Amélie Coulombe-Frigon, 450 449-9541, cjemy.org**L'ESPACE M.Y., PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS ESTIVALES**

Profite de la période estivale pour développer tes compétences et découvrir des intérêts.

De l'implication sociale aux saines habitudes de vie, le CJEMY t'offre une programmation d'activités diversifiées et formatrices. Consulte notre site web pour la programmation complète.

Inscription au : cjemy.com/services/lespacemy

Clientèle : 18 à 35 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au mer	9h à 12h et 13 h à 15 h	À l'année	Gratuit

Note : Plusieurs lieux disponibles, transport possible.

VIENS CUISINER AVEC LE CJEMY ET DÉCOUVRE NOS CUISINES COLLECTIVES !

Planifie des menus, cuisine des repas équilibrés en groupe et partage les tâches. Repars avec des plats délicieux, prêts à déguster chez toi. Le tout, gratuitement ! Développe tes compétences culinaires, rencontre d'autres jeunes, mange mieux sans te ruiner et adopte des habitudes durables.

Clientèle : Moins de 35 ans, ouvert à tous !

HORAIRE		DATES	COÛT
Jeu	13 h à 16 h	À l'année	Gratuit

Note : Places limitées ! Contacte-nous au 450 449-9541 ou info@cjemy.org avant de te présenter

CADETS DE L'AIR, ESCADRON 711 PIERRE-BOUCHER

INSCRIPTION : En personne au Centre multifonctionnel Francine-Gadbois les jeudis soirs ou au inscription.cadets.gc.ca/demarrer.html (choisir l'Escadron 711 Pierre-Boucher).

Apprendre, Servir et Progresser ! L'Escadron 711 Pierre-Boucher accompagne les jeunes de 12 à 18 ans dans leur développement, en stimulant l'intérêt pour l'aviation, le leadership et le civisme.

Le programme forme des citoyens responsables et de futurs leaders, tout en offrant des activités variées comme la musique, le pilotage, la marche militaire et l'aéromodélisme.

Préalable : Avoir 12 ans au moment de l'inscription.

Note : Activité gratuite, aucun frais d'inscription.

Lieu : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois, salle polyvalente

Renseignements : Patricia Vandal au 438 828-8352, 711aviation@cadets.gc.ca



Clientèle : 12 à 18 ans | **Niveau :** Tous

HORAIRE		DATES	COÛT
Jeu	18 h 30 à 21 h 30	Jusqu'à juin de l'année en cours	Gratuit

Note : L'uniforme est fourni gratuitement et doit être retourné à la fin de l'inscription.



COMITÉ D'ALLAITEMENT MATERNEL - CALM



INSCRIPTION : En ligne au allaitementcalm.org, en tout temps. Toutes les activités seront virtuelles et les places sont limitées.

Le Comité d'allaitement maternel CALM est un organisme communautaire ayant pour mission d'accueillir, renseigner et accompagner les familles en période périnatale au sujet de l'allaitement maternel et la transition vers la parentalité. Notre programmation s'adresse aux futurs et nouveaux parents. Bienvenue à la famille élargie et aux professionnels de la petite enfance.

Renseignements : 1463, boul. Lionel-Boulet local 101-B, 514 924-2919, info@allaitementcalm.org, facebook.com/allaitementCALM, allaitementcalm.org

ATELIER SUR LES BESOINS DU NOUVEAU-NÉ ET L'ALLAITEMENT (*3^e mardi du mois)

Atelier interactif qui a pour objectif le partage d'informations sur les facteurs facilitant l'allaitement par rapport aux besoins du nouveau-né. Bienvenue en pré et postnatale, seule ou avec son partenaire.

Clientèle : Nouveaux parents

	HORAIRE	Coût
Mar*	19 h à 21 h	Gratuit

HALTE-ALLAITEMENT

Rencontre informelle et sans inscription pour les parents, avec la présence d'une marraine d'allaitement, d'une consultante en lactation IBCLC et d'une intervenante périnatale pour échanger sur l'allaitement ou tout simplement pour discuter de la parentalité.

Clientèle : Nouveaux parents

	HORAIRE	Coût
Ven	13 h à 15 h	Gratuit

MOMENTS CALM

Nos conférences mensuelles sur la parentalité sont de retour en présentiel yeah ! Un sujet différent à chaque mois : DME, langage des signes, sommeil du bébé, la sexualité, l'intégration en garderie, les pleurs et les crises. Visitez notre site pour trouver le sujet de la conférence du mois en cours.

Clientèle : Nouveaux parents

	HORAIRE	Coût
	Variable	Gratuit

PARCOURS BLEU (8 rencontres Zoom)

L'arrivée du bébé engendre des difficultés qui te paraissent insurmontables ? Tu as du mal à trouver le bonheur dans ton nouveau rôle de mère ? Tu n'es pas seule ! Rejoins le Parcours Bleu-Groupe d'entraide.

Clientèle : Mères et bébé de 0-2 ans

	HORAIRE	Coût
Mer	13 h à 14 h 30	Gratuit

RENCONTRES PRÉNATALES (*Chaque mois; série de 5 rencontres Zoom)

Thèmes abordés entre autres : grossesse, préparation à l'accouchement, plan de naissance, gestion de la douleur, rôle du partenaire, soins au bébé, allaitement, matrescence et retour à la maison.

Clientèle : Femme enceinte et son/sa partenaire pour préparer l'arrivée de bébé

	HORAIRE	Coût
Mer*	19 h à 21 h	Gratuit



COMITÉ D'ENTRAIDE DE BOUCHERVILLE (CEB)

Le Comité d'entraide de Boucherville a pour mission de soutenir les citoyens de Boucherville en situation financière précaire. Il propose une aide alimentaire et vestimentaire, ainsi que tout autre soutien jugé essentiel pour les personnes seules, les couples et les familles.



Lieu : Garde-Manger du CEB, à la Maison du bénévolat

Renseignements : 514 236-5042, info@comite-entraide-boucherville.org. Retrouvez-nous sur Facebook !

LE GARDE-MANGER (UNIQUEMENT SUR RENDEZ-VOUS)

Ce service de sécurité alimentaire est destiné aux citoyens à faible revenu ou en situation de précarité financière. Il leur permet de choisir leurs denrées alimentaires, articles d'hygiène et produits ménagers au sein d'une épicerie solidaire.

Un service de transport peut être offert pour les personnes n'ayant pas de véhicule.

HORAIRE		DATES	Coût
Mar	13 h à 15 h	À l'année	Gratuit
	18 h à 19 h 30		
Mer	9 h à 11 h		

MAISON SOURCE BLEUE

INSCRIPTION : Par courriel ou par téléphone, auprès de Sophie Latour ou Marc-André Thibault.

Les places sont limitées, il est important de réserver votre place.

La Maison Source Bleue offre gratuitement des soins palliatifs et des services aux personnes en fin de vie afin qu'elles vivent cette dernière étape dans le respect de leurs valeurs et de leurs choix.

Lieu : Maison de soins palliatifs Source Bleue

Renseignements : 450 641-3165, sophie.latour@maisonsourcebleue.ca, maisonsourcebleue.ca



GRUPE DE SOUTIEN POUR PERSONNES ENDEUILLÉES

Vous avez perdu un être cher à la Maison Source Bleue ou ailleurs, et vous avez besoin d'être épaulé ? Joignez-vous au groupe de soutien afin d'en connaître davantage sur le processus de deuil, et partager votre expérience avec d'autres personnes endeuillées.

Les inscriptions pour le prochain groupe sont ouvertes dès maintenant.

Clientèle : Adulte

HORAIRE	DATES	Coût
Dates à confirmer (11 rencontres)	Début en avril	150 \$



L'ESCALE FAMILIALE DE BOUCHERVILLE

ACCÈS-LOISIRS

INSCRIPTION : À partir du 16 mars, au escalefamiliale.com.

Que ce soit pour participer à des activités, des ateliers, de profiter d'un moment de répit, de partager avec d'autres parents, d'obtenir du soutien dans votre rôle parental, l'Escale est là pour vous. C'est un endroit phare où la possibilité de se déposer, de se ressourcer et de se créer un réseau, permet de reprendre le plein pouvoir sur sa vie familiale et personnelle. Bref, l'Escale Familiale est VOTRE organisme communautaire famille !

Préalable : Abonnement familial pour une durée de 12 mois au coût de 10 \$.



Lieu : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois

Renseignements : 450 641-2366, info@escalefamiliale.com, escalefamiliale.com, facebook.com/Escalefamilialeboucherville

MATINÉE DANS LES PARCS (Ouvert à tous)

Visites de deux parcs les mercredis, en collaboration avec la Bibliothèque Boucher-De-La-Bruyère pour les animations de la Biblio hors les murs. Des jeux géants attendent les plus grands !
Café et collation offerts sur place !

Clientèle : Tous

	HORAIRE	DATES	Coût
Lun/Mer	9 h 30 à 11 h 30	29 juin	Gratuit
Lun/Mer	9 h 30 à 11 h 30	6 et 8 juillet	Gratuit
Lun/Mer	9 h 30 à 11 h 30	13 et 15 juillet	Gratuit
Lun/Mer	9 h 30 à 11 h 30	3 et 5 août	Gratuit
Lun/Mer	9 h 30 à 11 h 30	10 et 12 août	Gratuit

EN ROUTE VERS LA MATERNELLE

Pour préparer votre enfant à son entrée à la maternelle.

Clientèle : 4-5 ans

	HORAIRE	DATES	Coût
Mar	9 h à 12 h 30	31 mars au 9 juin	100 \$

**L'ESCALE FAMILIALE DE BOUCHERVILLE**ACCÈS-
LOISIRS**INSCRIPTION** : À partir du 16 mars, au escalefamiliale.com.**Préalable** : Être membre de l'organisme en complétant le formulaire en ligne au escalefamiliale.com et souscrire à l'abonnement familial annuel de 10 \$.**Lieu** : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois**Renseignements** : 450 641-2366, info@escalefamiliale.com, escalefamiliale.com, facebook.com/Escalefamilialeboucherville**VENDREDI : PARENTS INTERDITS ! (PLACES LIMITÉES)**

Deux services en un, et beaucoup de plaisir en vue ! Pour les jeunes : jeux de société, soirée cinéma et plus encore sont au rendez-vous. Pour les parents : profiter d'un vendredi soir par mois !

Clientèle : Enfants de 5 à 12 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Ven	18 h à 21 h	27 mars, 24 avril et 29 mai	10 \$

Note : Inscription au www.escalefamiliale.com**LES RENDEZ-VOUS PAPA**

Les rendez-vous papa sont des moments parent-enfant. Profitez de nos locaux pour venir vous amuser et créer des souvenirs avec votre enfant, tout en discutant avec d'autres papas !

Clientèle : Pères et enfants

HORAIRE		DATES	COÛT
Sam	9 h 30 à 11 h 30	18 avril	Gratuit
Sam	9 h 30 à 11 h 30	2, 16 et 30 mai	Gratuit
Sam	9 h 30 à 11 h 30	6 et 20 juin	Gratuit

Note : Inscription au www.escalefamiliale.com**GROUPE AL-ANON****INSCRIPTION** : Aucune inscription requise.**Préalable** : Avoir un proche qui souffre de la maladie d'alcoolisme.**Lieu** : Centre communautaire Claude-Dauzat (220, rue Claude-Dauzat)**Renseignements** : al-anon-montreal.org**RÉUNIONS AL-ANON (19 h pour les nouveaux membres et 20 h pour les membres réguliers)**

Groupe de soutien pour les proches des personnes qui ont un problème de consommation d'alcool.

Clientèle : Adulte

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun	19 h à 21 h 30	À l'année	Contribution volontaire

MAISON DES JEUNES LA PIAULE (MDJ)



INSCRIPTION : À la Maison des Jeunes, en tout temps, sauf si mention autre dans l'activité.

Paiement par chèque ou carte de crédit (premier arrivé, premier servi), à la Maison des Jeunes, ou amilia.com. Des frais de 10 % peuvent être appliqués en cas d'annulation.

Un lieu sécurisant et dynamique pour les 12-17 ans. La Maison des Jeunes offre un milieu de vie complémentaire à la famille et à l'école, où les ados peuvent s'exprimer, se divertir et s'impliquer. Loisirs, création, sensibilisation : un repère pour grandir et s'épanouir ensemble.

Horaire : lundi, mardi et jeudi de 17 h à 21 h, mercredi de 15 h à 21 h, vendredi de 16 h à 22 h, samedi de 15 h à 22 h et dimanche de 15 h à 21 h.

Préalable : Avoir 12 ans ou être en première année du secondaire à 17 ans.

Lieu : Maison des Jeunes de Boucherville, située au 540, ch. du Lac

Renseignements : Marie-Claude Malo, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca, mdjboucherville.ca



ATELIERS CULINAIRES

Tous les mercredis, La Piaule organise des ateliers culinaires gratuits pour les jeunes. En plus de réaliser une activité qu'ils aiment, les participants ont la chance d'apprendre des recettes santé.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Mer	15 h à 17 h	Tous les mercredis	Gratuit

BABILLARD D'EMPLOIS

Recherche de jeunes de 12-17 ans voulant travailler cet été et de potentiels employeurs!

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
En tout temps			Gratuit

CAMP D'HIVER

Trois jours inoubliables dans un chalet à Saint-Alphonse-de-Rodriguez. Au programme : hébertisme, sport, glissade sur tube, feu de camp, etc.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Du ven	17 h 30	13 au 15 mars	70 \$
au dim	16 h		

Lieu : Centre plein air l'Étincelle

CLUB D'ART

Tu aimes l'art, mais tu ne veux pas t'arrêter qu'à la peinture, le dessin et la sculpture. Le club d'art de la Maison des Jeunes est pour toi! Amène tes idées, on s'occupe du reste !

HORAIRE		DATES	COÛT
1 jeu/2	18 h 30 à 20 h	Tous les mardis	Gratuit

Renseignements : Camille Morel, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca

MAISON DES JEUNES LA PIAULE (MDJ)



INSCRIPTION : À la Maison des Jeunes, en tout temps, sauf si mention autre dans l'activité.

Horaire : lundi, mardi et jeudi de 17 h à 21 h, mercredi de 15 h à 21 h, vendredi de 16 h à 22 h, samedi de 15 h à 22 h et dimanche de 15 h à 21 h.

Préalable : Avoir 12 ans ou être en première année du secondaire à 17 ans.

Renseignements : Marie-Claude Malo, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca, mdjboucherville.ca

COURS DE GARDIENS AVERTIS

En collaboration avec Atout plus, partenaire de formation de la Croix-Rouge canadienne, ce cours d'une journée permet d'acquérir de nouvelles connaissances et de rafraîchir les règles de sécurité.

Clientèle : 11 à 14 ans (avoir 11 ans ou être en première année du secondaire)

HORAIRE		DATES	COÛT
Dim	9 h à 16 h	8 février, 22 mars, 12 avril, 24 mai et 14 juin	65 \$

Lieu : Bibliothèque

FRIPERIE

Les adolescents de Boucherville auront la chance de venir choisir des vêtements pour garnir leur garde robe sans déboursier un sou. Cette activité a pour but de donner une 2^e vie à vos vêtements et d'impliquer les jeunes dans un projet écologique.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au sam	17 h à 21 h	10 au 24 mai	Gratuit

Renseignements : Félix Bouchard, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca

GRANDEUR NATURE PENDRAGON

L'activité Pendragon a pour but de recréer une atmosphère médiévale fantastique dans laquelle chaque joueur s'intègre sous les traits d'un personnage qu'il a préalablement créé.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Sam/ Dim	7 h à 17 h	6 et 7 juin	75 \$
		4 et 5 juillet	
		15 et 16 août	

Renseignements : Kevin Latour Lachapelle, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca

INFIRMIÈRE SOINS CAMÉLÉON

Viens rencontrer Ariane, une infirmière de chez Soins Caméléon, qui est prête à répondre à toutes tes questions, selon tes besoins et à ton rythme!

Clientèle : 10 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
1 mer/2	16 h à 20 h	À l'année	Gratuit

MAISON DES JEUNES LA PIAULE (MDJ)

INSCRIPTION : À la Maison des Jeunes, en tout temps, sauf si mention autre dans l'activité.

Horaire : lundi, mardi et jeudi de 17 h à 21 h, mercredi de 15 h à 21 h, vendredi de 16 h à 22 h, samedi de 15 h à 22 h et dimanche de 15 h à 21 h.

Préalable : Avoir 12 ans ou être en première année du secondaire à 17 ans.

Renseignements : Marie-Claude Malo, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca, mdjboucherville.ca

**JOURNAL L'EXCLAMATION**

Tu as le goût de te faire entendre, de t'exprimer ? Alors, profite de la chance d'écrire des articles pour un vrai journal. Tes textes peuvent même être écrits sous le couvert de l'anonymat.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE	DATES	COÛT
À déterminer	Janv. à juin	Gratuit

Renseignements : Kevin Latour Lachapelle, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca

LES JEUDIS GYM TA VIE

Tous les jeudis de 15 h à 17 h, viens bouger avec nous !

On t'attend pour un entraînement gratuit, comme dans un vrai gym, mais encore plus le fun. Peu importe ton niveau, on t'offre une routine adaptée à ton rythme. En gang, on se motive, on progresse et parfois, on découvre de nouveaux entraînements avec des coachs invités !

Clientèle : 12 à 17 ans



HORAIRE	DATES	COÛT
Jeudi 15 h à 17 h	En tout temps	Gratuit

Renseignements : Giulia Hart-Lewis et Shawn Jarry, equipe@mdjboucherville.ca

LITTÉRALEMENT !

Rejoins le club de lecture de la Maison des Jeunes ! Au programme : un livre par mois, des rencontres conviviales, ainsi que des ateliers et sorties 100 % gratuits. Deviens aussi acteur de notre communauté en coanimant notre page Instagram secrète !

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE	DATES	COÛT
À déterminer	En tout temps	Gratuit

Renseignements : Camille Morel, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca

MAISON DES JEUNES LA PIAULE (MDJ)



INSCRIPTION : À la Maison des Jeunes, en tout temps, sauf si mention autre dans l'activité.

Horaire : lundi, mardi et jeudi de 17 h à 21 h, mercredi de 15 h à 21 h, vendredi de 16 h à 22 h, samedi de 15 h à 22 h et dimanche de 15 h à 21 h.



Préalable : Avoir 12 ans ou être en première année du secondaire à 17 ans.

Renseignements : Marie-Claude Malo, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca, mdjboucherville.ca

LIVE INTÉRIEUR PENDRAGON - NUIT BLANCHE

Cette activité a pour but de recréer une atmosphère médiévale fantastique dans laquelle chaque joueur s'intègre sous les traits d'un personnage qu'il a préalablement créé.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Du ven au sam	19 h à 7 h	10 au 11 avril	30 \$

Lieu : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois

Renseignements : Kevin Latour Lachapelle, 450 449-8346, equipe@mdjboucherville.ca

SOUPER COMMUNAUTAIRE

Tous les mercredis, La Piaule organise un souper gratuit pour les jeunes.

Vous devez réserver vos places en nous appelant au 450 449-8346.

Clientèle : 12 à 17 ans

HORAIRE		DATES	COÛT
Mer	17 h à 19 h	Tous les mercredis	Gratuit



Profitez de l'été

grâce à nos installations

EXTÉRIEURES!

Consultez le catalogue des activités libres et la page de nos installations sportives pour découvrir toutes les possibilités de bouger qui s'offrent à vous cet été!

boucherville.ca/activiteslibres

boucherville.ca/sports/pre-equipement-sportif/



La Ville met à la disposition des citoyens des Boîtes Actives, offrant un accès libre-service à du matériel sportif et récréatif pour encourager les jeunes et les familles à bouger davantage.

Ces boîtes sont accessibles à tout moment et gratuitement. Elles permettent aux passants d'emprunter divers équipements, tels que des raquettes de badminton et de tennis, des frisbees, des ballons de soccer ou de basketball, et des jeux de sable, afin de jouer et de s'amuser sur place. La Ville compte sur la collaboration de tous les utilisateurs pour remettre les équipements empruntés à leur place et même enrichir le contenu des boîtes.

Pour connaître l'emplacement de nos Boîtes Actives, veuillez consulter notre site web à l'adresse suivante:

boucherville.ca/pre-equipement.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Vous habitez à proximité de l'une de ces boîtes ?

Devenez l'Ami d'une Boîte Active!

Le mandat: Aller jeter régulièrement un oeil sur la boîte afin de s'assurer qu'elle est fonctionnelle, bien remplie et que le matériel est en bon état.

Vous serez les yeux sur le terrain et assurerez le suivi auprès d'un employé municipal.

Vous êtes intéressé? Écrivez-nous à info Loisirs@boucherville.ca

La Ville remercie chaleureusement les organismes Les Filles d'Isabelle et le Centre des générations de Boucherville pour le don de matériel.

Ce projet, à la fois communautaire et sportif, a pour objectif de favoriser les saines habitudes de vie en facilitant l'accès au jeu libre extérieur.



CENTRE DE YOGA BOUCHERVILLE**INSCRIPTION : En ligne, au yogaboucherville.org**

Le Centre de Yoga Boucherville (CYB) est une référence en yoga à Boucherville depuis plus de 37 ans. Il est le studio de yoga le plus établi de la Rive Sud toujours en activité, solidement ancré dans son milieu.



Le CYB offre des cours accessibles à tous les âges — de la petite enfance aux aînés — en offrant des enseignements soutenant le bien-être physique et mental, la mobilité, la détente et la qualité de présence. Son approche respecte les enseignements traditionnels du yoga et encourage la découverte de soi et le cheminement personnel dans un processus bienveillant sans performance. Nos professeurs certifiés offrent des cours de **YOGA** : Hatha, Ashtanga, Sivananda, Yin Yang, Vinyasa, Libérateur, Restaurateur, Doux, Dynamique, sur chaise, Pré et Postnatal, Piyoga (combinaison yoga et pilates) et Yoga de la femme; **MÉDITATION** : on y voit différentes techniques; **RESPIRATION** : pour favoriser un équilibre intérieur et une relation plus consciente à soi.

Aussi au programme : de nombreux **ateliers** pour vous accompagner dans votre développement. Pour l'horaire complet et tous les détails, consultez notre site Web.

Session printemps : 13 avril au 13 juin. Horaire sujet à changement selon le nombre d'inscriptions.

Niveaux offerts : débutant, intermédiaire, avancé. Certains cours étant adaptés à des personnes avec limitations physiques.

Coût : Selon le cours. 30 \$ de rabais pour un 2^e cours. Également disponible, notre forfait yoga illimité : YogAbondance™. Tarif spécial pour étudiants. Toutes les taxes sont incluses dans le prix.

Carte Accès-Boucherville obligatoire.

Lieu : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois, studio 1, 2^e étage

Renseignements : 450 449-5421, centreyogaboucherville@gmail.com, yogaboucherville.org

CLUB CYCLISTE BOUCHERVILLE (CCB)**INSCRIPTION : En ligne au clubcyclisteboucherville.com.**

Depuis plus de 30 ans, le CCB fait rayonner le cyclisme chez les jeunes de 5 à 16 ans. Que ce soit pour la performance ou simplement pour le plaisir de rouler, nos entraîneurs passionnés accompagnent chaque jeune dans un environnement inclusif, sécuritaire et motivant.

Prêt de vélo : Gratuit pour les nouveaux membres (quantité limitée).

Renseignements : info@clubcyclisteboucherville.com

**CYCLISME SUR ROUTE**

Au CCB, le vélo de route est au cœur de l'aventure. Chaque entraînement devient une occasion de progresser, d'améliorer sa technique et de repousser ses limites tout en développant confiance, discipline et esprit d'équipe. Débutant, intermédiaire ou passionné, tu as ta place parmi nous. Viens rouler, apprendre t'amuser et grandir au fil des kilomètres.

Niveau : 5 à 16 ans (tous niveaux acceptés)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun/Jeu	18 h 30 à 20 h	13 avril au 27 août	Consultez le site Web

Préalable : Avoir un vélo de route (de préférence) en bonne condition. Casque et gants obligatoires.

CLUB DES ARCHERS DE BOUCHERVILLE

INSCRIPTION : En personne, jusqu'au 1^{er} mai, les lundis et vendredis, de 19 h à 21 h, au gymnase de l'école secondaire De Mortagne, porte 4 et, dès le 25 mai, les lundis, mercredis et vendredis, de 19 h à 20 h 30, sur le terrain extérieur, au 1240 rue Volta.

Note : Le tir à l'arbalète est interdit sur le site. Tous les instructeurs sont formés et certifiés PNCE.

Préalable : Avoir une technique sécuritaire et son propre équipement pour la pratique libre.

Lieu : École secondaire De Mortagne, gymnase 3, porte 4.

Renseignements : Luc La Madeleine, 514 473-2478, 1970cabi@gmail.com, clubdesarchersdeboucherville.net

TIR À L'ARC

Venez pratiquer un sport de plus en plus populaire, de façon sécuritaire pour toute la famille. Programme d'encadrement pour archers débutants et intermédiaires.

Cours d'initiation 10 ans et + (Équipement fourni)

HORAIRE		DATES	Coût
Lun ou Mer	19 h à 21 h	Mi-juin à août (6 sem. de cours+ membre jusqu'en déc.)	Junior 160 \$ / Sénior 175 \$ Familial (2 pers.) 305 \$ / Pers. add. 130 \$

Pratique de tir libre

HORAIRE		DATES	Coût
Lun/Mar/Ven	19 h à 21 h	Mai à décembre	Junior 110 \$ / Sénior 125 \$ Familial (2 pers.) 205 \$ / Pers. add. 80\$

Pratique de tir 3D

HORAIRE		DATES	Coût
Mar	17 h à 21 h	Mai à août	Sénior 110 \$ Familial (2 pers.) 180 \$ / Pers. add. 70 \$

CLUB DE BMX RIVE-SUD

INSCRIPTION : En ligne au bmxrivesud.com, dès le 15 février, 19 h (membres), et dès le 22 février, 19 h (nouveaux membres). Paiement par carte de crédit lors de l'inscription. Vous devez vous créer un compte Amilia pour faire votre inscription.



Venez vous amuser sur les bosses, les sauts et les courbes relevées de nos deux pistes. Pour développer ses habiletés techniques ou apprendre à performer lors des courses.

Note : Une licence de la FQSC est obligatoire et n'est pas comprise dans l'inscription.

Lieux : Piste de BMX et Pumtrack de Boucherville et Piste de BMX de Saint-Bruno de Montarville.

Renseignements : info@bmxrivesud.com, bmxrivesud.com.

Une séance d'information obligatoire aura lieu en avril pour tous les niveaux.

VÉLOTROTTEURS (DRAISIENNES)

En utilisant des vélos sans pédales, les enfants apprennent à prendre confiance en eux, ce qui permet de développer leur équilibre et coordination dans un environnement sécuritaire et amusant.

Niveau : Débutant | **Clientèle** : 2 à 5 ans

HORAIRE		DATES	Coût
Mer	17 h 30	6 mai au 24 juin et du 1er juillet au 26 août	60\$

Préalable : Avoir 2 ans au premier jour de l'activité.

Note : Équipement obligatoire : vêtements longs, chaussures à bout fermé et casque

CLUB DE BMX RIVE-SUD

INSCRIPTION : En ligne au bmxrivesud.com, dès le 15 février, 19 h (membres), et dès le 22 février, 19 h (nouveaux membres). Paiement par carte de crédit lors de l'inscription. Vous devez vous créer un compte Amilia pour faire votre inscription.



Note : Une licence de la FQSC est obligatoire et n'est pas comprise dans l'inscription.

Lieux : Piste de BMX et Pumtrack de Boucherville et Piste de BMX de Saint-Bruno de Montarville.

INTRO BMX

Pour les jeunes débutant le vélo avec des pédales, ce cours permet d'approfondir les habiletés de base cycliste avec des défis adaptés avec leur niveau d'apprentissage. Il permet une transition en douceur entre le vélo trotteur et le BMX de course.

Niveau : Pédaleur débutant | **Clientèle** : 4 à 6 ans

HORAIRE		DATES	Coût
Mer	18 h	6 mai au 26 août	230\$

Préalable : Être en mesure de pédaler à deux roues.

Note : Équipement obligatoire : vêtements longs, chaussures à bout fermé et casque

BMX JEUNESSE

Initiation au BMX de course, quel que soit le niveau de départ des enfants, pour les faire cheminer vers des niveaux d'habiletés plus élevés. Les séances sont conçues pour leur fournir les outils nécessaires afin qu'ils progressent et se lancent avec enthousiasme sur une piste de course.

Pour les jeunes motivés, un accompagnement progressif aux compétitions locales et provinciales est offert afin qu'ils puissent vivre pleinement leur passion pour la compétition.

Clientèle : 5 à 8 ans

HORAIRE		DATES	Coût
Mer	18 h	6 mai au 26 août	230\$

BMX LOISIR

S'adressant aux personnes âgées de 11 ans et plus (également aux adultes), le BMX loisir est parfait pour ceux et celles qui recherchent une pratique du BMX sans la pression de la compétition.

Ce programme met l'accent sur le plaisir de rouler et l'apprentissage progressif des techniques.

Clientèle : 11 ans et + mixtes | 15 ans et + mixtes | Adulte

HORAIRE		DATES	Coût
Mer	19 h	6 mai au 26 août	275\$

CLUB DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE BOUCHERVILLE INC.



INSCRIPTION : En ligne, dès le 17 mars, au clubactivitephysique.ca, onglet *Inscriptions*.

Le dossier médical doit être rempli en ligne lors de l'inscription.

Les participants doivent être âgés de 14 ans et + pour s'inscrire.

Le Club de conditionnement physique de Boucherville est un organisme à but non lucratif qui offre à Boucherville pour sa population des cours de conditionnement physique sous toute forme.

Renseignements : Robert Benoit, 514 895-3215 ou Valérie Montpetit, 514 792-3104

AÉRO-BOXE

Un mariage de boxe et d'aérobic sur une musique enivrante.

Clientèle : Tous



HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun/Mer	19 h 35 à 20 h 35	20 avril au 10 juin	P10	Voir site web	Alexandre Brunelle

Lieu : École De La Broquerie

ZUMBA (Anciennement ActivZumba)

Séance de danse et d'exercices au rythme chaud, tropical et tribal permettant d'améliorer votre coordination, votre posture et votre endurance cardiovasculaire en libérant votre énergie dans le plaisir des différents mouvements de danse.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Mar/Jeu	18 h 30 à 19 h 30	22 juin au 13 août	E05	Voir site web	Melyssa Provost

Lieu : École De La Broquerie

CARDIO-INTERVALLE

Améliorer votre capacité à utiliser au maximum votre corps, afin de satisfaire les demandes fonctionnelles de la vie et des sports que vous pratiquez.

Entraînement de groupe par intervalles non chorégraphié qui travaille à la fois la coordination, l'équilibre, l'endurance musculaire ainsi que cardiovasculaire.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun/Mer	18 h 30 à 19 h 30	20 avril au 10 juin	P09	Voir site web	Alexandre Brunelle

Lieu : École De La Broquerie

CLUB DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE BOUCHERVILLE INC.



INSCRIPTION : En ligne, dès le 17 mars, au clubactivitephysique.ca, onglet *Inscriptions*.

Le dossier médical doit être rempli en ligne lors de l'inscription. Les participants doivent être âgés de 14 ans et + pour s'inscrire.

Le Club de conditionnement physique de Boucherville est un organisme à but non lucratif qui offre à Boucherville pour sa population des cours de conditionnement physique sous toute forme.

CARDIO-TONUS SANS SAUT

Cours d'aérobic sans saut, suivi d'une session de raffermissement musculaire de tout votre corps, suivi d'étirements. Augmente la capacité cardiovasculaire, la force, l'endurance et la flexibilité.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Mar/Jeu	9 h à 10 h	21 avril au 11 juin	P01*	Voir site web	Cristina Viveros

Lieux : P01 : CMF, salle polyvalente

CIRCUIT CARDIO-TONUS

Séance d'entraînement fonctionnelle par intervalles d'exercices spécifiques musculaires et cardiovasculaires qui vous permettront d'améliorer votre endurance, force, tonus, stabilité et agilité.

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun/Mer/Ven	9 h à 10 h	20 avril au 12 juin	P20-1*	Voir site web	Christine Mignacca
			P20-2*		
			P20-3*		
Lun/Mer/Ven		22 juin au 14 août	E20*		

Lieux : P20-1 (Lun), P20-2 (Mer) et P20-3 (Ven) : CMF, salle polyvalente

E20 (Lun; Mer; Ven) : Parc des Gouverneurs

FITNESS BOOT-CAMP

Cours à intensité élevée d'intervalles et/ou de circuits qui allie travail musculaire, explosivité, endurance et renforcement s'adressant à ceux qui veulent relever de nouveaux défis dans une ambiance motivante!

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun/Mer	19 h 25 à 20 h 25	20 avril au 10 juin	P33-1	Voir site web	Valérie Cyr
			P33-2		
Lun/Mer	19 h 15 à 20 h 15	22 juin au 12 août	E33		

CLUB DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE BOUCHERVILLE INC.

INSCRIPTION : En ligne, dès le 17 mars, au clubactivitephysique.ca, onglet *Inscriptions*.

Le dossier médical doit être rempli en ligne lors de l'inscription. Les participants doivent être âgés de 14 ans et + pour s'inscrire.

Le Club de conditionnement physique de Boucherville est un organisme à but non lucratif qui offre à Boucherville pour sa population des cours de conditionnement physique sous toute forme.

Renseignements : Robert Benoit, 514 895-3215 ou Valérie Montpetit, 514 792-3104

FITNESS CIRCUIT-TRAINING

Cours stimulant sous forme de circuits entraînants et dynamiques qui procure un entraînement complet à la portée de tous, peu importe le niveau de forme physique. Venez tonifier votre corps et brûler un maximum de calories!

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun/Mer	18 h 15 à 19 h 15	20 avril au 10 juin	P32-1	Voir site web	Valérie Cyr
			P32-2		
Lun/Mer	18 h à 19 h	22 juin au 12 août	E32		

Lieux : P32-1 et P32-2 : CMF, salle polyvalente + terrasse; E32 : CMF, terrasse

CIRCUIT TONUS ABDOS-FESSES-CUISSSES

Séance d'exercices simples visant à améliorer l'endurance et le tonus musculaire des abdos, des fesses et des cuisses en utilisant les poids, bandes élastiques et ballons lestés. Un entraînement efficace et fonctionnel.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Jeu	14 h 10 à 15 h 10	21 avril au 9 juin	P24	Voir site web	Christine Mignacca

Lieu : à confirmer

GOLF

Éléments abordés : prise de posture, position de la balle et alignement, coup roulé, approche roulée, approche élan complet, routine, usage des différents bâtons, étiquette et règlement.

Niveau : Débutant/intermédiaire (G5; G7) | **Niveau :** Intermédiaire/avancé (G6; G8)

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun/Mer	18 h 30 à 20 h	16 mars au 20 mai	G5	Voir site web 10 sem. à l'intérieur 5 sem. à l'extérieur	Sébastien Roy
		18 mars au 22 mai	G6		
	20 h 15 à 21 h 45	16 mars au 20 mai	G7		
		18 mars au 22 mai	G8		

Lieu : École De Mortagne, salle de golf

CLUB DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE BOUCHERVILLE INC.



INSCRIPTION : En ligne, dès le 17 mars, au clubactivitephysique.ca, onglet *Inscriptions*.

Le dossier médical doit être rempli en ligne lors de l'inscription. Les participants doivent être âgés de 14 ans et + pour s'inscrire.

Le Club de conditionnement physique de Boucherville est un organisme à but non lucratif qui offre à Boucherville pour sa population des cours de conditionnement physique sous toute forme.

Renseignements : Robert Benoit, 514 895-3215 ou Valérie Montpetit, 514 792-3104

PILATES

La pratique de la méthode PILATES convient à tous. Cette méthode permet le relâchement des tensions corporelles, améliore la respiration, la posture, augmente la souplesse, la coordination et aide à réduire le stress tout en renforçant la ceinture abdominale et les muscles dorsaux.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	Coût	ANIMATION
Mar	14 h 15 à 15 h 15	19 avril au 9 juin	P18	Voir site web	Cristina Viveros
	18 h 30 à 19 h 30		P06		
	19 h 35 à 20 h 35		P13		
	20 h 40 à 21 h 40		P14		
Jeu	18 h 30 à 19 h 30	23 avril au 11 juin	P08	Voir site web	Cristina Viveros
	19 h 35 à 20 h 35		P15		

Lieux : P06, P14, P08, P15, P16 : École Pierre-Boucher; P18 : CMF, studio 5

QI GONG (Votre santé sera transformée pour le mieux)

Découvrez cet art millénaire issu de la médecine traditionnelle chinoise. Une technique simple, accessible et efficace qui redonne de la vitalité au niveau physique, psychique et énergétique.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	Coût	ANIMATION
Lun	14 h à 15 h 15	20 avril au 8 juin	P30	Voir site web	François Bibeau

Lieu : Centre multifonctionnel Francine-Gadbois

CLUB DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE BOUCHERVILLE INC.



INSCRIPTION : En ligne, dès le 17 mars, au clubactivitephysique.ca, onglet *Inscriptions*.

Le dossier médical doit être rempli en ligne lors de l'inscription. Les participants doivent être âgés de 14 ans et + pour s'inscrire.

Le Club de conditionnement physique de Boucherville est un organisme à but non lucratif qui offre à Boucherville pour sa population des cours de conditionnement physique sous toute forme.

Renseignements : Robert Benoit, 514 895-3215 ou Valérie Montpetit, 514 792-3104

STRETCH-TONUS

Séance d'exercices de stretching et musculation douce qui vise à améliorer la flexibilité, la force et l'endurance des muscles ainsi que la stabilité et l'équilibre. Ce cours s'adresse aux participants qui désirent s'entraîner dans un cadre plus détendu.

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Lun	10 h 10 à 11 h 10	14 avril au 6 juin	P21-1	Voir site web	Christine Mignacca
Mer	10 h 10 à 11 h 10		P21-2		
Ven	10 h 10 à 11 h 10		P21-3		

Lieux : CMF, salle polyvalente

ZUMBA | ZUMBA GOLD

Séance de danse, exercices au rythme chaud tropical et tribal permettant d'améliorer votre coordination, posture et endurance cardiovasculaire, libérant votre énergie dans le plaisir des différents mouvements de danse... À découvrir !

Clientèle : Tous

HORAIRE		DATES	CODE	COÛT	ANIMATION
Mar/Jeu	10 h 10 à 11 h 10	21 avril au 11 juin	P02	Voir site web	Cristina Viveros
	18 h 30 à 19 h 30		P05		Melyssa Provost
Mar/Jeu	13 h à 14 h*		P22-1 P22-2		Christine Mignacca
Dim	9 h 20 à 10 h 20	18 avril au 6 juin	P11		Arlène Poliquin

*Zumba gold | **Lieux :** P02, P22-1 et P22-2 : CMF, salle polyvalente; P05 et P11 : École de la Broquerie

ÉCOLE DE VOILE DE BOUCHERVILLE

INSCRIPTION : En ligne au voileboucherville.com, dès maintenant.

L'École de voile de Boucherville a pour objectif d'initier les résidents de Boucherville aux techniques de base de la voile en toute sécurité. Elle offre ses cours dans une aire sécuritaire du chenal de plaisance, en aval de la Ville de Boucherville.

Lieu : Club nautique de Mézy, 925, boul. Marie-Victorin

Renseignements : 514 220-9225, bouchervoile@gmail.com



STAGE DE VOILE ADOS - ADULTES EN SOIRÉE

Ce stage vise une clientèle qui souhaite progresser ou se perfectionner à son propre rythme. Stage réparti sur quatre soirées durant l'été selon la demande. Une formation personnalisée selon le programme VoileCAN homologué par la Fédération de voile du Québec.

Clientèle : 14 ans et +

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au jeu	17 h 45 à 20 h 15	22 juin au 13 août	Adulte : 275 \$ Étudiants (25 ans et moins) : 225 \$ Période estivale (juin-août) : 275 \$

CLUB DE FOOTBALL DE BOUCHERVILLE INC.

INSCRIPTION : En ligne au grizzlisfootball.com.

Les parties ont lieu la fin de semaine de la mi-août au début novembre.

Coût : Le coût comprend le prêt de l'équipement de base.

Lieu des pratiques : Terrain synthétique ES1, au parc Pierre-Laporte.

Renseignements football : info@grizzlisfootball.com

Renseignements cheerleading : cheerleaders@grizzlisfootball.com



grizzlisfootball.com

ACCÈS-LOISIRS

FOOTBALL

Activité de football compétitif ouverte aux garçons et aux filles de 6 à 17 ans, nés entre 2009 à 2020. Les jeunes sont classés par groupe d'âge. L'équipement de base est prêté, sauf les souliers à crampons de football et la gaine.

Niveau : Atome (2018 à 2020)* | **Niveau :** Moustique (2016 à 2017)

HORAIRE		DATES	COÛT
Mer/Ven	18 h 15 à 19 h 45	Fin avril à début novembre	Consultez le site Web

Niveau : Pee-Wee (2014 à 2015)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun/Jeu	18 h 15 à 19 h 45	Fin avril à début novembre	Consultez le site Web

***Atome :** Initiation au football—sans plaqués/flag football, avec équipement de football.

Camp de préparation : Un samedi fin avril. Surveillez le site des Grizzlis pour les détails.

Note : L'horaire ci-dessus peut être modifié selon le nombre d'inscriptions et d'équipes.

L'horaire définitif sera affiché au mois d'avril sur le site de l'organisation au grizzlisfootball.com.

CLUB DE FOOTBALL DE BOUCHERVILLE INC.ACCÈS-
LOISIRS**INSCRIPTION** : En ligne au grizzlisfootball.com.

Les parties ont lieu la fin de semaine de la mi-août au début novembre.

Coût : Le coût comprend le prêt de l'équipement de base.**Lieu des pratiques** : Terrain synthétique ES1, au parc Pierre-Laporte.**Renseignements football** : info@grizzlisfootball.com**Renseignements cheerleading** : cheerleaders@grizzlisfootball.comgrizzlisfootball.com**FOOTBALL (SUITE)**

Activité de football compétitif ouverte aux garçons et aux filles de 6 à 17 ans, nés entre 2009 à 2020. Les jeunes sont classés par groupe d'âge. L'équipement de base est prêté, sauf les souliers à crampons de football et la gaine.

Niveau : Bantam (2012 à 2013) | **Niveau** : Midget (2009 à 2011)

HORAIRE	DATES	COÛT
2 à 3 pratiques par semaine (durée : 1 h 30 à 2 h)	Fin avril à début nov.	Consultez le site Web

Camp de préparation : Un samedi fin avril. Surveillez le site des Grizzlis pour les détails.**Note** : L'horaire ci-dessus peut être modifié selon le nombre d'inscriptions et d'équipes.L'horaire définitif sera affiché au mois d'avril sur le site de l'organisation au grizzlisfootball.com.**CHEERLEADING**

L'activité de cheerleading est offerte en partenariat avec les Grizzlis de Boucherville, dans le but d'encourager les différentes équipes de football. Exécution de chorégraphies de groupe de style danse et gymnastique, puis mouvements d'animation pendant les parties.

Clientèle : Nés entre 2018 à 2020

HORAIRE	DATES	COÛT
Mer 18 h 30 à 19 h 45	Début mai à la fin oct./début nov.	Consultez le site Web

Clientèle : Nés entre 2014 à 2017

HORAIRE	DATES	COÛT*
Mer 18 h 30 à 19 h 45	Début mai à la fin oct./début nov.	Consultez le site Web

Clientèle : Nés entre 2009 à 2013

HORAIRE	DATES	COÛT*
Jeu 18 h 30 à 19 h 45	Début mai à la fin oct./début nov.	Consultez le site Web

Note : À partir du mois d'août, il faut ajouter la couverture d'une partie par fin de semaine. Nous nous réservons le droit de modifier l'horaire ci-dessus selon le nombre d'inscriptions et d'équipes.

CLUB DE GYMNASTIQUE LES RÉFLEXES




LES RÉFLEXES
CLUB DE GYMNASTIQUE

INSCRIPTION : En ligne au lesreflexes.com, sélectionner l'onglet *Inscription*.

Le numéro de la carte Accès-Boucherville et la date d'expiration sont essentiels lors de l'inscription.

Note : Les coûts indiqués ne comprennent pas les frais d'affiliation à la Fédération de gymnastique du Québec : 35 \$ (4 ans et +) ou 15 \$ (3 ans et -), payables annuellement lors de l'inscription (valide du 1^{er} sept. 2025 au 31 août 2026). Le club Les Réflexes se réserve le droit de modifier les jours et les heures, si nécessaire. Veuillez vous référer à notre site Web pour plus d'informations.

Habillement : Un maillot (bain, danse ou gymnastique) ou un short et un t-shirt ajustés; pieds nus.

Lieu : École secondaire De Mortagne, aile D, palestre

Renseignements : 450 655-7311, p. 5551, administration@lesreflexes.com, lesreflexes.com

OUISTITIS - 18 À 36 MOIS

Circuits initiation à la gymnastique avec le parent qui participe au parcours. Permet la stimulation de l'enfant par le développement de la motricité, de l'orientation spatiale et de la coordination. Chaque enfant doit être accompagné d'un adulte.

Cours parents-enfants (18 à 36 mois)

HORAIRE		DATES	Coût
Ven	17 h à 17 h 45	3 avril au 29 mai	Consulter le site Web
	18 h à 18 h 45		
Sam	8 h 45 à 9 h 30	4 avril au 6 juin	

KANGOUROU - 3 À 4 ANS

Animation gymnique : Circuits d'initiation à la gymnastique adaptés en fonction de l'âge. Permet la stimulation de l'enfant par le développement de la motricité, de l'orientation spatiale et de la coordination. Les parents sont présents pendant le cours et peuvent observer ou aider leur enfant dans les parcours.

Cours sans parent (3 à 4 ans)

HORAIRE		DATES	Coût
Mer	17 h 30 à 18 h 25	1 ^{er} avril au 10 juin	Consulter le site Web
Ven	17 h à 17 h 55	3 avril au 29 mai	
	18 h à 18 h 55		
Sam	8 h 45 à 9 h 40	4 avril au 6 juin	
	9 h 50 à 10 h 45		
	10 h 55 à 11 h 50		
Dim	9 h à 9 h 55	29 mars au 7 juin	
	10 h 05 à 11 h		

CLUB DE GYMNASTIQUE LES RÉFLEXES

INSCRIPTION : En ligne au lesreflexes.com, sélectionner l'onglet *Inscription*.

Habillement : Un maillot (bain, danse ou gymnastique) ou un short et un t-shirt ajustés; pieds nus.

Lieu : École secondaire De Mortagne, aile D, palestre

Renseignements : 450 655-7311, p. 5551, administration@lesreflexes.com, lesreflexes.com



CAPUCINS 5-6 ANS

Circuits d'initiation à la gymnastique adaptés en fonction de l'âge. Permet la stimulation de l'enfant par le développement de la motricité, de l'orientation spatiale et de la coordination.

Cours sans parent (5 à 6 ans)

HORAIRE		DATES	Coût
Lun	17 h 30 à 18 h 25	30 mars au 8 juin	Consulter le site Web
Jeu	17 h 30 à 18 h 25	2 avril au 12 juin	
Ven	17 h 30 à 18 h 25	3 avril au 12 juin	
Sam	9 h 50 à 10 h 45	4 avril au 12 juin	
	10 h 55 à 11 h 50		
Dim	12 h 30 à 13 h 25	29 mars au 12 juin	
Sam	10 h à 12 h*	4 avril au 12 juin	

*Capucins 2 h | **Spectacle annuel :** 14-15 juin

GYMNASTIQUE 7 ANS ET +

Activités gymniques combinées à de l'« Animagym », une période d'animation de jeux et d'activités diverses.

Niveau 1

Filles et garçons n'ayant jamais fait de gymnastique ou ayant suivi un an de cours.

HORAIRE		DATES	Coût
Lun	18 h 30 à 20 h	30 mars au 12 juin	Consulter le site Web
Mer Ven	18 h 30 à 20 h	31 mars au 12 juin	
		3 avril au 12 juin	
Sam	12 h à 13 h 30	4 avril au 12 juin	
Dim	12 h 30 à 14 h	29 mars au 12 juin	

CLUB DE GYMNASTIQUE LES RÉFLEXESACCÈS-
LOISIRS**INSCRIPTION :** En ligne au lesreflexes.com, sélectionner l'onglet *Inscription*.**Habillement :** Un maillot (bain, danse ou gymnastique) ou un short et un t-shirt ajustés; pieds nus.**Lieu :** École secondaire De Mortagne, aile D, palestre**Renseignements :** 450 655-7311, p. 5551, administration@lesreflexes.com, lesreflexes.com**GYMNASTIQUE 7 ANS ET + (SUITE)****Niveau 2**

Enfants qui ont complété le test niveau 1 ou acquis des habiletés gymniques aux différents appareils.

HORAIRE		DATES	Coût
Mar	18 h 30 à 20 h	31 mars au 12 juin	Consulter le site Web
Jeu		2 avril au 12 juin	
Sam	13 h 40 à 15 h 10	4 avril au 12 juin	
Dim	12 h 30 à 14 h	29 avril au 12 juin	

Spectacle annuel : 14-15 juin**Niveau 3**

S'adresse aux enfants qui ont complété le niveau 2.

HORAIRE		DATES	Coût
Lun	18 h à 20 h	30 mars au 12 juin	Consulter le site Web
Sam	15 h 15 à 17 h 15		
Mer	18 h à 20 h	1 ^{er} avril au 12 juin	
Sam	16 h à 18 h		

Précompétition

S'adresse aux enfants qui ont complété le niveau 3.

HORAIRE		DATES	Coût
Mer	18 h à 20 h	1 ^{er} avril au 12 juin	Consulter le site Web
Sam	14 h à 17 h		

Spectacle annuel : 14-15 juin**TUMBLING - TRAMPOLINE**

Cours de tumbling, grand trampoline et trampoline linéaire. Apprentissage des éléments de base.

Clientèle : 7 à 12 ans

HORAIRE		DATES	Coût
Mar	17 h à 18 h 30	31 mars au 12 juin	Consulter le site Web

CLUB DE SOCCER BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne, dès maintenant, au soccerboucherville.ca/inscription.

Le Club de soccer Boucherville est l'organisation sportive principale de la Ville de Boucherville. Établi en juin 1975, le CSB regroupe 2 500 joueurs à l'année répartis dans différentes catégories. Le club offre, été comme hiver, différentes activités pour les joueurs de tous niveaux dès l'âge de 3 ans.

Renseignements : 450 655-5531, info@soccerboucherville.com, soccerboucherville.ca

CENTRE DU DÉVELOPPEMENT DE CLUB (CDC)

Le CDC a pour objectif d'offrir un encadrement sécuritaire et plaisant aux jeunes athlètes.

Niveau : U4-U6 - Départ actif (1 soir/sem.)

HORAIRE		DATES	Coût
Lun/Mar/	17 h 50 à 18 h 35 (U4)	Mai au 23 août	À déterminer
Mer	18 h 50 à 19 h 40 (U6)		
Sam	9 h à 12 h (U4/U5/U6)		

Lieu : Parc Vincent-D'Indy

Niveau : U7-U8 - Ligue locale (1 soir/sem. + 1 match/sem.)

HORAIRE		DATES	Coût
Lun/Sam	17 h 50 à 18 h 50 (U7/U8 M)	Avril à septembre	À déterminer
Mer	17 h 50 à 18 h 50 (U7 M)		
	19 h à 20 h (U8 M)		
Jeu/Sam	9 h à 12 h (U7/U8 F)		

Lieu : Parc Jean-De Noyon

Niveau : U9-U10 - CDC 1 (1-2 soirs/sem. + 1 match/sem.)

HORAIRE		DATES	Coût
Lun/Mar	17 h 45 à 19 h (U9-U10 M)	Avril à septembre	À déterminer
Mer/Jeu	17 h 45 à 19 h (U9-U10 F)		
Sam	9 h à 10 h (U9-U10 M)		
	11 h à 12 h (U9-U10 M)		

Lieu : Consultez le site Web

Niveau : U11-U12 - CDC 1 et 2 (1-3 soirs/sem. + 1 match/sem.)

HORAIRE		DATES	Coût
Lun/Mar	17 h 45 à 20 h 30 (U11-U12 M)	Avril à septembre	À déterminer
Mer/Jeu	17 h 45 à 20 h 30 (U11-U12 M)		
Sam	10 h à 11 h (U11-U12 M)		
	11 h à 12 h (U11-U12 F)		

Lieu : Consultez le site Web

CLUB DE SOCCER BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne, dès maintenant, au soccerboucherville.ca/inscription.

Le Club de soccer Boucherville est l'organisation sportive principale de la Ville de Boucherville. Établi en juin 1975, le CSB regroupe 2 500 joueurs à l'année répartis dans différentes catégories. Le club offre, été comme hiver, différentes activités pour les joueurs de tous niveaux dès l'âge de 3 ans.

Renseignements : 450 655-5531, info@soccerboucherville.com, soccerboucherville.ca

CENTRE DU DÉVELOPPEMENT DE CLUB (CDC) (SUITE)

Niveau : U9-U10 - CDC 3 (3 ou 4 fois/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au ven	17 h 45 à 19 h 05 (U9-U10 M)	Avril à septembre	À déterminer
Lun au ven	17 h 45 à 19 h 05 (U9-U10 F)		
Sam/Dim	1 semaine sur 2 selon le calendrier		

Lieu : Consultez le site Web

Niveau : U11-U12 - CDC 3 (3 ou 4 fois/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au ven	17 h 45 à 19 h 05 (U11-U12 M)	Avril à septembre	À déterminer
Lun au ven	17 h 45 à 19 h 05 (U11-U12 F)		
Sam/Dim	1 semaine sur 2 selon le calendrier		

Lieu : Consultez le site Web

SOCCER RÉCRÉATIF

Matches de soccer de ligue locale, encadrés par des parents bénévoles et des arbitres. Le tout est supervisé par un personnel de l'équipe technique formé.

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun/Mer	À déterminer*	Mai à septembre	À déterminer

Lieu : À déterminer | *selon le calendrier de la ligue

Niveau : U15-U16 - Intervilles féminin (2 soirs/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au ven	À déterminer*	Avril à septembre	À déterminer
Sam/Dim	1 semaine sur 2 selon le calendrier		

Lieu : À déterminer | *selon le calendrier de la ligue

Niveau : U17-U18 - Intervilles féminin (2 soirs/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun/Jeu	À déterminer*	Mai à septembre	À déterminer

Lieu : À déterminer | *selon le calendrier de la ligue

CLUB DE SOCCER BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne, dès maintenant, au soccerboucherville.ca/inscription.

Le Club de soccer Boucherville est l'organisation sportive principale de la Ville de Boucherville. Établi en juin 1975, le CSB regroupe 2 500 joueurs à l'année répartis dans différentes catégories. Le club offre, été comme hiver, différentes activités pour les joueurs de tous niveaux dès l'âge de 3 ans.

Renseignements : 450 655-5531, info@soccerboucherville.com, soccerboucherville.ca

SOCCER RÉCRÉATIF (SUITE)

Niveau : U21 + SEN féminin (1 soir/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Dim	18 h 30 à 21 h	Mai à septembre	À déterminer

Lieu : Parc Elie-Saab 2

Niveau : SEN et VET masculin (2 soirs/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Ven	19 h 30 à 23 h	Avril à septembre	À déterminer
Dim	9 h à 12 h		

Lieu : Parc des Gouverneurs ou Parc Elie-Saab

Niveau : Soccer 101

HORAIRE		DATES	COÛT
Mer	20 h à 22 h	Mai à septembre	À déterminer

Lieu : Parc Paul VI

SOCCER COMPÉTITIF

Matches de soccer de ligue compétitive.

Niveau : U13-U17 M et F - LDP/LDIR/LDR (2 à 3 fois/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun au ven	17 h 50 à 20 h 40	Avril à septembre	À déterminer

Lieu : Parc des Gouverneurs ou Parc Elie-Saab 2

Niveau : SEN A (1 soir/sem.)

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun ou jeu	21 h	Avril à septembre	À déterminer

Lieu : Parc des Gouverneurs ou Parc Elie-Saab 2

CLUB DE SOCCER BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne, dès maintenant, au soccerboucherville.ca/inscription.

Le Club de soccer Boucherville est l'organisation sportive principale de la Ville de Boucherville. Établi en juin 1975, le CSB regroupe 2 500 joueurs à l'année répartis dans différentes catégories. Le club offre, été comme hiver, différentes activités pour les joueurs de tous niveaux dès l'âge de 3 ans.

Renseignements : 450 655-5531, info@soccerboucherville.com, soccerboucherville.ca

SOCCER COMPÉTITIF, SUITE

Niveau : SEN AA (2 soirs/sem.)

HORAIRE		DATES	Coût
Mar/Jeu	21 h	Avril à septembre	À déterminer

Lieu : Parc des Gouverneurs ou Parc Elie-Saab 2

Niveau : U21 AAA + SEN AAA (2 soirs/sem.)

HORAIRE		DATES	Coût
Mar/Jeu	21 h	Avril à septembre	À déterminer

Lieu : Parc Elie-Saab 2

CLUB DE TAEKWONDO BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne au clubtaekwondoboucherville.com.

Carte Accès-Boucherville obligatoire. | Rabais de 50 % pour le 3^e membre d'une famille.

Préalable : 6 ans et + | Dobuk (uniforme de taekwondo) non obligatoire pour la première session.

Sur une base volontaire, cours complémentaires (combat, poomsae, etc.) les vendredis, de 20 h à 21 h. Groupe de compétition pour les intéressés.

Lieu : École Antoine-Girouard

Renseignements : Karl Dery, 514 949-2193, taekwondoboucherville@gmail.com



TAEKWONDO

Art martial coréen reposant sur le respect, la discipline, le courage et la persévérance. Sport axé sur un conditionnement physique complet. Belle occasion pour les familles de s'entraîner avec plaisir dans un lieu commun et au même moment.

Clientèle : Adulte, enfant et famille | **Niveau :** Débutant, intermédiaire et avancé

HORAIRE		DATES	Coût
Lun/Mer/Ven	18 h 40 à 20 h	27 avril au 19 juin*	90 \$

*Congé : 18 mai

Instructeurs : Consultez le site Web, pour connaître la liste détaillée des instructeurs.

CLUB DE TENNIS DE TABLE DE BOUCHERVILLEACCÈS-
LOISIRS**INSCRIPTION** : Dès le 1^{er} mars, sur place ou par courriel, en tout temps.**Réduction familiale.****Préalable** : Tenue de sport et espadrilles requis. Raquettes et balles fournies pour l'essai.**Note** : Il peut y avoir des modifications à l'horaire en raison des compétitions sportives.**Lieu** : École secondaire De Mortagne, porte 4**Renseignements** : Miguel Ruz, 438 878-5401, tennisdetableboucherville@gmail.com**TENNIS DE TABLE**

On s'amuse en développant la concentration, la coordination motrice, les réflexes, la précision et la vitesse. Venez essayer un cours gratuitement.

**Clientèle** : Débutants et intermédiaires

HORAIRE		DATES	Coût
Mer/Jeu	18 h à 18 h 50	1 ^{er} avril au 13 juin	280 \$/1 h sem. 380 \$/2 h sem. 480 \$/3 h sem.
Sam	8 h à 8 h 50		
	9 h à 9 h 50		
	10 h à 10 h 50		

Clientèle : Avancés

HORAIRE		DATES	Coût
Mer/Jeu	19 h à 19 h 50	1 ^{er} avril au 13 juin	280 \$/1 h sem. 380 \$/2 h sem. 480 \$/3 h sem.
Sam	11 h à 11 h 50		
	12 h à 12 h 50		
	13 h à 13 h 50		

Clientèle : Adulte (Libre)

HORAIRE		DATES	Coût
Jeu	20 h à 22 h	2 avril au 11 juin	125 \$/2 h sem.

Jeu libre (Venez avec un partenaire, réservez votre place)

HORAIRE		DATES	Coût
Mer/Jeu	18 h à 19 h 50	1 ^{er} avril au 13 juin	15 \$/personne/séance
Sam	8 h à 13 h 50		

LIGUE DE TOUCH FOOTBALL DE BOUCHERVILLE

INSCRIPTION : En ligne au lfb.ca, dès le 1^{er} avril.

La LTFB encadre la pratique sportive du football sans contact. Division masculine, matchs les mardis et dimanches, 15 matchs en saison régulière. Division flag Mixte football, matchs les mardis et dimanches 10 matchs en saison régulière. Les équipes sont reconstituées chaque année par repêchage pour assurer l'équilibre. Aucune expérience requise.



Touch Football pour les 50 ans et + : Vous avez plus de 50 ans et aimez le football? Rejoignez-nous pour des matchs amicaux de touch football, sans contact. Tous les niveaux sont bienvenus !

LIGUE DE FLAG FOOTBALL MIXTE (6 vs 6 joueurs, dont 2 filles par équipe en tout temps sur le jeu)

Les matchs sont de 60 minutes, il faut prévoir arriver 30 minutes à l'avance.

HORAIRE		DATES	COÛT
Mar	20 h à 23 h	2 août au 8 novembre	195 \$
Dim	8 h à 13 h		

TOUCH FOOTBALL MASCULIN (7 vs 7 joueurs)

La durée d'un match est de 90 minutes, il faut se présenter minimalement 30 minutes à l'avance.

Niveau : Débutant à avancé

HORAIRE		DATES	COÛT
Mar	20 h à 23 h	2 août au 8 novembre	260 \$
Dim	8 h à 13 h		

PRATIQUES LIBRES DE TOUCH ET FLAG FOOTBALL

Les nouveaux joueurs doivent participer à 3 pratiques pour rejoindre la saison régulière.

Niveau : Débutant à avancé

HORAIRE		DATES	COÛT
Sam	9 h 30 à 12 h	16 mai au 1 ^{er} août	Gratuit

TOUCH FOOTBALL POUR LES 50 ANS ET +

Matchs amicaux de touch football, sans contact. Tous les niveaux sont bienvenus !

Niveau : Débutant à avancé

HORAIRE		DATES	COÛT
Lun	9 h 30 à 12 h	4 mai au 26 octobre	45 \$

Information/inscription : Roger Demers, rodeger7@gmail.com

ORGANISATION DU BASEBALL MINEUR DE BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne au obmb.com

La mission de l'organisation de baseball mineur de Boucherville est d'offrir aux garçons et filles âgées de 5 à 18 ans la possibilité de pouvoir pratiquer le baseball, de s'amuser et de bénéficier d'un enseignement et d'un encadrement pour que les jeunes puissent découvrir et maîtriser les rouages du baseball.



Préalable : Être âgé de 5 à 18 ans.

Lieu : Terrains de baseball de la Ville et ceux des associations de la Rive-Sud.

Renseignements : info@obmb.com, obmb.com

BASEBALL

L'Organisation offre la chance aux filles et garçons âgés de 5 à 18 ans la possibilité de pouvoir pratiquer le baseball, de s'amuser, de bénéficier d'un enseignement et d'un encadrement pour que les jeunes puissent découvrir et maîtriser les rouages du baseball.

HORAIRE		DATES	Coût
Dim au sam	10 h à 21 h	début mai au début sept.	Consulter le site Web

Note : L'horaire des matchs n'est pas disponible pour l'instant. La saison régulière comprend 20 matchs, ainsi que les éliminatoires et le tournoi.

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE BOUCHERVILLE



INSCRIPTION : En ligne au cpaboucherville.ca dès le 29 mars, 9h.

Sélectionner l'onglet *Inscriptions*, puis cliquer sur le cours désiré.

Les paiements se font en ligne, sur la plateforme Amélia.

Entraîneurs : Professionnels formés du PNCE, assistés par des assistants de programme formés.

Préalable : Avoir l'affiliation à Patinage Canada (du CPAB) 2025-2026.

Si vous désirez faire un camp de jour de patin, nous vous suggérons l'organisme suivant : campjourpatin.com.

Lieu : Centre des glaces Gilles-Chabot

Renseignements : info.cpaboucherville@gmail.com, cpaboucherville.ca





cardio plein air

♣ Fièremment québécois

Grande variété de **cours semi-privés**, donné par des **entraîneurs certifiés** et ayant des alternatives d'intensité **pour tous les niveaux**.

Ton gym à ciel ouvert

Programmes offerts

Cardio-Intensité
 Cardio-Musculation
 Cardio-Poussette
 Plein Air Actif (nouveau!)
 Plein Air Tonus
 Plein Air Yoga
 Offre virtuelle (illimitée!)

JE M'INSCRIS

boucherville@cardiopleinair.ca

  514 966-0086

Vous voulez garder la forme à peu de frais?
 Joignez-vous à nous pour une marche
 à un « pas décidé » d'environ 6 km/heure.



Vous avez droit à 2 essais gratuits!
 Ensuite, pour devenir membre, le coût est seulement \$35
 jusqu'au 31 mars 2027

Visitez notre site internet : <https://clubdemarchedynamique.com>
 Ou contactez Hélène Trudel au:
 514-441-9267 ou helenetrudelcmbd@outlook.com

HELIOS

SPORTS ACROBATIQUES

inscriptions.ecolehelios.com

SESSION ÉTÉ

**GYMNASTIQUE
TRAMPOLINE
ACROSPORT
PARKOUR**

CAMP D'ÉTÉ

DU 29 JUIN AU 21 AOÛT 2026

GROUPES MIXTES DE 5 À 7 ANS ET 8 À 13 ANS

INSCRIPTIONS EN LIGNE À PARTIR DU 15 MARS 2026



8 à 15 ans

www.ecoledegolfloiselet.com



Nous faisons danser Boucherville depuis 2009.

Découvrez le plaisir de danser au sein d'une communauté accueillante et bienveillante. Nous enseignons aux adultes de tous âges et niveaux, **avec ou sans partenaire.**

- Salsa
- Baladi
- Danses latines
- Merengue
- Bachata
- Cha-cha-cha
- Kizomba
- Et plus ...

TOCCA
D A N S E

Inscrivez-vous aujourd'hui !

Consulter les horaires



tocadanse.com | 514 433-8342 | info@tocadanse.com
100 boul. de Montarville (suite 90), Boucherville



**SECONDAIRE PRIVÉ
À DEUX PAS
DE CHEZ VOUS**

Informations
450 641-2000

Changer le monde un enfant à la fois !

À LA MATERNELLE 4 ANS ET 5 ANS

**Enseignement personnalisé
convivial et dévoué**

Anglais, musique et art dramatique.

AU PRIMAIRE

**Enseignement différencié,
interactif et bienveillant**

Anglais tous les jours

Un iPad par élève à partir
de la 4^e année.

AU SECONDAIRE

**Concept unique, enrichissant
et passionnant**

Études-sport ou 4 après-midis
par semaine consacrés aux
activités suivantes :

- Sciences
- Sports
- Art dramatique
- Stunt Stage
- Journalisme
- Ultimate Frisbee
- Études
- Récupération
- Retour à la maison

UN MILIEU DE VIE
DYNAMIQUE AU SERVICE DE L'ÊTRE,
OÙ L'ON VIT, AIME, TRANSMET ET APPREND...
POUR FAIRE ÉCLORE LE TALENT DE CHAQUE ENFANT...
EN L'ACCOMPAGNANT SUR SA PROPRE VOIE...
EN SEMANT LE GOÛT D'APPRENDRE...
EN CULTIVANT LA DIFFÉRENCE...
EN RÉCOLTANT
L'ÉPANOUISSEMENT !



570, boulevard de Mortagne, Boucherville (Québec) J4B 5E4 | Téléphone : 450 641-2000 | www.ecoletroissaisons.com

L'établissement offre un enseignement en formation générale conduisant à l'obtention d'un diplôme d'études secondaires. Cours dispensés en français.