

# PROGRAMMATION

Été 2026 - Volume 24

LOISIRS · SPORTS · CULTURE



Ville de Mont-Saint-Hilaire



# TABLE DES MATIÈRES

Terrains sportifs	3
Culture	5
Bibliothèque Armand-Cardinal	6
Programmation du centre aquatique	8
Maison des jeunes	17
Musée des beaux-arts de Mont-Saint-Hilaire	18
Activités loisirs - sports - culture	19
Bottin des organismes	25

## Hôtel de ville

100, rue du Centre-Civique

## Pavillon Jordi-Bonet

99, rue du Centre-Civique

## Bibliothèque Armand-Cardinal

150, rue du Centre-Civique

## Centre aquatique

100, rue du Centre-Civique

450 467-CLIC (2542),  
poste 2257  
loisirs@villemsh.ca

[villemsh.ca](http://villemsh.ca)

[facebook.com/villemontsainthilaire](https://facebook.com/villemontsainthilaire)

[facebook.com/loisiretculturevillemsh](https://facebook.com/loisiretculturevillemsh)

[instagram.com/villemsh](https://instagram.com/villemsh)

# TERRAINS SPORTIFS

## TENNIS

Profitez de nos magnifiques installations en terre battue !

**Ouverture de mai à la fin octobre,  
sous réserve de conditions météorologiques favorables.**

### TARIF À L'HEURE :

Résident \*

**Adulte : 6,75 \$**

**Jeune / aîné : 4,50 \$**

Non-résident

**Adulte : 10 \$**

**Jeune / aîné : 6,75 \$**

\*Prenez note que les résidents de Beloeil bénéficient du tarif résident, en vertu de l'entente de réciprocité entre nos deux villes.

**Procurez-vous votre abonnement dès maintenant au centre aquatique.**

### ABONNEMENT :

Résident \*

**Adulte : 90 \$**

**Jeune / aîné : 60 \$**

**Duo : 155 \$**

**Famille : 190 \$**

Non-résident

**Adulte : 180 \$**

**Jeune / aîné : 120 \$**

**Duo : 310 \$**

**Famille : 380 \$**

## RÉCUPÉRATION DES BALLES DE TENNIS

Saviez-vous qu'une seule balle de tennis prend 400 ans à se décomposer ? En 2025, c'est près de 5000 balles de tennis qui ont été récupérées sur le territoire grâce à la collaboration des joueurs.

### Comment contribuer ?

1. Inscrivez-vous aux tournois ; les profits serviront à financer l'initiative de récupération de balles !
2. Déposez vos vieilles balles dans l'un des points de dépôt ; Complexe sportif Sportscène ou terrains extérieurs de la Ville.

## PARC DU REFUS-GLOBAL

(anciennement le parc Multisports)

### Ouvert jusqu'au début octobre

- Terrains de soccer synthétique et naturel
- Terrains de baseball
- Terrains de volleyball de plage / spikeball
- Table de ping-pong
- Piste d'athlétisme

### Horaire régulier de surveillance :

- **Lundi au vendredi de 18 h à 23 h**
- **Samedi et dimanche de 8 h à 23 h**

POUR PLUS D'INFORMATIONS

## TOURNOI AMICAL DES MEMBRES MSH – 2<sup>e</sup> ÉDITION

Tournoi amical de style « calcutta ». Chaque joueur dispute plusieurs matchs avec un partenaire différent. Au terme de la phase de qualification, les 8 joueurs ayant obtenus le plus de points seront jumelés avec un partenaire jusqu'au couronnement du duo gagnant !

Tournoi des Membres - double mixte	
Dimanche 24 mai	
Catégorie B	Catégorie A
9 h à 12 h	13 h à 16 h
Calibre 3.0 à 3.5	Calibre 3.5 et +
20 places disponibles par catégorie	
Coût résident : 30 \$   Coût non-résident : 45 \$	
Inscriptions à compter du 1 <sup>er</sup> avril	

La participation est exclusive aux membres\*

## TOURNOI SIMPLE MIXTE MSH – 2<sup>e</sup> ÉDITION

Le tournoi débute en phase de quart de finale et est constitué de 3 matchs d'un set. Le gagnant du tournoi sera celui qui aura été en mesure de gagner ses 3 matchs. Tous les joueurs disputent 3 parties assurées.

Tournoi MSH - simple mixte			
Samedi 20 juin			
Catégorie D	Catégorie C	Catégorie B	Catégorie A
8 h à 10 h	10 h à 12 h	12 h à 14 h	14 h à 16 h
Calibre 2.5	Calibre 3.0	Calibre 3.5	Calibre 4.0 à 4.5
8 places disponibles par catégorie			
Coût résident : 30 \$   Coût non-résident : 45 \$			
Inscriptions résident dès le 1 <sup>er</sup> avril Inscriptions non-résident dès le 8 avril			
Les profits serviront à financer l'initiative de récupération des balles de tennis par la Ville			

Prix de présence et rafraichissements inclus !

Aucun remboursement, sauf en cas d'annulation par la Ville.



## NOUVEAUTÉ! RÉSERVATION VOLLEYBALL

Il sera dorénavant possible de réserver en ligne un terrain de Volleyball.

### Les conditions sont les suivantes :

- Détenir une carte citoyen avec le statut résident ;
- Payer le frais de 7,25 \$ de l'heure ;
- Réservation possible 24 heures à l'avance ;
- Maximum de 2 réservations par personne par jour.

Les terrains sont en accès libre, ce qui signifie qu'il est accessible à tous durant les heures d'ouverture. Toutefois, une personne ayant réservé le terrain en ligne obtient la priorité pour l'heure réservée. Celle-ci doit utiliser son reçu de réservation en guise de preuve.

## BOÎTE-O-SPORTS ESTIVALE

Au parc du Refus-global, venez profiter de notre Boîte-O-Sports estivale.

Vous y trouverez de nombreux équipements sportifs en prêt tel que :

- Spike Ball
- Ballons de soccer, volleyball, football
- Balles et gants de baseball
- Matériel de crosse
- Frisbee



## PARC DE PLANCHE À ROULETTES

Ouvert chaque jour de 8 h à 23 h en accès libre

### Règlements :

- Casque obligatoire pour tous
- Accès interdit lorsque les modules sont mouillés
- Vélos et BMX interdits
- Enfant de 8 ans et moins doit être accompagné d'un adulte

POUR PLUS D'INFORMATIONS

## D'UNE RIVE À L'AUTRE

Dimanche 16 août

La grande traversée à la nage | 15 h



Rejoignez-nous pour une aventure épique en nageant de Beloeil à Mont-Saint-Hilaire! **Inscription en ligne requise dès le 16 juin, 13 ans et +**

Grand saut hilairemontais | 16 h à 18 h

Venez faire le grand saut à la Place du Quai de Mont-Saint-Hilaire!

**Inscription sur place, le jour même**



## PICKLEBALL EXTÉRIEUR EN ACCÈS LIBRE

4 terrains au parc Michel

**Des travaux de réfection de la surface auront lieu au courant du mois de mai. Nous prévoyons une réouverture en juin.**

**Ouvert chaque jour de 8 h à 22 h en accès libre ou par réservation.**

Le terrain est en accès libre, ce qui signifie qu'il est accessible à tous durant les heures d'ouverture. Toutefois, une personne ayant réservé le terrain en ligne obtient la priorité pour l'heure qu'elle a réservée. Celle-ci doit utiliser son reçu de réservation en guise de preuve.

### Les conditions pour la réservation sont les suivantes :

- Détenir une carte citoyen avec le statut résident ;
- Procéder à la réservation en ligne ;
- Payer le frais de 10 \$ par heure ;
- Réservation possible 24 h à l'avance ;
- Maximum de 2 réservations par personne par jour.

**IMPORTANT : du 25 août au 30 juin, il est strictement interdit de stationner son véhicule dans le stationnement de l'école de 8 h à 17 h.**

### Les options suivantes sont possibles :

- Transport actif (marche, vélo, trottinette, etc.) ;
- Stationnement sur les rues avoisinantes, selon la réglementation en vigueur ;
- Stationnement de la Maison des Jeunes.

Possibilité d'emprunter des raquettes et balles sur place. Une procédure est disponible sur place pour accéder à l'équipement. La collaboration des utilisateurs est essentielle afin de conserver le matériel en bon état.

## CAMPS DE JOUR

**Pour toute information relative aux camps de jour, consultez la Programmations Sports-Loisirs-Culture du printemps 2026.**



POUR PLUS D'INFORMATIONS

## JEUX D'EAU

Ouvert de 9 h à 21 h à tous les jours | Parc de la Gare





## CORRID'ART

Jusqu'à la mi-août

### Rétrospective de l'artiste Lyne Noiseux



L'artiste explore la lumière, la matière et le vivant à travers un vitrail non conventionnel et la peinture en techniques mixtes. Son approche intuitive donne naissance à des œuvres organiques inspirées par la nature et les éléments.



Lauréate de plusieurs prix en 2025, ses créations figurent dans des collections municipales et privées au Québec.



CONCOURS PHOTOS HILAIREMONTAIS

À vos appareils!

## EXPOSITION

### CONCOURS PHOTOGRAPHIQUE : CAPTURE HILAIREMONTAISE

Cet été, venez découvrir les photographies gagnantes du concours Capture hilairemontaine, qui sont exposées dans le sentier du pavillon Isaac-Vandandaigue. La thématique 2026 Texture a su inspirer un grand nombre de photographes qui ont su capter les petits détails et les grands espaces de nos milieux de vie.

La thématique 2027 sera : **MOUVEMENTS**



## ON BOUGE AU PARC!

Pavillon Isaac-Vandandaigue

Yoga en plein air

Les mardis du 30 juin au 18 août à 19 h

Dès le 30 juin jusqu'au 18 août  
(En cas de pluie, le cours est reporté à la fin de la session, le 25 août)

Chaque séance mettra en valeur la détente par la respiration consciente, des étirements pour les épaules, le cou et le haut du dos afin de bien relâcher les tensions du quotidien.

Zumba en plein air

Les jeudis du 9 juillet au 27 août à 19 h

Ces cours dynamiques sont animés par un instructeur certifié de Focus Studio, prêt à vous faire bouger sur des rythmes latinos endiablés tout en profitant du grand air. Que vous soyez débutant ou danseur confirmé, nos sessions sont accessibles à tous et adaptées à votre niveau.

Apportez votre énergie, vos sourires et des vêtements confortables pour vivre une expérience estivale pleine de fun et de bonne humeur!

## MARCHÉ PUBLIC

Les jeudis du 18 juin au 3 septembre de 14 h 30 à 18 h 30



Sur l'esplanade de l'hôtel de ville

Beau temps mauvais temps

(En cas de pluie au gymnase accessible par la réception du centre aquatique)

Tirages et dégustations hebdomadaires



## Biblio Club



Ouverture du BiblioClub le 25 juin  
*Un été de lecture, un avenir de réussite*

Les 100 premières personnes à s'inscrire recevront une surprise.

**THÈME DE L'ÉTÉ : MYSTÈRES ET ENQUÊTES**

Cette année le club ajoute un volet pour les 13 à 17 ans.  
Venez découvrir les activités proposées !

## ACTIVITÉS DU BIBLI CLUB

INSCRIPTIONS EN LIGNE

**13 JUILLET**

18 h 30

Activité pour les 6 à 12 ans

Soirée mystère

Inscription en ligne

**15 JUILLET**

18 h 30 à 20 h 30

Lecture et soirée de jeu Unlock pour les 13 à 17 ans

Inscription en ligne

**16 JUILLET**

10 h

Lecture et activité surprise familiale (la fratrie est bienvenue)

Pour les 0 à 5 ans

À la bibliothèque

Inscription en ligne et présence d'un adulte requise

**27 JUILLET**

18 h 30

Activité STIAM iRobot, un robot qui dessine

Pour les 8 à 12 ans

À la bibliothèque

Inscription en ligne

**30 JUILLET**

10 h

Lecture et activité surprise familiale (la fratrie est bienvenue)

Pour les 0 à 5 ans

À la bibliothèque

Inscription en ligne et présence d'un adulte requise

**30 JUILLET**

18 h 30

Activité surprise pour les 13 à 17 ans

Inscription en ligne

SUITE DES ACTIVITÉS ▼

**10 AOÛT**

**18 h 30**

Activité pour les 6 à 12 ans – Jeux de société

Inscription en ligne

**20 AOÛT**

**18 h 30**

Activité de critique littéraire pour les 13 à 17 ans

**13 AOÛT**

**10 h**

Activité musicale pour les 0 à 5 ans

À la bibliothèque

Inscription en ligne et présence d'un adulte requise



## CONTES DANS LES PARCS À OTTERBURN PARK

**18 h 30**

**7 juillet** *Mini-parc rue Angélique-Gazaille (rassemblement au croque-livres)*

**21 juillet** *Parc Sharron (rassemblement près de la glissade rouge)*

**4 août** *Parc Helen (rassemblement au croque-livres)*

**18 août** *Parc des Perdrix (rassemblement au croque-livres)*



## CONTES DANS LES PARCS À MONT-SAINT-HILAIRE

**18 h 30** | Rassemblement près des modules

**16 juillet** *Parc Beaujeu*

**30 juillet** *Parc du Massif*

**13 août** *Parc Michel*

# CENTRE AQUATIQUE

## LISTE D'ATTENTE

Il n'y a aucune place disponible dans le cours où vous souhaitez vous inscrire ?

Vous pouvez vous inscrire sur la liste d'attente sur la plateforme d'inscription en ligne. Vous serez contacté si de nouvelles places se libèrent.

CRÉEZ VOTRE COMPTE

VOTRE CARTE CITOYEN ET CELLE DE LA PERSONNE À INSCRIRE DOIVENT ÊTRE VALIDES JUSQU'AU 31 AOÛT.

## CARTE CITOYEN

Si vous ne possédez pas de Carte citoyen pour la personne à inscrire ainsi que pour le parent payeur, veuillez vous présenter avec les documents requis au centre aquatique.

## ÂGE REQUIS

Le participant doit avoir l'âge requis au premier cours, tel qu'indiqué sur le site d'inscription en ligne. Aucune exception ne sera considérée. Des frais d'annulation s'appliquent à chaque demande ou lors de changement de cours.

## POLITIQUE DE TARIFICATION FAMILIALE

La Ville offre un rabais aux familles inscrivant 3 enfants et plus aux activités de même nature, dans une même session.

CONSULTEZ LA POLITIQUE

## POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Nous vous invitons à prendre connaissance de cette Politique sur le site Internet de la Ville.

**Des frais administratifs sont applicables pour chaque demande.**

CONSULTEZ LA POLITIQUE

## ÉVALUATIONS DES HABILÉTÉS AQUATIQUES

Si votre enfant n'a pas suivi de cours de natation récemment, une évaluation est nécessaire afin d'éviter un mauvais classement. Les transferts de niveau sont difficiles et un mauvais classement peut entraîner l'annulation de l'inscription. Un moniteur de natation évaluera les habiletés aquatiques de votre enfant afin d'effectuer l'inscription dans le niveau approprié.

**Inscriptions gratuites en ligne**

**Samedi 6 juin** - 13 h à 13 h 50

**Lundi 8 juin** - 19 h à 19 h 50

# COURS DE NATATION ET DE MISE EN FORME

## SESSION DE NATATION

25 juin  
au 21 août

## SESSION DE 4 COURS DE MISE EN FORME

29 juin au 23 juillet  
et 29 juillet au 21 août

## COURS POUR DEVENIR SAUVETEUR

6 juillet  
au 10 août



## INSCRIPTIONS

RÉSIDENTS	HORAIRE	INSCRIPTIONS	INFORMATIONS
RÉSIDENTS DE MONT-SAINT-HILAIRE	le mardi 9 juin dès 18h	en ligne	Pour obtenir un soutien technique ou pour une demande d'information, composer le <b>450 467-CLIC (2542) poste 2257</b> . <b>Exceptionnellement, le soir des inscriptions, il faut composer le 0, notre personnel attitré sera à votre disposition pour répondre jusqu'à 20 h.</b> * Les activités n'ayant pas un nombre suffisant de participants pourraient être annulées. Dans un tel cas, nous remboursons la totalité des frais d'inscription.
RÉSIDENTS DE BELOEIL*	le mardi 16 juin de 9 h à 20h	en ligne	
NON-RÉSIDENTS	le mercredi 17 juin dès 9h	en ligne	

\* En vertu de l'entente de réciprocité entre la Ville de Mont-Saint-Hilaire et celle de Beloeil, les résidents de Beloeil bénéficient du tarif résident et ont la priorité d'inscription sur les non-résidents. Tous les prix incluent les taxes.

## AVANT L'INSCRIPTION

- Avoir créé un compte sur la plateforme en ligne ;
- Avoir en main la Carte citoyen dont la date d'échéance est valide de la personne à inscrire et du parent payeur ;
- Avoir en main une carte de crédit VISA ou MASTERCARD afin d'effectuer le paiement.

## ESSAI GRATUIT

Afin de vous aider à valider la pertinence d'un cours qui vous attire, nous vous invitons à en faire l'essai gratuitement. Valable pour les cours de loisir, de mise en forme aquatique et maîtres-nageurs.

\* Un essai par année civile

## PLATFORME D'INSCRIPTION EN LIGNE

L'inscription aux activités se fait sur notre plateforme en ligne. Vous pouvez dès maintenant vous créer un compte familial ou individuel si ce n'est déjà fait. Les comptes familiaux doivent être ouverts au nom d'un adulte qui en sera le responsable. Pour activer votre profil, vous devez posséder une Carte citoyen valide et utiliser le numéro abrégé.

LOISIR EN LIGNE

# PARENT-ENFANT

ACTIVITÉS	ÂGE	PRÉALABLES	HORAIRE	TARIFS
<b>PARENT-ENFANT 1</b>	<b>4 à 12 mois</b>	La présence d'un parent est obligatoire dans l'eau.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>16 h 45 à 17 h 10</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>81,50 \$</b> Non-résidents : <b>163 \$</b>
Ce cours s'adresse aux enfants de 4 à 12 mois afin d'apprendre à apprécier l'eau avec le parent. L'accès au vestiaire est autorisé 30 minutes avant le début du cours.				
<b>PARENT-ENFANT 2</b>	<b>12 à 24 mois</b>	La présence d'un parent est obligatoire dans l'eau.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>16 h 45 à 17 h 10</b> <b>17 h 15 à 17 h 40</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>81,50 \$</b> Non-résidents : <b>163 \$</b>
Ce cours s'adresse aux enfants de 12 à 24 mois afin d'apprendre à apprécier l'eau avec le parent. Les enfants apprendront à faire des bulles et à se mouiller le visage avec des jeux dans l'eau.				
<b>PARENT-ENFANT 3</b>	<b>2 à 3 ans</b>	La présence d'un parent est obligatoire dans l'eau. Le ballon dorsal est requis.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h 15 à 17 h 40</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>81,50 \$</b> Non-résidents : <b>163 \$</b>
Ce cours s'adresse aux enfants de 2 à 3 ans afin d'apprendre à apprécier l'eau avec le parent. Les enfants apprendront la flottabilité, le mouvement et l'entrée dans l'eau.				



## PRÉSCOLAIRE

ACTIVITÉS	ÂGE	PRÉALABLES	HORAIRE	TARIFS
<b>PRÉSCOLAIRE 1</b>	<b>3 à 5 ans</b>	Âge minimal de 3 ans. La présence du parent est requise lors des premiers cours. Le ballon dorsal est requis.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>16 h 30 à 16 h 55</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>81,50 \$</b> Non-résidents : <b>163 \$</b>
Les enfants exploreront les entrées et les sorties de l'eau peu profonde. Ils apprendront à glisser, flotter sur le dos et sur le ventre en utilisant un objet flottant.				
<b>PRÉSCOLAIRE 2</b>	<b>3 à 5 ans</b>	Préalable Préscolaire 1 ou équivalent. Cours sans parent. Le ballon dorsal est requis.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>16 h 45 à 17 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les enfants apprendront l'immersion, l'expiration sous l'eau, le saut dans l'eau jusqu'à la poitrine en portant un objet flottant. Ils explorent les glissements sur le ventre et le dos.				
<b>PRÉSCOLAIRE 3</b>	<b>3 à 5 ans</b>	Préalable Préscolaire 2 ou équivalent. Cours sans parent. Le ballon dorsal est requis.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>16 h 45 à 17 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les enfants se familiariseront avec des courtes distances de battement de jambes sur le ventre et sur le dos. Ils seront capables de ramasser des objets dans l'eau jusqu'à la taille et d'utiliser leur objet flottant pour sauter et rouler dans la partie profonde.				
<b>PRÉSCOLAIRE 4</b>	<b>3 à 5 ans</b>	Préalable Préscolaire 3 ou équivalent. Cours sans parent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h à 17 h 40</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les enfants renforceront leurs habiletés de battements de jambes. En partie profonde, ils effectueront seuls des sauts et des roulades latérales. Leur objet flottant les soutiendra pendant qu'ils apprennent à nager sur place.				
<b>PRÉSCOLAIRE 5</b>	<b>3 à 5 ans</b>	Préalable Préscolaire 4 ou équivalent. Cours sans parent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h à 17 h 40</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les enfants pratiqueront le crawl et dos crawlé. Ils seront prêts à faire une roulade avant en eau profonde avec leur objet flottant et nageront sur place sans soutien. Ils essayeront pour la première fois le coup de pied rotatif simultané et l'entraînement par intervalle.				



# NAGEUR

ACTIVITÉS	ÂGE	PRÉALABLES	HORAIRE	TARIFS
<b>NAGEUR 1</b>	<b>5 à 10 ans</b>	Âge minimal de 5 ans.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h à 17 h 40</b> <b>17 h 45 à 18 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les nageurs débutants deviendront confortables à sauter dans l'eau avec et sans objet flottant. Ils apprendront à ouvrir leurs yeux, à expirer et à retenir leur souffle sous l'eau. Ils se pratiqueront à flotter, à glisser et à battre des jambes sur 5 m pour se déplacer dans l'eau.				
<b>NAGEUR 2</b>	<b>5 à 10 ans</b>	Préalable Nageur 1 ou équivalent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h 45 à 18 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les nageurs sauteront et rouleront sur le côté en eau profonde. Ils pourront nager sur place sans aide flottante, apprendre le coup de pied rotatif simultané, ainsi que nager 10 m sur le ventre et sur le dos. Ils travailleront leur endurance grâce à l'entraînement par intervalle.				
<b>NAGEUR 3</b>	<b>6 à 12 ans</b>	Préalable Nageur 2 ou équivalent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h 45 à 18 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>89,50 \$</b> Non-résidents : <b>179 \$</b>
Les nageurs feront des plongeurs et des roulades avant en eau profonde. Ils pratiqueront le crawl et le dos crawlé sur 15 m, ainsi que 10 m avec le coup de pied rotatif simultané. L'entraînement par intervalles augmentera pour travailler l'endurance.				
<b>NAGEUR 4</b>	<b>6 à 12 ans</b>	Préalable Nageur 3 ou équivalent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h 30 à 18 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>104 \$</b> Non-résidents : <b>208 \$</b>
Les nageurs nageront 5 m sous l'eau et seront initiés à la brasse. Ils feront des longueurs complètes et des entraînement en intervalles au crawl et au dos crawlé. À la fin des cours, ils seront en mesure de satisfaire à la norme de nager pour survivre : rouler en eau profonde, faire de la nage sur place (1 minute) et nager (50 mètres).				
<b>NAGEUR 5</b>	<b>7 à 13 ans</b>	Préalable Nageur 4 ou équivalent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h 30 à 18 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>104 \$</b> Non-résidents : <b>208 \$</b>
Les nageurs maîtriseront les plongeurs, les sauts groupés, le coup de pied rotatif alternatif et des culbutes arrière. Ils amélioreront leur crawl et dos crawlé sur 50 m et leur brasse sur 25 m. Ils augmenteront le rythme avec des sprints et des entraînements par intervalles.				
<b>NAGEUR 6</b>	<b>7 à 14 ans</b>	Préalable Nageur 5 ou équivalent.	<b>Mardi &amp; jeudi</b> <b>17 h 30 à 18 h 25</b> <b>25 juin au 21 juillet</b>	Résidents : <b>104 \$</b> Non-résidents : <b>208 \$</b>
Les nageurs maîtriseront les sauts d'arrêt, les sauts compacts, ainsi que le coup de pied rotatif alternatif et le coup de pied en ciseaux. Ils pourront effectuer des exercices d'entraînements sur 300 m.				

## COURS INTENSIFS

ACTIVITÉS	ÂGE	PRÉALABLES	HORAIRE	TARIFS
NAGEUR 4 À 6	7 à 14 ans	Préalable Nageur 3 ou équivalent.	Lundi au vendredi 9 h à 11 h 55 10 au 14 août	Résidents : 125 \$ Non-résidents : 250 \$
NAGEUR 7 À 9	8 à 14 ans	Préalable Nageur 6 ou équivalent.	Lundi au vendredi 9 h à 11 h 55 17 au 21 août	Résidents : 125 \$ Non-résidents : 250 \$
Cours intensifs du lundi au vendredi.				

## COURS PRIVÉS

ACTIVITÉS	ÂGE	PRÉALABLES	HORAIRE	TARIFS
SESSION 1 (4 COURS)	0-16 ans	Nos moniteurs qualifiés aideront les participants à développer, à leur rythme, leurs compétences de nage et leur aisance dans l'eau en fonction de leur âge et de leurs habiletés. Que vous souhaitiez perfectionner votre technique de natation ou aider votre enfant à devenir plus confiant dans l'eau, les cours privés offrent des conseils personnalisés pour atteindre vos objectifs.	Lundi 16 h 30 à 17 h 10 17 h 15 à 17 h 55 29 juin au 20 juillet	Résidents : 188 \$ Non-résidents : 376 \$
SESSION 2 (4 COURS)	0-16 ans		Lundi 16 h 30 à 17 h 10 17 h 15 à 17 h 55 27 juillet au 17 août	Résidents : 188 \$ Non-résidents : 376 \$
			Mercredi 16 h 30 à 17 h 10 17 h 15 à 17 h 55 1 <sup>er</sup> au 22 juillet	
			Mercredi 16 h 30 à 17 h 10 17 h 15 à 17 h 55 29 juillet au 19 août	

En cas d'absence à un cours il n'y aura pas de possibilité de reporter le cours ni d'être remboursé.  
La présence d'un parent est requise pour les enfants de 0 à 36 mois.



# DEVENIR SAUVETEUR

ACTIVITÉS	ÂGE	PRÉALABLES	HORAIRE	TARIFS
<b>MÉDAILLE DE BRONZE</b>	<b>11 ans et +</b>	Être âgé d'au moins 13 ans à l'examen final ou détenir le brevet Étoile de bronze. Le candidat doit démontrer les habiletés d'Étoile de Bronze ou être en mesure de nager 400m de façon continue.	<b>Lundi au vendredi 8 h 30 à 12 h 30 6 au 10 juillet</b>  <b>Examen 10 juillet</b>	Résident : <b>210 \$</b>  Non-résident : <b>210 \$</b>
Le médaille de bronze introduit les quatres composantes de base du sauvetage : Le jugement, les connaissances, les habiletées et la forme physique. Les jeunes apprennent des techniques de remorquages, de portage, de défense et de dégagement afin d'être en mesure d'effectuer le sauvetage de victimes conscientes et inconscientes. Manuel, masque de poche et sifflet aux frais du candidat.				
<b>CROIX DE BRONZE</b>	<b>11 ans et +</b>	Avoir réussi le cours médaille de Bronze.	<b>Lundi au vendredi 8 h 30 à 12 h 30 (Jeudi – 8 h 30 à 17 h) 20 au 24 juillet</b>  <b>Examen 24 juillet</b>	Résident : <b>275 \$</b>  Non-résident : <b>275 \$</b>
Le brevet Croix de Bronze permet d'acquérir des notions de base en surveillance d'installation aquatique. Les jeunes apprendront à porter secours à une victime blessée à la colonne vertébrale en partie profonde et à une victime submergée en arrêt cardiorespiratoire. À 15 ans, il est possible de travailler comme assistant-surveillant sauveteur avec ce brevet. Masque de poche et sifflet aux frais du candidat.				
<b>PREMIERS SOINS GÉNÉRAL</b>	<b>13 ans et +</b>	Avoir réussi le cours médaille de Bronze pour être éligible à la gratuité.	<b>Lundi au jeudi 8 h 30 à 12 h 30 27 au 30 juillet</b>	Résident : <b>140 \$</b>  Non-résident : <b>140 \$</b>
Manuel canadien de premiers soins au frais du candidat. Les participants pourront acquièrent des notions avancées en premiers soins lors de situations d'urgence. Ils apprendront à reconnaître rapidement les signes et symptômes afin de pouvoir apporter les mesures d'urgence nécessaires. Ils apprendront comment utiliser un défibrillateur externe automatisé (DEA) pour venir en aide à une victime.				
<b>SAUVETEUR NATIONAL</b>	<b>15 ans le jour de l'examen</b>	Avoir réussi le cours Croix de Bronze et Premiers soins général. Avoir 15 ans ou plus le jour de l'examen.	<b>Lundi au vendredi 8 h à 16 h 30 10 au 14 août</b>  <b>Examen 14 août</b>	Résident : <b>325 \$</b>  Non-résident : <b>325 \$</b>
Manuel Alerte, masque de poche et sifflet aux frais du candidat. Le Sauveteur national est 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 permet de travailler en tant que surveillant-sauveteur à partir de l'âge de 16 ans.				
<b>MONITEUR DE NATATION</b>	<b>15 ans le jour de l'examen</b>	Avoir réussi le cours Croix de Bronze. Avoir 15 ans ou plus le jour de l'examen.	<b>Lundi au jeudi 8 h 30 à 16 h 30 Vendredi 8 h 30 à 12 h 30 3 au 7 août</b>	Résident : <b>0 \$</b>  Non-résident : <b>225 \$</b>
Manuels aux frais du candidat.				

# AQUAFORME

ACTIVITÉS	ÂGE	DESCRIPTION	HORAIRE	TARIFS
AQUAFORME (SESSION 1)	16 ans et +	Ce cours de conditionnement physique aquatique est offert dans la partie peu profonde. Au rythme d'une musique dynamique, les participants améliorent leur capacité aérobie et musculaire grâce à la résistance de l'eau et le matériel d'exercice utilisé, le tout suivi d'une période d'étirement.	<b>Lundi</b> <b>17 h à 17 h 55</b> <b>29 juin au 20 juillet</b>	Résidents : <b>47 \$</b>  Non-résidents : <b>94 \$</b>
AQUAFORME (SESSION 2)			<b>Mardi</b> <b>8 h à 8 h 55</b> <b>30 juin au 21 juillet</b>	
	<b>Jeudi</b> <b>14 h à 14 h 55</b> <b>25 juin au 16 juillet</b>	<b>Lundi</b> <b>17 h à 17 h 55</b> <b>27 juillet au 17 août</b>		
	<b>Mardi</b> <b>8 h à 8 h 55</b> <b>28 juillet au 18 août</b>	<b>Jeudi</b> <b>14 h à 14 h 55</b> <b>23 juillet au 13 août</b>		

Le port de soulier d'eau est recommandé. L'accès au sauna est autorisé pour les 10 minutes suivant le cours.

AQUAJOGGING (SESSION 1)	16 ans et +	Ce cours de conditionnement physique aquatique se déroule en partie profonde à l'aide d'une ceinture de flottabilité. Il comprend des exercices sans impact qui permettent de développer la capacité aérobie et le tonus musculaire.	<b>Mercredi</b> <b>17 h à 17 h 55</b> <b>1<sup>er</sup> au 22 juillet</b>	Résidents : <b>47 \$</b>  Non-résidents : <b>94 \$</b>
AQUAJOGGING (SESSION 2)			<b>Jeudi</b> <b>15 h à 15 h 55</b> <b>25 juin au 16 juillet</b>	
	<b>Jeudi</b> <b>15 h à 15 h 55</b> <b>23 juillet au 13 août</b>			

L'accès au sauna est autorisé pour les 10 minutes suivant le cours.



# BAINS LIBRES

## Bain d'entraînement en longueur (13 ans et plus)


Piscine 5 couloirs


## Bain familial

Piscine et bassin récréatif














































 Nombre de couloirs

 Espace pour exercices libres

 Mur d'escalade

 Sauna (16 ans et plus)

Du 25 juin au 21 août 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entraînement 6 h 30 à 7 h 55 4  + 1 	Entraînement 6 h 30 à 7 h 55 4  + 1 	Entraînement 6 h 30 à 7 h 55 4  + 1 	Entraînement 6 h 30 à 7 h 55 4  + 1 	Entraînement 6 h 30 à 7 h 55 4  + 1 		
Entraînement 11 h 45 à 13 h 10 4  + 1 	Entraînement 11 h 45 à 13 h 10 4  + 1 	Entraînement 11 h 45 à 13 h 10 4  + 1 	Entraînement 11 h 45 à 13 h 10 4  + 1 	Entraînement 11 h 45 à 13 h 10 4  + 1 		
Familial 13 h 15 à 15 h 55 1  	Familial 13 h 15 à 15 h 55 1  	Familial 13 h 15 à 15 h 55 1  		Familial 13 h 15 à 15 h 55 1  		
Familial 18 h à 19 h 25 2  	Familial 18 h 30 à 19 h 55 2  	Familial 18 h à 19 h 25 2  	Familial 18 h 30 à 19 h 55 2  	Familial 18 h à 19 h 55 2  		
Entraînement 19 h 30 à 20 h 55 4  + 1 	Entraînement 20 h à 20 h 55 4  + 1 	Entraînement 19 h 30 à 20 h 55 4  + 1 	Entraînement 20 h à 20 h 55 4  + 1 			

# MAISON DES JEUNES

LA MDJ4F, C'EST LA MAISON DES JEUNES DES QUATRE FENÊTRES.  
ICI, TU PEUX ÊTRE TOI !

## UN ENDROIT POUR TOI, COMME TU ES.

Deux animateurs adultes t'accompagnent pour les activités durant nos heures d'ouverture.

Nous avons un salon, une cuisine, une grande salle de jeux, une salle d'art, un coin ordinateur, une salle de jeux de table, un coin lecture avec manga et romans, des jeux vidéo et plein de beau monde !

### ACTIVITÉS

- Escape room
- Sortie à la Ronde
- Go Kart
- Pêche sur le Richelieu
- Sortie au cinéma
- Cueillette de citrouilles
- Atelier de cuisine
- Troll ball
- Nuit blanche

### OFFRE PERMANENTE

- Trottinettes et skateboard
- Salle d'art
- Coin lecture
- Donjons et dragons
- Jeux de table
- Billard
- Ping-pong
- Jeux vidéo
- Netflix



Pour les jeunes de 12 à 17 ans.

**GRATUIT**

Au 100, rue Michel,  
derrière l'école de l'Aquarelle



### INFORMATION

Facebook général : **mdj4f**

Facebook Mont-Saint-Hilaire : **mdjmsh**

Instagram: **@mdj4f\_**

TikTok: **@mdj4f**

Site web : **mdj4f.ca**



### HEURES D'OUVERTURE

Lundi	<b>fermé</b>
Mardi	<b>fermé</b>
Mercredi	<b>15 h à 18 h*</b>
<i>*aide aux devoirs pour les élèves de 6<sup>e</sup> année</i>	
Judi	<b>18 h à 21 h</b>
Vendredi	<b>15 h à 18 h*</b>
<i>*pour les élèves de 6<sup>e</sup> année exclusivement</i>	
Vendredi	<b>18 h à 22 h</b>
Samedi	<b>12 h à 17 h</b>
Dimanche	<b>fermé</b>



# Musée des beaux-arts de Mont-Saint-Hilaire



*Correliou retrouvé*

**Mathieu LACA**

**du 20 juin au 27 septembre**

**Vernissage : samedi 20 juin à 14 h**

**LES CONTES DU DOMAINE  
EN 9 TABLEAUX**

Tous les samedis du **4 juillet au 29 août**  
en collaboration avec



**Domaine Ozias-Leduc**

**6 au 28 juin**

**3 septembre au 25 octobre**  
samedi et dimanche 13 h à 17 h



**2 juillet au 30 août**

jeudi au dimanche 13 h à 17 h

*les*  
**mARTginaux**  
de l'histoire



**Camp estival**  
*artistique*

**29 juin au 28 août**

**Inscrivez votre artiste préféré!**

Le Grand  
**Salon**

**des temps** *débridés*

**Exposition-concours  
annuelle**





**Inscriptions  
jusqu'au 7 septembre**

MUSÉE  
  
des beaux-arts  
de Mont-Saint-Hilaire

**mbamsh.com**

# ACTIVITÉS LOISIRS - SPORTS - CULTURE

OFFERTES PAR DES ORGANISMES

ACTIVITÉS	CLIENTÈLES	NIVEAU	HORAIRES	DURÉE	COÛTS
<b>ASSOCIATION DES JARDINIERS DE MONT-SAINT-HILAIRE</b>					
JARDINS COMMUNAUTAIRES	Les résident-e-s de Mont-Saint-Hilaire	Pour tous	Tous les jours du lever au coucher du soleil	Début mai à la mi-novembre	35 \$/ an (inclus le compost, l'utilisation des outils et une conférence annuelle)
 <b>INSCRIPTION DU 1<sup>er</sup> MARS AU 15 AVRIL (demande d'intérêt et mise en liste d'attente en tout temps)</b> <a href="http://www.facebook.com/jardinmsh">www.facebook.com/jardinmsh</a> - <a href="mailto:jardinmsh@gmail.com">jardinmsh@gmail.com</a>					
<b>ASSOCIATION DE LA VALLÉE DU RICHELIEU POUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET LE TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME (AVRDI/TSA)</b>					
CAMP DE JOUR ADAPTÉ DI/TSA	Personne avec déficience intellectuelle et/ou trouble du spectre de l'autisme	Récréatif		22 juin au 14 août	
 <b>INSCRIPTIONS NÉCESSAIRES</b> <a href="http://www.avrditsa.org">www.avrditsa.org</a> - <a href="mailto:loisirs@avrditsa.org">loisirs@avrditsa.org</a> - 450 467-8644 poste 113					
<b>ASSOCIATION HOCKEY MINEUR VALLÉE DU RICHELIEU</b>					
HOCKEY SUR GLACE	À partir de 4 ans		Horaire variable	Septembre à avril	Variable
 <b>INSCRIPTION</b> <a href="http://www.ahmvr.ca/fr/index.html">www.ahmvr.ca/fr/index.html</a> - <a href="mailto:info@ahmvr.ca">info@ahmvr.ca</a> - 450 536-1090					
<b>CENTRE DE FEMMES L'ESSENTIELLE</b>					
UN CENTRE DE FEMMES C'EST POUR S'OUTILLER, AGIR ENSEMBLE, PRENDRE SOIN DE SOI ET S'ENTRAIDER.			<b>Lundi au jeudi</b> 8 h 30 à 12 h et 13 h 15 à 16 h 30	À l'année	Gratuit
DÎNERS DU MERCREDI			<b>Mercredi</b> 12 h à 13 h Apportez votre lunch		
 <b>INSCRIPTIONS PAR TÉLÉPHONE OU SUR PLACE</b> 450 467-3418					

# ACTIVITÉS LOISIRS - SPORTS - CULTURE

OFFERTES PAR DES ORGANISMES

ACTIVITÉS	CLIENTÈLES	NIVEAU	HORAIRES	DURÉE	COÛTS
<b>CENTRE PÉRINATAL LE BERCEAU</b>					
<b>ATELIER D'INITIATION AU LANGAGE DES SIGNES POUR BÉBÉ</b>	Futurs et nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		Dates et heure sur notre site web	1 rencontre de 1 heure et 30 minutes	50 \$ avec livret inclus
<b>ATELIER PRATIQUE DE PRÉPARATION À L'ACCOUCHEMENT (APPA)</b>	Futurs parents		<b>Mercredis en soirée</b> (dates exactes sur notre site web)	1 rencontre de 3 heures en présentiel	65 \$ par couple
<b>PORTAGE AU DOS PRIVÉ</b>	Nouveaux parents avec bébés 6-12 mois		Inscription réservez sous approbation	1 rencontre de 1 heure	20 \$ par heure
<b>RENCONTRES PRÉNATALES</b>	Futurs parents		<b>Jeudis en soirée</b> (dates exactes sur notre site web)	6 rencontres de 2 heures en présentielle	150 \$ par couple
<b>COURS DE PORTAGE SEMI-PRIVÉ</b>	Futurs et nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		<b>Jeudis de 13 h 30 à 14 h 30 en juin</b> (dates exactes sur notre site web)	3 rencontres de 1 heure	60 \$ par session avec livret du portage inclus
<b>DU GAZOUILLIS AUX MOTS</b>	Nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		<b>Lundi 15 juin 2026</b> 10 h à 11 h	1 heure	Gratuit
<b>ÉVEIL MUSICAL</b>	Nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		Dates et heure sur notre site web	4 rencontres de 1 heure	68 \$ par personne
<b>SOUTIEN À L'ALLAITEMENT</b>	Nouveaux parents et co-parents		Privé - sur demande	Selon le besoin	Gratuit
<b>SOUTIEN AU DEUIL PÉRINATAL</b>	Parents et co-parents		Privé - sur demande	Selon le besoin	Gratuit
<b>GROUPE D'ENTRAIDE: LES MÈRES-VEILLEUSES</b>	Futurs et nouveaux parents		<b>Mardis en après-midi</b> Inscription sur le site web (le groupe débute selon le nombre d'inscriptions)	10 à 12 rencontres de 2 heures	Gratuit
<b>GROUPE DE SOUTIEN: APAISER LES TRACES INVISIBLES D'UNE NAISSANCE BOULEVERSANTE</b>	Nouveaux parents		<b>Mercredis en après-midi</b> Inscription sur le site web (le groupe débute selon le nombre d'inscriptions)	5 à 6 rencontres de 2 heures	Gratuit
<b>GROUPE D'ENTRAIDE: DEUIL PÉRINATAL</b>	Toutes les personnes		<b>Mercredis en soirée</b> Inscription sur le site web (le groupe débute selon le nombre d'inscriptions)	10 rencontres, 1 fois par mois	Gratuit

CENTRE PÉRINATAL LE BERCEAU SUITE ▼

# ACTIVITÉS LOISIRS - SPORTS - CULTURE

## OFFERTES PAR DES ORGANISMES

ACTIVITÉS	CLIENTÈLES	NIVEAU	HORAIRES	DURÉE	COÛTS
<b>LES TOUT-PETITS MATIN, CONFÉRENCES THÉMATIQUES</b>	Futurs et nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		<b>Tous les jeudis</b> 10h à 11h (arrivée à partir de 9h30)	1 heure (hebdomadaire)	Gratuit
<b>LES RENDEZ-VOUS DES CABRIOLES</b>	Nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		<b>Tous les lundis</b> 9h30 à 11h 2 <sup>e</sup> lundi du mois : thème Allaitement <b>(8 juin, 13 juillet, 10 août)</b>	1 heure et 30 minutes (hebdomadaire)	Gratuit
<b>SALON DE TRICOT</b>	Futurs et nouveaux parents		<b>Tous les endredis</b> 9h30 à 11h30	2 heures (hebdomadaire)	Gratuit
<b>MASSAGE POUR BÉBÉ</b>	Nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		Dates et heure sur notre site web	5 rencontres de 1 heure	68 \$ par session
<b>RCR ET PREMIERS SOINS POUR BÉBÉS ET ENFANTS</b>	Futurs, nouveaux parents, co-parents et famille		<b>Samedi 13 juin 2026</b> 9h à 12h (consultez les dates de juillet et août sur notre site web)	1 rencontre de 3 heures	70 \$ par personne ou 105 \$ par couple
<b>YOGA POSTNATAL AVEC BÉBÉ</b>	Nouveaux parents avec bébés 0-12 mois		<b>Les lundis 14h à 15h</b> (mini session d'été, dates exactes sur notre site web)	3 rencontres de 1 heure	60 \$ par personne
<b>YOGA PRÉNATAL</b>	Futurs parents		<b>Les lundis 19h à 20h30</b> (mini session d'été, dates exactes sur notre site web)	3 rencontres de 1 heure et 30 minutes	60 \$ par personne



### INSCRIPTION

[www.leberceau.org](http://www.leberceau.org) - [info@leberceau.org](mailto:info@leberceau.org) - 450 446-7760

Ta carte de membre est requise pour t'inscrire aux activités. Celle-ci est familiale : pour papa, maman, parrain, grand-maman, etc.  
Le prix d'une activité ne doit JAMAIS être un frein à la participation. Si c'est ton cas, contacte-nous. Nous trouverons une solution !

Des prix pour le couple sont disponibles pour certaines activités. Contacte-nous pour tous les détails.

La période d'inscription se termine 48 h avant l'activité. Si tu souhaites t'inscrire après cette période et qu'il reste de la place, contacte-nous. Nous te conseillons de t'inscrire le plus rapidement possible, car un nombre de participant(e)s minimum est requis. Autrement, nous devrons annuler l'activité.

Si une activité est complète, inscris-toi sur la liste d'attente. Nous t'aviserons rapidement si une place se libère.



# ACTIVITÉS LOISIRS – SPORTS – CULTURE

OFFERTES PAR DES ORGANISMES

ACTIVITÉS	CLIENTÈLES	NIVEAU	HORAIRES	DURÉE	COÛTS
<b>CLUB DE CANOTAGE OBC</b>					
LOCATION D'EMBARCATIONS (KAYAK ET PLANCHE À PAGAIE SUP)	Ouvert à tous	Débutant	Lundi au vendredi 10h à 19h Samedi et dimanche 10h à 16h	27 juin au 23 août	Pour de plus amples informations, consultez notre site internet
JOURNÉE COMMUNAUTAIRE OBC (GRATUITE)	Ouvert à tous	Débutant	Samedi 6 juin 9h à 16h	6 juin	
<b>INSCRIPTION</b> www.clubobc.com - info@clubobc.com - 450 281-1644 <b>Inscription à la journée d'essais gratuits : <a href="http://www.clubobc.com/festival">www.clubobc.com/festival</a></b>					
<b>CLUB RADIOAMATEUR VE2CWQ</b>					
RADIO-COMMUNICATION, RÉSEAUX MÉTÉO DE TEMPS VIOLENT À TRAVERS TOUT LE QUÉBEC, AIDE AUX MESURES D'URGENCE, EXERCICE LORS DE SIMULATION D'URGENCE	Pour tous		Activités sur les ondes, 24/24h, réseaux météo si du temps violent est en cours	Tous les derniers mardi du mois sur TEAMS.	Gratuit
<b>INSCRIPTION PAR COURRIEL</b> www.ve2cwq.ca - ve2cwq@ve2cwq.ca Réseau météo à travers tout le Québec, activités en plein air comme les Field Day d'été et hiver, simulation d'urgence avec ou sans la collaboration de la Sécurité Civile du Québec, discussion sur la météo. Scouts lors des JSLO.					
<b>GRUPE DAA (DÉPENDANT AFFECTIF ANONYME )</b>					
RENCONTRE DE GROUPE AU PAVILLON JORDI-BONET	Pour tous		Les vendredis 19h		Gratuit
<b>AUCUNE INSCRIPTION NÉCESSAIRE</b> daagroupenouveaudepart@gmail.com					

# ACTIVITÉS LOISIRS - SPORTS - CULTURE

OFFERTES PAR DES ORGANISMES

ACTIVITÉS	CLIENTÈLES	NIVEAU	HORAIRES	DURÉE	COÛTS
<b>MAISON DES JEUNES DES QUATRE FENÊTRES</b>					
LIEU DE RENCONTRE, D'ANIMATION ET D'INTERVENTION POUR LES ADOLESCENTS	12 à 17 ans		<b>Mardi</b> 18 h à 21 h <b>Jeudi</b> 18 h à 21 h <b>Vendredi</b> 18 h à 22 h <b>Samedi</b> 12 h à 17 h		Gratuit
PÉRIODE EXCLUSIVE AUX 6 <sup>e</sup> ANNÉE	11 à 12 ans	6 <sup>e</sup> année du primaire	<b>Vendredi</b> 15 h à 18 h		
 <b>AUCUNE INSCRIPTION NÉCESSAIRE</b> mdj4f.ca - facebook.com/mdj4f - direction@mdj4f.ca					
<b>PATRIMOINE HILAIREMONTAIS</b>					
VISITES GUIDÉES DE L'OEUVRE D'OZIAS LEDUC À L'ÉGLISE SAINT-HILAIRE	Tous âges		<b>Journées variées</b> entre 13 h et 17 h Voir horaire sur le site web ou la page Facebook de juillet à septembre.	Environ 1 heure	Gratuit pour les membres Contribution volontaire
VISITE GUIDÉES DES PIERRES TOMBALES DES ARTISTES ENTERRÉS AU CIMETIÈRE DE MONT-SAINT-HILAIRE			<b>Journées variées</b> entre 13 h et 16 h Voir horaire sur le site web ou la page Facebook.	Environ 1 heure	
VISITES GUIDÉES DU VIEUX VILLAGE DE MONT-SAINT-HILAIRE			<b>24 juin 2026</b> à 10 h, 10 h 30, 11 h, 13 h, 13 h 30 et 14 h	De 60 à 90 minutes	
 <b>AUCUNE RÉSERVATION REQUISE SAUF POUR LES GROUPES DE 15+ PERSONNES</b> www.patrimoinehilairemontais.org - www.facebook.com/patrimoine.hilairemontais secretariat@patrimoinehilairemontais.org					
<b>Visites guidées des pierres tombales des artistes et du vieux village :</b> Départ de l'activité coin des rues Desautels/Saint-Hippolyte.					

# ACTIVITÉS LOISIRS - SPORTS - CULTURE

## OFFERTES PAR DES ORGANISMES

ACTIVITÉS	CLIENTÈLES	NIVEAU	HORAIRES	DURÉE	COÛTS
<b>RINGUETTE VALLÉE-DU-RICHELIEU</b>					
<b>RINGUETTE SUR GLACE</b>	À partir de 4 ans	Moustique à intermédiaire (récréatif et compétitif)	Horaire variable	Septembre à avril	Variable
<b>INSCRIPTION</b> <a href="http://www.ringuettevdr.com">www.ringuettevdr.com</a> - <a href="mailto:vdringuette@hotmail.com">vdringuette@hotmail.com</a> Possibilité d'essai gratuit ou d'inscription en cours de saison dans certaines catégories d'âge, sous toutes réserves.					
<b>SOCIÉTÉ MUSICALE DE LA VALLÉE-DU RICHELIEU</b>					
<b>JEUNES VOIX DU CŒUR</b>	1 <sup>ère</sup> à 3 <sup>e</sup> année : Les Étincelles	Débutant	<b>Mardi</b> 18 h à 19 h	Septembre à juin	
	4 <sup>e</sup> année à Sec 1 : Les Flammes	Intermédiaire	<b>Mardi</b> 18 h à 19 h 30		
	Sec 2 à 5 : Les Éclats	Avancé	<b>Mardi</b> 18 h à 20 h 30		
<b>SOIRÉES VOCALES</b>	Adulte		<b>Lundi</b> 19 h 30 à 21 h 30	Septembre à mai	
<b>CHŒUR DE LA MONTAGNE</b>	Adulte		<b>Jeudi</b> 19 à 21 h 30		
<b>INSCRIPTION</b> <a href="http://www.societemusicaire.org/#JVDC">www.societemusicaire.org/#JVDC</a> - <a href="http://www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/inscription-hiver-2026-jeunes-voix-du-cœur">www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/inscription-hiver-2026-jeunes-voix-du-cœur</a> <a href="http://www.societemusicaire.org/#SV">www.societemusicaire.org/#SV</a> - <a href="http://www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/inscription-automne-2025-soirees-vocales">www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/inscription-automne-2025-soirees-vocales</a> <a href="http://www.societemusicaire.org/#CdIM">www.societemusicaire.org/#CdIM</a> - <a href="http://www.artist.center/organizations/choeurdelamontagne/activities">www.artist.center/organizations/choeurdelamontagne/activities</a> Répétitions à l'École secondaire Ozias-Leduc à Mont-Saint-Hilaire Écrivez-nous : Société Musicale de la Vallée-du-Richelieu <a href="mailto:info@societemusicaire.org">info@societemusicaire.org</a> / ou écrire à une des trois (3) chorales : Les Jeunes Voix du Cœur : <a href="mailto:jeunesvoix@societemusicaire.org">jeunesvoix@societemusicaire.org</a> Les Soirées Vocales : <a href="mailto:soireesvocales@societemusicaire.org">soireesvocales@societemusicaire.org</a> Choeur de la Montagne : <a href="mailto:choeurmontagne@societemusicaire.org">choeurmontagne@societemusicaire.org</a>					

# BOTTIN DES ORGANISMES

## AMIS DE LA VALLÉE DU RICHELIEU INC.

www.a-v-r.net  
aineesenmouvement@gmail.com

## AS DE SABLE

579 421-1202  
emychamp5@gmail.com

## ASSOCIATION DE BASEBALL MONT-SAINT-HILAIRE OTTERBURN PARK - ABMO

www.baseballexpress.ca  
baseball.abmo@gmail.com

## ASSOCIATION DE FOOTBALL DES PIRATES DU RICHELIEU

www.piratesdurichelieu.com  
info@piratesdurichelieu.com

## ASSOCIATION DES JARDINIERS DE MONT-SAINT-HILAIRE

www.facebook.com/jardinmsh  
jardinmsh@gmail.com

## ASSOCIATION DE LA VALLÉE DU RICHELIEU POUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE / TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME (AVRDI/TSA)

450 467-8644 poste 102  
www.avrditsa.org

## ASSOCIATION DES PARENTS DES ENFANTS HANDICAPÉS RICHELIEU-VAL-MASKA

450 261-8556  
www.apehrvm.org

## ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU

450 464-7445  
www.aphvr.org

## ASSOCIATION DES TRAUMATISÉS CRANIO-CÉRÉBRAUX DE LA MONTÉRÉGIE

450 446-1111 poste 21  
www.atccmonteregje.qc.ca

## ASSOCIATION FÉMININE D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE - AFÉAS

450 464-4153

## ASSOCIATION HOCKEY MINEUR VALLÉE DU RICHELIEU

450 536-1090  
www.ahmvr.ca/fr/index.html  
info@ahmvr.ca

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES

450 518-3795  
www.aqdr.org/section/richelieu-yamaska  
aqdry16@gmail.com

## ATELIER DE BALLET CLASSIQUE DE ST-HILAIRE

www.atelierballetclassiquesh.com

## ATELIER LIBRE DE PEINTURE DE BELOEIL

www.alpbeloeil.blogspot.com  
alpbeloeil@gmail.com

## BONJOUR SOLEIL - REGROUPEMENT DES FAMILLES MONOPARENTALES ET RECOMPOSÉES DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU

450 467-3479  
www.bonjoursoleil.org

## CARREFOUR DES ARTS DE MONT-SAINT-HILAIRE

438 889-4325  
www.carrefourdesarts.org  
info@carrefourdesarts.org

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU

450 467-9373  
www.cabvr.org  
cabvr@cabvr.org

## CENTRE DE FEMMES L'ESSENTIELLE

450 467-3418  
www.cfessentielle.org

## CENTRE D'ÉCOUTE MONTÉRÉGIE

1 877 658-8509 | 450 658-8509  
www.ecoutemonteregje.org/a-lecoute-des-aines

## CENTRE PÉRINATAL LE BERCEAU

450 446-7760  
www.leberceau.org  
info@leberceau.org

## CERCLE DE FERMIERES AU PIED DU MONT

514 777-1290  
cfq-aupieddumont@hotmail.com

## CERCLE LITTÉRAIRE FRANÇOISE-LORANGER

450 446-4047  
francoiseloranger@gmail.com

## CHEVALIER DE COLOMB

450 464-2905 poste 201  
www.cdebeloeil.com

## CLUB DE CANOTAGE OBC

www.clubobc.com  
info@clubobc.com

## CLUB DE CURLING BEL-AIRE

450 467-7344  
www.curlingbelaire.com  
info@curlingbelaire.com

## CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE ARABESQUE

www.gymnastiquearabesque.ca  
info@gymnastiquearabesque.ca

## CLUB DE JUDO VALLÉE DU RICHELIEU

www.cjvr.org  
valleedurichelieu@gmail.com

## CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE MONT-SAINT-HILAIRE

www.cpamsh.com  
cpamsh@hotmail.com

## CLUB DE PICKLEBALL DE LA VALLÉE DU RICHELIEU

www.cpvrr.ca  
carolegaripey65@gmail.com

## CLUB DE SOCCER VALLÉE DU RICHELIEU

www.csvr.ca  
info@csvr.ca

## CLUB DE SCRABBLE LES MOTS HILARANTS

514 588-5990  
diane.pouliot@videotron.ca

## CLUB TOASTMASTERS VALLÉE DU RICHELIEU

www.toastmasters-st-hilaire.ca  
toastmastersmsh@gmail.com

## CLUB RADIOAMATEUR VE2CWQ

www.ve2cwq.ca  
ve2sms@videotron.ca

## COOPÉRATIVE AIDE ATOUT

450 446-2108 poste 101  
www.aideatout.com

## ÉCOLE DE KARATÉ SANKUDO MONT-ST-HILAIRE INC.

www.sankudo.ca  
info.msh@sankudo.ca

## ENTRAIDE RICHELIEU YAMASKA

1 844 773-6679  
www.centraideriy.org

**ESCADRON 502 VALLÉE DU RICHELIEU**

www.escadron502.net  
info@escadron502.net

**FONDATION DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU**

450 467-9373  
www.fondation.cabvr.org  
fondation@cabvr.org

**GRAND FRÈRES GRANDES SŒURS DE LA MONTÉRÉGIE**

1 866 464-6188 poste 101  
www.gfgsm.org

**GROUPE SCOUT MONT-SAINT-HILAIRE**

www.scoutsthilaire.com  
gestion.scouts.msh@gmail.com

**GROUPE DAA (DÉPENDANT AFFECTIF ANONYME)**

daagroupenouveaudepart@gmail.com

**INTÉGRATION COMPÉTENCES**

450 464-4481  
www.integrationcompetences.ca

**KARATÉ ATE-WAZA-KAN**

514 795-8526  
www.facebook.com/atewazavr

**L'ARRIÈRE SCÈNE**

www.arrierescene.qc.ca  
artistique@arrierescene.qc.ca

**LA CLÉ SUR LA PORTE**

450 774-1843  
www.clesurlaporte.org

**LA TROUPE DU THÉÂTRE DES DEUX RIVES**

514 862-4649  
www.theatredesdeuxrives.org  
ttdrbeloeil@gmail.com

**LÉGION ROYALE CANADIENNE****FILIALE AUCLAIR 121**

450 467-0881  
fr.auclair121.com

**LE GRAIN D'SEL DE LA VALLÉE DU RICHELIEU**

450 467- 5733  
www.graindesel.ca

**LES PETITS ARCHETS**

www.les-petits-archets.org  
info@les-petits-archets.org

**LES PIEDS LÉGERS DE MONT-SAINT-HILAIRE**

450 464-6469  
celine.methot@hotmail.com

**MAISON DE LA FAMILLE DE LA VALLÉE DU RICHELIEU**

www.mfvr.ca  
reception@mfvr.ca

**MAISON DE RÉPIT L'INTERMÈDE**

450 464-9261 poste 1  
www.repit-intermede.com

**MAISON DES JEUNES DES QUATRE FENÊTRES**

www.mdj4f.ca  
direction@mdj4f.ca

**MATINÉES PARENTS-ENFANTS**

514 800-6737  
www.lesmatinees.com  
info@lesmatinees.com

**MEPEC - PARTENARIAT DE L'EST DE LA MONTÉRÉGIE POUR LA COMMUNAUTÉ D'EXPRESSION ANGLAISE**

450 281-3732  
www.mepec-pemca.org  
info@mepec-pemca.org

**MEUBLÉTOUT**

450 464-7888  
www.meubletout.com

**MILLE ET UNE RUES**

www.1001rues.org  
mo1001rues@hotmail.com

**MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE MONT-SAINT-HILAIRE**

450 536-3033  
www.mbamsh.com

**OFFICE RÉGIONAL D'HABITATION DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU**

450 464-3696  
info@orhvr.ca

**PARENTS-SECOURS MONT-SAINT-HILAIRE**

514 884-3965  
www.parentsssecours.ca  
parentsssecoursmsh@gmail.com

**PARRAINAGE CIVIQUE DE LA VALLÉE DU RICHELIEU**

450 464-5325  
www.pcvr.ca  
info@pcvr.ca  
www.facebook.com/parrainageciviquevalleedurichelieu

**PATRIMOINE HILAIREMONTAIS**

www.patrimoinehilairemontais.org  
secretariat@patrimoinehilairemontais.org  
www.facebook.com/patrimoine.hilairemontais

**PRÉVENTION DES DÉPENDANCES L'ARC-EN-CIEL**

450 446-1661  
www.preventionarcenciel.org

**RINGUETTE VALLÉE DU RICHELIEU**

www.ringuettevdr.com  
vdrringuette@hotmail.com

**ROUTE DES ARTS**

www.routeartsrichelieu.com

**SOCIÉTÉ ALZHEIMER DES MASKOUTAINS - VALLÉE DES PATRIOTES**

450 768-6616  
www.alzheimermvp.com

**SOCIÉTÉ D'HISTOIRE ET DE GÉNÉALOGIE DE BELOEIL-MONT-SAINT-HILAIRE**

www.shgbmsh.org  
info@shgbmsh.org

**SOCIÉTÉ MUSICALE DE LA VALLÉE DU RICHELIEU**

www.societemusical.org

**TANDEM EMPLOI**

450 464-5323  
www.tandem-emploi.org

**UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE**

450 467-0785  
uta@usherbrooke.ca