

**Acton  
Vale**



# CAHIER D'ACTIVITÉS

*toujours en action*

**Session Automne 2025**

**Saison Automne-Hiver 2025-2026**



Activités bibliothèque

Arts visuels

Badminton libre

Cheerleading

Danse country

Danses latines

Dessin-Peinture

Garder en toute sécurité

Gymnastique

Hockey mineur

Macramé

Mise en forme Aînés

Patinage artistique

Patinage (cours)

Patinage libre

Pickleball libre

Volleyball libre

**[www.ville.actonvale.qc.ca](http://www.ville.actonvale.qc.ca)**

# Informations générales

COMMENT S'INSCRIRE?	MODES DE PAIEMENT	<b>CHÈQUES POSTDATÉS</b> Premier chèque à la date d'inscription Dernier chèque daté <b>au plus tard du 20 janvier 2026</b> pour activités saison 2025-26 (montants similaires pour les versements)  <b>AUCUNE INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE</b>
<b>EN LIGNE</b> : <a href="http://www.ville.actonvale.qc.ca">www.ville.actonvale.qc.ca</a> Ordinateurs disponibles à la bibliothèque (1093, rue St-André)	Cartes de crédit Visa et MasterCard	
<b>EN PERSONNE</b> : Secrétariat du Centre sportif : 1505, 3 <sup>e</sup> Avenue Lundi au jeudi 8h-12h et 13h-16h45 / Vendredi 8h-12h Tél. : 450 546-2703, poste 203 / <a href="mailto:jany.proulx@ville.actonvale.qc.ca">jany.proulx@ville.actonvale.qc.ca</a>	Comptant Débit Interac Cartes de crédit Visa et MasterCard Chèque (au nom Ville d'Acton Vale)	

## ANNULATION ET REMBOURSEMENT

Aucun remboursement ni crédit après la date limite de remboursement indiquée sur le reçu d'inscription  
Frais administratifs lors de toute annulation : 15\$

## CHÈQUE SANS PROVISIONS OU AUTRE

Frais de 20\$ pour tout chèque refusé pour provisions insuffisantes ou autre raison.

## RABAIS FAMILLES RÉSIDENTES DE LA VILLE D'ACTON VALE

Pour la plupart des activités : Un rabais de 10% s'applique à partir du 2<sup>e</sup> enfant (17 ans et moins) pour les inscriptions aux activités figurant sur une même facture (famille résidant à la même adresse). Le rabais s'applique à partir de l'enfant (ou des enfants) dont le total des coûts d'inscriptions est le moins élevé. Il faut faire les inscriptions des enfants en une transaction, car le système calcule le rabais dans le panier d'achats. Sinon, aucun paiement par la suite d'un rabais famille.

# Cheerleading

**Inscriptions du 18 août au 11 septembre 2025**

Aucun rabais famille ni remboursement / Minimum d'inscriptions requises



Le Cheerleading est une activité sportive d'équipe qui intègre des éléments de danse et de gymnastique acrobatique.

L'objectif? Exécuter de façon rapide et énergique un programme avec sauts, portés, pyramides et voltige, au son d'une musique rythmée.

Ouvert à tous (8-17 ans)

Expérience en cheerleading non obligatoire.

SAISON Septembre 2025 à mai 2026  
24 semaines

DÉBUT 15 septembre 2025

HORAIRE **Lundi et jeudi 18h-19h30**  
3 heures de cours par semaine

LIEU Gymnase de gymnastique  
Complexe multisports Desjardins  
1600, 3<sup>e</sup> Avenue

ÂGE 8-17 ans

Tarif **535\$**

Inscriptions du 18 août au 18 septembre 2025

**Début de saison 2025-26  
SAMEDI 20 SEPTEMBRE**



**SAISON  
DE SEPTEMBRE 2025  
À MAI 2026**

**Sauf Bouts de Choux :  
2 sessions de 10 cours**

## SECTEUR RÉCRÉATIF - Ouvert à tous (sauf les 2 groupes intermédiaires)

	Résidents MRC d'Acton	Non-résidents MRC d'Acton	Horaire
<b>BOUTS DE CHOUX 2-3 ans</b> (au 31 déc.) 50 min./sem. Session d'automne de 10 cours / Chaque enfant doit être accompagné d'une personne de 12 ans et plus.	76\$	286\$	Samedi 8h30-9h20 Dimanche 8h30-9h20
<b>GYMNASTIQUE 4 ans</b> (au 31 déc.) : 50 min./sem.	158\$	593\$	Samedi 9h30-10h20 Samedi 10h30-11h20 Samedi 11h30-12h20
<b>GYMNASTIQUE 5-6 ans</b> (au 31 déc.) : 1h20/sem.	259\$	763\$	Samedi 9h30-10h50 Samedi 11h-12h20 Dimanche 9h30-10h50
<b>GYMNASTIQUE 7-8 ans</b> (au 31 déc.) : 1h20/sem.	259\$	763\$	Samedi 9h30-10h50 Samedi 11h-12h20 Dimanche 9h30-10h50
<b>GYMNASTIQUE INTERMÉDIAIRE 5-8 ans</b> (au 31 déc.) : 1h20/sem. <i>Sur invitation seulement (non ouvert à tous)</i>	259\$	763\$	Dimanche 11h-12h20
<b>GYMNASTIQUE 9-17 ans</b> (au 31 déc.) : 1h20/sem.	259\$	763\$	Dimanche 11h-12h20 Lundi 17h15-18h35
<b>GYMNASTIQUE INTERMÉDIAIRE 9-17 ans</b> (au 31 déc.) : 1h20/sem. <i>Sur invitation seulement (non ouvert à tous)</i>	259\$	763\$	Lundi 17h15-18h35
<b>TUMBLING 5-17 ans</b> (au 31 déc.) : 1h20/sem.	259\$	763\$	Dimanche 11h-12h20

Résidents  
MRC d'Acton      Non-résidents  
MRC d'Acton

## SECTEUR COMPÉTITIF - ARTISTIQUE (GAF)

*Sur invitation seulement / Horaire à venir*

<b>MINI-ASPIRE R1</b> : 4h/sem.	523\$	1159\$
<b>ÉVOLUTION R1</b> : 4h/sem.	523\$	1159\$
<b>PROGRESSION R2</b> : 3h/sem.	422\$	1007\$
<b>ESPOIR R2</b> : 4h/sem.	523\$	1159\$
<b>ASPIRE R2</b> : 6h/sem.	742\$	1488\$
<b>DYNAMIQUE R2</b> : 6h/sem.	742\$	1488\$
<b>PERFORMANCE R3-R4</b> : 6h/sem.	742\$	1488\$
<b>ÉLITE R4-R5</b> : 9h/sem.	1095\$	2018\$
<b>ÉLITE N intro à N7</b> : 12h/sem.	1420\$	2504\$
<b>AMBITION RETRAITÉ(E)S R3+</b> : 3h/sem. (17 ans et moins au 31 déc.)	422\$	1007\$
<b>AMBITION RETRAITÉ(E)S R3+</b> : 3h/sem. (18 ans et plus au 31 déc.)	672\$	1007\$

## SECTEUR COMPÉTITIF - SPORT DE TRAMPOLINE (STR)

*Sur invitation seulement / Horaire à venir*

<b>PRÉ-COMPÉTITIF R2-R3</b> : 3h/sem.	422\$	1007\$
<b>RÉGIONAL R2-R5</b> : 6h/sem.	742\$	1488\$



**Le Phoenix d'Acton Vale**



### DOCUMENTS À CONSULTER

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES GYMNASTIQUE  
et CALENDRIER

disponibles sur le site web de la Ville et au secrétariat du Centre sportif

**GYMNASE**  
au Complexe multisports  
Desjardins : 1600, 3<sup>e</sup> Avenue

### Affiliation

à **Gymnastique Québec**  
**NON REMBOURSABLE**

dès le début de saison,  
en cas d'annulation :

Récréatif (Bouts de choux) : 14\$

Récréatif (autres groupes) : 35\$

Compétitif R1-R2 : 58\$

Compétitif R3-R5 : 84\$

Compétitif N : 170\$



# Association de hockey mineur d'Acton Vale



Inscriptions du 18 août au 4 septembre 2025

## M7 et M9

**RABAIS DE 75\$**  
sous forme de  
remboursement  
par le hockey mineur

**POUR NOUVEAUX  
JOUEURS**  
(première inscription  
avec l'AHMAV)  
qui résident  
dans la MRC d'Acton  
et qui seront toujours  
inscrits en **décembre**.



Résidents  
MRC d'Acton

Non-résidents  
MRC d'Acton

**TOURNOIS**  
**Inscription obligatoire  
pour le 26 septembre**

**M7 MAGH PRÉ-NOVICE (né 2019-20)**

325\$

575\$

1 tournoi : 55\$

**M9 NOVICE (né 2017-18)**

325\$

575\$

2 tournois : 135\$

**M11 ATOME (né 2015-16)**

335\$

585\$

2 tournois : 115\$  
(montant incluant le rabais du  
tournoi local à Acton Vale)

**M13 PEE-WEE (né 2013-14)**

335\$

585\$

**M15 BANTAM (né 2011-12)**

335\$

585\$

2 tournois : 160\$

**M18 MIDGET (né 2008-09-10)**

335\$

585\$

1 tournoi : 35\$  
(montant incluant le rabais du  
tournoi local à Acton Vale)

**M21 JUNIOR (né 2004-05-06-07)**

545\$

545\$

Tournois gérés par l'équipe



**DÉBUT DE SAISON**  
**Samedi 6 septembre 2025**

[www.hockeysmineuractonvale.com](http://www.hockeysmineuractonvale.com)

 Association Hockey Mineur Acton Vale

**DATES DU CAMP D'ENTRAÎNEMENT**  
6-7, 13-14 et 20-21 septembre 2025

## HORAIRES

L'horaire du camp sera affiché sur la page Facebook  
et le site web du hockey mineur d'Acton Vale.  
**Consultez le site web du hockey  
mineur pour l'horaire en saison.**

Assurances-cotisations aux fédérations de hockey  
**NON REMBOURSABLES**  
dès le début de saison, en cas d'annulation.  
Ces montants font partie du tarif d'inscription.

M7  
57,88\$

M9 à M18  
75,13\$

Junior  
86,03\$



# Club de patinage artistique Les Étincelles



 CPA Acton Vale

Début de saison : Lundi 8 septembre 2025

Casque certifié CSA obligatoire de Mini-Glace jusqu'à l'étape 5



Septembre à février : Cours réguliers

Mars et avril : Pratiques et possibilité d'un petit changement d'horaire en vue de la représentation de fin d'année le samedi 11 avril 2026

Affiliation à Patinage Canada  
NON REMBOURSABLE  
dès le début de saison en cas d'annulation : 65\$

	Résidents MRC d'Acton	Non-résidents MRC d'Acton	Horaire	Description	
PATINAGE PLUS	<b>MINI-GLACE</b> Pour les 2-5 ans	195\$	445\$	Lundi 17h15-17h45 Samedi 8h30-9h	Apprendre les habiletés de base du patinage
	<b>PATINAGE PLUS Étapes 1 à 6 et PRÉPARATION AU HOCKEY</b> Pour les 5 ans ayant réussi l'étape 1 Pour les 6 ans et plus	225\$	475\$	Mercredi 17h15-18h05 Samedi 9h30-10h20	Apprendre les habiletés de base du patinage / Pour le patinage artistique et les sports de glace
	<b>DÉVELOPPEMENT</b> Patinage Plus 2 fois semaine et 2 séances de 30 minutes par semaine Préalable : Étape 2 complétée	340\$	590\$	Lundi 17h15-17h45 Samedi 9h-9h30	Apprendre les habiletés de base du patinage / Se préparer à des compétitions / Étapes 5 et 6
	<b>ADULTES</b>	230\$	230\$	Lundi 17h15-17h45 Samedi 9h-9h30	Apprendre les habiletés de base du patinage
STAR	<b>STAR DE GROUPE</b> Frais d'entraîneur inclus	650\$	900\$	Samedi 8h30-9h30 Dimanche 8h-9h	Apprendre les différentes disciplines : danse, style libre, habiletés du patinage.
	<b>STAR 1 fois semaine</b> Journée au choix Frais d'entraîneur en sus	490\$	740\$		Apprendre les différentes disciplines (danse, style libre, habiletés du patinage) pour se préparer à des tests et compétitions de tout niveau / Intermédiaire à avancé / Cours individuels ou petit groupe
	<b>STAR 2 fois semaine</b> Journées au choix Frais d'entraîneur en sus	545\$	795\$	Lundi 17h45-19h10 Mercredi 18h15-19h55 Samedi 6h30-8h20	
	<b>STAR 3 fois semaine</b> Frais d'entraîneur en sus	595\$	845\$		

# Les arts

Inscriptions du 18 août au 4 septembre 2025

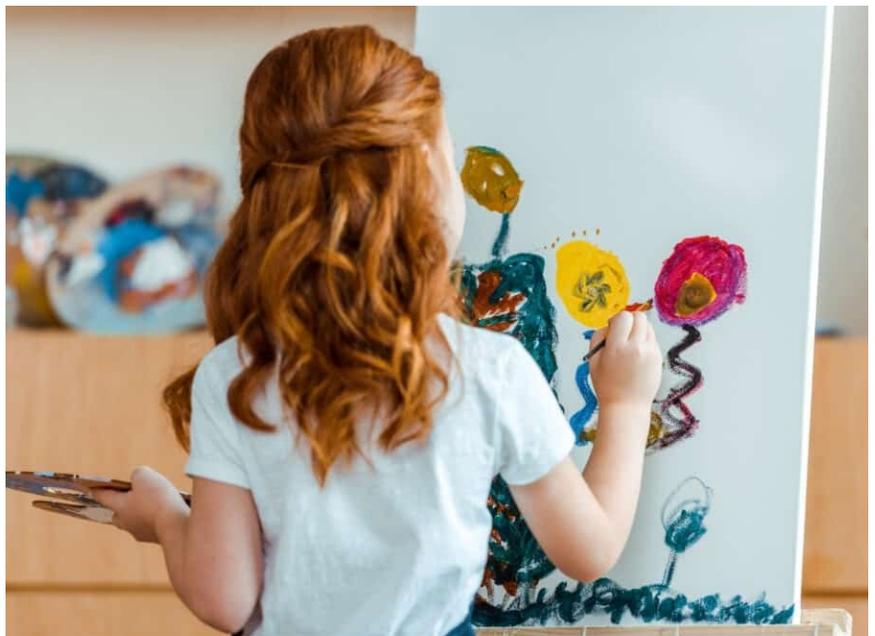
**SESSION DE 10 COURS**

**Du 6 septembre au 15 novembre 2025**

(pas de cours le 1<sup>er</sup> novembre)



Professeure :  
Marie Lemire, artiste



		Résidents MRC d'Acton	Non-résidents MRC d'Acton	Horaires
<b>ARTS VISUELS</b> (6-12 ans)	Exploration de divers médiums et techniques, comme la peinture, le collage et la sculpture. Nouveaux projets à plus ou moins chaque cours, pour le développement de la créativité et des compétences techniques des élèves.	66\$ Matériel en sus : 27\$ plus taxes	247\$ Matériel en sus : 27\$ plus taxes	Samedi 9h-10h30 2 <sup>e</sup> étage Bibliothèque 1093 rue St-André
<b>DESSIN-PEINTURE</b> (8-14 ans)	Exploration de différentes techniques et styles de peinture, comme l'aquarelle, l'encre et l'acrylique. Apprentissage des principes de la composition, de la couleur et des textures, tout en développant son propre style artistique.	66\$ Matériel en sus : 35\$ plus taxes	247\$ Matériel en sus : 35\$ plus taxes	Samedi 10h30-12h 2 <sup>e</sup> étage Bibliothèque 1093 rue St-André

# Garder en toute sécurité

Inscriptions du 18 août au 6 novembre 2025

Aucun rabais famille ni remboursement / Minimum d'inscriptions requises



Professeure : Annie Ferland, infirmière et ambulancière

Secourisme et apprentissage des connaissances pour s'occuper et prendre soin de jeunes enfants en toute sécurité.

Date	<b>Vendredi 14 novembre 2025</b> (journée pédagogique)
Horaire	8h30-12h
Lieu	Salle 3-4 du Centre sportif (1505, 3e Avenue)
Âge	10-14 ans
Tarif	<b>40\$</b>

# Macramé

**Inscriptions du 18 août au 8 septembre 2025**

Aucun rabais famille ni remboursement / Minimum d'inscriptions requises

Professeure : Suzie Desloges  
Artisane

## SESSION DE 8 ATELIERS

Plongez dans l'univers apaisant du macramé mural avec Suzie Desloges, artisane passionnée. Apprenez les nœuds décoratifs de base et laissez-vous guider pas à pas pour créer entre 4 et 5 magnifiques pièces. Tout le matériel est fourni – il ne vous faut que l'envie d'apprendre et de créer! Un atelier chaleureux, où tradition, créativité et détente se rencontrent.



**Horaire** Jeudi 18h-19h30

**Dates** Du 11 septembre au 30 octobre 2025

**Lieu** Salle 4 du Centre sportif (1505, 3e Avenue)

**Âge** 14 ans et plus

**Tarif** 144,90\$ (taxes incluses)



# Mise en forme - Aînés

**Inscriptions du 18 août au 18 septembre 2025**

Aucun rabais famille ni remboursement / Minimum d'inscriptions requises

Professeur : Benjamin Vincelette  
Kinésologue et entraîneur sportif

## CLIENTÈLE : 65 ANS ET PLUS

Exercices variés et spécialement adaptés. Mise en forme graduelle et en douceur, composée d'exercices cardiovasculaires, de musculation, de souplesse et d'équilibre. Favorise l'amélioration et le maintien de la santé globale.

## SESSION DE 10 COURS

Du 22 septembre au 1<sup>er</sup> décembre 2025  
(pas de cours 13 octobre)

**Groupe 1** Lundi 13h-14h

**Groupe 2** Lundi 14h15-15h15

**Tarif : 64,20\$ (taxes incluses)**



Lieu : Gymnase du Complexe multisports Desjardins (1600, 3e Avenue)

# Danse country



Inscriptions du 18 août au 25 septembre 2025

Aucun rabais famille ni remboursement

Professeure : Nicole Vallée,  
assistée de Michel Champagne.

La danse country est conviviale et accessible à tous. Apprentissage d'une danse par cours.



## SESSION DE 10 COURS

Du 29 septembre-1<sup>er</sup> octobre  
Au 8-10 décembre 2025  
(pas de cours 20-22 octobre)

Prérequis

Horaire

<b>DÉBUTANT / 3 groupes</b>	Aucun	Lundi 18h-19h Lundi 19h-20h Mercredi 20h-21h
<b>NOVICE / 2 groupes</b>	1 session Débutant	Lundi 20h-21h Mercredi 18h-19h
<b>INTERMÉDIAIRE / 1 groupe</b>	1-2 sessions Novice	Mercredi 19h-20h

Pour les 12 ans et plus / Adultes

Salle 5-6 du Centre sportif  
1505, 3e Avenue

Tarif : 72,85\$ (taxes incluses)



Inscription d'une personne à plus d'un cours :

Rabais de 10% à partir du 2<sup>e</sup> cours (non applicable aux frais administratifs de 10\$ qui font partie du tarif)

# Danses latines

## Salsa - Merengue - Bachata - Kizomba

Inscriptions du 18 août au 18 septembre 2025

Aucun rabais famille ni remboursement / Minimum d'inscriptions requises

Professeure :  
Giselle Basque Cortez

## SESSION DE 8 COURS POUR S'INITIER À 4 STYLES DE DANSE

Plongez dans l'univers vibrant des danses latines avec ce cours d'initiation dynamique et accessible à tous! Vous y découvrirez les bases de 4 styles de danse dans une ambiance conviviale et décontractée.

- ⇒ Aucune expérience en danse nécessaire
- ⇒ Aucun partenaire requis (Mais tentez quand même de convaincre votre conjoint-e de venir... c'est toujours plus drôle à deux!)
- ⇒ Pas besoin de chaussure de danse (simplement des souliers confortables)

Horaire	Mardi 19h-20h	Âge	16 ans et plus
Dates	Du 23 septembre au 11 novembre 2025	Tarif	73\$ (taxes incluses)
Lieu	Carrefour des Générations (1535, 3e Avenue)		



# Activités physiques libres

Centre sportif (1505, 3<sup>e</sup> Avenue)

## PATINAGE

GRATUIT

MARDI 15h30-16h30 Pour tous

JEUDI 14h15-15h30 50 ans et plus  
Poussettes

DIMANCHE 15h30-17h30 Pour tous



**Du dimanche 7 septembre 2025 au mardi 14 avril 2026**

Consultez le site web de la Ville pour des informations additionnelles :  
dates sans patinage lors de 2 tournois de hockey, horaire lors de journées pédagogiques,  
de la période des Fêtes et de la relâche scolaire.

Complexe multisports (1600, 3<sup>e</sup> Avenue)

SPORT

HORAIRE

DATES

COÛTS

## BADMINTON

Vendredi  
17h30-20h

Octobre-Décembre 2025  
Janvier-Avril 2026

Adultes : 10\$  
17 ans et moins : 5\$  
Location raquette : 2\$  
Paiement : argent ou débit

## PICKLEBALL

Samedi  
9h-11h30

L'horaire mensuel détaillé sera publié  
sur le site web et affiché au gymnase.

Certaines dates pourraient ne pas être  
disponibles en raison d'événements

Adultes : 10\$  
17 ans et moins : 5\$  
Paiement : argent ou débit

## VOLLEYBALL

Lundi  
20h30-22h



# Bibliothèque

Heures  
d'ouverture

Lundi - Mardi	12h30-18h
Jeudi	12h30-20h
Vendredi	9h30-11h30 / 12h30-20h
Dimanche	13h-16h

## Programmation d'automne



### **Vendredi le 26 septembre de 18h30 à 19h30**

Rencontre avec Stéphane Vigeant : **Les confidences d'un magicien.**

**Public** : ados et adultes

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



### **Lundi le 20 octobre de 13h30 à 15h45**

Après-midi Cinéclub **L'ONF en biblio** : Film documentaire *Au-delà du papier* ([Oana Suteu Khintirian](#), 2022).

**Public** : Adultes

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant

**HALLOWEEN**

### **Vendredi le 24 octobre de 14h00 à 15h30 (journée pédagogique)**

**Maquillage d'Halloween** : effets spéciaux pour transformer et effrayer !

**Public** : Ados (12 ans et plus)

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



**HALLOWEEN**

### **Vendredi le 24 octobre de 18h30 à 19h15**

**Heure du conte** en pyjama avec Sindy, sous le thème de l'Halloween.

**Public** : 3 ans et plus

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



### **Vendredi le 14 novembre de 18h30 à 19h45**

Spectacle *Mon oncle Bébé*, présenté par Isabelle Gosselin : un mélange de conte, de musique et de théâtre.

**Public** : Ados et adultes

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant

1093, rue St-André  
450 546-2703 poste 252  
biblio@ville.actonvale.qc.ca



**Lundi le 17 novembre de 13h30 à 14h30 (journée pédagogique)**

**Démystifier les cheveux afros** avec Elisabeth Haba : inclusion et sensibilisation à la diversité.

**Public** : 5 ans et plus.

Bienvenue à tous, petits et grands !

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



Avec la participation financière de :



**Jeudi le 20 novembre de 13h30 à 15h15**

Après-midi Cinéclub **L'ONF en biblio** : Film documentaire **Ninan Auassat. Nous les enfants** ([Kim O'Bomsawin](#), 2024).

**Public** : Adultes

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



**Dimanche le 23 novembre, de 13h30 à 15h00**

**Causerie avec Michel Laliberté**, originaire d'Acton Vale.

Passionné de généalogie depuis 50 ans, chercheur et auteur de nombreux répertoires.

**Public** : Adultes **Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



**Dimanche le 14 décembre, de 10h30 à 11h15**

Lecture-spectacle : **Les lutins espions en mission**

avec Chantal Girard. **Public cible** : 5 à 9 ans

**Coût** : Gratuit **Inscription** : Dès maintenant



Vous aimez jouer avec les mots ? Nathalie et Gérald, abonnés de la bibliothèque, souhaitent former un groupe pour partager leur passion : écriture spontanée, jeux de mots, mots d'esprit, lecture, poésie, citations drôles ou inspirantes, etc. En toute simplicité et selon l'inspiration de tous, ces rencontres auront lieu dans la belle salle du 2<sup>e</sup> étage. La fréquence et les dates seront à déterminer, en fonction des participants. Intéressé(e) ? Laissez vos coordonnées au comptoir pour la suite du projet. Au plaisir !

