



Programmation 2025 automne

Période d'inscription du 24 août au 6 septembre 2025

* Pour les activités identifiées par une pastille bleue, l'inscription se fait directement auprès de l'entreprise offrant le cours.

Inscription en ligne sur le portail citoyen

*Les résidents de la Nouvelle-Acadie bénéficient du tarif résident. *
(Sainte-Marie-Salomé | Saint-Alexis | Saint-Liguori)

Portail citoyen : www.citoyens.st-jacques.org

ACTIVITÉS CULTURELLES

BIBLIO-PARC

Par Bibliothèque Marcel-Dugas

Les employés de la bibliothèque seront au parc le 12 août avec une tonne de livres ! Profitez de votre sortie au parc pour lire une petite histoire au soleil.



7 ans et plus



12 août



Mardi, 12 h à 15 h



Gratuit



Parc Aimé-Piette



Inscription : Aucune inscription requise

VISITE GUIDÉE DE L'EXPOSITION

Par Jocelyne Bellemare et Claude Lessard

Les artistes Jocelyne Bellemare et Claude Lessard seront à la Maison de la Nouvelle-Acadie pour vous faire visiter leur exposition! Venez en apprendre plus sur leur démarche artistique et processus de création !



7 ans et plus (Min 1 | Max 30)



6 septembre



Samedi, 10 h



Gratuit



Maison de la Nouvelle-Acadie



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org

LECTURE ASSISTÉE

Par Annie Dauphin, Zoothérapeute

Atelier pour enfants de 7 à 11 ans, dans lequel l'enfant lit en compagnie d'un animal, pour donner le goût de la lecture.



7 à 11 ans (Min 1 | Max 8)



6 septembre



Samedi, 10 h



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org

CONFÉRENCE D'AUTEURE

Par Marylène Pion

Venez à la bibliothèque rencontrer Marylène Pion, auteure de Les héritiers de la Calder Wood, Les lumières du Ritz, Le grand magasin et bien d'autres! Découvrez son parcours d'auteure, ses sources d'inspiration et les rouages du métier.



14 ans et plus (Min 1 | Max 30)



13 septembre



Samedi, 10 h



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org

ZOO-ANIMATION

Par Annie Dauphin, Zoothérapeute

Atelier pour tous, dans lequel 3 animaux sont présentés. Vous apprendrez à les connaître un peu et à entrer en contact avec eux.



6 à 12 ans (Min 1 | Max 8)



11 octobre



Samedi, 10 h



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org



ACTIVITÉS CULTURELLES - SUITE

TRICOT-THÉ

Par Bibliothèque Marcel-Dugas

Vous aimez tricoter, crocheter, broder et parler en bonne compagnie? Rejoignez notre club de tricot intergénérationnel à la bibliothèque ! Que vous soyez débutant(e) ou expert(e), venez partager savoir-faire, histoires et rires dans une ambiance conviviale !



16 ans et plus



18 septembre | 16 octobre | 20 novembre



Jeudi, 18 h 30 à 20 h



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org

CERCLE LITTÉRAIRE

Par Bibliothèque Marcel-Dugas

Passionné de lecture ?

Rejoignez le cercle littéraire pour partager vos découvertes et échanger autour des livres, dans une ambiance conviviale où naissent amitiés et amour de la lecture.



18 ans et plus (Min 1 | Max 20)



20 septembre (1 x par saison environ)



Samedi, 9 h 30



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas

Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org



ATELIER - CRÉATION DE PRODUITS NATURELS

Par École de Rang

Participez à un atelier de transformation des plantes en divers produits naturels tout en respectant les bienfaits de la nature. Vous repartirez avec vos créations !



14 ans et plus (Min 4 | Max 8)



18 octobre



Samedi, 9 h 30 à 12 h



30 \$ résident | 35 \$ non-résident plus taxes



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org

COURS DE DESSIN MANGA

Par Isekai Touch

Des mangakas de la maison d'édition Isekai Touch offrent un cours de dessin aux passionnés de mangas! Viens découvrir comment dessinent les professionnels et apprendre leurs trucs et astuces!



8 ans et plus (Min 1 | Max 12)



1^{er} novembre



Samedi, 10 h à 11 h 30



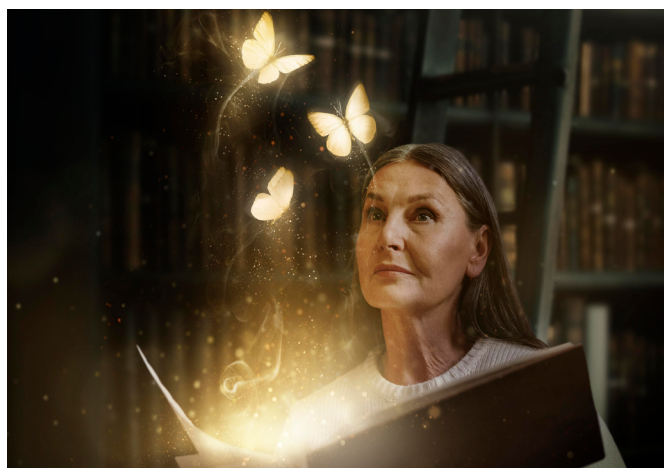
Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org



ACTIVITÉS CULTURELLES - SUITE

ATELIERS DE DESSIN (JOUR)

Par Daniel Lamarre

Ces ateliers s'adressent aux adultes qui désirent apprendre les techniques de dessin aux crayons à la mine pour créer des œuvres réalistes et autres.



18 ans et plus



24 septembre (10 séances)



Lundi | Mercredi, 13 h 15 à 15 h 45



200 \$



79, rue Sainte-Anne, Saint-Jacques



Inscription : Daniel Lamarre

514 922-2968

dani.lamarre5@gmail.com

Prévoir l'achat de matériel.

Les détails seront donnés lors de l'inscription.

ATELIERS DE DESSIN (SOIR)

Par Daniel Lamarre

Ces ateliers s'adressent aux adultes qui désirent apprendre les techniques de dessin aux crayons à la mine pour créer des œuvres réalistes et autres.



18 ans et plus



24 septembre (10 séances)



Lundi, 19 h à 21 h



200 \$



79, rue Sainte-Anne, Saint-Jacques



Inscription : Daniel Lamarre

514 922-2968

dani.lamarre5@gmail.com

Prévoir l'achat de matériel.

Les détails seront donnés lors de l'inscription.

PICASSO LES YEUX FERMÉS

Par Bibliothèque Marcel-Dugas

La bibliothèque invite les enfants de 8 à 13 ans à un atelier artistique unique en son genre ! Inspiré de l'univers de Picasso, les jeunes créeront une œuvre originale... les yeux fermés ! Un moment ludique pour stimuler l'imagination et la créativité.



8 à 13 ans (Min 1 | Max 10)



15 novembre



Samedi, 10 h



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen

www.citoyens.st-jacques.org

LA CORDE À LIVRES

Par Maude Alain-Gendreau

L'atelier La corde à livres est une animation théâtrale et colorée qui a pour objectif de développer la curiosité et l'intérêt des petits pour les livres! Le tout est suivi d'une période de confection et décoration d'un livre. Les livres seront ensuite exposés à la bibliothèque!



4 à 7 ans* (Min 1 | Max 10)



29 novembre



Samedi, 10 h



Gratuit



Bibliothèque Marcel-Dugas



Inscription en ligne sur le portail citoyen

www.citoyens.st-jacques.org

* Parent accompagnateur (Obligatoire)



ACTIVITÉS SPORTIVES



COURS AQUAFORME

Par École de natation Denyse Contant

Entraînez-vous dans l'eau afin de profiter au maximum de l'intensité sans impact sur vos articulations



14 ans et plus



22 | 24 septembre (12 séances)



Lundi, 20 h à 20 h 55 | Mercredi, 20 h à 20 h 55



18 \$ plus taxes par cours



Collège Esther-Blondin, piscine



Inscription dès le 1^{er} août 2025 :

École de natation Denyse Contant

www.ecoledenysecontant.ca

ecoledenysecontant@videotron.ca

450 754-3234

INTRODUCTION À L'AUTO-DÉFENSE

Par Krav Maga Joliette

Introduction à l'auto-défense. Techniques de base pour faire face à l'intimidation.



5 à 11 ans (Min 6)



13 septembre



Samedi, 13 h à 14 h



20 \$ résident | 25 \$ non-résident



Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France



Inscription en ligne sur le portail citoyen

www.citoyens.st-jacques.org

INTRODUCTION D'AUTO-DÉFENSE MIXTE

Par Krav Maga Joliette

Introduction à l'auto-défense. Faire face à une tentative de saisie. Éviter une attaque. Parer un étranglement. Faire face à une menace armée.



12 ans et plus (Min 6)



4 octobre



Samedi, 13 h à 16 h



Variable selon l'âge



Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France



Inscription en ligne sur le portail citoyen

www.citoyens.st-jacques.org

INTRODUCTION D'AUTO-DÉFENSE POUR FEMME

Par Krav Maga Joliette

Techniques similaires au séminaire mixte mais avec l'emphasis sur des agressions plus fréquentes chez les femmes.



12 ans et plus (Min 6)



11 octobre



Samedi, 13 h à 16 h



Variable selon l'âge



Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France



Inscription en ligne sur le portail citoyen

www.citoyens.st-jacques.org

ACTIVITÉS SPORTIVES - SUITE

DANSE COUNTRY (NIVEAU 1)

Par Danse Country Julie Lépine (Enseignante Chantal Labelle)

Les danses de ce niveau conviennent généralement aux personnes qui n'ont jamais fait de danse country, très peu ou qui ont plus de difficultés.

 14 ans et plus

 23 septembre (10 séances)

 Mardi, 18 h 25 à 19 h 10

 75.67 \$ plus taxes

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription :** dansecountryjulielepine.ca
info@dansecountryjulielepine.ca ou 450 547-9855
7% de rabais aux résidents
(Preuve de résidence de Saint-Jacques code promo :
résident)

DANSE COUNTRY (NIVEAU 2)

Par Danse Country Julie Lépine (Enseignante Chantal Labelle)

Les danses de ce niveau sont adaptées habituellement aux personnes ayant moins d'un an ou deux de cours de danse country. Vous connaissez certains pas de base, mais de nouveaux seront enseignés. Le rythme du cours est lent, les pas décortiqués, mais moins de temps est utilisé pour les pas de base.

 14 ans et plus

 23 septembre (10 séances)

 Mardi, 19 h 20 à 20 h 20

 84.36 \$ plus taxes

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription :** dansecountryjulielepine.ca
info@dansecountryjulielepine.ca ou 450 547-9855
7% de rabais aux résidents
(Preuve de résidence de Saint-Jacques code promo :
résident)

DANSE COUNTRY (NIVEAU 3)

Par Danse Country Julie Lépine (Enseignante Chantal Labelle)

Les danses de ce niveau s'adressent normalement aux personnes ayant suivi 2 ans de cours de danse ou ayant de la facilité à apprendre. Le rythme est un peu plus rapide et seuls les nouveaux termes sont décortiqués. Les danses ont des enchaînements un peu plus complexes, tout en étant accessibles.

 14 ans et plus

 23 septembre (10 séances)

 Mardi, 20 h 30 à 21 h 30

 84.36 \$ plus taxes

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription :** dansecountryjulielepine.ca
info@dansecountryjulielepine.ca ou 450 547-9855
7% de rabais aux résidents
(Preuve de résidence de Saint-Jacques code promo :
résident)



ACTIVITÉS SPORTIVES - SUITE

COURS CARDIO-MUSCU INTENSITÉ

Par Physio St-Jacques

Circuit-training visant un renforcement musculaire global avec une touche de cardio.

 16 ans et plus (Min 6)

 15 septembre (14 séances) *Congé le 13 octobre

 Lundi, 8 h à 9 h

 220 \$ plus taxes

 Maison du Folklore

 **Inscription :**
Physio St-Jacques
info@physiost-jacques.com
450 839-2112

VIEILLIR EN SANTÉ : COURS EXTÉRIEUR DE RENFORCEMENT

Par Physio St-Jacques

Cours extérieur de renforcement

 45 ans et plus (Min 6)

 16 septembre (14 séances)

 Mardi, 10 h à 11 h

 220 \$ plus taxes

 Parc Aimé-Piette

 **Inscription :**
Physio St-Jacques
info@physiost-jacques.com
450 839-2112



COURS DE STYLE PILATES (DÉBUTANT-INTERMÉDIAIRE)

Par Physio St-Jacques

Pilates pour débutant-intermédiaire.

 16 ans et plus (Min 6)

 16 septembre (14 séances)

 Mardi, 9 h à 10 h

 220 \$ plus taxes

 Maison du Folklore

 **Inscription :**
Physio St-Jacques
info@physiost-jacques.com
450 839-2112



ACTIVITÉS SPORTIVES - SUITE

CARDIO-POUSSETTE

Par Cardio Plein Air

Profitez de séances dynamiques et sécuritaires pour faire des exercices cardiovasculaires en déplacement avec votre poussette et musculaires avec une bande élastique. Rencontrez d'autres parents et socialisez dans une ambiance conviviale



16 ans et plus



10 septembre (15 séances)



Mercredi, 9 h à 10 h



Variable



Parc des Cultures Bernard-Landry



Inscription en ligne dès 11 août !

Inscription via le site Internet de Cardio Plein Air Joliette: <https://app.cardiopleinair.ca/inscriptions/?r=terrain&f=joliette&p=poussette>
joliette@cardiopleinair.ca
450 394-0894



DANSE INITIATION 3-5 ANS

Par Studio de danse Daryann Grenier

Éveillez la passion de la danse chez votre enfant ! Offrez-lui l'opportunité d'apprendre les mouvements techniques et rythmés du jazz. Les jeunes danseurs développeront leur coordination, leur flexibilité et leur musicalité tout en s'amusant.



3 à 5 ans (Min 5 | Max 15)



16 septembre (14 séances)



Mardi, 17 h 45 à 18 h 30



168 \$ Résident | 173 \$ Non-résident



Maison du Folklore



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org

DANSE JAZZ / HIP HOP 6-9 ANS

Par Studio de danse Daryann Grenier

La danse Hip Hop est une forme d'expression artistique qui combine mouvements rythmés, énergie explosive et créativité.



6 à 9 ans (Min 5 | Max 15)



16 septembre (14 séances)



Mardi, 18 h 30 à 19 h 30



224 \$ Résident | 229 \$ Non-résident



Maison du Folklore



Inscription en ligne sur le portail citoyen
www.citoyens.st-jacques.org



ACTIVITÉS SPORTIVES - SUITE

PARCOURS MOTEUR (TOUT-PETITS 3-5 ANS)

Par PARA'S'COOL

Développement de la motricité globale par l'entremise de parcours créatifs et éducatifs.

*Congé les 8 et 15 novembre

 3 à 5 ans (Min 10 | Max 22)

 20 septembre (12 séances)*

 Samedi, 9 h 30 à 10 h 30

 197 \$ Résident | 202 \$ Non-Résident

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription en ligne sur le portail citoyen**
www.citoyens.st-jacques.org

MULTISPORT (JEUNESSE 5-8 ANS)

Par PARA'S'COOL

Les participant.es développeront leurs compétences tout au long de la session à l'aide d'ateliers de passes, de feintes et différentes stratégies y seront apprises. Esprit récréatif, approche pédagogique et ludique, sans compétition !

*Congé les 8 et 15 novembre

 5 à 8 ans (Min 10 | Max 22)

 20 septembre (12 séances)*

 Samedi, 10 h 45 à 11 h 45

 197 \$ Résident | 202 \$ Non-Résident

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription en ligne sur le portail citoyen**
www.citoyens.st-jacques.org

BADMINTON LIBRE - FAMILIAL

Pratique libre

 Pour tous ! (Max 12)

 15 septembre (13 séances) *Congé 13 octobre

 Lundi, 18 h à 19 h | 19 h à 20 h

 Variable selon l'âge

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription en ligne sur le portail citoyen**
www.citoyens.st-jacques.org

BADMINTON LIBRE - ADULTE

Pratique libre pour les 14 ans et plus

 14 ans et plus (Max 12)

 15 septembre (13 séances) *Congé 13 octobre

 Lundi, 20 h à 21 h

 52 \$ Résident | 57 \$ Non-résident plus taxes

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription en ligne sur le portail citoyen**
www.citoyens.st-jacques.org

VOLLEYBALL

Pratique libre

 14 ans et plus (Max 12)

 17 septembre (14 séances)

 Mercredi, 19 h à 21 h

 52 \$ Résident | 57 \$ Non-résident plus taxes

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription en ligne sur le portail citoyen**
www.citoyens.st-jacques.org

PICKLEBALL

Ligue amicale intérieure

 14 ans et plus (Max 16)

 18 septembre (14 séances)

 Jeudi, 18 h à 20 h | 20 h à 22 h

 52 \$ Résident | 57 \$ Non-résident plus taxes

 Gymnase de l'école Saint-Louis-de-France

 **Inscription en ligne sur le portail citoyen**
www.citoyens.st-jacques.org

