

20
26

Hiver

Printemps

Civis

PROGRAMME DES LOISIRS



Inscription : Hiver 1^{er} décembre | Printemps 16 mars

photo : Benoit Dupont



Découvrez la programmation HIVER / PRINTEMPS 2026 Joliette x SCB

Les Villes de Joliette et de Saint-Charles-Borromée s'unissent pour vous présenter une programmation hiver-printemps commune, riche, variée et pleine de nouveautés! Découvrez vos activités favorites dans un environnement entièrement repensé pour vous!

Grâce à la plateforme CIVIS 3.0, profitez d'une expérience en ligne simplifiée: classification améliorée, filtres de recherche intuitifs et suggestions pour explorer de nouvelles passions.

Sommaire

03

Activités
aquatiques
Joliette

04

Activités
aquatiques SCB

14

Modalités
d'inscription aux
activités de loisirs

15

Activités
physiques

24

Activités
parascolaires

27

Activités
culturelles

31

Activités
éducatives et
communautaires

35

Camp de jour
de la relâche

37

Offre
complémentaire
d'activités

Activités aquatiques JOLIETTE

Plus de 60 cours offerts!

**École Natation en forme | Programme Nager pour la vie de la Société
de sauvetage**

(modules préscolaires, nageur, jeune sauveteur, adolescent et adulte) |
**Mise en forme aquatique | Formations aquatiques | Cours de plongeon |
Et bien plus!**

Pour tous les détails: cliquez [**ici**](#)
ou balayez le code QR ci-dessous.

Prix avantageux pour les résidents de Joliette et SCB!

La piscine du Cégep de Lanaudière à Joliette possède un lève-personne pour mobilité
réduite. Les gens pourront bénéficier des bienfaits de l'eau grâce à cette chaise.
Accompagnateur obligatoire.

Profitez aussi d'activités libres! **Bain en longueur | Bain libre familial:** cliquez [**ici**](#)



Activités aquatiques SCB



Modalités d'inscription aux activités aquatiques



Les inscriptions se font en ligne via l'Espace citoyen CIVIS accessible au : vivrescb.com

Disponibles jusqu'à épuisement des places.
Informations : 450 759-4415 | viocityenne@vivrescb.com



**SESSION
HIVER 2026**

INSCRIPTION DÈS LE 1^{er} DÉCEMBRE 2025, 9 h

Session: du lundi 12 janvier au dimanche 29 mars 2026

Durée: 10 semaines

* Relâche du 2 au 8 mars 2026



**SESSION
PRINTEMPS 2026**

INSCRIPTION DÈS LE 16 MARS 2026, 9 h

Session: du lundi 6 avril au dimanche 14 juin 2026

Durée: 10 semaines

Les cours ne seront plus annulés lors des journées fériées, autant pour la programmation aquatique que la programmation des loisirs. Taxes en sus, si applicables.

Matériel requis pour tous les cours de la programmation aquatique :

- Maillot de bain et serviette
- Bouteille d'eau
- Lunettes de natation (pour les enfants de 2 ans et demi et plus)
- Couche imperméable (pour les bébés ou autres personnes concernées)
- Les casques de bain ne sont pas obligatoires, mais les cheveux longs doivent être attachés
- Facultatif : sandales propres (que vous n'utilisez pas à l'extérieur) pour se promener dans les locaux du Centre aquatique
- Facultatif : cadenas

Mise en forme aquatique

ADULTE | 18 ANS ET +

H P Aquaforme | 60 ans et +

Ce cours de mise en forme avec musique se déroule en partie peu profonde de la piscine. Il permet de travailler tous les muscles du corps par des exercices cardiovasculaires et musculaires d'intensité faible à modérée. L'impact au niveau des articulations est minime.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les lundis 10 h 11 h 18 h 30 Les mercredis 10 h Les vendredis 15 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

H P Aquaforme | régulier

Ce cours de mise en forme aquatique en eau peu profonde combine des exercices cardiovasculaires et musculaires d'intensité modérée à soutenue. Plus dynamique que l'aquaforme | 60 ans et +, il sollicite l'ensemble du corps avec un faible impact sur les articulations.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les lundis 14 h 30 15 h 30 16 h 30 19 h 30 Les mardis 8 h 9 h 10 h 18 h 30 Les mercredis 11 h 15 h 30 16 h 30 18 h 30 Les jeudis 8 h 9 h 10 h 17 h 30 18 h 30 Les vendredis 16 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

H P Aquaforme | intensif

Idéal pour les personnes actives, ce cours se déroule en partie peu profonde et parfois, en partie profonde de la piscine. L'ensemble des muscles du corps est sollicité par des exercices cardiovasculaires et musculaires variés, d'intensité élevée.

* Il est fortement recommandé de vous inscrire à un cours régulier si vous débutez.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les mardis 19 h 30 Les jeudis 19 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

H P Duo aquatonic et aquamoove

Ce cours combine aquatonic et aquamoove pour améliorer le tonus musculaire, la coordination et l'endurance cardiovasculaire. Alternant des périodes d'effort soutenu et des séquences plus rythmées avec musique, il s'adapte aux capacités de chacun tout en proposant un entraînement complet et stimulant en milieu aquatique.

L'intensité de ce cours est comparable à celle de l'aquaforme | régulier. La monitrice propose des variantes selon le niveau des participants, assurant un entraînement adapté à chacun. Les impacts sur les articulations demeurent faibles, favorisant une mise en forme sécuritaire et accessible.

Responsable: Faye Masse

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les mercredis 13 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

H P Aquatonic

Ce cours de mise en forme avec musique permet de travailler le tonus musculaire, la coordination et l'endurance cardiovasculaire en intervalles, tout en respectant le rythme de chacun. Inspiré de l'aquaforme, il intègre l'utilisation de matériel varié pour diversifier les exercices.

Responsable: Faye Masse

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les jeudis 13 h Les vendredis 9 h	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

H P Aquaprénatal et aquamaman

Ce cours s'adresse aux femmes enceintes, aux nouvelles mamans et à leur bébé. Il sollicite l'ensemble des muscles grâce à des exercices cardiovasculaires et musculaires d'intensité modérée à soutenue. L'entraînement s'adapte à votre niveau et à votre état de santé, en fonction de la grossesse ou de la période postnatale.

Responsable: Faye Masse

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les vendredis 10 h	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

H P Aquamoove

Ce cours en eau peu profonde avec musique, sollicite à la fois le tonus musculaire et l'endurance cardiovasculaire à une intensité modérée à soutenue. Comparable à l'aquaforme régulier, il convient à tous les niveaux grâce aux variantes proposées par la monitrice.

Responsable: Faye Masse

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les jeudis 14 h Les vendredis 11 h	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette): 83,50 \$ + taxes Non-résident: 167 \$ + taxes	

P Cours privé | 14 ans et +

Ce cours de natation privé vous permettra de perfectionner la maîtrise des différents styles de nage, en fonction de vos besoins. Le moniteur pourra vous donner des conseils et construire un entraînement adapté à ce que vous souhaitez développer.

Ainsi, que vous visiez la préparation d'un triathlon, la maîtrise des différents styles de nage ou tout simplement l'amélioration de votre endurance cardiovasculaire, ce cours est fait pour vous.

Veillez noter que vous pouvez inviter un deuxième participant à se joindre à vous pour l'entraînement, gratuitement.

Responsable: moniteur aquatique

Printemps
Début: 6 avril
Les mercredis 6 h 30
55 minutes 10 semaines à la carte
Résident (SCB, Joliette): 20 \$ + taxes Non-résident: 40 \$ + taxes

Programme de natation SCB

JEUNESSE | 17 ANS ET –

H P Natation parent-enfant | bébé

Ce cours en eau peu profonde initie le bébé à l'eau, à la motricité, à la coordination et à l'immersion, avec des exercices adaptés qui diminuent sa peur de l'eau. Les 15 dernières minutes favorisent le jeu parent-enfant pour renforcer les liens et créer des souvenirs positifs.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
6 mois à 2 ½ ans	
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les samedis 8 h 9 h Les dimanches 9 h	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette et NDP): 105 \$ Non-résident: 210 \$	

H P Natation parent-enfant | bassin 1

Ce cours en eau peu profonde permet à votre enfant de s'habituer à l'eau et d'apprendre à se déplacer à l'aide de ses bras et de ses jambes. Il est initié à l'immersion et développera sa flottabilité et sa respiration. Le plongeur en position assise est également enseigné à ce niveau.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
2 ½ ans à 3 ½ ans	
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les vendredis 17 h 30 Les samedis 10 h 11 h 12 h 30 Les dimanches 8 h 10 h 11 h 12 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette et NDP): 105 \$ Non-résident: 210 \$	

H P Natation parent-enfant | bassin 2

Ce cours se déroule en eau peu profonde. L'enfant y développe partiellement son autonomie et débute l'apprentissage du crawl, du dos crawlé et de la respiration rythmée, avec l'aide de son accompagnateur. Le plongeur à un genou est également introduit à ce niveau.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
3 ½ ans à 5 ans	
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les vendredis 17 h 30 Les samedis 10 h 11 h 12 h 30 Les dimanches 8 h 10 h 11 h 12 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette et NDP): 105 \$ Non-résident: 210 \$	

H P Natation bientôt sans parent | bassin 3

Ce cours se déroule en eau peu profonde. Selon ses capacités, l'enfant gagne en autonomie alors que son accompagnateur se retire progressivement du bassin. Il poursuit l'apprentissage du crawl et du dos crawlé, tout en découvrant les bases du mouvement des jambes à la brasse et au papillon.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
5 ans à 9 ans	
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les vendredis 17 h 30 Les samedis 10 h 11 h 12 h 30 Les dimanches 8 h 10 h 11 h 12 h 30	
Durée: 55 minutes 10 semaines	
Résident (SCB, Joliette et NDP): 105 \$ Non-résident: 210 \$	

H P Natation enfant | bassin 4

Ce cours en eau profonde s'adresse aux enfants ayant déjà une base en natation. Sans aide ni parent, ils apprennent à maîtriser le crawl et le dos crawlé sur de courtes distances, tout en découvrant progressivement la brasse, le papillon, le virage culbute et le plongeon debout.

Prérequis obligatoires : être à l'aise dans la partie profonde sans parent ni aide de flottaison.

Responsable : moniteur aquatique

Hiver	Printemps
7 ans à 9 ans	
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Les vendredis 17 h 30 Les samedis 10 h 11 h 12 h 30 Les dimanches 10 h 11 h 12 h 30	
Durée : 55 minutes 10 semaines	
Résidents (SCB, Joliette et NDP) : 105 \$ Non-résidents : 210 \$	

H P Natation enfant | longueurs

Ce cours, offert sur une distance de 18,5 mètres, permet à l'enfant de perfectionner les techniques du crawl, du dos crawlé, de la brasse et du papillon, tant en partie peu profonde que profonde de la piscine. Il vise également à développer la respiration et l'endurance cardiovasculaire. À ce niveau, le virage culbute et le plongeon debout sont également abordés.

Responsable : moniteur aquatique

Hiver	Printemps
9 à 14 ans	
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Les mercredis 17 h 30 Les vendredis 18 h 30 Les samedis 13 h 30 Les dimanches 13 h 30	
Durée : 55 minutes 10 semaines	
Résidents (SCB, Joliette et NDP) : 105 \$ Non-résidents : 210 \$	

H P Entraînement en longueurs | adolescent

Cet entraînement en natation s'adresse aux enfants et aux adolescents qui souhaitent se dépasser et évoluer. Ce cours leur permet de perfectionner leurs styles de nages et d'améliorer leur endurance cardiovasculaire.

Prérequis obligatoires : maîtriser les quatre styles de nage (crawl, dos crawlé, brasse et papillon) et être en mesure de compléter 600 mètres sans arrêt.

Responsable : moniteur aquatique

Hiver	Printemps
12 à 18 ans	
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Les vendredis 19 h 30 Les samedis 14 h 30	
Durée : 55 minutes 10 semaines	
Résidents (SCB, Joliette et NDP) : 91,32 \$ + taxes Non-résidents : 182,65 \$ + taxes	

OUVERT À TOUS

H P Natation adulte | 14 ans et +

Ce cours de natation en longueurs permet d'apprendre différents styles de nage de façon progressive. Les moniteurs accompagnent les nageurs dans l'eau pour suivre de plus près leur apprentissage. Ce cours est adapté à tous puisque chacun des corridors de nage est réservé à un niveau (débutant, intermédiaire et avancé).

Responsable : moniteur aquatique

Hiver	Printemps
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Les dimanches 14 h 30	
Durée : 55 minutes 10 semaines	
Résidents (SCB, Joliette) : 105 \$ + taxes Résidents NDP (18 ans et -) : 105 \$ + taxes Non-résidents : 210 \$ + taxes	

Activités libres

OUVERT À TOUS

H P Bain libre familial

Les périodes de bain libre, avec des jeux et une glissade, offrent des moments agréables en famille ou entre amis. Il est à noter que les enfants de moins de 10 ans doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte en tout temps.

Responsable: sauveteur

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 18 avril
Les dimanches 15 h 30	Les samedis 15 h 30 Les dimanches 15 h 30
RELÂCHE - 2 AU 8 MARS Lundi 10 h 30 15 h Mardi, mercredi et vendredi 10 h 30 13 h 15 h	
Durée: 1 h 30	
Tarif à la carte réservation obligatoire Résident de SCB, Joliette et NDP: gratuit Non-résident: 4 \$ + taxes	
* Note: des apprentis-sauveteurs pratiqueront leurs interventions lors des bains libres du 18 avril au 3 mai. * Il n'y aura pas de bain libre familial les 16 et 17 mai, en raison des formations en sauvetage.	



Services à la carte (avec inscriptions obligatoires)

*Note: les inscriptions pour les activités à la carte sont disponibles 30 jours à l'avance, et ce, jusqu'à épuisement des places.

H P Longueurs libres | 14 ans et +

Durant les longueurs libres pour adultes, trois corridors de 18,5 mètres de longueur sont à votre disposition pour vous entraîner en natation. Vous aurez la possibilité de bénéficier de conseils d'un sauveteur qui sera présent en tout temps. Des feuilles d'entraînements sont disponibles sur place.

Responsable: moniteur aquatique

Hiver	Printemps
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Les lundis 6 h 30 17 h 30 Les mardis 12 h 16 h 30 17 h 30 Les jeudis 12 h Les vendredis 6 h 30	
Durée: 55 minutes	
Tarif à la carte réservation obligatoire Résident de SCB, Joliette et NDP: gratuit Non-résident: 7,50 \$ + taxes	

Formations

OUVERT À TOUS

FORMATIONS EN SAUVETAGE GRATUITES

Dans le cadre de son Plan d'action pour valoriser la pratique d'activités physiques, sportives et récréatives au Québec 2022-2027, le ministère de l'Éducation a récemment octroyé à la Ville une aide financière permettant d'offrir gratuitement les cours suivants : Médaille de bronze, Croix de bronze, Premiers soins – Général, Sauveteur national – Piscine, Sauveteur national – Plage et Moniteur en sauvetage. À noter que les places sont limitées et que des préalables sont nécessaires pour pouvoir accéder à ces formations.

H Croix de bronze | 13 ans et +

Formation approfondie pour acquérir des notions de base en surveillance d'une installation aquatique et obtenir le brevet Croix de bronze. Dans ce cours, des techniques pour porter secours à une victime blessée à la colonne vertébrale en partie profonde et à une victime submergée en arrêt cardiorespiratoire sont enseignés.

Prérequis obligatoires : détenir le brevet Médaille de bronze

Responsables : Anne Riopel et Ariane Veillette

Matériel requis :

- Masque de poche, gants et sifflet (en vente sur Amilia)
- Manuel canadien de sauvetage (remis au premier cours)
- Maillot de bain
- Serviette
- Lunettes de natation
- Les casques de bain ne sont pas obligatoires, mais les cheveux longs doivent être attachés
- Facultatif : sandales propres (que vous n'utilisez pas à l'extérieur) pour se promener dans les locaux du Centre aquatique

Hiver
Début : 17 janvier
Les samedis 15 h 30 Le dimanche 15 février 15 h 30
Durée : 3 h 7 semaines
Tarif : gratuit pour tous*
* Vous devrez vous procurer un sifflet à votre premier cours au montant de 10 \$ (taxes incluses), qui servira durant tout le processus pour devenir sauveteur.

H Premiers soins – Général | 14 ans et +

Formation complète permettant de reconnaître rapidement les signes et symptômes anormaux, et ainsi appliquer les mesures d'urgences nécessaires. En seize heures, nombreux sujets sont abordés, tel que l'appréciation de la condition clinique d'une victime et les traitements à prodiguer en cas d'urgences prioritaires (urgences respiratoires, urgences cardiovasculaires, arrêt cardiorespiratoire, etc.) et d'urgences secondaires (convulsions, problèmes de glycémie, problèmes environnementaux, etc.). De plus, l'utilisation d'un défibrillateur externe automatisé (DEA), l'administration de l'épinéphrine par auto-injecteur et la procédure de réanimation cardiorespiratoire (RCR) sur un adulte, un enfant et un bébé sont enseignés.

Responsables : Anne Riopel, Ariane Veillette et Elizabeth Lamontagne

Matériel requis :

- Masque de poche et gants (en vente sur Amilia)
- Manuel canadien de premiers soins (remis au 1^{er} cours)
- Crayons
- Lunch | collations | bouteille d'eau

Hiver
Samedi 14 mars et dimanche 15 mars 8 h à 17 h
Durée : 16 h
Tarif : gratuit pour ceux qui font leur parcours en sauvetage

P Sauveteur national – Piscine | 15 ans et +

Le brevet Sauveteur national est le seul à être reconnu partout au Canada. Il constitue un standard de performance qui assure au détenteur de ce brevet de pouvoir travailler partout au pays. Ce cours est donc conçu de façon à développer une compréhension approfondie des principes de surveillance, un bon jugement et une attitude responsable quant au rôle qu'assume le surveillant-sauveteur dans une installation aquatique.

Le brevet Sauveteur national – Piscine permet de travailler en tant que surveillant-sauveteur autour d'une piscine dès l'âge de 16 ans.

Prérequis obligatoires : être âgé d'au moins 15 ans à l'examen final, détenir le brevet Croix de bronze et le brevet Premiers soins (Général ou Soins d'urgence aquatique/DEA).

Responsables : Anne Riopel et Ariane Veillette

Matériel requis :

- Masque de poche, gants et sifflet (en vente sur Amilia)
- Manuel canadien de sauvetage
- Manuel canadien de premiers soins
- Manuel Alerte (remis au 1^{er} cours)
- Souper | collation | bouteille d'eau
- Maillot de bain
- Serviette
- Lunettes de natation
- Les casques de bain ne sont pas obligatoires, mais les cheveux longs doivent être attachés
- Facultatif: sandales propres (que vous n'utilisez pas à l'extérieur) pour se promener dans les locaux du Centre aquatique

Printemps

Début : 11 avril

Les samedis | 14 h à 19 h 30 : 11 avril au 2 mai
Les dimanches | 14 h à 19 h 30 : 12 avril au 3 mai
Le samedi 16 mai | 15 h à 20 h (évaluation)

Durée : 44 h incluant l'évaluation

Résident de SCB : gratuit
Résident de Joliette et NDP : 122,50 \$
Non-résident : 245 \$

P Sauveteur national – Plage continentale | 15 ans et +

Le brevet Sauveteur national – Plage continentale permet de travailler sur la plage d'un lac ou d'une rivière. Cette formation est nécessaire, puisqu'il s'agit d'environnements grandement affectés par les caprices de la nature. De plus, la présence d'éléments tels que les courants, le sable, les profondeurs vacillantes et l'opacité de l'eau constitue d'importants enjeux que vous devez être en mesure d'évaluer. Elle vous permet également d'apprendre à vous servir d'outils spécialisés pour effectuer des sauvetages, comme les bouées tubes et l'aquaplane.

Prérequis obligatoires : être âgé d'au moins 15 ans à l'examen final et détenir le brevet Sauveteur national Piscine.

Responsables : Amélie Gaudet et Anne Riopel

Matériel requis :

- Maillot de bain
- Lunettes de natation
- Un minimum de 2 serviettes par journée de formation
- Masque de poche, gants et sifflet (en vente sur Amilia)
- Casque de bain (facultatif)
- Une combinaison isothermique (facultatif, mais très recommandé si vous en possédez déjà une)
- Palmes, masque de plongée en apnée et tuba
- Crème solaire
- Chasse moustique
- Lunettes de soleil
- Lunch | collations | bouteille d'eau
- Vêtements chauds et couvertures
- Carte d'assurance-maladie

Printemps

Portion en ligne asynchrone à compléter entre le 18 mai et le 3 juin
Samedi 6 juin | 8 h à 17 h 30
Dimanche 7 juin | 8 h à 17 h 30

Durée : 20 h

Résident de SCB : gratuit
Résident de Joliette et NDP : 187,50 \$
Non-résident : 375 \$

Lieu : Camping Belle Nature à Saint-Félix-de-Valois

P Requalification Sauveteur national – Piscine | 16 ans et +

Tous les 2 ans, une requalification du brevet Sauveteur national – Piscine est obligatoire pour pouvoir continuer de travailler à titre de surveillant-sauveteur sur le bord d'une piscine. Une requalification est un examen au cours duquel les connaissances, les habiletés et la forme physique d'un détenteur de brevet sont évaluées. Il permet de s'assurer que le détenteur est toujours en mesure de remplir ses fonctions correctement, sans pour autant avoir à refaire une formation complète. Les participants doivent donc se préparer en conséquence.

Pour plus d'informations sur les items évalués lors des requalifications, visitez le site Internet de la Société de sauvetage.

Prérequis obligatoires : détenir le brevet Sauveteur national – Piscine (à jour ou non).

Matériel requis :

- Masque de poche, gants et sifflet (en vente sur Amilia)
- Maillot de bain
- Serviette
- Lunettes de natation
- Les casques de bain ne sont pas obligatoires, mais les cheveux longs doivent être attachés ;
- Facultatif : sandales propres (que vous n'utilisez pas à l'extérieur) pour se promener dans les locaux du Centre aquatique

Printemps

Dimanche le 17 mai | 15 h 30 à 20 h 30

Résidents de SCB, Joliette : 77,50 \$ + taxes
Non-résidents : 155 \$ + taxes

P Requalification Sauveteur national – Plage continentale | 16 ans et +

Tous les 2 ans, une requalification du brevet Sauveteur national – Plage continentale est obligatoire pour pouvoir continuer de travailler à titre de surveillant-sauveteur sur le bord d'un lac ou d'une rivière. Une requalification est un examen au cours duquel les connaissances, les habiletés et la forme physique d'un détenteur de brevet sont évaluées. Il permet de s'assurer que le détenteur est toujours en mesure de remplir ses fonctions correctement, sans pour autant avoir à refaire une formation complète. Les participants doivent donc se préparer en conséquence.

Pour plus d'informations sur les items évalués lors des requalifications, visitez le site Internet de la Société de sauvetage.

Prérequis obligatoires : détenir le brevet Sauveteur national – Plage continentale (à jour ou non).

Matériel requis :

- Maillot de bain
- Lunettes de natation
- Serviette
- Masque de poche, gants et sifflet (en vente sur Amilia)
- Casque de bain (facultatif)

Printemps

Samedi 13 juin | 16 h à 20 h

Résidents de SCB, Joliette : 77,50 \$ + taxes
Non-résidents : 155 \$ + taxes

Camping Belle Nature à Saint-Félix-de-Valois

Modalités d'inscription aux activités de loisirs



Inscriptions en ligne via l'Espace citoyen
CIVIS accessible au : joliette.ca ou vivrescb.com

Disponibles jusqu'à épuisement des places. Taxes en sus, si applicables..



SESSION HIVER

INSCRIPTION DÈS LE 1^{ER} DÉCEMBRE, 9h



SESSION PRINTEMPS

INSCRIPTION DÈS LE 16 MARS, 9h

Résident de Joliette et SCB ou non-résident, vous devez obligatoirement être inscrit à l'Espace citoyen CIVIS pour vous inscrire aux activités offertes dans cette programmation.

Joliette | civis.joliette.ca/foire-aux-questions • **SCB** | Démarche complète [ici](#)

Informations :

Joliette | 450 753-8000 | info@ville.joliette.qc.ca • **SCB** | 450 759-4415 | viécitoyenne@vivrescb.com

Activité ponctuelle

Activité offerte une seule fois,
sur une plage horaire unique, pour
une initiation sans contrainte
d'inscription à une session.

Bonne découverte!



Activités physiques

Sports

JEUNESSE (17 ANS ET -)

H Atelier d'initiation au Kinball

5 et 6 ans : atelier conçu pour s'initier au Kinball à travers des jeux éducatifs ainsi que des activités amusantes et coopératives.

7 à 9 ans : initiation aux fondements du Kinball à travers des jeux éducatifs, suivi d'une partie amicale pour mettre en application les nouvelles connaissances.

10 à 12 ans : enseignement des bases du Kinball dans un format éducatif, intégration de techniques plus spécifiques, puis mise en pratique via un mini-tournoi amical.

Responsable : Association Kin-ball Lanaudière

Hiver
5 et 6 ans : 23 janvier, 27 février, 27 mars 18 h 15 7 à 9 ans : 23 janvier, 27 février, 27 mars 19 h 15 Cégep régional de Lanaudière à Joliette
10 à 12 ans : 20 janvier, 24 février, 24 mars 19 h 15 École Barthélemy-Joliette (Joliette)
Durée: 1h
Résident (SCB et Joliette): 20 \$ Non-résident: 51 \$
Inscription selon l'âge, directement via le site Internet de Kin-ball Québec au : https://tinyurl.com/KinballLanaudiere

P Mini-tennis | 5 à 8 ans

Les enfants découvrent les bases du tennis grâce à des instructeurs certifiés. L'apprentissage des techniques s'effectue par le jeu, favorisant le plaisir et la progression.

Matériel requis : raquette de tennis (possibilité de prêt sur place)

Responsable : Tennis Évolution

Printemps
Les mardis 17 h 30 Parc Réal-Laurin (Joliette) Les mercredis 17 h 30 Parc St-Jean-Bosco (SCB)
Début: 5-6 mai Durée: 1 h 6 semaines
Résident (SCB et Joliette): 50,50 \$ Non-résident: 151,50 \$

P Tennis débutant | 9 à 17 ans

Ce cours pour débutants permet aux jeunes d'apprendre les coups de base (coup droit, revers, volée, service) dans un environnement dynamique. Guidés par des instructeurs certifiés, les participants progressent à travers des échanges plaisants et collaboratifs.

Matériel requis : raquette de tennis (possibilité de prêt sur place)

Responsable : Tennis Évolution

Printemps
Les mardis 18 h 30 Parc Réal-Laurin (Joliette) Les mercredis 18 h 30 Parc St-Jean-Bosco (SCB)
Début: 5-6 mai Durée: 1 h 6 semaines
Résident (SCB et Joliette): 50,50 \$ Non-résident: 151,50 \$

H Initiation au patin à glace

À l'aide d'un moniteur expérimenté, les participants développeront plusieurs compétences comme accélérer, freiner, tourner, se pencher, etc., afin de perfectionner leurs compétences de base déjà acquises en patin à glace. Plusieurs jeux seront faits afin d'agrémenter l'apprentissage. Esprit récréatif, approche pédagogique et ludique, sans compétition!

Matériel requis : patins, casque, vêtements chauds de rechange, mouchoirs

Responsable : Para'S'cool

Hiver
Débutant 3-5 ans Les samedis 8 h 30 à 9 h 20* Intermédiaire 6-8 ans Les samedis 9 h 30 à 10 h 20*
Début: 17 janvier 5 semaines
Patinoire réfrigérée, parc Casavant-Desrochers (SCB)
Résident (SCB et Joliette): 60,50 \$ Non-résident: 181,50 \$

*Le cours peut être allongé de 10 minutes lors d'une température clémente. L'inverse peut aussi se produire.

Badminton | 8 à 17 ans

Inscriptions directement via le site Internet de l'Association de badminton régionale de Lanaudière (ABRL) au : <https://bit.ly/badmintonenfant>

ADULTE (18 ANS ET +)

P Tennis débutant adulte

Ce cours est axé sur le développement des coups de base (coup droit, revers, volée et service) dans des situations variées d'échanges plaisants et collaboratifs.

Matériel requis: raquette de tennis (possibilité de prêt, au besoin)

Responsable: Tennis Évolution

Printemps

Les mardis 19 h 30 | Parc Réal-Laurin (Joliette)
Les mercredis 19 h 30 | Parc St-Jean-Bosco (SCB)

Début: 5-6 mai | Durée: 1 h 30 | 6 semaines

Résident (SCB et Joliette): 50,50 \$
Non-résident: 151,50 \$



photo: Ysabelle Forest

OUVERT À TOUS

Badminton et pickleball organisés

L'Association de badminton régionale de Lanaudière (ABRL) coordonne les activités de badminton et de pickleball à SCB et Joliette: cours, ateliers, jeu libre ou en ligue, location de terrains et mini-tournois. Pour participer, que ce soit en famille ou entre amis, il suffit de communiquer avec l'ABRL.

Inscription directement via le site Internet de l'ABRL au: Badminton SCB: badmintonjoliette.org/badminton-scb.html

Pickleball SCB: <https://tinyurl.com/pickleballSCB>

Badminton et pickleball Joliette: <https://bit.ly/BadmintonPickleballJoliette>

P Cours de planche à roulettes

Cours conçus pour tous les âges et tous les niveaux: débutants, intermédiaires et avancés. Les entraîneurs formés s'adapteront au niveau de chaque élève et au rythme d'apprentissage de chacun pour une expérience agréable et personnalisée.

Responsable: Atlas Pro Shop

Printemps

Les samedis | 10 h

Début: 2 mai | Durée: 1 h | 6 semaines

Parc des Dalles (Joliette)

Résident (SCB et Joliette): 92 \$ | Non-résident: 216 \$

H Planche à glisser sur neige

À mi-chemin entre la planche à roulettes et la planche d'hiver, la planche à glisser (snowskate) se pratique sur les surfaces enneigées. Les ateliers permettent d'apprendre les bases de l'équilibre pour les débutants et d'explorer les manœuvres de style libre sur différents modules, similaires à ceux du parc de planche à roulettes, pour les participants de niveau intermédiaire ou avancé.

Responsable: Atlas Proshop de Joliette

Hiver
17 janvier, 7 février, 28 février 13 h
Durée: 2 h
Butte du parc Pierre-Charbonneau (Joliette)
Résident (SCB et Joliette): gratuit Inscription obligatoire

P Golf débutant

Ce cours initie les participants aux bases de ce sport. En cas de mauvais temps, la séance est reportée à la semaine suivante. Chaque participant reçoit une carte rabais de 40 \$ pour pratiquer au Club.

Matériel requis: Vêtements confortables pour le golf, bâtons et balles.

Responsable: Benoît Arcand

Printemps
Les lundis 9 h 15 ou 12 h 45
Début: 11 mai Durée: 1 h 15 4 semaines
Golf Base-de-Roc (Joliette)
Résident (SCB et Joliette): 89 \$ Non-résident: 223 \$

P Golf intermédiaire

Ce cours s'adresse à ceux qui souhaitent se perfectionner. En cas de mauvais temps, la séance est reportée à la semaine suivante. Chaque participant reçoit une carte rabais de 40 \$ pour pratiquer au Club.

Matériel requis: Vêtements confortables pour le golf, bâtons et balles

Responsable: Benoît Arcand

Printemps
Les lundis dès le 11 mai 10 h 45 Les vendredis dès le 15 mai 12 h 45
Durée: 1 h 15 4 semaines
Golf Base-de-Roc (Joliette)
Résident (SCB et Joliette): 89 \$ Non-résident: 223 \$

Activités libres

Formule premier arrivé, premier servi, séances libres pour tous! Les enfants de 8 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte.

Un horaire spécial sera proposé pour le temps des Fêtes et durant la semaine de relâche. Détails sur joliette.ca.

Badminton libre

Les dimanches, du 18 janvier au 24 mai | 10 h ou 13 h 30

Durée : 2 h

Cégep régional de Lanaudière à Joliette

Résident (SCB et Joliette) : 4 \$ | Non-résident : 6 \$

Prêt de raquettes sur place

***Pas d'activité le 8 février et 19 avril

Basketball libre

Prêt de ballons.

Les samedis, du 17 janvier au 23 mai | 13 h

Durée : 2 h

Cégep régional de Lanaudière à Joliette

Résident (SCB et Joliette) : 4 \$ | Non-résident : 6 \$

***Pas d'activité le 4 avril

Patin libre (CRMB)

Horaire régulier | du 3 janvier au 8 avril

Les mardis 8 h 40 à 9 h 50

Les mercredis 18 h à 18 h 50

Les samedis 13 h 30 à 14 h 50

Centre récréatif Marcel-Bonin (CRMB) (Joliette)

Gratuit pour tous.

***Pas d'activité le 7 et 14 février et le 3 mars

Patin libre et hockey en famille extérieur (Bleu Blanc Bouge)

À noter que les périodes de hockey en famille sont réservées pour les débutants et pour de l'initiation au hockey. Le prêt d'équipements (patin, bâton, casque et protège-cou) est offert gratuitement à tous durant les périodes de pratique libre avec bâton et rondelle, patinage libre et hockey familial, sur présentation d'une pièce d'identité.

Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés

Nouveauté | Hockey féminin : une période sera destinée pour du hockey 100 % féminin.

Dès fin novembre / début décembre

Patinoire Bleu Blanc Bouge (Joliette)

Gratuit pour tous

Horaire : <https://bit.ly/HoraireBBB2025-26>

Pickleball libre

Les samedis, du 17 janvier au 23 mai | 10 h ou 13 h 30

Durée : 2 h

Académie Antoine-Manseau et Cégep régional de Lanaudière à Joliette (Joliette)

Résident (SCB et Joliette) : 4 \$ | Non-résident : 6 \$

***Pas d'activité le 4 avril

Horaire sujet
à changement
consultez le
joliette.ca

Mise en forme

JEUNESSE (17 ANS ET -)

H P Entraîne-toi en duo | ● enfants 7 à 14 ans (avec parent)

Cette activité parent-enfant est axée sur l'endurance, la force et la coordination. Par des exercices en duo, le lien affectif se renforce, la communication s'active et l'entraide est valorisée, dans un esprit de dépassement de soi et de plaisir partagé.

Matériel requis : vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : En Corps

Hiver	Printemps
Les jeudis 18 h	
Début : 15 janvier	Début : 9 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Pavillon Gilles-Beaudry (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : 108 \$ Non-résident : 270 \$	
Pas d'activité le 5 mars	

ADULTE (18 ANS ET +)

H P Club de marche ●

Cette activité, en plein air, animée, se pratique sur une distance d'environ 3 km en boucle. Accessible aux débutants, le parcours propose un rythme modéré incluant des étirements en mouvement.

Matériel requis : vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : Fanny Coulombe

Hiver	Printemps
Les lundis 9 h45 ou 13 h	
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Sentiers de l'île Vessot et du parc Riverain (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : gratuit Inscription obligatoire	
Pas d'activité le 2 mars	

H P Danse africaine ●

Cet entraînement cardio sur des rythmes africains traditionnels et influences urbaines (R&B, Reggae/ Dancehall, Soca Caribbean, Zouk/Kompa/Kizomba, etc.) propose des chorégraphies simples et festives permettant de tonifier tout le corps dans une ambiance énergique et conviviale.

Matériel requis : vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : En Corps

Hiver	Printemps
Les jeudis 18 h 30	
Début : 15 janvier	Début : 9 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Cégep régional de Lanaudière (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : 86,50 \$ Non-résident : 216,25 \$	
Pas d'activité le 5 mars	

● Intensité modérée

● Intensité moyenne

● Intensité soutenue

H P Danse country niveau 1 ●

Ce cours d'initiation est idéal pour les débutants ou ceux qui désirent progresser à leur rythme. Les pas de base et termes techniques sont expliqués et répétés, sur des chorégraphies simples fréquemment dansées en soirées et lors de festivals country.

Matériel requis : vêtements et souliers confortables (chapeau de cowboy, un atout!)

Responsable : Julie Lépine

Hiver	Printemps
Les mardis 10 h 15	
Début : 13 janvier	Début : 14 avril
Durée : 45 minutes 10 semaines	Durée : 45 minutes 7 semaines
École de danse Symbiose (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : 80 \$ Non-résident : 200 \$	Résident (SCB et Joliette) : 56 \$ Non-résident : 140 \$
Pas d'activité le 3 mars	

H P Mise en forme ●

Cette activité d'endurance combine marche rapide et exercices dans le sentier du parc Riverain, idéale pour maintenir la forme et la santé.

Matériel requis : vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : Fanny Coulombe

Hiver	Printemps
Les mercredis 9 h 45	
Début : 14 janvier	Début : 8 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Sentiers de l'île Vessot et du parc Riverain (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : 35 \$ Non-résident : 86 \$	
Pas de cours le 4 mars	

H P Mobilité, stabilité et flexibilité ●

Ce cours s'adresse à tous ceux qui souhaitent améliorer leur mobilité, renforcer les muscles stabilisateurs et gagner en souplesse. Des exercices au sol sont proposés : les participants doivent pouvoir s'y allonger et se relever aisément.

Matériel requis : tapis de sol, serviette, vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : Joanie Lépine, kinésiologue

Hiver	Printemps
Les lundis 13 h	
Début : 12 janvier	Début : 13 avril
Durée : 1 h 10 semaines	Durée : 1 h 8 semaines
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : 76 \$ Non-résident : 189 \$	Résident (SCB et Joliette) : 60 \$ Non-résident : 151 \$
Pas d'activité le 2 mars, le 6 avril et le 18 mai	

H P Musculation et tonus ●

Ce cours allie mouvements dynamiques et postures ciblées pour solliciter les muscles stabilisateurs. Conçu pour raffermir et sculpter la silhouette, il tonifie à la fois les membres inférieurs et supérieurs dans une formule diversifiée.

Matériel requis : tapis de sol, vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : Catherine Bellemare

Hiver	Printemps
Les jeudis 19 h 15	
Début : 15 janvier	Début : 9 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Pavillon Gilles-Beaudry (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : 54 \$ Non-résident : 135 \$	
Pas de cours le 5 mars	

● Intensité modérée

● Intensité moyenne

● Intensité soutenue

H P Pilates ●

Cette méthode douce combine des mouvements inspirés de la danse, du yoga et des techniques de respiration. L'activité est pratiquée dans le respect des capacités de chacun.

Matériel requis : tapis de sol et vêtements confortables

Responsable : En Corps

Hiver	Printemps
Les jeudis 10 h 15	
Début : 15 janvier	Début : 9 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette) : 76,50 \$ Non-résident : 191,25 \$	
Pas de cours le 5 mars	

H P Stretching ●

Ce cours vise à améliorer la souplesse, à préparer le corps à l'effort et à favoriser la récupération musculaire.

Matériel requis : tapis de sol et vêtements confortables

Responsable : En Corps

Hiver	Printemps
Les lundis 10 h 30	
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette) : 76,50 \$ Non-résident : 191,25 \$	
Pas de cours le 23 février et le 2 mars	

H P Tai-Chi Chuan | débutant/intermédiaire ●

Ce cours d'art martial combine gymnastique douce et méditation pour faciliter le lâcher-prise. Cette pratique allie mouvement et lenteur, favorisant le retour et le renforcement d'un calme intérieur.

Matériel requis : vêtements souples et légers, souliers plats

Responsable : Alain Hébert

Hiver	Printemps
Les jeudis 9 h	
Début : 15 janvier	Début : 9 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette) : 69 \$ Non-résident : 172,50 \$	
Pas de cours le 5 mars	

H P Yoga sur chaise ●

Ce cours de yoga s'adresse aux personnes qui préfèrent ne pas s'allonger au sol, tout en leur permettant de profiter pleinement des bienfaits du yoga, peu importe leurs limitations ou leur condition physique.

Responsable : Louise Labelle

Hiver	Printemps
Les mardis 13 h 30	
Début : 13 janvier	Début : 7 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette) : 86,50 \$ Non-résident : 216,25 \$	
Pas de cours le 3 mars	

● Intensité modérée

● Intensité moyenne

● Intensité soutenue

H P Zumba débutant ●

Cet entraînement complet, rythmé par des musiques entraînantes, stimule le cardio, tonifie les muscles et mobilise l'ensemble du corps dans une ambiance énergique et conviviale.

Matériel requis : vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : Audrey Beauclair

Hiver	Printemps
Les vendredis 9 h	Les vendredis 8 h 30
Début : 16 janvier	Début : 10 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette) : 75 \$ Non-résident : 187 \$	
Pas de cours le 6 mars	

H P Zumba tous niveaux ●

Cet entraînement rythmé et combiné de danses latines (salsa, merengue et cumbia) permet aux participants de bouger dans des séances festives et énergiques, au rythme des musiques du Sud. Idéal pour faire le plein de vitalité!

Matériel requis : vêtements confortables et souliers de sport

Responsable : Julie Black

Hiver	Printemps
Les lundis 18 h 30 Cégep régional de Lanaudière à Joliette ou Les mardis 10 h 30 Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Début : 12 janvier	Début : 6 avril
Durée : 1 h 10 semaines	
Résident (SCB et Joliette) : 56 \$ Non-résident : 144 \$	
Pas de cours le 2 et 3 mars	



Adapté

OUVERT À TOUS

H P Boccia ●

Ce sport mixte et inclusif se joue avec des balles et s'adresse à tous, avec ou sans handicap. Il mise sur le contrôle et la précision, à l'image du curling ou de la pétanque.

Une collaboration de Parasports Québec, de l'ARLPHL, du CISSS de Lanaudière et de la Ville de Joliette

Hiver	Printemps
Les dimanches 10 h	
25 janvier, 22 février et 22 mars	19 avril
Durée : 2 h	
École Marie-Charlotte (Joliette)	
Résident (SCB, Joliette) : gratuit Inscription obligatoire	

● Intensité modérée

● Intensité moyenne

● Intensité soutenue

Activités parascolaires

Uniquement pour les enfants inscrits aux écoles
du Préambule et Vers L'Avenir.

**Période d'inscription: dès le 1^{er} décembre, 9 h,
jusqu'au 14 décembre 2025.**

Il n'y a pas d'activité lors des congés scolaires et des fériés

Préambule

Multisport

Ce cours permet aux participants de découvrir divers sports dans un esprit d'équipe et de plaisir. Techniques, règlements et stratégies sont abordés à travers des ateliers pratiques. L'approche est pédagogique, ludique et non compétitive, favorisant le développement des habiletés tout au long de la session, dans un cadre récréatif et inclusif.

Matériel requis : espadrilles, vêtements de sport, élastique à cheveux, gourde d'eau

Responsable : Para'S'cool

Les lundis, dès le 12 janvier | 15 h 20

Durée : 1 h | 10 semaines

Gymnase

Tarif : 89 \$

Ateliers de cuisine

Les petits cuistots cuisineront chaque semaine en apprenant des techniques culinaires de base et obtiendront, par le fait même, des informations sur la saine alimentation. Chacun aura son propre petit livre de recettes et pourra repartir avec une portion à la maison.

Responsable : La soupière

Les lundis, dès le 12 janvier | 15 h 20

Durée : 1 h | 10 semaines

Salle Polyvalente

Tarif : 89 \$

Éveil musical

Activités ayant pour objectif d'éveiller et initier les jeunes enfants à la musique tout en s'amusant. Les parents sont les bienvenus! Le cours d'éveil, c'est :

- L'exploration sonore : les enfants découvrent les sons du monde qui les entoure grâce à des activités ludiques et interactives.
- L'éveil des sens : les cours stimulent les sens des enfants à travers la musique, le mouvement et la manipulation d'objets sonores.
- Les premiers pas musicaux : une initiation en douceur au monde de la musique, avec des chansons, des comptines et des jeux rythmiques.
- La découverte de soi et des autres : les enfants apprennent à s'exprimer et à interagir grâce à la musique, en développant leur créativité et leur confiance en soi.
- Un voyage musical : Un parcours à travers différents styles de musique et cultures, avec des instruments variés et des activités amusantes.

Le matériel suivant est fourni : instruments de percussion, crayons de couleur, documents papier.

Responsable : Les Studios 3

Les mardis, dès le 13 janvier | 15 h 20

Durée : 45 min | 10 semaines

Classe de l'école du Préambule

Tarif : 89 \$

Cirque

Lors des ateliers, les participants auront l'occasion d'apprendre les rudiments des arts du cirque. Que ce soit par la jonglerie, la manipulation ou l'équilibre, ils auront la chance de travailler entre autres leur motricité, leur force et leur créativité. Chaque atelier sera monté en fonction des besoins et du niveau des participants.

Matériel requis : espadrilles, vêtements de sport, élastique à cheveux, gourde d'eau

Responsable : Cirkana

Les vendredis, dès le 16 janvier | 15 h 20

Durée : 1 h | 10 semaines

Gymnase

Tarif : 89 \$

Vers l'Avenir

Ateliers DJ & Technos

Introduction aux techniques de DJ et à la création de rythmes et mélodies électroniques. Initiation à divers instruments et outils de musique électronique. Histoire et théorie de la musique électronique. Composition d'une courte pièce musicale.

Matériel requis : ce cours requiert des tables tournantes et iPad, disponibles en location ou pour achat. Pour ce faire, voir directement avec Les Studios 3. Le tarif de location pour la table tournante est de 30 \$/mois plus taxes par participant, plus un dépôt de location de 100 \$. Les Studios 3 créditent le coût de la location à l'achat, si les participants désirent acheter la table de DJ ensuite.

Responsable : Les Studios 3

Les lundis, dès le 12 janvier | 15 h 30

Durée : 45 min | 10 semaines

Classe de l'école Vers l'Avenir

Tarif : 89 \$

Pickleball

Venez découvrir les bases du sport, incluant les règles fondamentales, les techniques de frappe (coup droit, revers, volée), le service, et le positionnement sur le terrain et plus! Les jeunes feront des exercices pour contrôler la balle et des jeux supervisés pour développer les habiletés techniques et tactiques.

Matériel requis : raquette et balles, espadrilles, vêtements de sport, élastique à cheveux, gourde d'eau.

Responsable : ABRL

Les mercredis, dès le 14 janvier | 15 h 30

Durée : 1 h | 10 semaines

Gymnase

Tarif : 89 \$

Hockey Cosom

Les enfants apprendront les bases de ce sport d'équipe convivial, joué avec un bâton de hockey et une balle trouée dans un gymnase. Les participants apprennent les techniques de manipulation du bâton, le contrôle de la balle et les règles de base, le tout dans une atmosphère de plaisir, de respect et d'esprit d'équipe. Les séances incluent des exercices variés et des parties amicales pour développer la motricité, l'endurance et la maîtrise du sport.

Matériel requis : bâton de hockey, balles, espadrilles, vêtements de sport, élastique à cheveux, gourde d'eau

Responsable : Para'S'cool

Les jeudis, dès le 15 janvier | 15 h 30

Durée : 1 h | 10 semaines

Gymnase

Tarif : 89 \$

Impro

Les enfants seront initiés en improvisation classique et exploreront les différentes avenues que cette discipline d'origine québécoise emprunte. L'objectif est d'augmenter son sentiment d'appartenance à son école, apprendre à s'exprimer, s'ouvrir à l'autre en jouant et développer son leadership!

Responsable : Théâtre côte à côte

Les mardis, dès le 13 janvier | 15 h 30

Durée : 1 h | 10 semaines

Classe de l'école Vers l'Avenir

Tarif : 89 \$

Cheerleading

Le cheerleading combine gymnastique, acrobaties, pyramides, sauts et danse dans une chorégraphie rythmée. Votre enfant développera sa force, sa souplesse, sa coordination et son esprit d'équipe. Ce sport énergique encourage le plaisir de bouger en groupe. Un spectacle pourrait être présenté au dernier cours, selon l'intérêt du groupe.

Matériel requis : espadrilles, vêtements de sport, élastique à cheveux, gourde d'eau

Responsable : Para'S'cool

Les vendredis, dès le 16 janvier | 15 h 30

Durée : 1 h | 10 semaines

Gymnase

Tarif : 89 \$



Activités culturelles

Cours et ateliers

JEUNESSE (17 ANS ET -)

H P Ateliers artistiques pour adolescents (12 à 17 ans)

L'art est plus qu'une passion ou un passe-temps, c'est une ouverture d'esprit, un moyen d'explorer le monde qui nous entoure et de repousser nos limites créatives. Venez ouvrir votre esprit aux multiples formes d'expression artistique avec une artiste professionnelle.

Responsable : Ki-Artiste peintre

Hiver	Printemps
Les mardis 24 février et 24 mars 18 h	Les mardis 21 avril, 19 mai, 16 juin 18 h
Durée: 1 h 30	
Maison des jeunes La Piaule de Joliette	
Gratuit pour tous : inscription directement auprès de la Maison des jeunes : 450 753-2888	

H P Théâtre (5 à 9 ans)

Un cours ludique et créatif où les enfants découvrent les bases du jeu théâtral à travers des jeux, des improvisations et de courtes scènes. En explorant différents personnages et en jouant avec leur imagination, les jeunes développent leur confiance en soi, leur expression orale, leur écoute des autres... et surtout, ils s'amuse! Un bel outil pour aider les enfants à s'épanouir, tout en s'ouvrant au monde des arts.

Responsable : Théâtre Côte à Côte

Hiver	Printemps
Les samedis 9 h	
Début: 17 janvier	Début: 11 avril
Durée: 1 h 10 semaines	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 91 \$ Non-résident: 228 \$	

H P Théâtre (10 à 13 ans)

Un cours ludique et créatif où les enfants découvrent les bases du jeu théâtral à travers des jeux, des improvisations et de courtes scènes. En explorant différents personnages et en jouant avec leur imagination, les jeunes développent leur confiance en soi, leur expression orale, leur écoute des autres... et surtout, ils s'amuse! Un bel outil pour aider les enfants à s'épanouir, tout en s'ouvrant au monde des arts.

Responsable : Théâtre Côte à Côte

Hiver	Printemps
Les samedis 10 h 15	
Début: 17 janvier	Début: 11 avril
Durée: 1 h 15 10 semaines	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 93 \$ Non-résident: 234 \$	

H P Théâtre (14 à 17 ans)

Ateliers de théâtre dynamiques où les ados développent leur confiance, leur créativité et leur sens de la scène. Par le jeu, l'improvisation et la création de personnages, ils explorent l'art théâtral tout en s'amusant. La session se termine par une présentation devant un public.

Responsable : Théâtre Côte à Côte

Hiver	Printemps
Les lundis 19 h	
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Durée: 1 h 30 10 semaines	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 113 \$ Non-résident: 282 \$	

ADULTE (18 ANS ET +)

H P Cours de peinture

Cours pratique de peinture et de dessin. Une liste de matériel nécessaire sera fournie avant le début des cours.

Responsable: Jasmine Roy

Hiver	Printemps
Les mercredis 13 h 30 ou 18 h	
Début: 14 janvier	Début: 8 avril
Durée: 3 h 10 semaines	
La Lucarne, 140 rue Saint-Viateur (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 96 \$ Non-résident: 240 \$	

H P Danse contemporaine : incarner son féminin sacré

Cette classe de danse vise à valoriser la reprise du pouvoir féminin dans le plaisir, tout en acquérant une meilleure conscience corporelle et une meilleure coordination afin de renforcer la confiance en soi et la condition physique globale. Le lien entre le corps, le cœur et l'esprit sera exploré, entre autres à l'aide d'un espace de partage et de courte méditation.

Responsable: Caroline Rouleau

Hiver	Printemps
Les jeudis 19 h	
Début: 15 janvier	Début: 9 avril
Durée: 1 h 30 10 semaines	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 58 \$ Non-résident: 144 \$	

H P Danse sociale

Cours de danse sociale en duo pour tous les niveaux.

Responsable: École de danse Le Brasseur

Hiver	Printemps
Les lundis 10 h ou 19 h	
Début: 12 janvier	Début: 6 avril
Durée: 1 h 10 semaines	
Sous-sol Bibliothèque Rina-Lasnier	
Résident (SCB et Joliette): 52 \$ Non-résident: 130 \$	

H P Improvisation (50 ans et +)

Avec l'expertise et le soutien d'un enseignant professionnel du Théâtre Côte à Côte, vous participerez à toutes les facettes de l'improvisation par des ateliers d'initiation et d'exploration. Venez vous amuser avec nous!

Responsable: Théâtre Côte à Côte

Hiver	Printemps
Les jeudis 9 h 30	
Début: 15 janvier	Début: 9 avril
Durée: 1 h 30 10 semaines	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 113 \$ Non-résident: 282 \$	

Club amateur

ADULTE (18 ANS ET +)

H P Club social de peinture

Destiné à tous les artistes, ce cours offre l'occasion de peindre en groupe et de socialiser, peu importe le niveau.

Matériel requis : les participants sont invités à apporter leur propre matériel

Responsable : Ville de Joliette

Hiver	Printemps
Les mardis 18 h 30	
Début : 13 janvier	Début : 7 avril
Durée : 3 h 10 semaines	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette) : gratuit Inscription obligatoire	





Activités éducatives et communautaires

Cours et ateliers

OUVERT À TOUS

P Atelier de jardinage

Cette activité propose une conférence de M. Jardin ainsi qu'un atelier de semis et repiquage. Chaque participant repartira avec six choix de plantes.

Responsable: Coop Jardinons - M. Jardin



Printemps

8 avril : Semis d'intérieur | 19 h
6 mai : Jardiner en bac et en très petites surfaces | 19 h

Durée: 2 h

L'Arsenal (Joliette)

Résident (SCB et Joliette): gratuit | Inscription obligatoire



JEUNESSE (14 ANS ET -)

H P Atelier de cuisine parent – enfant (6 à 8 ans)

Cet atelier culinaire, animé par une nutritionniste, propose de préparer une collation gourmande tout en découvrant de nouveaux aliments dans le plaisir et repartir avec des astuces pour favoriser l'autonomie en cuisine.

Responsable: Ariane Sophie Marcil - Nutritionniste - Co-clinique



Hiver	Printemps
Le vendredi 13 février (pédagogique) 10 h	Le samedi 18 avril 13 h 30
Durée: 1 h 15	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 17 \$ Non-résident: 44 \$	

H P Atelier de cuisine parent – enfant (9 à 11 ans)

Cet atelier culinaire, animé par une nutritionniste, propose de préparer une collation gourmande tout en découvrant de nouveaux aliments dans le plaisir et repartir avec des astuces pour favoriser l'autonomie en cuisine.

Responsable: Ariane Sophie Marcil - Nutritionniste - Co-clinique



Hiver	Printemps
Le vendredi 13 février (pédagogique) 13 h 30	Le samedi 25 avril 13 h 30
Durée: 1 h 15	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 17 \$ Non-résident: 44 \$	



Activité ponctuelle

Activité offerte une seule fois, sur une plage horaire unique, pour une initiation sans contrainte d'inscription à une session.

Atelier de cuisine pour adolescents (12 - 17 ans)



Cet atelier culinaire, animé par une nutritionniste, propose de préparer un dessert nourrissant tout en découvrant de nouveaux aliments dans le plaisir et repartir avec des astuces pour favoriser l'autonomie en cuisine.

Responsable: Ariane Sophie Marcil - Nutritionniste - Co-clinique

Hiver	Printemps
Le jeudi 29 janvier (pédagogique) 10h	Le jeudi 23 avril 10h
Durée: 1h 15	
L'Arsenal (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): 17\$ Non-résident: 44\$	

H P Prêts à rester seuls | 9 à 13 ans (3^e année terminée)



Ce cours permet aux jeunes d'apprendre les techniques de base en secourisme et d'acquérir les compétences nécessaires pour assurer leur sécurité à tout moment lorsqu'ils ne sont pas sous la supervision d'un adulte, qu'ils soient à la maison ou dans leur collectivité.

Matériel requis: lunch, crayons, poupée ou toutou

Responsable: Maude Martin

Hiver	Printemps
Le dimanche 1 ^{er} février 9h	Le dimanche 19 avril 9h
Durée: 5 h	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette): gratuit Inscription obligatoire	
Non-résidents: 81,25\$	

H P Prêts à rester seuls | 9 à 13 ans (3^e année terminée)



Ce cours permet aux jeunes d'apprendre les techniques de base en secourisme et d'acquérir les compétences nécessaires pour assurer leur sécurité à tout moment lorsqu'ils ne sont pas sous la supervision d'un adulte, qu'ils soient à la maison ou dans leur collectivité.

Matériel requis: lunch, 2 collations, papier, crayons

Responsable: Nancy Riquier, animatrice jeunesse de la Croix-Rouge canadienne

Hiver	Printemps
Le dimanche 15 février 9h	Le dimanche 12 avril 9h
Durée: 6 h	
Pavillon Gilles-Beaudry (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): gratuit Inscription obligatoire	

H P Gardiens avertis | 11 à 15 ans (5^e année terminée)



Ce cours initie les jeunes aux techniques de base en secourisme et aux compétences essentielles pour assurer la sécurité des enfants de différents âges. Ils apprendront à prévenir les urgences et à intervenir en cas de besoin.

Matériel requis: lunch, crayons, poupée ou toutou

Responsable: Maude Martin

Hiver	Printemps
Le samedi 31 janvier 9h	Le samedi 18 avril 9h
Durée: 7 h	
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)	
Résident (SCB et Joliette): gratuit Inscription obligatoire	
Non-résidents: 92,50\$	

Gardiens avertis | 11 ans et + (5^e année terminée)



Ce cours initie les jeunes aux techniques de base en secourisme et aux compétences essentielles pour assurer la sécurité des enfants de différents âges. Ils apprendront à prévenir les urgences et à intervenir en cas de besoin.

Matériel requis : lunch, 2 collations, papier, crayons.

Responsable : Nancy Riquier, animatrice jeunesse de la Croix-Rouge canadienne

Hiver	Printemps
Le dimanche 22 février 9 h	Le dimanche 19 avril 9 h
Durée: 7 h	
Pavillon Gilles-Beaudry (Joliette)	
Résident (SCB et Joliette): gratuit Inscription obligatoire	



H P Zoothérapie pour adolescents | 12 à 17 ans



La zoothérapie utilise la présence et les interactions avec un animal dressé et soigneusement sélectionné pour améliorer le bien-être cognitif, physique, psychologique et social d'un individu. Cette pratique peut réduire le stress, l'anxiété et la solitude, tout en stimulant la motricité, la mémoire et la confiance en soi.

Responsable : Humanizoo

Les Jeudis 5 février, 12 mars ou 9 avril | 18 h

Durée: 1 h

Maison des jeunes La Piaule de Joliette

Gratuit pour tous: inscription auprès de la Maison des jeunes : 450 753-2888

Camp de jour

Camp de jour de la relâche

JEUNESSE (17 ANS ET -)

INSCRIPTION DÈS LE 1^{er} DÉCEMBRE, 9h VIA CIVIS

Ville de SCB

5 à 12 ans | Exclusif aux Charlois. Les places sont limitées. Inscription à la journée.

En plus de profiter des installations hivernales du parc Saint-Jean-Bosco, votre enfant aura la chance d'explorer une thématique par jour. La relâche n'aura jamais été aussi amusante!

Du 2 au 6 mars | 7h à 17h30

Les activités dirigées se déroulent de 9h à 16h.

De 7h à 9h et de 16h à 17h30, les activités sont libres et encadrées par l'équipe d'animation.

Parc Saint-Jean-Bosco / Centre André-Hénault

Résident SCB: 25\$ par jour

Consultez la programmation complète sur vivrescb.com ou balayez le code QR



Ville de Joliette

5 à 12 ans | Exclusif aux Joliettains. Inscription à la journée.

Offrez à votre enfant une semaine remplie de plaisir et de découvertes! Une tonne d'activités hivernales seront mises à l'honneur.

Du 2 au 6 mars | 7h à 17h30

Service de garde 7h à 9h et 15h30 à 17h30

Durée: à la journée

École secondaire Barthélémy-Joliette

Résident (Joliette): 20\$ / jour (service de garde inclus)

Consultez la programmation complète sur joliette.ca ou balayez le code QR





Offre complémentaire d'activités

NOUVEAU

Série de cours gratuits offerte au 50 ans et plus en partenariat avec le Centre de service scolaire des Samares et financée par le ministère de l'Éducation.

Ces cours sont encadrés et adaptés aux différentes capacités physiques de chaque participant.

Pour que le cours ait lieu, un minimum de 24 participants est exigé. En cas de manque d'inscription, le Centre multiservice se réserve le droit d'annuler ou de refuser le démarrage d'un groupe.

INSCRIPTION EN PERSONNE SEULEMENT : CENTRE COMMUNAUTAIRE ALAIN-PAGÉ | 10, RUE PIERRE-DE COUBERTIN (SCB)

Chaque participant qui désire s'inscrire à un ou des ateliers doit compléter un formulaire spécifique. De plus, si le participant n'a pas déjà un dossier (numéro de fiche) au Centre de service scolaire des Samares, la personne devra fournir une pièce justificative.

TOUS LES COURS SE DÉROULENT AU CHALET DU PARC DU BOIS-BRÛLÉ SITUÉ AU 1022, RUE DE LA VISITATION (SCB)

Gymnastique douce

La gymnastique douce est une activité corporelle basée sur des exercices physiques destinés à assouplir ou à développer le corps. On en parle aussi comme étant de la gymnastique d'entretien du corps.

Mardi de 13 h à 15 h

Du 20 janvier au 26 mai

Pas de cours le 17 février, 3 mars et 19 mai

Santé et mise en forme

Mise en forme globale qui permet de travailler différentes parties du corps et d'apprendre sur celui-ci, par le biais d'échanges, de capsules santé, de jeux, de manipulations oculo-manuelles, de parcours d'équilibre et d'agilité, d'exercices d'étirements et de relaxation.

Mercredi de 13 h à 15 h

Du 21 janvier au 27 mai

Pas de cours le 4 février, 18 février, le 4 mars et 22 avril

Yoga

Tout en douceur, ce cours sur chaise ou au sol est une initiation à la pratique et aux nombreux bienfaits pour le corps et l'esprit.

Jeudi de 9 h 30 à 11 h 30

Du 22 janvier au 28 mai

Pas de cours le 29 janvier et 5 mars

PIÈCES JUSTIFICATIVES À FOURNIR LORS DE L'INSCRIPTION POUR LES NOUVEAUX ÉLÈVES. Selon les exigences du ministère de l'Éducation du Québec :

Si la personne est née au Québec

- Certificat de naissance émis par le Directeur de l'état civil ou
- Ancien certificat de naissance et de baptême émis par l'Église avant le 1^{er} janvier 1994 ou
- Document officiel indiquant le code permanent (code d'identification formé de 4 lettres suivies de 8 chiffres qui est attribué par le ministère de l'Éducation du Québec)

Si la personne est née à l'extérieur du Québec

UNE preuve de citoyenneté canadienne parmi ces documents :

- Certificat ou copie d'acte de naissance d'une personne née au Canada ;
- Certificat de naissance et de baptême d'une personne née au Canada ;
- Certificat ou carte de citoyenneté ;
- Certificat d'inscription d'une naissance canadienne à l'étranger ;
- Certificat de statut Indien délivré par « Services aux Autochtones Canada » ;

ET Carte d'assurance maladie

ou

UNE preuve de résidence permanente parmi ces documents :

- Fiche relative au droit d'établissement IMM-1000 ;
- Confirmation de résidence permanente IMM-5292 ou IMM-5688 ;
- Carte de résidence permanente.

ET Carte d'assurance maladie

Projet **PASSER-GO**

Activités parents / enfants 11 ans et +
Gratuit! | Inscription obligatoire



Série Décrochez... Connectez

Faites une pause du quotidien et profitez d'un moment en famille pour découvrir, avec vos enfants de 11 ans et plus, des ateliers de relaxation. Une occasion de vous reconnecter à vous-mêmes et les uns aux autres, tout en apprenant à vous détendre ensemble.

Yoga chiots

Une expérience unique où la détente du yoga doux se mêle à l'énergie des chiots.

Cette pratique vise à la fois à réduire le stress et l'anxiété grâce à l'interaction avec les animaux et à sociabiliser les chiots en les exposant à de nouvelles personnes, sons et ambiances dans un cadre bienveillant. Les séances incluent des exercices de yoga basiques et sont suivies d'une période de câlins et de jeux avec les chiots

Responsable : **Centre équestre CL**

Dimanche 18 janvier | 13 h 30 à 15 h
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)

Yoga chèvre

Conçu pour encourager l'interaction entre les animaux et les participants, le yoga avec chèvres combine les bienfaits apaisants du yoga et l'effet réconfortant de la zoothérapie. Les bébés chèvres, curieux et enjoués, participent librement à la séance, grimpant parfois sur le dos des yogis au fil des poses. Rires, câlins et moments d'émerveillement garantis! En plus d'offrir une expérience ludique et relaxante, cette activité favorise le lâcher-prise et nous ramène pleinement dans l'instant présent.

Une activité hors du commun où le calme du yoga s'harmonise avec la vivacité des chèvres!

Responsable : **Ferme du domaine Quinchien**

Dimanche 24 mai | 13 h 30 à 15 h 30
Patinoire réfrigérée du parc Casavant-Desrochers (SCB)

Yoga rire

Un moment pour se détendre... et rire ensemble!

La Brigade du rire, issue de l'École de yoga du rire, propose des animations qui misent sur les bienfaits immédiats du rire collectif. En partageant des fous rires, les participants renforcent leurs liens, favorisent un climat positif et découvrent le pouvoir du rire sur le bien-être mental et émotionnel.

Responsable : **École du yoga du rire**

Dimanche 15 mars | 13 h 30 à 15 h
Centre communautaire Alain-Pagé (SCB)



Politique d'annulation et de remboursement

Annulation d'une activité par la Ville

Une activité peut être annulée si le nombre de participants est insuffisant. Si une activité est annulée par la Ville et qu'elle n'est pas remplacée par une autre, celle-ci remboursera la totalité du montant payé.

Annulation d'une activité par le participant

Une annulation d'inscription est possible avant le début de l'activité. Contactez alors le service des loisirs approprié, des conditions s'appliquent. Aucune inscription ne sera remboursée si la demande n'est pas faite par écrit avant le début de la prestation de service, sauf sur présentation d'un billet médical.

Joliette: 450 753-8000 | info@ville.joliette.qc.ca

SCB: 450 759-4415 | viectoyenne@vivrescb.com

Modalités de remboursement

Le mode de remboursement priorisé est directement sur la carte de crédit ou par chèque par la poste.

Généralités

Dans le cadre de cette programmation commune et de l'administration des rabais aux citoyens, en vous inscrivant, vous consentez à ce que certains de vos renseignements personnels (nom, prénom, adresse postale, âge, adresse courriel, numéro de téléphone et numéro de carte citoyenne) soient transmis aux Villes de Saint-Charles-Borromée et de Joliette. Soyez assuré que les Villes ont mis en place des mesures adéquates pour assurer le respect de la *Loi sur l'accès aux documents des organismes publics et sur la protection des renseignements personnels* (chapitre A-2.1).

Une question ?

Joliette

450 753-8000

joliette.ca

  villejoliette

SCB

450 759-4415

vivrescb.com

  villescb