

Programmation

LOISIRS & CULTURE

Printemps 2026

Session du printemps

Les inscriptions débutent
le lundi 23 mars à 17h!

lachute.ca/loisirs

 Lachute

INSCRIPTION

L'inscription aux activités se fait en ligne par le biais de la plateforme Sport-Plus. Places limitées.



Résidents de Lachute et de la MRC d'Argenteuil

Lundi 23 mars dès 17 h

Inscription en ligne

Séance d'accompagnement à l'inscription

Lundi 23 mars entre 17 h et 19 h

En personne à la Bibliothèque Jean-Marc-Belzile

Non-résidents de Lachute et de la MRC d'Argenteuil

Vendredi 27 mars dès 8 h 30

Inscription en ligne

Bon à savoir

Le symbole à l'intérieur du feuillet indique une activité payante. S'il n'y a pas de symbole, c'est que l'activité est gratuite.

Le symbole signifie que vous devez vous inscrire en ligne.

Les horaires des activités sont sujets à changement. Avant de vous inscrire, consultez le lachute.ca/loisirs pour obtenir les informations à jour sur la programmation.

Bien se préparer à l'inscription

1 Vous n'avez pas de compte Sport-Plus?

Créez votre compte au lachute.ca/inscription

Veuillez prévoir 3 à 4 jours pour l'activation.

Vous avez déjà un compte Sport-Plus?

Assurez-vous que votre dossier est à jour.

Veuillez prévoir 3 à 4 jours pour la mise à jour.

2 Ouverture des inscriptions - Jour J

1. Sélectionnez les activités qui vous intéressent parmi le contenu de la programmation.
2. Connectez-vous à Sport-Plus à partir de 17 h, lundi le 23 mars, et procédez à votre inscription.
3. Effectuez le paiement en ligne.

CARNET D'ADRESSES

Lieux à salles multiples

Aréna Kevin-Lowe—Pierre-Pagé
80, avenue Hamford

- Salle Lions

École polyvalente Lavigne
452, avenue d'Argenteuil

- Salle Cécile Wojas
- Salle de danse
- Piscine intérieure
- Salle de la mezzanine

Bibliothèque Jean-Marc-Belzile
378, rue Principale

Centre communautaire Villa Mont-Joie
241, rue Elizabeth

École Saint-Alexandre (gymnase)
451, rue Grace

Hôtel de Ville
380, rue Principale

Parc Ayers
50, rue Paul-Émile-Barbeau

Parc Barron
Rue Principale, en face de l'hôtel de ville

Parc de l'Hôtel-de-ville
378, rue Principale

Parc Mady
Rue du Docteur-Rigby

Parc Richelieu
651, rue Meikle

Salle du Conseil
378, rue Principale





Dès le 11 avril (session de 9 semaines) • Places limitées
 Horaire et descriptif des cours : lachute.ca/loisirs

\$	PARENT/ENFANT	ÂGE	DÉTAILS	TARIFS
	Parent/enfant 1	4 à 12 mois	Cours de 30 minutes. La présence du parent ou accompagnateur dans l'eau est obligatoire.	Résidents de la MRC d'Argenteuil : 65 \$ Non-résidents : 130 \$
	Parent/enfant 2	12 à 24 mois		
	Parent/enfant 3	24 à 36 mois		
\$	PRÉSCOLAIRE	ÂGE	DÉTAILS	TARIFS
	Préscolaire 1	3 à 5 ans	Cours de 30 minutes. La présence du parent ou accompagnateur n'est pas obligatoire dans l'eau, mais est requise dans l'enceinte de la piscine.	Résidents de la MRC d'Argenteuil : 65 \$ Non-résidents : 130 \$
	Préscolaire 2			
	Préscolaire 3			
	Préscolaire 4			
	Préscolaire 5			
\$	NAGEUR	ÂGE	DÉTAILS	TARIFS
	Nageur 1	5 à 12 ans	Nageur 1 à 3 : Cours de 45 minutes.	Résidents de la MRC d'Argenteuil : 70 \$ Non-résidents : 140 \$
	Nageur 2			
	Nageur 3			
	Nageur 4			
	Nageur 5	7 à 12 ans	Nageur 4 à 6 : Cours de 55 minutes.	
	Nageur 6			
\$	JEUNE SAUVETEUR	ÂGE	DÉTAILS	TARIFS
	Sauveteur initié	10 à 16 ans	Cours de 60 minutes.	Résidents de la MRC d'Argenteuil : 85 \$ Non-résidents : 170 \$
	Sauveteur averti			
	Sauveteur expert			

Aquaforme

16 ans ou +



Dès le 7 avril

Session de 9 semaines

Cours de 55 minutes

Aquaforme pour tous

Mardi 17 h 30

avec Roselyne Pilon

Aquaforme intermédiaire

Lundi 18 h 30

Mercredi 18 h 30

avec Marie-Hélène

Ouellette

Aqua santé 60+

60 ans ou +

Lundi 17 h 30

Mercredi 17 h 30

avec Marie-Hélène

Ouellette

AquaFit

Mardi 18 h 30

avec Roselyne Pilon

Tarifs aquaforme et nageur adulte

Résidents de la MRC d'Argenteuil

49 ans ou moins: 65 \$

50 ans ou plus: 45 \$

Non-résidents

49 ans ou moins: 130 \$

50 ans ou plus: 90 \$

Nageur adulte

16 ans ou +



Dès le 9 avril

Session de 9 semaines

Cours de 55 minutes

Adulte 1 et 2

Jeudi 20 h

Corridors de nage

14 ans ou +



Dès le 7 avril

Entraînement libre de 55 minutes

5 corridors disponibles

Dimanche 8 h

Lundi 19 h 40

Mardi 19 h 40

Mercredi 19 h 40

Jeudi 17 h 30

Vendredi 17 h 30

Tarifs

Résidents de la MRC d'Argenteuil

49 ans ou moins : 35 \$

50 ans ou plus: 30 \$

Non-résidents

49 ans ou moins: 70 \$

50 ans ou plus : 60 \$

Bain libre

Pour tous



Dès le 12 janvier

Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés d'un adulte.

Dimanche 15 h 15 à 17 h

Jeudi 18 h 45 à 20 h 30

Vendredi 18 h 45 à 21 h

Tarifs

Résidents de la MRC d'Argenteuil

Gratuit

Non-résidents

Enfants et étudiants: 3 \$

Adultes: 4 \$



Les baignades peuvent être annulées ou modifiées sans préavis. Consultez le lachute.ca/loisirs avant de vous déplacer.

Dès le 7 avril • Session de 9 semaines • Cours de 55 minutes

Cardio extérieur ^{\$}

16 ans ou plus

Cardio nature modéré

Mercredi 9 h 30
avec Lucie Lauzon
 Parc Mady

Vendredi 9 h 30
avec Lucie Lauzon
 Parc Barron

Cardio intervalle modéré à dynamique

Lundi 9 h 30
avec Lucie Lauzon
 Parc Mady

Cardio nature dynamique

Mardi 17 h
avec Lucie Lauzon
 Parc Barron

Cardio poussette

Mardi 10 h 30
avec Lucie Lauzon
 Parc Richelieu

Cardio en salle ^{\$}

16 ans ou plus

Cardio douceur modéré

Lundi 11 h • Jeudi 11 h
avec Lucie Lauzon
 Salle Lions

Cardio rythmé

Lundi 13 h • Vendredi 9 h
avec Catherine Furlotte
 Salle Lions

Entraînement athlétique

Jeudi 9 h 30
avec Lucie Lauzon
 Salle Lions

Cardio boxe

Mercredi 18 h 30
avec Carl De la Barre
 Salle de danse

Pilates ^{\$}

16 ans ou plus

Pilates tonus

Mardi 18 h 30 • Jeudi 18 h 30

Pilates vitalité

50 ans ou plus
Mardi 17 h 30 • Jeudi 17 h 30

Avec Nancy Lussier
 Salle de la mezzanine
Piscine intérieure

Danse jeunesse et adulte ^{\$}

4 ans ou plus

Danse-fusion 4 à 6 ans

Samedi 9 h 30

Danse-fusion 7 à 12 ans

Samedi 10 h 45

Danse-fusion adulte

Jeudi 18 h 30

Avec Karrine Morrison
 Salle de danse

Tarifs mise en forme

Résidents de Lachute
49 ans ou moins: 75 \$
50 ans ou plus: 55 \$

Non-résidents
49 ans ou moins: 112,50 \$
50 ans ou plus: 82,50 \$

Gymnase

Dès le 7 avril

📍 École Saint-Alexandre

Le matériel est disponible gratuitement sur place pour toutes les activités.

Les enfants de 12 ans ou moins doivent être accompagnés d'un adulte.

Sports libres

Dimanche 11 h 30 à 13 h

Volleyball

Dimanche 13 h à 14 h 30

Badminton (3 terrains)

Jeudi 20 h à 21 h 30

Dimanche 14 h 30 à 16 h

Basketball

Dimanche 10 h à 11 h 30

Pickleball (3 terrains)

Débutant/intermédiaire

Jeudi 18 h 30 à 20 h

Intermédiaire/avancé

Mardi 18 h 30 à 21 h 30

Pour tous

Dimanche 16 h à 17 h 30



La pratique libre peut être annulée ou modifiée sans préavis. Consultez le lachute.ca/loisirs avant de vous déplacer.

ATELIERS ADULTES ET AÎNÉS

16 ans ou plus



Inscription sur Sport-Plus 📍 Bibliothèque Jean-Marc-Belzile • Gratuit

Info ou désinfo ? 30 secondes avant d'y croire

Jeudi 30 avril
9 h 30 à 10 h 45

Cet atelier permet aux participants de mieux comprendre le phénomène de la désinformation et leur offre des astuces pratiques pour s'informer de manière éclairée et naviguer en toute sécurité.

Avec Richard Olivier, journaliste.

La santé mentale positive

Jeudi 21 mai
9 h 30 à 11 h

Les participants apprendront à démystifier le concept de santé mentale positive à la suite du visionnement de la capsule vidéo *Cultiver une bonne santé psychologique*.

La bienveillance spontanée au quotidien

Jeudi 4 juin
9 h 30 à 11 h

Cet atelier vise à inspirer les participants à adopter ou maintenir des comportements susceptibles de propager une culture de bienveillance dans la communauté et à leur donner les moyens d'y parvenir au quotidien.

Avec Joanie Quevillon, Le réseau d'éclaireurs en santé psychologique.

Introduction à la méditation

16 ans ou plus



Les lundis, dès le 13 avril (session de 9 semaines)

9 h 30 à 10 h 30

 Bibliothèque Jean-Marc-Belzile

Découvrez les bienfaits de la méditation à travers des exercices simples de respiration et de pleine conscience. Vous repartirez avec des outils concrets à intégrer dans votre quotidien. Avec Maude Lemay-Galarneau, Équilibre Om Shanti.

Tarifs

Résidents de Lachute
49 ans ou moins: 80 \$
50 ans ou plus: 75 \$

Non-résidents
49 ans ou moins: 120 \$
50 ans ou plus: 112,50 \$

ACTIVITÉS EN PARTENARIAT

Conférences horticoles

Mercredi 25 mars, 19 h
Les graminées ornementales au jardin avec Hélène Baril, horticultrice et conseillère en aménagement paysager.

Billets disponibles à l'entrée de la salle 30 minutes avant le début de la conférence.

Gratuit pour les membres de la SHA, 5 \$ pour les abonnés de la bibliothèque et 10 \$ pour les non-abonnés.

 Salle du Conseil

Information:
lachute.ca/calendrier

Mercredi 15 avril, 19 h
Jardinières et pots fleuris avec Daniel Fortin.

Ces activités sont offertes en partenariat avec:



Société d'horticulture d'Argenteuil



Les semailles d'Argenteuil

Distribution des semences aux heures d'ouverture de la bibliothèque

Que vous soyez un jardinier amateur ou un horticulteur chevronné, une sélection de semences vous est offerte gratuitement!

 Bibliothèque Jean-Marc-Belzile



Information: sha.qc.ca

ACTIVITÉS EN PARTENARIAT 50 +

Université du troisième âge

Série de 4 cours avec Denis Renaud et Diane Bergeron.

26 mars et 2 avril: L'art grec archaïque et classique

9 avril: Les plus belles histoires de la mythologie grecque et romaine

16 avril: Être narcissique à cause d'un dieu mythique

Les jeudis de 13 h 30 à 16 h

 Salle du Conseil

Inscription en cours

Information:
lachute.ca/uta



CLUB MONT-JOIE 50+



Activités sociales et de mise en forme variées

Information: 450 562-9553

 Centre communautaire Villa Mont-Joie



Éveil à la lecture

0 à 18 mois

Albums, comptines et marionnettes émerveilleront les tout-petits en compagnie de leur parent! Avec madame Julie.

 Inscription sur Sport-Plus

Les vendredis
10 et 17 avril, 8 et 22 mai
5 et 12 juin
10 h à 11 h

Série heure du conte

0 à 8 ans

Mini heure du conte • 12 à 36 mois
 Lecture d'albums, comptines et jeux interactifs pour les petits! Avec madame Julie.

 Inscription sur Sport-Plus

Les samedis
11 avril, 30 mai et 27 juin
10 h 30 à 11 h 30

Mini heure du conte pour les garderies • 0 à 5 ans
 Contes, chansons et activités pour votre groupe! Avec madame Julie.
 Pour participer, les garderies doivent réserver leur place à : animation@lachute.ca

Les mercredis
29 avril, 27 mai et 17 juin
10 h à 11 h

Heure du conte • 3 à 8 ans
 Histoires incroyables et activités en famille! Avec madame Julie.

 Inscription sur Sport-Plus

Les mercredis
8 avril, 6 mai et 10 juin
18 h 30 à 19 h 30

Lecture et bougeotte

5 à 10 ans

L'activité idéale pour dépenser son énergie et découvrir les livres! Avec Karrine Morrison.

 Inscription sur Sport-Plus

Les mardis
21 avril, 26 mai et 16 juin
18 h 30 à 19 h 30

 Salle du Conseil

Les anim' Bibli-eau

12 ans et moins

Plonge dans un livre tout près de la piscine! Activité de lecture en libre accès.

Aucune inscription requise.

Les samedis
Du 11 avril au 6 juin
9 h à 12 h

 Salle de la mezzanine
 Piscine intérieure



Inscription en ligne dès le lundi 23 mars à 17 h sur la plateforme Sport-Plus.

Détails au lachute.ca/inscription • Besoin d'aide pour vous inscrire aux activités de la bibliothèque? Passez au comptoir du prêt ou téléphonez au 311 ou 450 562-3781.

Programmation détaillée: lachute.ca/biblio

Conte musical

4 à 10 ans



Une expérience immersive sous le thème du printemps

Jeudi 23 avril
18 h 30 à 19 h 15

Deux histoires sous le thème du printemps seront lues et accompagnées de musique. Petits et grands seront charmés et pourront reconnaître certains thèmes issus de leurs films et jeux préférés ainsi que les incontournables de la musique classique. Avec Marylène et Josianne Messier.



Inscription sur Sport-Plus

Concours

12 ans et moins



Signet printannier

Activité en libre accès
24 mars au 4 avril
Aux heures d'ouverture de la bibliothèque

En coloriant leur signet, les enfants pourront gagner un prix de participation ! Matériel fourni.

Bibliothèque Jean-Marc-Belzile

Horaire
Congé de Pâques

Ouverte

Samedi 4 avril
10 h 30 à 16 h

Fermée

Vendredi 3 avril
Dimanche 5 avril
Lundi 6 avril


Miniclub de lecture

3 à 5 ans
Du 14 avril au 27 mai

Le Club du rat Biboché déborde d'aventures et de surprises !

Biboché, le petit rat gourmand de la bibliothèque, est coquin et il n'a pas son pareil pour se mettre les pieds dans les plats ! Curieux et rigolo, il adore les savoureuses histoires d'aventures, les croustillants albums d'images et les délicieux livres de comptines.

Ateliers, bricolages, heures du conte et tirages seront au menu.

Réservé aux membres de la bibliothèque. L'abonnement doit être actif et les informations au dossier doivent être à jour.



Inscription sur Sport-Plus dès le 7 avril



Bibliothèque Jean-Marc-Belzile • Gratuit





Spectacle À voix haute

Boxer la nuit

Deux êtres blessés. Une rencontre, comme une lueur d'espoir...

Extraits du roman de Patrice Godin lus par les comédiens Annie-Claude Gagnon et Pascal Parent.

Présenté dans le cadre de la Journée mondiale du livre et du droit d'auteur.

Mardi 21 avril

18 h 30 à 19 h 45

Bibliothèque Jean-Marc-Belzile

Cercle de lecture

Discussions passionnantes et découvertes littéraires

Avec Julie Morin

JOUR

Les jeudis

9 avril, 7 mai et 4 juin

14 h à 16 h

SOIR

Les mercredis

22 avril, 20 mai et 17 juin

18 h 30 à 20 h 30

Bibliothèque Jean-Marc-Belzile

Conférence

Bien manger, même stressé

Le stress fait partie de nos vies et a un impact certain sur notre appétit, autant au niveau des quantités que nous mangeons que les aliments que nous préférons. D'un autre côté, certains aliments peuvent limiter les dommages du stress. Cette présentation vous aidera à démystifier le tout.

Avec Équipe nutrition.

Mercredi 13 mai

18 h 30 à 19 h 30

Salle du Conseil

ATELIERS CRÉATIFS ET JEUX

Bibliothèque Jean-Marc-Belzile • Gratuit

Atelier de dessin

16 ans ou plus

Initiation au sketch

Les participants seront appelés à porter un regard différent sur leur bibliothèque afin de saisir l'essence même du lieu. Guidés par l'animatrice Kendy Murillo, ils s'initieront aux techniques de base du sketch. Matériel fourni.

Les mardis

12 et 26 mai

13 h 30 à 15 h 30

Inscription sur Sport-Plus

Tricot et jasette

16 ans ou plus

Projet spécial : pantoufles feutrées

Les dames du Cercle des fermières de Lachute guident les participants dans la confection de pantoufles feutrées.

Chacun apporte son matériel (liste disponible au lachute.ca)

Les jeudis

16 et 30 avril, 14 et 28 mai

11 et 25 juin

13 h 30 à 16 h

Arts en folie

16 ans ou plus

Atelier en libre accès pour libérer sa créativité en bonne compagnie et s'initier à différentes formes d'art.

Chacun apporte son matériel et son tablier.

Les mardis

Jusqu'au 28 avril

13 h 30 à 16 h

Les jeudis ludiques

Pour tous

Jeux de société en libre accès pour les jeunes et les moins jeunes qui sont invités à se retrouver autour de joutes amicales pour s'amuser et jaser.

Tous les jeudis

11 h à 13 h

Camp de jour estival



CAMP
DE JOUR
Lachute

Détails et horaire : lachute.ca/camps-de-jour

4 à 12 ans

22 juin au 14 août (8 semaines)

 Parc Ayers

Frais d'inscription	1 ^{er} enfant	2 ^e enfant	3 ^e enfant	4 ^e enfant +
Camp de jour (par semaine)	85\$	80\$	75\$	0\$
Service de garde (par semaine)	25\$	25\$	25\$	25\$

Le rabais famille s'applique uniquement pour des enfants d'une même famille résidant à la même adresse et inscrits à une même semaine. Ce dernier s'applique automatiquement si les enfants sont inscrits en même temps (une seule transaction).

Inscription en ligne

13 avril au 8 mai

 Inscription sur Sport-Plus

Séances d'accompagnement à l'inscription

13 et 27 avril, de 17 h à 19 h

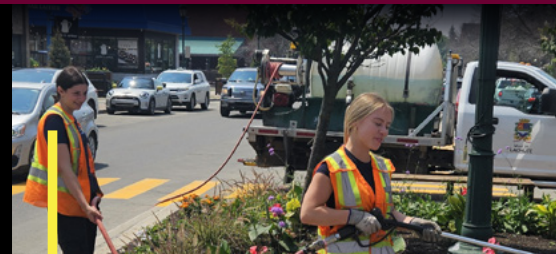
En personne seulement

 Bibliothèque Jean-Marc-Belzile

Emplois étudiants

**TON ÉTÉ
INOUBLIABLE
COMMENCE ICI!**

lachute.ca/emplois



ACTIVITÉS CULTURELLES

PARCOURS D'ART PUBLIC

Les fantômes d'Argenteuil: visites commentées

16 ans ou plus

Les dimanches 10 et 24 mai

13 h 30 à 15 h 30

Cette visite commentée à pied du parcours artistique *Les fantômes d'Argenteuil* vous fera revivre l'histoire de divers lieux du centre-ville de Lachute, à travers le regard de l'artiste Jessica Peters et de l'historien Robert Simard.

📍 Point de départ: devant l'hôtel de ville de Lachute



CINÉ-ENVIRONNEMENT

La Terre vue du cœur (partie 2)

16 ans ou plus

Jeudi 23 avril

18 h 30

Ce ciné-environnement est le deuxième d'une série de deux consacrés à La Terre vue du cœur. Les thèmes abordés dans cette deuxième partie sont les animaux sauvages et d'élevage, la culture et la permaculture ainsi que la mobilisation.

🌞 Inscription sur Sport-Plus

📍 Salle du Conseil

CINÉ-NOSTALGIE EN FAMILLE

Tirelire, combines & cie

Vendredi 24 avril

19 h (ouverture des portes à 18 h 30)

Maïs soufflé offert gratuitement. N'oubliez pas votre breuvage!

Gratuit - Aucune inscription requise

Charles et Benoît sont deux jeunes garçons de 12 ans, doués pour les affaires. Ils engagent des enfants plus jeunes pour effectuer divers travaux dans le quartier.

📍 Salle Cécile Wojas
École polyvalente Lavigne

