# Programmation des loisirs et de la culture

Automne 2026

## Inscription

### En ligne

**www.baiesaintpaul.com/loisirs-et-culture/inscription**

Du lundi 21 septembre, 12 h
au jeudi 24 septembre, 21 h

**Avez-vous déjà votre dossier en ligne du Service des loisirs et de la culture ?**

**C'EST SIMPLE !**
Pour faire l'ouverture de votre dossier, faites parvenir vos coordonnées au * :

**418 435-2205, poste 6240**

**loisir@baiesaintpaul.com**

**Vous êtes résidents de Baie-Saint-Paul ?**
Pensez à joindre une preuve de résidence.

* Délai variable selon l'achalandage

### En personne

**Aréna Luc-et-Marie-Claude**
11, rue Forget, Baie-Saint-Paul
À partir du lundi 21 septembre, 13 h
au jeudi 24 septembre, 16 h 30
Selon les heures d'ouverture habituelles

Ville de Baie-Saint-Paul
Loisirs et Culture

## Information

418 435-2205
baiesaintpaul.com
loisir@baiesaintpaul.com

**HÔTEL DE VILLE DE BAIE-SAINT-PAUL**
15, rue Forget, Baie-Saint-Paul G3Z 3G1
Lundi au vendredi, 8 h 30 à 12 h
et 13 h à 16 h 30

# Table des matières


**Renseignements généraux** 2

**Loisirs** 3

Secteur aquatique pour enfants 3
Secteur aquatique pour adultes 3
Sports et conditionnement physique 4
Secteur sport - Collaborateurs 6
Sports de glace et de plein air 7
Sports de raquette 8
Secteur sport jeunesse 9
Secteur jeunesse - Collaborateurs 9
Secteur éducatif 10
Secteur culturel - Collaborateurs 12
Secteur organismes - Collaborateurs 13

**Culture** 18

Carrefour culturel Paul-Médéric 18
Bibliothèque René-Richard 20
Pavillon du Saint-Laurent et boisé du Quai 21
Calendrier des organismes culturels 22


# Légende

| | |
|---|---|
| **ALMC** | Aréna Luc-et-Marie-Claude |
| **CCPM** | Carrefour culturel Paul-Médéric |
| **CBC** | Club Bon Cœur de Charlevoix |
| **CDFDC** | Centre des femmes de Charlevoix |
| **CE** | Centre sportif Saint-Aubin |
| **EF** | École Sir-Rodolphe-Forget |
| **FJ** | Forum jeunesse |
| **MM** | Maison Mère |
| **PS** | Centre communautaire Pro-Santé |
| **PSL** | Pavillon du Saint-Laurent |
| **PV** | Pavillon Jacques-Saint-Gelais-Tremblay |
| **SD** | Salle Desjardins - Aréna |
| **TS** | Terrain de soccer |
| **50+** | Activités pour les aînés |
| | Cours contingenté / Places limitées |
| | Inscription auprès de l'organisme / partenaire / formateur |
| | Inscription en ligne |
| | Inscription en ligne non disponible |

# Renseignements généraux

## MODES DE PAIEMENT

Argent comptant, paiement direct, carte de crédit ou chèque à l'ordre de la Ville de Baie-Saint-Paul. Les chèques doivent être postdatés du 30 septembre 2026 au plus tard, sauf lorsqu'indiqué.

Les coûts d'inscription doivent être acquittés en totalité au moment de l'inscription et incluent la TPS et la TVQ. Aucune inscription par téléphone n'est possible si le paiement n'est pas effectué. Un participant (adulte ou enfant) peut se voir refuser l'accès à l'activité si les frais d'inscription n'ont pas été acquittés.

Advenant une disparité entre le prix indiqué dans le programme des loisirs et de la culture et le prix indiqué au comptoir ou sur la plateforme de paiement en ligne, le prix indiqué au règlement de tarification sera celui applicable.

## FRAIS DE RETARD

La Ville de Baie-Saint-Paul applique des **frais de retard de 15 $** pour toute personne s'inscrivant après les dates d'inscription déterminées, sauf si le minimum requis pour commencer le cours n'est pas atteint.

## ANNULATION OU MODIFICATION DE L'HORAIRE

La Ville se réserve le droit d'annuler un cours ou de modifier l'horaire, le lieu des activités et/ou de reclasser un participant. Elle n'est pas tenue de remettre une activité ou un cours annulé pour des raisons indépendantes de sa volonté. Si des modifications surviennent, nous vous en informerons dès que possible.

## TARIF FAMILLE ET ÉTUDIANT

Le tarif pour les familles et les étudiants s'applique uniquement aux **résidents* de Baie-Saint-Paul** et pour les **activités offertes par la Ville**. Les familles qui inscrivent leurs enfants pour une même session à une même activité offerte par le Service des loisirs et de la culture bénéficient d'une réduction qui s'établit comme suit : l'enfant le plus âgé paie le plein tarif, le deuxième enfant obtient une réduction de 25 % et pour les autres enfants, c'est gratuit. ** Pour que les enfants soient considérés de la même famille, ils doivent résider à la même adresse.*

## NON-RÉSIDENTS

Les non-résidents peuvent s'inscrire aux activités moyennant une majoration des tarifs de 75 %. Pour les activités occasionnelles ou à la fois comme le bain libre, le tarif non-résident ne s'applique pas de même que pour les cours de judo, patin et soccer.

## REMBOURSEMENT

**Pour connaître la politique de remboursement ou d'annulation et les autres informations pertinentes pour les inscriptions, visitez le www.baiesaintpaul.com/ville/administration-et-finances/reglements-municipaux**

## FONDS JEUNESSE DESJARDINS

Vous résidez sur le territoire de la MRC de Charlevoix et vous avez besoin d'une aide financière pour inscrire vos enfants à des activités culturelles, sportives et récréatives? Le Centre communautaire Pro-Santé, en partenariat avec la Caisse Desjardins du fleuve et des montagnes, a créé le Fonds Jeunesse Desjardins-BAUER pour faciliter l'accès aux loisirs pour les jeunes. Pour information : Centre communautaire Pro-Santé, 418 435-2129.

# Loisirs

## Secteur aquatique pour enfants

### COURS DE NATATION POUR ENFANTS

Cours contingentés

Les cours de natation durent de 40 à 60 minutes, incluant la pratique libre, selon le niveau. Sur une période de **10 semaines**, le programme « Nager pour la vie » de la Société de sauvetage offrira à vos enfants les compétences nécessaires pour profiter de l'eau en toute sécurité. Ce programme s'adresse aux jeunes âgés de 4 mois à 12 ans.

**Pour choisir le niveau de votre enfant, consultez le programme : www.baiesaintpaul.com/loisirs-et-culture/piscine**

### JEUNES SAUVETEURS

Les cours de natation « Jeunes sauveteurs » durent 60 minutes et s'étendent sur une période de **10 semaines**. Votre enfant aura l'opportunité d'améliorer ses styles de nage, son endurance et sa vitesse, ainsi les jeunes nageurs continueront de parfaire leurs compétences tout en découvrant les techniques de sauvetage.

| Activité | Âge | Jour | Heure | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *** Parent / Enfant 1** | 4 à 12 mois | Sam. | 9 h 20 40 min. | 3 oct. | 67 $ | CE |
| *** Parent / Enfant 2** | 12 à 24 mois | Sam. | 10 h 10 40 min. | 3 oct. | 67 $ | CE |
| *** Parent / Enfant 3** | 2 à 3 ans | Sam. | 11 h 40 min. | 3 oct. | 67 $ | CE |
| *** Prescolaire 1** | 3 à 5 ans | Sam. | 8 h 30 40 min. | 3 oct. | 67 $ | CE |
| *** Prescolaire 2** | 3 à 5 ans | Dim. | 9 h 20 40 min. | 4 oct. | 67 $ | CE |
| *** Prescolaire 3** | 3 à 5 ans | Dim. | 9 h 20 40 min. | 4 oct. | 67 $ | CE |
| *** Prescolaire 4** | 3 à 5 ans | Dim. | 10 h 10 40 min. | 4 oct. | 67 $ | CE |
| *** Prescolaire 5** | 3 à 5 ans | Dim. | 10 h 10 40 min. | 4 oct. | 67 $ | CE |

* Accompagné du parent.

| Activité | Âge | Jour | Heure | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nageur 1** | 5 à 12 ans | Sam. | 13 h 50 min. | 3 oct. | 82 $ | CE |
| **Nageur 1** | 5 à 12 ans | Dim. | 8 h 30 50 min. | 4 oct. | 82 $ | CE |
| **Nageur 2** | 5 à 12 ans | Dim. | 8 h 30 50 min. | 4 oct. | 82 $ | CE |
| **Nageur 3** | 5 à 12 ans | Dim. | 9 h 20 50 min. | 4 oct. | 82 $ | CE |
| **Nageur 4** | 5 à 12 ans | Dim. | 10 h 10 50 min. | 4 oct. | 82 $ | CE |
| **Nageur 5** | 5 à 12 ans | Dim. | 11 h 50 min. | 4 oct. | 82 $ | CE |
| **Nageur 6** | 5 à 12 ans | Dim. | 11 h 50 min. | 4 oct. | 82 $ | CE |
| **Jeunes sauveteurs** | 10 ans + | Dim. | 13 h 60 min. | 4 oct. | 88 $ | CE |

## Secteur aquatique pour adultes

### COURS DE NATATION POUR ADULTES

**Niveau débutant - 45 minutes**

Vous ne savez pas nager ou vous êtes un grand débutant ? Ce cours est fait pour vous ! Apprenez à nager en toute sécurité grâce à un programme conçu pour vous mettre à l'aise dans l'eau. Vous découvrirez les règles de sécurité et les dangers liés aux plans d'eau, comment vous déplacer en eau peu profonde, les bases pour prendre confiance et progresser. Deux moniteurs expérimentés seront présents dans l'eau avec vous pour vous accompagner pas à pas. Petit groupe de 6 personnes pour un suivi personnalisé et une sécurité optimale. Inscrivez-vous vite, les places sont limitées !

### WATER-POLO - 90 minutes

Matchs amicaux pour tous les niveaux. Bienvenue aux débutants ainsi qu'aux joueurs de niveaux intermédiaire et avancé. Un minimum de 10 inscriptions est requis.

Waterpolo Charlevoix

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Natation adulte** | Jeudi | 19 h 30 à 20 h 30 | 10 sem. | 1 oct. | 92 $ | CE |
| **Water-polo** | Merc. | 19 h 30 à 21 h | 15 sem. | 9 sept. | 93 $ | CE |
| **Water-polo** | À la fois | 19 h 30 à 21 h | 15 sem. | 9 sept. | 13 $ | CE |

## PÉRIODES D'ENTRAINEMENT ET BAINS LIBRES

**8 SEPTEMBRE AU 20 DÉCEMBRE 2026**

L'horaire peut être sujet à changement. Surveillez nos publications Facebook et notre site web pour connaitre les détails.

**ENDROIT :** Piscine du Centre éducatif Saint-Aubin

| Activité | Jour | Heure | Début | End. |
|---|---|---|---|---|
| **Période d'entrainement** | Mardi | 7 h 30 à 8 h 30 | 8 sept. | CE |
| **Période d'entrainement** | Lun. / Mer. Jeudi | 18 h 15 à 19 h 15 | 9 sept. | CE |
| **Période d'entrainement demi-piscine** | Lundi (2 couloirs) | 19 h 15 à 20 h 15 | 14 sept. | CE |
| **Période d'entrainement** | Mardi | 19 h 15 à 20 h 15 | 8 sept. | CE |
| **Période d'entrainement** | Vendredi | 18 h à 19 h | 11 sept. | CE |
| **Période d'entrainement** | Samedi | 15 h à 16 h | 12 sept. | CE |
| **Bain adulte demi-piscine** | Lundi | 19 h 15 à 20 h 15 | 14 sept. | CE |
| **Bain familial** | Vendredi | 19 h à 20 h | 11 sept. | CE |
| **Bain familial** | Samedi | 14 h à 15 h | 12 sept. | CE |
| **Bain familial** | Dimanche | 14 h à 15 h | 13 sept. | CE |

### TARIFS

| Item | À la fois | Carte 10 fois | Carte 30 fois |
|---|---|---|---|
| **Enfant 0 à 5 ans** | Gratuit | N/A | N/A |
| **Enfant 17 et moins** | 3 $ | 27 $ | 74 $ |
| **Adulte 18 ans et plus** | 4 $ | 36 $ | 100 $ |
| **Famille** | 7 $ | 62 $ | 175 $ |

* Les tarifs ont été uniformisés pour les activités libres aquatiques et les activités libres de glace. Aussi, les cartes de 10 et 30 fois seront utilisables autant à la piscine qu'à l'aréna.

# Sports et conditionnement physique

## HOCKEY COSOM / DEK HOCKEY - 60 minutes

Le hockey cosom, aussi appelé hockey-balle, est une version du hockey sur glace qui se joue sans patins. L'activité est ouverte aux personnes de 18 ans et plus. Pour assurer la sécurité de tous, les équipements suivants sont obligatoires : lunettes de protection, gants, espadrilles, jambières et bâton. Les équipes sont formées chaque semaine de manière aléatoire, favorisant la diversité et le plaisir du jeu. Un minimum de 10 inscriptions est requis.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Hockey cosom** | Ven. | 19 h à 20 h 30 | 12 sem. | 11 sept. | 62 $ | CE |
| **Hockey cosom** | Ven. | 19 h à 20 h 30 | À la fois | 11 sept. | 8 $ | CE |

## SPINNING - 60 minutes

AVEC ALEXANDRE HENRY (lundi et mercredi)
ET LUCIE BOUCHARD (jeudi)

Séances de vélo cardio sur musique entrainante s'adressant aux participants de tous les niveaux de condition physique. Ce cours vous fera parcourir des montées, des plats et des sprints, tout en développant puissance, intensité et technique de base. Misant sur des intervalles à haute intensité sollicitant la musculation et le cardiovasculaire, ce cours permet de gagner en vitalité et en confiance, de brûler des calories, et d'augmenter considérablement le niveau de forme physique.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Spinning *** | Lundi | 18 h à 19 h | 11 sem. | 5 oct. | 106 $ | EF |
| **Spinning *** | Lundi | 19 h 15 à 20 h 15 | 11 sem. | 5 oct. | 106 $ | EF |
| **Spinning *** | Merc. | 18 h à 19 h | 11 sem. | 7 oct. | 106 $ | EF |
| **Spinning *** | Merc. | 19 h 15 à 20 h 15 | 11 sem. | 7 oct. | 106 $ | EF |
| **Spinning *** | Jeudi | 18 h à 19 h | 11 sem. | 8 oct. | 106 $ | EF |
| **Spinning **** | À la fois | 18 h (lundi) 18 h (merc.) 19 h 15 (merc.) | 11 sem. | 5 oct. | 12 $ | EF |

* Ces activités sont offertes à plus d'une fois par semaine. Veuillez choisir les activités désirées et le tarif suivant s'appliquera : spinning 2 fois à 150 $ et 3 fois à 194 $.

** Disponibilité à confirmer auprès du formateur.

Dimanche
23 mai 2027

**Lancement des inscriptions à l'automne**

# Rendez-vous de la santé

**51e édition**

## ÉPREUVES

- Demi-marathon
- 10 et 5 km
- 1 km
- 500 m

Ville de Baie-Saint-Paul

Pour infos : **Courir Baie-Saint-Paul** – Propulsé par Inscriptionenligne.ca

# Secteur sport - Collaborateurs

**La Ville de Baie-Saint-Paul est heureuse de compter sur l'expertise de collaborateurs qui contribuent à bonifier ses activités de loisirs et de culture. Vous devez communiquer avec eux directement. Ils ont leur propre politique et gèrent eux-mêmes les inscriptions.**

## Lyne Blais, coach

Inscription auprès du formateur

Information et inscription :
418 435-8238
**lyneblaiscoach@gmail.com**
Facebook Lyne Blais, Coach

LYNE BLAIS COACH

**AQUAFORME**
Programme d'exercice exécuté dans la partie peu profonde de la piscine, au rythme d'une musique. L'objectif du cours est de maintenir ou d'améliorer la fonction cardiaque et le tonus musculaire tout en respectant le rythme de chacun.

**WORKOUT**
**Step, bootcamp, Tea Bo avec musculation**
Cet entraînement combine step, bootcamp et Tae Bo en alternant des séquences de cardio et de renforcement musculaire. Après un échauffement, enchaînement avec blocs de step ou de bootcamp pour travailler à la fois l'endurance et la force, puis intégration des mouvements inspirés du Tae Bo afin d'intensifier le cardio et améliorer le conditionnement général.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Aquaforme** | Mardi | 18 h 15 à 19 h 15 | 10 sem. | 29 sept. | 18 $ / cours | CE |
| **Aquaforme** | Jeudi | 7 h 30 à 8 h 30 | 10 sem. | 1 oct. | 18 $ / cours | CE |
| **Workout** | Mardi | 16 h 30 à 17 h 30 | 10 sem. | 29 sept. | 15 $ / cours | EF |
| **Workout** | Merc. | 17 h 30 à 18 h 30 | 10 sem. | 30 sept. | 15 $ / cours | EF |

Aucun cours de workout le 7 octobre et d'aquaforme le 8 octobre.

## Marylou Ménard

**Professeure de yoga depuis 2008**

Inscription auprès du formateur

Marylou Ménard 418 633-7750
**info@yogamaryloumenard.ca**
FB : yoga Marylou Ménard

**YOGA - 1 h 45**
Suite d'exercices de respiration, de postures et de détente qui contribue à améliorer la souplesse et l'amplitude de mouvement, ainsi qu'à augmenter la force et l'endurance. Le yoga favorise le calme mental et diminue le stress et l'anxiété.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Yoga** | Lundi | 9 h à 10 h 45 | 12 sem. | 14 sept. | 275 $ | PSL |
| **Yoga** | Lundi | 18 h à 19 h 45 | 12 sem. | 14 sept. | 275 $ | PSL |
| **Yoga** | Mardi | 9 h à 10 h 45 | 12 sem. | 15 sept. | 275 $ | PSL |
| **Yoga** | Mardi | 19 h à 20 h 45 | 12 sem. | 15 sept. | 275 $ | PSL |
| **Yoga** | Merc. | 18 h à 19 h 45 | 12 sem. | 16 sept. | 275 $ | PSL |
| **Yoga** | Jeudi | 9 h à 10 h 45 | 12 sem. | 17 sept. | 275 $ | PSL |
| **Yoga** | Jeudi | 17 h 30 à 19 h 15 | 12 sem. | 17 sept. | 275 $ | PSL |

## Émily Beauchamp, accompagnement de l'Être

Inscription auprès du formateur

Information et inscription :
**info@emilybeauchamp.com**
514 965-1466

**MÉDITATION GUIDÉE**

Ce programme de méditation vous apprendra à cultiver une relation saine avec votre cœur et à développer votre intelligence émotionnelle. Chaque séance, autour d'une thématique différente, sera guidée pour vous amener à la rencontre de votre paysage intérieur avec bienveillance et dans une détente profonde. Un cadeau à vous offrir pour ralentir le rythme, vous outiller afin de revenir plus rapidement à l'essentiel et inviter plus de douceur dans votre quotidien.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Méditation** | Lundi | 7 h 30 à 8 h 30 | 8 sem. | 19 oct. | 180 $ | PSL |
| **Méditation** | Lundi | 19 h à 20 h | 8 sem. | 19 oct. | 180 $ | CCPM |

## Despenteado, professeur

Information :
418 558-7565

Inscription auprès de la Ville

### CAPOEIRA

La capoeira est une discipline unique qui allie arts martiaux, danse, musique, rythme, souplesse, équilibre et acrobaties dans une ambiance dynamique et conviviale. Les participants développent leur coordination, leur condition physique et leur confiance tout en découvrant une tradition culturelle riche et stimulante. Un premier cours d'essai gratuit est offert en tout temps. Les adultes peuvent accompagner leur enfant au cours jeunesse. Les adolescents de 12 ans et plus peuvent également participer au cours pour adultes.

### JOURNÉE PORTES OUVERTES

**25 septembre 2026 à partir de 18 h**

Venez découvrir gratuitement la capoeira et essayer une nouvelle façon de bouger! Accessible par l'entrée arrière de l'école Forget.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Capoeira enfant 7 +** | Ven. | 18 h à 18 h 40 | 10 sem. | 25 sept. | 119 $ | EF |
| **Capoeira adulte** | Ven. | 18 h 45 à 20 h | 10 sem. | 25 sept. | 149 $ | EF |

* Session du 25 septembre au 4 décembre 2026, incluant la journée portes ouvertes du 25 septembre. Aucun cours le 16 octobre.

**Art martial** Souplesse Musique Équilibre Danse **Rythme**

Photo : Muriel Leclerc

# Sports de glace et de plein air

## ACTIVITÉS LIBRES ARÉNA LUC ET MARIE-CLAUDE

Pour les horaires de patinage et hockey libre, visitez le **www.baiesaintpaul.com**

## LOCATION DE GLACE ARÉNA LUC-ET-MARIE-CLAUDE

Vous désirez faire une réservation pour la location de l'Aréna Luc-et-Marie-Claude, que ce soit pour une fête d'enfants, pour une partie de hockey entre amis, une activité de famille ou de bureau; il est possible de trouver une plage horaire qui vous conviendra. Vous avez des idées de concept pour des soirées animées ou activités, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

## HOCKEY LIBRE

Vous aimez pratiquer le hockey dans un contexte amical et récréatif, le hockey libre est la solution parfaite. Le port du casque est obligatoire. Surveillez l'**horaire** sur le site internet *. Tu joues au hockey, mais tu n'as pas d'équipe? Nous pouvons t'aider en te recommandant au responsable d'équipe ou de la ligue.

## PATINAGE LIBRE

Vous désirez patiner avec votre famille ou vos amis, le patinage libre est là pour vous. Un surveillant assure la sécurité et de la musique d'ambiance est diffusée. Les périodes varient chaque semaine, surveillez l'**horaire** sur le site internet *.

* Pour les horaires de location de glace, de hockey et de patinage, téléphonez au 418 435-2205, poste 6243. Pour plus d'informations : **josianevezina@baiesaintpaul.com**

## PATINAGE LIBRE THÉMATIQUE

Venez patiner en famille lors des deux patinages libres thématiques.

**Halloween : 31 octobre, 12 h à 14 h**
**Noël : 19 décembre, 12 h 30 à 14 h 30**

## PATINAGE ARTISTIQUE ADULTE – sans entraîneur

Vous avez déjà patiné et vous désirez vous y remettre ? Voilà l'occasion idéale ! Ouvert à tous les passionnés de patinage artistique. Tous les dimanches, de 18 h 30 à 19 h 30, à la fois ou pour la session. Pour plus d'informations, contactez Mélissa au 418 435-8589.

**Prérequis**

- Avoir une bonne maîtrise du patinage artistique
- Avoir minimum 16 ans

**À noter**

Entraîneur sur place de façon sporadique, frais supplémentaires à prévoir si utilisation de ses services.

### TARIFS PATINAGE ET HOCKEY LIBRE

| Item | À la fois | * Carte 10 fois | * Carte 30 fois |
|---|---|---|---|
| **Enfant 0 à 5 ans** | Gratuit | N/A | N/A |
| **Enfant 17 et moins** | 3 $ | 27 $ | 74 $ |
| **Adulte 18 ans et plus** | 4 $ | 36 $ | 100 $ |
| **Famille** | 7 $ | 62 $ | 175 $ |

* Les tarifs ont été uniformisés pour les activités libres de glace et les activités libres aquatiques. Aussi, les cartes de 10 et 30 fois seront utilisables autant à l'aréna qu'à la piscine.

# Sports de raquette

Les horaires sont variables en semaine et en fin de semaine en fonction des disponibilités des plateaux.

**COMMENT RÉSERVER**

PAR TÉLÉPHONE : Les réservations sont prises 48 heures à l'avance, en semaine, de 19 h à 21 h et en fin de semaine, de 9 h à 16 h, au 418 435-5727, poste 4.

## BADMINTON MEMBRE

Il est possible de réserver un terrain pour la session le même jour et à la même heure chaque semaine (12 semaines). Le membre qui réserve un terrain partage le coût avec ses coéquipiers en simple ou en double. Vous devez donc indiquer les noms de vos partenaires lors de l'inscription.

| Activité | Jour | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|
| **Badminton 2 membres** | Mardi ou jeudi | 12 sem. (75 min.) | 29 sept. | 115 $ | CE |
| **Badminton 4 membres** | Mardi ou jeudi | 12 sem. (75 min.) | 29 sept. | 230 $ | CE |

| Jour | Heure | * Terrain n° | Salle |
|---|---|---|---|
| **Mardi** | 19 h à 20 h 15 | BADM1A | Gymnase |
| **Mardi** | 19 h à 20 h 15 | BADM2A | Gymnase |
| **Mardi** | 19 h à 20 h 15 | BADM3A | Gymnase |
| **Mardi** | 19 h à 20 h 15 | BADM4A | Gymnase |
| **Jeudi** | 19 h à 20 h 15 | BADM1B | Palestre |
| **Jeudi** | 19 h à 20 h 15 | BADM2B | Palestre |
| **Jeudi** | 19 h à 20 h 15 | BADM3B | Palestre |

* Lors de votre inscription, assurez-vous de mentionner le numéro du terrain (BADM1A, BADM2A, etc.) que vous souhaitez réserver au 418 435-2205, poste 6242 ou au **mariechantalstpierre@baiesaintpaul.com**

## BADMINTON ET PICKLEBALL OCCASIONNEL

Pour le badminton et le pickleball occasionnel, le tarif est de 6 $ par personne pour un terrain durant 1 heure.

## TENNIS OCCASIONNEL

Pour le tennis occasionnel, le tarif est de 12 $ par personne pour un terrain durant 1 h 15 en « simple » ou de 6 $ par personne en « double ».

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Badminton occasionnel** | Variable | Variable | 60 min. / fois | 8 sept. | 6 $ / pers. | CE |
| **Pickleball occasionnel** | Variable | Variable | 60 min. / fois | 8 sept. | 6 $ / pers. | CE |
| **Tennis occasionnel** | Sam. / Dim. | 10 h à 16 h | 75 min. / fois | 8 sept. | 12 $ / pers. | CE |

* L'horaire peut être sujet à changement en fonction des activités parascolaires et des tournois au Centre éducatif Saint-Aubin.

# Secteur sport jeunesse

## GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

PAR DIANE AMYOT

Une activité pour toi si tu as entre 8 et 12 ans. La gymnastique acrobatique est un amalgame de gymnastique au sol, sculpture humaine, pyramides, roues, roulades, rondades, gumboots, renversés arrière et avant, saltos, etc. La souplesse sera travaillée davantage. Viens donc t'amuser avec nous! Nous préparons un spectacle qui sera présenté au mois de mai. Les enfants inscrits au cours de 16 h sont accompagnés à partir de l'école Sir-Rodolphe-Forget pour se rendre au Pavillon Jacques-Saint-Gelais-Tremblay.

## GYMNASTIQUE AVEC ACCESSOIRES

PAR DIANE AMYOT

Tu as entre 5 et 7 ans, viens développer des habiletés de sculpture humaine (gymnastique), pyramide, roues, roulade, gumboots. C'est l'occasion pour toi de vivre de nouvelles sensations et de t'accomplir. Nous préparons un spectacle qui sera présenté au mois de mai. Les enfants inscrits au cours de 16 h sont accompagnés à partir de l'école Forget au Pavillon Jacques-Saint-Gelais-Tremblay.

## ACRO-GYM

PAR DIANE AMYOT

C'est une activité gymnique artistique multi-âge, qui mélange danse, gymnastique au sol et cirque. C'est un sport à part entière. Il faut créer, produire des pyramides humaines. On peut les réaliser à deux, à trois, à quatre et même plus. Beaucoup de plaisir garanti. Les enfants inscrits au cours de 16 h sont accompagnés à partir de l'école Forget au Pavillon Jacques St-Gelais Tremblay.

| Activité | Âge | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Gymnastique acrobatique** | 8 à 12 ans | Lundi | 16 h à 17 h | 12 sem. | 28 sept. | 105 $ | PV |
| **Gym. avec accessoires** | 5 à 7 ans | Mardi | 16 h à 17 h | 12 sem. | 29 sept. | 105 $ | PV |
| **Acro-gym *** | 5 à 12 ans | Ven. | 16 h à 17 h | 12 sem. | 25 sept. | 105 $ | PV |

* Pour bénéficier de deux cours par semaine, choisissez d'abord le cours du lundi ou du mardi, puis ajoutez le cours Acro-gym du vendredi. Le tarif de 181 $ sera automatiquement appliqué.

# Secteur jeunesse - Collaborateurs

**La Ville de Baie-Saint-Paul est heureuse de compter sur l'expertise de collaborateurs qui contribuent à bonifier ses activités de loisirs et de culture. Vous devez communiquer avec eux directement. Ils ont leur propre politique et gèrent eux-mêmes les inscriptions.**

## DANSE HIP-HOP

Inscription auprès du formateur

PAR MEGAN PILOTE

418 633-0488 **meganpiloteb1@gmail.com**

Fb : Danse Hip-Hop Charlevoix avec Mégan Pilote

**DANSE HIP-HOP - Dès 3 ans - 60 minutes**

Danse Hip-Hop Charlevoix offre un enseignement en danse moderne axé sur le plaisir de danser et le dépassement de soi. Nous croyons fermement que danser devrait être une expérience joyeuse et enrichissante, où chacun peut s'exprimer librement tout en développant de nouvelles compétences.

## ÉCOLE DE MINI-BASKETBALL DE QUÉBEC

Pour les jeunes du primaire

Les inscriptions se feront au **www.embq.qc.ca**.

Inscription auprès du formateur

**BASKETBALL - 60 minutes**

L'École de Mini-Basketball de Québec est le lieu tout désigné à l'apprentissage du basketball. Principalement pour les enfants d'âge primaire, l'EMBQ offre par ailleurs un grand éventail de services à différents niveaux. Inclus 9 entraînements et 2 matchs au Festival de Noël et un t-shirt pour 160 $.

| Activité | Âge | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Danse hip-hop** | 3 à 4 ans | Dim. | 9 h | 10 sem. | 27 sept. | 190 $ | EF |
| **Danse hip-hop** | 5 à 8 ans | Dim. | 10 h | 10 sem. | 27 sept. | 190 $ | EF |
| **Danse hip-hop** | 6 à 12 ans | Lundi | 18 h | 10 sem. | 28 sept. | 190 $ | EF |
| **Danse hip-hop** | 12 ans et + | Lundi | 19 h | 10 sem. | 28 sept. | 190 $ | EF |
| **Danse hip-hop Perfo** | 12 ans et + | Lundi | 20 h | 10 sem. | 28 sept. | 190 $ | EF |
| **Basket** | 1re–3e année | Mardi | 18 h 20 | 9 sem. + 2 matchs | 6 oct. | 160 $ | EF |
| **Basket** | 4e–6e année | Mardi | 19 h 20 | 9 sem. + 2 matchs | 6 oct. | 160 $ | EF |

Basket : Inscription dès le 15 août.

Danse hip hop : Congé à l'Action de grâce, le 11 octobre.
Un rabais de 10 $ est accordé pour les anciens élèves.

# Secteur éducatif

## JARDIN D'ENFANTS - Prématernelle 3-4 ans

PAR DIANE AMYOT

**418 617-9051**

### UNE DEMI-JOURNÉE PAR SEMAINE - ACADÉMIQUE

**Préparation au préscolaire 4 et 5 ans**

Le jardin d'enfants permet à votre enfant de se familiariser avec le milieu scolaire afin de faciliter son intégration. La plupart des activités se feront à l'extérieur. Avec la nature, nous travaillerons son sens de l'observation, sa capacité à faire la différence entre deux objets, les changements de la nature, l'habitat des animaux et des oiseaux, etc. Nous côtoierons les locataires de Maison Mère comme le Cercle de fermières, le Mousse café, les Plaisirs du Chef, les Petites Franciscaines de Marie, les artistes et visiterons le Jardin de François. Le maraicher nous parlera de l'importance d'un potager et les enfants feront la découverte de nouveaux aliments. En plus, une fois par semaine, ils feront une activité avec les personnes âgées. Votre enfant aura la chance de participer à des activités d'initiation à l'anglais et à l'espagnol.

### DEUX DEMI-JOURNÉES PAR SEMAINE - DANSE-CHANT-API

Les enfants participeront au programme d'Actualisation du potentiel intellectuel (A.P.I.) qui permettra aux enfants d'utiliser une bonne méthodologie de résolution comme « réfléchir avant d'agir ». Des ateliers d'éveil à la musique comportant du chant et de la danse permettent l'apprentissage de la lecture. Ils participeront à plusieurs spectacles qui seront présentés à la résidence des Bâtisseurs, à l'hôpital de Baie-Saint-Paul et au Musée d'art contemporain de Baie-Saint-Paul. Spectacle prévu en décembre 2026.

### TROIS DEMI-JOURNÉES PAR SEMAINE - SPORT

Ajout d'activités psychomotrices pour le développement du tonus musculaire. Avec l'aide d'un kinésiologue, nous ferons vivre à l'enfant des activités psychomotrices. Par exemple, de la marche athlétique, avec du matériel adapté aux enfants où ils pourront grimper, sauter et courir. Leur créativité sera augmentée par des jeux à l'extérieur : raquettes et patins en hiver et des activités d'objets trouvés dans la nature.

| Heure | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|---|---|
| **8 h 30 à 11 h** | 4 ans Sports | 3 ans Académi. | 3 ans Musique | 3 ans Sports | |
| **13 h à 15 h 15** | 4 ans Académi. | 4 ans Académi. | 4 ans Académi. | 4 ans Danse-Chant-API | |

| Activité | Âge | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Jardin + Sport** | 4 ans | Lundi | 8 h 30 à 11 h | 12 sem. | 28 sept. | 156 $ | MM |
| **Jardin académique** | 4 ans | Lundi | 13 h à 15 h 15 | 12 sem. | 28 sept. | 156 $ | MM |
| **Jardin académique** | 3 ans | Mardi | 8 h 30 à 11 h | 12 sem. | 29 sept. | 156 $ | MM |
| **Jardin académique** | 4 ans | Mardi | 13 h à 15 h 15 | 12 sem. | 29 sept. | 156 $ | MM |
| **Jardin musique** | 3 ans | Merc. | 8 h 30 à 11 h | 12 sem. | 30 sept. | 156 $ | MM |
| **Jardin académique** | 4 ans | Merc. | 13 h à 15 h 15 | 12 sem. | 30 sept. | 156 $ | MM |
| **Jardin + Sports** | 3 ans | Jeudi | 8 h 30 à 11 h | 12 sem. | 1 oct. | 156 $ | MM |
| **Jardin Danse -Chant-API** | 4 ans | Jeudi | 13 h à 15 h 15 | 12 sem. | 1 oct. | 156 $ | MM |

Vous pouvez choisir de **1 à 3 ateliers différents selon l'âge et le thème souhaités.** Les tarifs suivants s'appliquent :

- 2 fois par semaine : 233 $
- 3 fois par semaine : 328 $

## LE JARDIN DE PIROUETTE ET CABRIOLE

PAR DIANE AMYOT

**0 à 5 ans**

Trois ateliers thématiques parents / enfant sont proposés les dimanches 11 octobre, 8 novembre et 13 décembre. Différentes stations et jeux pour le développement moteur de votre enfant sont offerts. Une activité amusante tout en complicité avec votre enfant dans le respect du rythme de son développement. La durée de l'activité varie en fonction de l'âge et du rythme de votre enfant. La date limite pour s'inscrire est le vendredi midi et l'**inscription est obligatoire**.

| Activité | Âge | Jour | Heure | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Pirouette et cabriole** | 0 à 5 ans | Dim. | 8 h 30 à 10 h 30 30 min. + | 11 oct. 8 nov. 13 déc. | 10 $ / enf. / fois | PV |

# INSCRIVEZ-VOUS
## ONMARCHE.COM
**GRATUIT ET OUVERT À TOUS**

**DATE :** vendredi 16 octobre 2026

**HEURE :** spectacle Yvan et Louis-Marie à 17 h 30, échauffement à 18 h 35, départ à 18 h 45

**LIEU :** Maison Mère de Baie-Saint-Paul
63, rue Ambroise-Fafard
Baie-Saint-Paul

FÉDÉRATION DES MÉDECINS OMNIPRATICIENS DU QUÉBEC

Hydro Québec

RioTinto

PARTENAIRE D'ACTION QUÉBECOR

BSP Ville de Baie-Saint-Paul

# Secteur culturel - Collaborateurs

**La Ville de Baie-Saint-Paul est heureuse de compter sur l'expertise de collaborateurs qui contribuent à bonifier ses activités de loisirs et de culture. Vous devez communiquer avec eux directement. Ils ont leur propre politique et gèrent eux-mêmes les inscriptions.**

## Marie-Pier, professeur

Information et inscription :
**mpleclerc.mouvement@gmail.com**

Inscription auprès du formateur

Danseuse depuis l'enfance, Marie-Pier a développé son expertise en ballet, en danse contemporaine et en approches corporelles. Elle enseigne dans une approche bienveillante qui met l'accent sur le plaisir de bouger, l'exploration et le mieux-être.

### BALLET POUR ADULTES

Dans une ambiance conviviale et sans pression de performance, ce cours permet de découvrir ou de redécouvrir les bases du ballet classique. Échauffement, travail à la barre, exercices au centre et séquences dansées sont abordés dans une approche accessible et dynamique, axée sur le plaisir de bouger. Le cours favorise le développement de la coordination, de l'équilibre, de la force, de la mobilité et de la musicalité, tout en permettant à chacun de progresser à son propre rythme. Que vous ayez déjà dansé, que vous souhaitiez renouer avec cette pratique ou que vous ayez toujours rêvé de l'essayer, ce cours est une belle occasion de retrouver le plaisir d'apprendre et de bouger dans un environnement bienveillant.

### DANSE ET MOUVEMENT

Ce cours propose une exploration du mouvement inspirée notamment de la danse contemporaine et des approches somatiques. À travers des exercices guidés, du travail au sol, de l'improvisation, des jeux de mouvement et des séquences dansées, les participants sont invités à développer leur mobilité, leur coordination et leur conscience corporelle. Sans chorégraphie à mémoriser ni spectacle à préparer, ce cours privilégie l'exploration, la créativité et le plaisir de bouger. Une occasion de découvrir de nouvelles façons d'habiter son corps, d'exprimer sa créativité et de développer une meilleure connexion à soi et aux autres. * Une aisance suffisante pour descendre au sol et se relever est toutefois requise.

| Activité | Niveau | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Ballet 16–18 ans** | Expérience préalable | Mer. | 18 h à 19 h 15 | 10 sem. | 14 oct. | 140 $ | SD |
| **Ballet 19 ans +** | Tous les niveaux | Mer. | 18 h à 19 h 15 | 10 sem. | 14 oct. | 180 $ | SD |
| **Danse mouve. 16–18 ans** | * Aucune expérience | Mer. | 19 h 30 à 20 h 30 | 10 sem. | 14 oct. | 140 $ | SD |
| **Danse mouve. 19 ans +** | * Aucune expérience | Merc. | 19 h 30 à 20 h 30 | 10 sem. | 14 oct. | 160 $ | SD |

Combinez les deux cours et profitez de 50 % de rabais sur le deuxième cours.
- Forfait Ballet + Danse et mouvement : 260 $ / session
- 18 ans et moins : 210 $ / session

## ATELIER D'AQUARELLE
### AVEC WILLIAM LAFLEUR

Inscription : 418 563-5038
**studio.williamlafleur@gmail.com**

Inscription auprès du formateur

Libèrez-vous des tutoriels et déployez votre créativité. Apprenez à comprendre l'aquarelle en profondeur grâce à une méthode simple et dynamique. Au programme : cours, démonstrations, échanges et un accompagnement personnalisé selon vos besoins. Ne restez pas seul avec vos pinceaux, et progressez dans un groupe motivé !

Pour tous les niveaux. Liste de matériel recommandé fournie pour les nouveaux élèves. Accès aux enregistrements vidéos des séances. Deux horaires offerts par semaine (flexible selon vos disponibilités).

Mardi, 9 h 30 à 11 h 30 et vendredi, 13 h à 15 h au Carrefour culturel Paul-Médéric. Début : vendredi 25 septembre. 30 $ / cours, 145 $ / 6 cours ou 205 $ / 12 cours.

## DANSE COUNTRY
### AVEC MARTINE BEAUDRY

Inscription et info : 438 390-6686
**mp.internationaux@hotmail.com**
Facebook : danse country martine b

Inscription auprès du formateur

Venez vous amuser et apprendre la danse en ligne sur des musiques country et pop avec Danse country Martine B.! Nous vous offrons deux niveaux : initiation / débutant (mercredi, 19 h à 20 h) et novice / intermédiaire (mercredi, 20 h à 21 h). 10 $ par cours, payable au début de chaque cours ou 15 $ pour les deux cours. 16 septembre au 9 décembre, congé le 21 octobre. Aucune inscription nécessaire.

## COURS DE DANSE SWING - NIVEAU 1 (INITIATION)

Inscription auprès du formateur

AVEC GENEVIÈVE BOILY DE SWING CHARLEVOIX

Inscription : 514 264-6032
**genevi.boily@gmail.com**
Facebook : www.facebook.com/swingcharlevoix

Venez apprendre les pas de base du swing dans le plaisir! Aucun partenaire requis, mais suggéré. La danse swing est une danse sociale de couple qui prend racine dans les rythmes de la musique jazz qui est omniprésente dans les cours. Pour le cours d'initiation, on apprend les pas de base et les premiers mouvements de danse, pour vous permettre de danser sur une chanson complète dès le premier cours. Mardi soir, 18 h 30 à 20 h, 6 octobre au 10 novembre (6 semaines). Tarif : 110 $. Carrefour culturel Paul-Médéric.

| Activité | Niveau | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Atelier aquarelle** | Tous | Mardi<br>Ven. | 9 h 30 à 11 h 30<br>13 h à 15 h | 12 sem. | 25 sept. | 30 $ / cours<br>145 $ / 6 cours<br>205 $ / 12 cours | CCPM |
| *** Danse country** | Débutant | Mer. | 19 h à 20 h | 12 sem. | 16 sept. | 10 $ / cours | EF |
| *** Danse country** | Intermé. | Mer. | 20 h à 21 h | 12 sem. | 16 sept. | 10 $ / cours | EF |
| *** Danse country** | Début. et intermé. | Mer. | 19 h à 21 h | 12 sem. | 16 sept. | 15 $ / cours | EF |
| **Danse swing** | Niveau 1 Initiation | Mardi | 18 h 30 à 20 h | 6 sem. | 16 oct. | 110 $ / 6 sem. | CCPM |

* Les premiers cours auront lieu à la salle Desjardins de l'aréna Luc-et-Marie-Claude, avant de reprendre au gymnase de l'école Sir-Rodolphe-Forget.

# Secteur organismes - Collaborateurs

**La Ville de Baie-Saint-Paul est heureuse de compter sur l'expertise de collaborateurs qui contribuent à bonifier ses activités de loisirs et de culture. Vous devez communiquer avec eux directement. Ils ont leur propre politique et gèrent eux-mêmes les inscriptions.**

## ASSOCIATION HOCKEY MINEUR CHARLEVOIX

Inscription auprès du formateur

**www.hockeycharlevoix.ca**

En collaboration avec le Service des loisirs et de la culture de la Ville de Baie Saint-Paul, Hockey Charlevoix administre le hockey mineur du secteur initiation, récréatif et compétitif pour l'ensemble du territoire de Charlevoix. Les inscriptions des joueurs et joueuses nés entre 2016 à 2004 se sont déroulées au cours de l'été; pour une inscription tardive, communiquez avec l'association par courriel à **admin@hockeycharlevoix.ca**.

Par ailleurs, les inscriptions dans le secteur initiation sont possibles jusqu'en février.

| Niveau | Année de naissance | Tarif |
|---|---|---|
| **M7** | 2022-2021-2020 | 265 $ |
| **M9** | 2018-2019 | 385 $ |

Pour l'inscription, rendez-vous sur le site de l'association dans le menu « Inscription/Nouveau joueur ».

**Les tournois… L'opportunité d'encourager et soutenir**
L'Association de hockey mineur de Charlevoix-Ouest (AHMCO) organise à chaque année plusieurs tournois ayant lieu principalement à l'aréna Luc-et-Marie-Claude. Des équipes de partout dans la province de différentes catégories et différents calibres viennent s'y disputer le titre d'équipe Championne.

| Nom du tournoi | Date de tournois |
|---|---|
| **Tournoi M17A et M17B** | 11 au 13 décembre 2026 |
| **Tournoi M11A, M11B et M11C** | 22 au 24 janvier 2027 |
| **Festival M9** | 2 au 4 avril 2027 |

De tels événements nécessitent que de nombreux bénévoles mettent la main à la pâte ! Si vous désirez faire partie de l'équipe et prêter main forte dans la bonne humeur et le plaisir, n'hésitez pas à soumettre votre nom en écrivant à **tournoisbsp@hotmail.com**.

## CENTRE COMMUNAUTAIRE PRO-SANTÉ

50+

Inscription auprès du formateur

Mélissa Pilote, coordonnatrice soutien à domicile et intervenante
3, rue Clarence-Gagnon, Baie-Saint-Paul
info@pro-sante.ca **pro-sante.ca**

### COURS DE YOGA

Le yoga est une variété d'exercices à la fois pour assouplir et renforcir son corps en respectant les limites de chacun. Lorsque l'on combine ces exercices avec la respiration et la pleine conscience, le corps, la tête et le cœur ne peuvent qu'apprécier. C'est une façon agréable d'acquérir de la souplesse tout en travaillant l'endurance musculaire en plus de se permettre de vivre un moment de calme et d'introspection. Adapté pour les personnes de 50 ans et plus et/ou avec certaines limitations physiques. Possibilité d'effectuer les exercices sur chaise. Mercredi, 10 h et jeudi, 15 h. 50 $ / 10 semaines. Début : 23 et 24 septembre.

### COURS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Pour une remise en forme ou un maintien du tonus, une série d'exercices vous seront offerts. Le cours *workout* vise l'amusement et le respect des limites de chacun en incluant la technique Pilates, des mouvements doux, des étirements, de la musique et l'utilisation de chaises. Ce cours est complet et adapté aux personnes de 50 ans et plus. Vendredi, 9 h 30. 50 $ / 10 semaines. Début : 26 septembre.

### REMISE EN FORME POUR DÉBUTANT

NOUVEAU

Une offre de cours idéale pour ceux qui souhaite se remettre en forme et recommencer à bouger à son rythme. Adapté pour les personnes âgées, pour les gens avec des limitations ou des contraintes physiques. Venez bouger en gang, c'est motivant! 50 ans et plus. Vendredi, 10 h 45. 50 $ / 10 semaines. Début : 25 septembre.

### REPAS DE L'AMITIÉ +50 ANS

Offrir une occasion d'échange et de rencontre, les mardis, dans une ambiance chaleureuse favorisant le partage autour d'un bon repas par notre traiteur Les Bonyeuses. Renseigner et divertir les participants sur différents thèmes par des conférences et spectacles avec des professionnels et artistes invités ! Activité offerte au 50 ans et plus. Mardi, 11 h à 14 h. 20 $ / fois. Inscription nécessaire.

- 22 septembre : Centre des femmes de Charlevoix
- 6 octobre : Conférence de la Sûreté du Québec
- 20 octobre : Atelier *Mes finances, mes choix*
- 3 novembre : Conférence Les Mains de l'Espoir de Charlevoix
- 17 novembre : Marie-Ève Trudel, intervenante en itinérance et instabilité résidentielle
- 1 décembre : Concert de Noël de la chorale de l'École Forget

### CLUB DU JEUDI +60 ANS

Offrir une occasion de rencontres, d'échange et de partage aux personnes de 60 ans et plus. Une intervenante anime cette journée en offrant des activités ludiques et variées, discussions, jeux, découverte, sorties et dîner inclus. Jeudi, 10 h à 13 h 30. 15 $ / fois. Début : 24 septembre. Possibilité de transport pour les gens de Baie-Saint-Paul avec un supplément de 5 $.

## UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE DE CHARLEVOIX (UTA)

Inscription auprès du formateur

Marie-Josée Lessard, présidente et trésorière
mjlessard@wilbi.ca
**www.usherbrooke.ca/uta/prog/cvx**

50+

### INTELLIGENCE ARTIFICIELLE : COMPRENDRE, CHOISIR, AGIR

Le cours couvrira les 6 thèmes suivants :

- L'IA, cette inconnue qui vit déjà chez vous : évolution technologique des 30 dernières années, bases de l'IA, premiers pas.
- L'IA et la santé : applications médicales, préparation de rendez-vous, limites et prudence.
- Apprendre et se former toute la vie : IA comme tuteur, plans d'apprentissage personnalisés.
- Travail, bénévolat et productivité : transformation des métiers.
- Gouvernance, citoyenneté et éthique : vie privée, désinformation, arnaques, sécurité.
- Et après l'IA?

Mercredi, 13 h 30 à 16 h, 30 septembre au 4 novembre. 95 $ / 6 semaines (15 h). Salle Pierre-Perrault de la Bibliothèque René-Richard. Pour s'inscrire : formulaire d'inscription en ligne, à compter du 28 août à : **www.usherbrooke.ca/uta/prog/cvx**

## CLUB BON CŒUR DE CHARLEVOIX

Inscription auprès du formateur

975, boul. Monseigneur-De Laval
2e étage, Baie-Saint-Paul G3Z 2W3
418 240-9999
info@clubboncoeur.com **clubboncoeur.com**

**ACTIVITÉS OFFERTES AUX MEMBRES, AVEC UNE COTISATION DE 20 $ PAR AN.**

LUNDI ET MERCREDI, 13 H 30, À L'ANNÉE
**CLUB DE MARCHE**
Marche dynamique en groupe incluant un échauffement, des étirements, des techniques de marche, des intervalles et de la marche nordique. Niveau intermédiaire. Activité gratuite pour les membres. Endroit : variable, annoncé d'une semaine à l'autre et sur le groupe Facebook.

MERCREDI, 9 H 30
**VIE ACTIVE**
Séance de groupe d'intensité légère à modérée combinant des exercices d'aérobie, de flexibilité et de renforcement musculaire. Activité idéale pour les personnes désirant se remettre en forme et la maintenir au son de la musique. Niveau débutant. Gratuit pour les membres. Endroit : La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul. Début : 30 septembre.

MARDI ET JEUDI, 9 H 30
**ON S'ACTIVE**
Activité de groupe pour la remise en forme idéale pour les personnes ayant des limitations physiques. Entraînement à l'intérieur incluant du renforcement musculaire, des étirements et des exercices de coordination. Ce cours vise une amélioration globale de la condition physique tout en prenant en compte les difficultés de santé de chacun. Niveau débutant. 80 $ / 10 semaines (140 $ / 2 cours / semaine), excluant la cotisation annuelle de 20 $. Endroit : La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul. Début : 29 septembre.

MERCREDI, 11 H
**ON BOUGE**
Activité de groupe d'intensité modérée. Ces séances incluent de la course, de la marche dynamique du renforcement musculaire, des étirements, de la coordination, etc.... Ce cours vise l'amélioration des systèmes cardiovasculaire et musculosquelettique dans une optique de vieillissement en santé. Niveau intermédiaire. 80 $ / 10 semaines (140 $ / 2 cours par semaine), excluant la cotisation annuelle de 20 $. Endroit : Jardin de Maison-Mère (en cas de météo défavorable, La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul). Début : 30 septembre.

MARDI ET JEUDI, 11 H
**ON SE DÉPASSE**
Activité de groupe d'intensité élevée. Ces séances incluent de la course, du renforcement musculaire, des étirements, de la coordination, etc..... Ce cours vise l'amélioration des systèmes cardiovasculaire et musculosquelettique dans une optique de vieillissement en santé. Niveau intermédiaire. 80 $ / 10 semaines (140 $ / 2 cours / semaine), excluant la cotisation annuelle de 20 $. Endroit : Jardin de Maison-Mère (en cas de météo défavorable, La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul). Début : 29 septembre.

JEUDI, 16 H 30
**DANSE EN CŒUR**
Activité récréative permettant l'apprentissage de routines de pas de danses en ligne de niveaux débutant à intermédiaire. 80 $ / 10 semaines (140 $ / 2 cours / semaine), excluant la cotisation annuelle de 20 $. Endroit : La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul. Début : 1 octobre.

LUNDI, 11 H
**GROUPE MOBILITÉ DYNAMIQUE**
Activité de groupe pour les personnes atteintes d'une maladie neurodégénérative (sclérose en plaque, ataxie et autres). Objectifs d'entretien corporel, renforcements musculaires, maintien ou amélioration des capacités neuromotrices, d'équilibre, etc. dans une ambiance d'encouragement et de partage avec le groupe. Pour toute personne atteinte d'une maladie neurodégénérative. Activité gratuite pour les membres. Endroit : La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul. Début : 7 septembre.

LUNDI, 9 H 30
**YOGA SUR CHAISE**
Un moment de calme pour bouger en douceur avec un maximum d'écoute de soi. L'accent est mis sur l'intériorisation à travers différents aspects du yoga : courtes méditations, exercices de respiration (pranayamas), travail de postures sur chaise (asanas), et relaxations. Niveau débutant. 50 $ / 6 semaines, excluant la cotisation annuelle de 20 $. Endroit : La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul. Début : 19 octobre.

MERCREDI, 17 H 30
**HATHA YOGA**
Cours de Hatha yoga traditionnel. L'accent est mis sur l'intériorisation à travers différents aspects du yoga, chant d'introduction et de clôture de séance, exercices de respiration (pranayamas), travail de postures (asanas), le tout accompagné de courtes relaxations entre chaque exercice et d'une relaxation profonde en fin de séance. Niveau modéré. 50 $ / 6 semaines, excluant la cotisation annuelle de 20 $. Endroit : La résidence des Bâtisseurs de Baie-Saint-Paul. Début : 21 octobre.

**SERVICE DE KINÉSIOLOGIE**
Un service de consultations en kinésiologie est disponible sur rendez-vous au 418 240-9999 ou kin@clubboncoeur.com. Ce service comprend un volet thérapeutique pour les douleurs chroniques musculaires et articulaires et un volet remise en forme. Service réservé aux membres du club, 20 $ par consultation, excluant la cotisation annuelle de 20 $.

| Activité | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif |
|---|---|---|---|---|---|
| **Club de marche** | Lundi / Merc. | 13 h 30 à 14 h 30 | | À l'année | Membre |
| **Viactive** | Merc. | 9 h 30 à 10 h 30 | | 30 sept. | Membre |
| **On s'active** | Mardi/ Jeudi | 9 h 30 à 10 h 30 | 10 sem. | 29 sept. | 80 $/1x sem. 140 $/2xsem. |
| **On bouge** | Merc. | 11 h à 12 h | 10 sem. | 30 sept. | 80 $/1x sem. 140 $/2xsem. |
| **On se dépasse** | Mardi / Jeudi | 11 h à 12 h | 10 sem. | 29 sept. | 80 $/1xsem. 140 $/2xsem. |
| **Danse en cœur** | Jeudi | 16 h 30 à 17 h 30 | 10 sem. | 1 oct. | 80 $/1xsem. 140 $/2xsem. |
| **Groupe Mobilité** | Lundi | 11 h à 12 h | | 7 sept. | Membre |
| **Yoga sur chaise** | Lundi | 9 h 30 à 10 h 30 | 6 sem. | 19 oct. | 50 $/1x sem. |
| **Hatha yoga** | Merc. | 17 h 30 à 18 h 30 | 6 sem. | 21 oct. | 50 $/1x sem. |

## CLUB DE JUDO SAKURA DE BAIE-SAINT-PAUL

**Inscription en ligne**

Diane Amyot
418 617-9051 **dianeamyot18@hotmail.com**

**JUDO**
AVEC DIANE AMYOT
Le judo est un art martial qui exige respect, politesse, sincérité, contrôle de soi et courage. Tu peux le pratiquer pour le plaisir ou pour la compétition. **Pour les nouveaux judokas**, un montant variant de 44 $ à 104 $ sera demandé pour l'affiliation, l'assurance à Judo Québec et le prix varie selon l'âge. Les enfants inscrits aux cours du mercredi et du jeudi 16 h, seront accompagnés à partir de l'école Sir-Rodolphe-Forget au Pavillon Jacques-Saint-Gelais-Tremblay.

**NEWAZA - 14 ans et plus**
AVEC PHILLIPE JUNEAU
Enseignement des techniques de combat au sol, inspiré du Newaza. Le cours se concentrera sur les techniques d'immobilisation et des soumissions (clés de bras, étranglements). Le tout se fera sous forme de No-Gi, seuls des shorts (sans poche et fermeture éclair) et un chandail de sport seront requis.

| Activité | Âge | Jour | Heure | Durée | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Judo** | 5 à 7 ans | Jeudi | 16 h à 17 h | 12 sem. | 1 oct. | 91 $ | PV |
| **Judo** | 8 à 9 ans | Merc. | 16 h à 17 h | 12 sem. | 30 sept. | 91 $ | PV |
| **Judo** | 10 à 12 ans | Lundi | 17 h 30 à 18 h 45 | 15 sem. | 7 sept. | 126 $ | PV |
| **Judo** | 10 à 12 ans | Merc. | 17 h 30 à 18 h 45 | 15 sem. | 2 sept. | 126 $ | PV |
| **Judo** | 13 à 18 ans | Lundi | 19 h à 20 h 30 | 15 sem. | 24 août | 155 $ | PV |
| **Judo** | 13 à 18 ans | Merc. | 19 h à 20 h 30 | 15 sem. | 26 août | 155 $ | PV |
| **Judo** | Adulte | Lundi | 19 h à 20 h 30 | 15 sem. | 31 août | 196 $ | PV |
| **Judo** | Adulte | Merc. | 19 h à 20 h 30 | 15 sem. | 2 sept. | 196 $ | PV |
| **Newaza** | 14 ans et + | Mardi | 18 h 30 à 19 h 30 | 10 sem. | 15 sept. | 90 $ | PV |

Vous pouvez choisir de participer à plus d'un cours. Les tarifs de 191 $ (10 à 12 ans), 225 $ (13 à 18 ans) et 283 $ (adulte) s'appliquent pour une inscription à deux cours par semaine. Ne s'applique pas au cours de Newaza.

Les chèques doivent être faits à l'ordre de la Ville de Baie-Saint-Paul.

## CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE DE BAIE-SAINT-PAUL

**Inscription en ligne**

**cpabaiesaintpaul@gmail.com**

Il faut avoir 4 ans au 30 septembre 2026.
Horaire cours de groupe : mercredi, 18 h 20 à 19 h 20.
Horaire sujet à changement selon le nombre total d'inscriptions.

* Les assistants de programme sont les patineurs qui agissent en tant que moniteur pour les cours de patinage plus (cours de groupe). Les patineurs qui ne seront pas présents à minimalement 80 % des cours de patinage plus doivent choisir le tarif pour les non-assistants de programme. Le CPA Baie-Saint-Paul se réserve le droit de facturer un patineur qui n'aurait pas rempli les exigences de présence.

Faire le chèque au nom de la Ville Baie-Saint-Paul. Pour toute annulation, un frais de 65 $ sera gardé en raison des frais d'inscription à Patinage Canada qui sont non-remboursables.

**Informations complémentaires**
Le port de gants ou de mitaines ainsi que le casque homologué CSA sont obligatoires. Le port de la visière est fortement recommandé pour un maximum de sécurité.

Lors des inscriptions en automne, une campagne de financement est obligatoire pour tous les patineurs représentant le Club. Si vous ne désirez pas participer à la campagne de financement, vous devrez débourser un montant de 90 $ au CPA Baie Saint-Paul. Les patineurs dont le CPA Baie-Saint-Paul est le deuxième club n'ont pas à faire le financement. En janvier, les inscriptions seront possibles seulement si nous avons des places vacantes.

Le Club de patinage artistique demande aux parents de demeurer sur place lors des cours. Toutefois, il est interdit aux parents de venir sur la patinoire puisque les assurances ne couvrent pas ce genre de situation.

Le montant total du coût de l'inscription est établi d'après le nombre total de cours de groupe en tenant compte des tournois de hockey annulant les séances de patinage. En cas d'annulation pour cause hors de notre contrôle (tempête, etc.), les cours ne seront pas repris et aucun remboursement ne sera effectué.

Abonnez-vous à notre page Facebook CPA Baie-Saint-Paul, plusieurs informations pertinentes y sont transmises.

Aucun enfant ne sera admis sur la glace si l'inscription et le paiement ne sont pas effectués à la Ville de Baie-Saint-Paul.

| Activité | Début | Tarif | End. |
|---|---|---|---|
| *** Cours privés - assistant prog. (AP) ou - 10 ans** | 31 août | 430 $ | ALMC |
| *** Cours privés - non-assistant** | 31 août | 480 $ | ALMC |
| **Cours de groupe** | 7 oct. | 270 $ | ALMC |

## CLUB DE TIR À L'ARC ARTÉMIS

Inscription auprès du formateur

Normand Tremblay, président
20, Parc Boulianne, Clermont G4A 1B2
**ntremblay0087@videotron.ca**
Normand Tremblay : 418 489-0513
Patrice Fillion : 418 435-2484
Serge La branche : 418 435-8530

**INITIATION AU TIR À L'ARC POUR 8 ANS ET +**
6 ANS ET + SI ACCOMPAGNÉ
**PRATIQUE TIR À L'ARC POUR LES MEMBRES DU CLUB**
Inscription :
Normand au 418 489-0513 ou Patrice au 418 435-2484
Cartes de membres en vente disponible
Gymnase de l'école Sir-Rodolphe-Forget

| Activité | Niveau | Jour | Heure | Début / Durée | Tarif | End. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Initiation** | Débutant | Mardi | 18 h 30 à 20 h 30 | 6 oct. 12 sem. | Enfant : 40 $<br>Adulte : 60 $<br>Famille : 70 $ | EF |

# Couleurs et saveurs

## 3 et 4 octobre 2026

**Couleurs flamboyantes, ambiance chaleureuse, odeurs réconfortantes...**

Venez vous imprégner d'art et de culture au détour de chaque galerie, venez savourer des produits du terroir, et **profitez d'un centre-ville animé aux rythmes de l'automne.**

Ville de Baie-Saint-Paul

ASSOCIATION DES GENS D'AFFAIRES BAIE-SAINT-PAUL

**www.baiesaintpaul.com/evenements/activites/couleurs-et-saveurs**

# Culture

## CARREFOUR CULTUREL PAUL-MÉDÉRIC

4, rue Ambroise-Fafard, Baie-Saint-Paul 418 435-2540
carrefourculturel@baiesaintpaul.com
**www.baiesaintpaul.com/loisirs-culture-et-vie-collective/culture-et-patrimoine/carrefour-culturel-paul-mederic**

**HORAIRE**
JUIN À L'ACTION DE GRÂCE
Mardi au dimanche : 10 h à 17 h.
Ouvert les lundis de juillet et août.
ACTION DE GRÂCE À MAI
Jeudi au dimanche : 10 h à 17 h. Ouvert les lundis fériés.
Fermé les 24, 25, 26, 31 décembre 2026 et 1er et 2 janvier 2027.
L'ACCÈS EST GRATUIT.

### EXPOSITIONS PERMANENTES

**STUDIO TRAD – LES TEXTILES CHARLEVOISIENS**
Cette exposition permanente rend hommage aux artisanes, mères et grands-mères, qui ont perpétué les savoir-faire de l'art textile charlevoisien, contribuant ainsi à forger l'identité régionale. Les artisanes d'ici ont fait preuve d'ingéniosité et d'observation pour exploiter des thèmes et des techniques qui ont donné naissance à un artisanat charlevoisien reconnu et apprécié. Retour aux sources du boutonné, du crocheté, du tissage et du tricot qui ont fait la renommée de la région, le STUDIO TRAD vous invite aussi à vous initier à ces techniques. Vous en découvrirez tout le potentiel créatif et actuel. Des artisanes du Cercle de Fermières de Baie-Saint-Paul sont présentes certains après-midis.

**ESPACE BAIE-SAINT-PAUL EXPO-EXPÉRIENCE**
La première exposition permanente sur l'histoire, le patrimoine et le dynamisme culturel de Baie-Saint-Paul. Véritable lieu de découverte au cœur du centre-ville, Espace Baie-Saint-Paul vous convie à une visite du « paradis des artistes » et des villages environnants. Le concept technologique offre la possibilité de choisir les thèmes ou attraits selon votre intérêt dans la salle interactive ou sur le terrain, à l'aide de l'application mobile Parcourir Charlevoix à télécharger gratuitement.

**APPLICATION MOBILE « PARCOURIR CHARLEVOIX »**
Parcourir Charlevoix vous mène à la découverte de la culture, du terroir et des paysages de Baie-Saint-Paul, des Éboulements, de L'Isle-aux-Coudres, de Petite-Rivière-Saint-François, de Saint-Hilarion et de Saint-Urbain. Chaque village vous offre un ou plusieurs circuits dévoilant ses principaux attraits culturels sous forme de parcours interprétés. Bien localisés sur une carte, ces attraits vous sont proposés sans point de départ précis. Libre à vous de les parcourir à votre rythme et selon l'itinéraire qui vous convient.

### EXPOSITIONS TEMPORAIRES

18 SEPTEMBRE AU 29 NOVEMBRE 2026

**PAUL-ÉMILE AU FRONT 1916-1918**
**Annick Fontaine**
Le projet *Paul-Émile au front* se décline en deux volets : le lancement du livre éponyme, conçu par l'artiste à partir de lettres émouvantes du capitaine Paul-Émile Côté (1916–1918), et une exposition réunissant dessins à l'encre et peintures acryliques. Ensemble, ces œuvres révèlent la réalité et l'imaginaire du soldat au front, entre mémoire, espoir et humanité.

**IAF – 40 TEMPS D'ÉVOLUTION**
**Institut des arts figuratifs**
À l'occasion de son 40e anniversaire, l'Institut des arts figuratifs présente *IAF – 40 temps d'évolution*, une exposition hommage célébrant l'évolution de l'art figuratif. Œuvres originales de Paul « Tex » Lecor, Gaston Rebry et Littorio Del Signore, accompagnées de créations de membres signataires, témoignent de la diversité, de l'excellence et de l'héritage artistique profondément lié à Charlevoix.

**L'INSTANT HABITÉ**
**Yelena Bryksenkova**
L'artiste Yelena Bryksenkova met en valeur les moments ordinaires, les objets familiers et la proximité avec la nature. Nouvellement arrivée dans Charlevoix, elle explore la maison ancestrale où elle vit, ses espaces façonnés par la mémoire, ainsi que le calme de la vie quotidienne et le paysage environnant.

11 DÉCEMBRE 2026 AU 14 MARS 2027

**LA TERRE**
**André Fradet**
André Fradette explore dans ses œuvres la Terre comme un organisme vivant, à la fois majestueux et vulnérable, marqué par les traces du temps et de l'activité humaine. À travers les œuvres, le regard est invité à une prise de conscience sensible des fragilités de notre planète et de l'urgence des enjeux environnementaux qui nous concernent tous.

**L'ÂME DE MES SAISONS**
**Édith Dussault**
Cette exposition illustre l'évolution de son inspiration au fil des saisons et leur influence sur sa création. Toutes les œuvres, réalisées à l'aquarelle sur divers supports et avec différentes techniques, démontrent que ce médium peut produire des pièces vivantes, douces et éclatantes, reflétant la poésie et les couleurs changeantes de la nature au fil de l'année.

**LOUYER EN PAPIER**
**Marie-Brigitte Lehouiller**
LOUYER transforme la salle d'exposition en un atelier immersif, où le papier, fondement de son art, recouvre le sol et accompagne ses œuvres issues de huit collections. Cadres, livres, objets anciens, parfums et musique créent une expérience sensorielle complète. Le spectateur est invité à contempler, lire et ressentir, plongeant au cœur de son univers poétique.

## ACTIVITÉS

**VERNISSAGE**
Chaque samedi suivant le début de nouvelles expositions, à 14 h, le public est invité à venir les découvrir ainsi qu'à rencontrer les artistes lors d'un petit cocktail. Vous êtes donc invités à vous joindre à nous les 19 septembre et 12 décembre.

**VISITES ÉDUCATIVES**
Tout au long de l'année, le Carrefour culturel accueille les jeunes des écoles primaires et secondaires pour des visites éducatives. Axées sur l'apprentissage et la découverte, elles sont adaptées aux différents groupes d'âge et permettent de faire découvrir l'histoire et la culture de la région ainsi que les expositions en cours. Des visites guidées pour adultes ou aînés peuvent aussi être offertes sur mesure selon vos besoins.

17 SEPTEMBRE, 8 ET 29 OCTOBRE,
19 NOVEMBRE ET 10 DÉCEMBRE 2026
**ATELIERS DE CHANTS TRADITIONNELS**
À la fréquence d'un jeudi sur trois, nous chantons de la musique traditionnelle ! 18 h : la soirée débute avec un atelier de chant traditionnel animé par Louve. 19 h 30 : la soirée se poursuit sous forme de veillée. Les personnes de toutes les cultures sont invitées à nous partager un petit morceau de leur folklore chanté, musical, conté, etc. jusqu'à 21 h. Un moment à la bonne franquette pour donner l'espace à la transmission de répertoire, au partage culturel et à l'appréciation du patrimoine vivant ! C'est un événement sans inscription et ouvert à tous. Les contributions volontaires sont bienvenues. Organisatrices : Louve et Éliane, 450 694-2541.

# BIBLIOTHÈQUE RENÉ-RICHARD

9, rue Forget, Baie-Saint-Paul  418 435-5858
deniseouellet@baiesaintpaul.com
**www.baiesaintpaul.com/loisirs-culture-et-vie-collective/culture-et-patrimoine/bibliotheque-rene-richard**

**HORAIRE BIBLIOTHÈQUE**
SEPTEMBRE À JUIN
Mardi : 9 h à 19 h
Mercredi, jeudi et vendredi : 9 h à 18 h
Samedi : 10 h à 16 h
Dimanche : 13 h à 16 h

**HORAIRE SALLE PIERRE-PERRAULT**
Selon les heures d'ouverture de la bibliothèque.
L'ACCÈS AUX EXPOSITIONS EST GRATUIT.

## EXPOSITIONS – SALLE PIERRE-PERRAULT

14 AOÛT AU 27 SEPTEMBRE 2026
**BOULANGERS DE CHEZ NOUS**
**Robert Benoit et Rosaire Tremblay**
Cette exposition présente des photographies et objets liés aux boulangers d'autrefois, incluant près de 100 artefacts tels que jetons, emballages et autres souvenirs. On y découvre des jetons de pain de partout au Québec, avec une attention particulière pour les boulangers de Charlevoix. L'événement coïncide avec le lancement de la deuxième édition du livre *Jetons de pain du Québec* par Robert Benoit et Pierre Brouillette.

2 OCTOBRE AU 15 NOVEMBRE 2026
**CRÉONS DES LIENS | BAIE-SAINT-PAUL – MADAGASCAR**
**Petites Franciscaines de Marie**
Ce projet éducatif et culturel unit une classe de Baie-Saint-Paul et une école de Madagascar. Par diverses correspondances, activités, dessins et objets, les jeunes partagent leur quotidien, découvrent l'autre et tissent des liens empreints de curiosité et de respect. L'aventure se déploie dans une exposition à la Bibliothèque René-Richard, célébrant l'ouverture sur le monde, la solidarité et la richesse de la diversité.

20 NOVEMBRE 2026 AU 17 JANVIER 2027
**À PROPOS DE GÉRARD THÉRIAULT**
**Centre d'archives régional de Charlevoix**
Il y a 25 ans, l'artiste Gérard Thériault nous quittait. Pour raviver à notre mémoire les souvenirs d'un homme de bonté, d'authenticité et d'un indicible talent, le Centre d'archives régional de Charlevoix propose une exposition en son honneur, car ne sont morts que ceux que l'on oublie. Une causerie sera également organisée pour l'événement.

## ACTIVITÉS

VENDREDI 16 OCTOBRE 2026, 18 H À 19 H 30
**LECTURES ANIMÉES / SPECTACLE**
***TZIRKA TRAD ET MONDE***
**5 à 12 ans accompagné d'un adulte**

Tenue d'une conférence suivie d'une expérimentation et participation des jeunes : instruments du folklore traditionnel québécois (cuillères, petits bonhommes gigueux et vidéo de Louis-Marie Lavoie et Bernard Bouchard pour les accompagner). À travers le jeux et l'écoute, ils exploreront les rythmes, les mélodies et les sonorités qui font vibrer notre patrimoine culturel. De plus, les jeunes auront l'occasion de manipuler et essayer divers instruments de notre folklore et les bases du rythme et des airs folkloriques québécois. Matériel audio-visuel inclus.

DIMANCHE, 8 NOVEMBRE 2026, 14 H
**CONTE MUSICAL AVEC CHARLES OSTIGUY**
**2 à 6 ans accompagné d'un adulte.**

**Inscription en ligne via www.sport-plusonline.com à compter de septembre ou au comptoir de la bibliothèque. Places limitées.**
Venez vivre une expérience littéraire et musicale originale avec le conte « Gros ours musicien ». L'animateur utilisera différents instruments de musique durant l'histoire afin de favoriser la concentration et l'estime de soi. Ensuite, il offrira trois prestations musicales où les enfants seront amenés à participer avec les percussions et les chants.

30 OCTOBRE ET 18 DÉCEMBRE 2026, 18 H 30

**HEURE DU CONTE DE L'HALLOWEEN ET DE NOËL**

**Salle Pierre-Perrault. Gratuit avec inscription.**

L'heure du conte de l'Halloween, le 30 octobre, et de Noël, le 18 décembre, sera animée par la conteuse Diane Amyot qui enfilera ses costumes et racontera une histoire aux enfants de 4 à 8 ans. Comptines, bricolages et plaisir assuré.

MARDI, MERCREDI ET JEUDI, 9 H À 12 H

**ACTIVITÉ ANIMÉE JEUNESSE**

Tous les mardis, mercredis et jeudis, de 9 h à 12 h, jusqu'en juin, il est possible de réserver une plage pour une activité animée à la bibliothèque. Les réservations doivent se faire auprès des bénévoles responsables de l'accueil et de l'animation, en utilisant le courriel **comptoirbiblio@baiesaintpaul.com** ou par téléphone.

**COFFRETS THÉMATIQUES**

Les coffres à contes sont de retour! Chaque coffret propose différentes activités complémentaires en lien avec les livres inclus. Les coffrets sont disponibles sur réservation.

**RALLYE UNE AVENTURE FANTASTIQUE DANS CHARLEVOIX**

Un rallye à parcourir en famille dans l'univers patrimonial de Baie-Saint-Paul, il guidera petits et grands au cœur du village de manière à repérer les voyelles de l'alphabet ayant mystérieusement disparu des livres de la bibliothèque. Accompagnez Grand-mère Simard dans la recherche de celles-ci et profitez-en pour découvrir, tout au long du parcours, un brin d'histoire et les richesses patrimoniales qui vous entourent. Téléchargez votre **guide d'enquête** ou procurez-vous-en une copie à la bibliothèque René-Richard et partez à l'aventure ! Une fois le rallye complété, tout détective en herbe est invité à remplir le formulaire afin de recevoir, par la poste, son certificat de détective. Et pour s'amuser encore plus, le livre jeux « Une histoire fantastique dans Charlevoix! » est disponible en prêt à la bibliothèque.

Note : le rallye est conçu pour les jeunes âgés de 5 à 10 ans accompagnés d'un adulte. Ce projet a été réalisé par la Table de réflexion sur les services de bibliothèque de la MRC de Charlevoix grâce à une contribution du ministère de la Culture et des Communications.

**PRÊT DE LISEUSES**

**RÉSERVATION DE TÉLESCOPE**

**En collaboration avec le Club d'astronomie**

La location d'un télescope est possible pour les jeunes avec la supervision d'un adulte. Les trousses qui sont incluses lors de la location permettent d'explorer et de découvrir un bel univers. Il est possible d'être accompagné au besoin par un membre du club d'astronomie.

**RÉSERVATIONS D'UNE CARTE MUSÉO**

La carte Muséo offre la chance aux abonnés des bibliothèques du Réseau BIBLIO de partir à la découverte de musées et de leurs fascinantes expositions. Il est possible de consulter les musés participants dans le répertoire en ligne ou au comptoir. Le laissez-passer est valide pour 2 adultes et les enfants de 17 ans et moins d'une même famille. Le laissez-passer vous sera remis au comptoir de la bibliothèque.

**CLUB D'ASTRONOMIE DE CHARLEVOIX**

Richard Poisson, président

418 240-6306 **astrocharlevoix@gmail.com**

24 NOVEMBRE 2026, 19 H

**CONFÉRENCE PUBLIQUE**

**Gratuit, salle Pierre-Perrault**

**Présentées par Hugues Lacombe**

Thème : La Planète Mars

21 SEPTEMBRE, 19 OCTOBRE, 16 NOVEMBRE, 7 DÉCEMBRE 2026, 19 H

**RÉUNION MENSUELLE DU CLUB D'ASTRONOMIE**

**Salle Pierre-Perrault**

**Coût: 40 $/année pour devenir membre (le public est le bienvenue gratuitement pour une première réunion mensuelle)**

Chaque réunion comprend une conférence, une revue de l'actualité en astronomie et la présentation des phénomènes à observer dans le ciel.

21 septembre : *D'où l'eau vient-elle?* par Jean-Renée Roy

19 octobre : *La planète Mercure* par Hugues Lacombe

16 novembre : *Les Exoplanètes* par Claude Shields

7 décembre : B*arnard et l'étoile mystérieuse* par Hugues Lacombe

# PAVILLON DU SAINT-LAURENT ET BOISÉ DU QUAI

Situé juste à côté du quai et à proximité d'une plage et des sentiers, cet espace vous permet de découvrir la nature environnante. La tour d'observation offre une belle vue de 360 degrés sur la baie, les montagnes et L'Isle-aux-Coudres. Des services sont disponibles durant les heures d'ouverture. Consultez l'horaire sur le site web : **www.baiesaintpaul.com/loisirs-culture-et-vie-collective/installations-recreatives-et-plein-air/pavillon-du-saint-laurent-et-boise-du-quai**

# Calendrier des organismes culturels

**Consultez le bottin des organismes culturels pour plus de détails à : www.baiesaintpaul.com/loisirs-culture-et-vie-collective/culture-et-patrimoine/bottin-des-organismes-culturels**

## CENTRE D'ARCHIVE RÉGIONAL DE CHARLEVOIX

Mélanie Bastien, directrice générale et archiviste
9, rue Forget, bureau 101, Baie-Saint-Paul G3Z 1T4
418 435-3443 info@archivescharlevoix.com
**www.archivescharlevoix.com**

Le Centre d'archives régional de Charlevoix est un lieu dédié à la conservation et à la diffusion du patrimoine documentaire de la région. Il offre un accès à une vaste collection d'archives, incluant des documents historiques, photographies, cartes, et objets qui témoignent de l'histoire locale. Le centre propose des services de consultation, de numérisation, et de recherche pour les passionnés d'histoire et les chercheurs, tout en mettant en valeur le patrimoine culturel de Charlevoix. C'est un endroit clé pour découvrir et préserver l'histoire régionale.

### CLUB D'ASTRONOMIE DE CHARLEVOIX

Richard Poisson, président
418 240-6306 **astrocharlevoix@gmail.com**

**OBSERVATOIRE ASTRONOMIQUE DE BAIE-SAINT-PAUL**
Venez découvrir notre observatoire au 212, rue Sainte-Anne, juste à côté du Pavillon du Saint-Laurent.

16 OCTOBRE 2026, 19H30
**SOIRÉE ÉTOILÉE**
Découvrez des constellations d'automne et observation de la Lune, de la planète Saturne avec ses anneaux, de la galaxie d'Andromède et d'autres objets célestes. Si le ciel est nuageux, l'activité sera reportée au lendemain !

## LES BALCONS
## Auberge et bistro culturel

63, rue Ambroise-Fafard, Baie-Saint-Paul G3Z 2J7
581 705-2176 info@lesbalcons.ca
**https://lesbalcons.ca**
facebook.com/lesbalconsbsp

Le bistro culturel des Balcons présente une douzaine de spectacles pour la saison automnale. Allant du blues au jazz fusion en passant par l'électro pop et le post punk, il y en a pour tous les goûts. La grande majorité des spectacles sont offerts en formule billetterie flexible qui vous donne le choix entre trois prix d'entrée par personne afin de garder la culture accessible à tous! De plus, un jeudi sur deux, la Ligue d'improvisation de Baie-Saint-Paul présentera ses matchs aux Balcons. Plusieurs autres événements ponctuels sont à prévoir (karaoke, bingo, micro ouverts, etc.), tous les détails sont disponibles sur le site web des balcons et sur la page Facebook.

| | |
|---|---|
| Samedi, 12 septembre, 20 h | **Li Kouri** |
| Vendredi, 18 septembre, 20 h | **Punch Michael** |
| Samedi, 26 septembre, 20 h | **Bluesmousine (lancement)** |
| Samedi, 3 octobre, 20 h | **Fleur de Peau** |
| Vendredi, 9 octobre, 20 h | **Sara & Rebecca** |
| Samedi, 17 octobre, 20 h | **Pied Léger** |
| Vendredi, 23 octobre, 20 h | **Carl Mayotte** |
| Vendredi, 30 octobre, 20 h | **TransQueb** |
| Samedi, 7 novembre, 20 h | **Saints Martyrs + Dogo suicide** |
| Vendredi, 13 novembre, 20 h | **Gaston Gagnon (lancement)** |

## LIB - Ligue d'improvisation de Charlevoix

63, rue Ambroise-Fafard, Baie-Saint-Paul
(Bistro culturel des Balcons)

17 SEPTEMBRE, 1ER, 15 ET 29 OCTOBRE,
12 ET 26 NOVEMBRE ET
10 DÉCEMBRE 2026, 20 H
**MATCH D'IMPRO**
**Pour tous. Entrée gratuite.**
La LIB se produit maintenant au bistro culturel des Balcons, un jeudi sur deux à compter du 17 septembre. Les improvisateurs, accompagnés de leur musiciens maison, vous garantissent un spectacle haut en couleur, en rire et en divertissement!

## LE FESTIF! DE BAIE-SAINT-PAUL

101-15, rue Ambroise-Fafard, Baie-Saint-Paul, G3Z 2J2
418 436-0331 info@lefestif.ca **www.lefestif.ca**

27 AU 29 NOVEMBRE ET 4 AU 6 DÉCEMBRE 2026

### MARCHÉ DE NOËL

Le temps des Fêtes prend vie au cœur de Baie-Saint-Paul avec son Marché de Noël, où créations locales, produits gourmands et animations festives se rencontrent dans une ambiance chaleureuse, féérique et conviviale. Entre découvertes artisanales, saveurs du terroir et moments magiques en famille ou entre amis, chaque visite devient une expérience unique. Musique, lumières et surprises ponctuent le parcours pour émerveiller petits et grands. Une invitation à découvrir, s'émerveiller et plonger dans la magie.

### CABARET FESTIF! 16E ÉDITION

Le Cabaret Festif!, volet concours du Festif! de Baie-Saint-Paul, agit comme un tremplin pour les auteurs-compositeurs-interprètes émergents ayant le potentiel de percer sur la scène alternative québécoise, leur offrant une vitrine authentique devant un public en quête de nouveautés ainsi qu'un ensemble d'outils et d'opportunités pour propulser leur carrière.

16 JANVIER, 6 ET 27 FÉVRIER 2027
**Soirées de qualifications**
Lieu : Cabaret Otis
Informations et achat de billets: https://lefestif.ca/cabaret

20 MARS 2027
**Grande finale**
Lieu : Salle Multi du Germain Charlevoix
Informations et achat de billets : https://lefestif.ca/cabaret

## CHŒUR ÉCHO DES MONTAGNES

Jocelyne Gilbert, présidente
15, rue Bellevue, Baie-Saint-Paul, G3Z 2M1
418 435-6732 **jocelynegilbert54@gmail.com**
Facebook : Le Chœur Écho des Montagnes

3 SEPTEMBRE AU 9 DÉCEMBRE,
MERCREDI, 18 H 20 À 20 H 30
**PRÉPARATION DU CONCERT DE NOËL**
**DU 13 DÉCEMBRE 2026**
**Carrefour culturel Paul-Médéric**
**Tarif : 75 $ pour la session**
Tu aimes chanter? Joins-toi à nous pour la préparation du concert de Noël. La direction musicale est assurée par Michaël Racine, accompagnée par notre pianiste René Gagnon. Surveillez la page Facebook pour ne rien manquer!

## CHŒUR POLYPHONIQUE DE CHARLEVOIX

Pierre Landry, président
C.P. 3101, Baie-Saint-Paul, G3Z 3B6 418 240-7733
info@choeurpolyphoniquedecharlevoix.org
**www.choeurpolyphoniquedecharlevoix.org**

29 NOVEMBRE 2026, 14 H

### CONCERT *CÉLÉBRONS LA FLAMME*

Le Chœur polyphonique de Charlevoix est heureux de vous présenter le 29 novembre prochain à 14 h, à l'église des Éboulements, le concert *Célébrons la flamme*. Sous la direction musicale dynamique de Sylvain Landry, le Chœur présentera un programme allant de Rutter à Esenvalds. Consultez notre site web pour les détails et l'achat des billets.

## MUSÉE D'ART CONTEMPORAIN DE BAIE-SAINT-PAUL

23, rue Ambroise-Fafard, Baie-Saint-Paul G3Z 2J2
418 435-3681 info@macbsp.com **macbsp.com**

**HORAIRE**
Septembre à mai : mardi au dimanche, 11 h à 17 h
Fermé du 22 au 25 décembre et du 29 décembre 2026 au 1er janvier 2027.

**EXPOSITIONS TEMPORAIRES**

20 JUIN AU 8 NOVEMBRE 2026
**ARI BAYUAJI – *RIVIÈRE DE PERLES***
Le public est invité à découvrir *Rivière de perles*, première exposition personnelle muséale canadienne de l'artiste Ari Bayuaji, présentée sous le commissariat invité de Sylvie Lacerte. Constituée de tissages, de sculptures et d'installations immersives, l'exposition prend appui sur un vaste projet de récupération et de transformation de filets de pêche et de matériaux plastiques collectés sur les rivages. Déployées dans l'espace comme un jardin suspendu, les œuvres évoquent des formes organiques (lichens, mousses, excroissances) et instaurent un environnement sensible, animé par la lumière et le mouvement. Le projet s'inscrit dans une réflexion élargie sur les enjeux environnementaux, les cycles de transformation et les possibilités de revalorisation des rebuts.

12 SEPTEMBRE AU 8 NOVEMBRE 2026
**JIMMY PERRON – *LA FASCINE***
Jimmy Perron est connu pour ses tableaux inspirés de sa région natale, Charlevoix, ainsi que pour le collectif Caméramage qu'il a fondé. Celui-ci a produit docu-fictions et événements où les légendes sont revivifiées par des mises en scène surprenantes. Pour son exposition au Musée d'art contemporain de Baie-Saint-Paul, il s'aventure dans un nouveau territoire, l'installation. Le merveilleux rencontre le quotidien dans sa représentation de la fascine, une pêche traditionnelle de l'Isle-aux-Coudres. L'humble morceau de bois trouvé est transformé en œuvre d'art et de mystérieuses projections enchantent des éléments clés de l'exposition.

12 SEPTEMBRE AU 8 NOVEMBRE 2026

**JOANNIE LAFRENIÈRE – *DE NOS RENCONTRES SE DESSINERONT DES PAYSAGES***

Dans le cadre du Symposium international d'art contemporain de Baie-Saint-Paul qui s'est tenu en août 2025, la photographe Joannie Lafrenière est allée à la rencontre des résident.es du CHSLD de Baie-Saint-Paul. Pendant un mois, un espace de dialogue a été partagé entre ceux-ci et l'artiste, lui permettant de les rencontrer à travers cette série de portraits photographiques ayant pour intention de poser sur eux un regard tendre, lumineux et digne. Cette exposition est rendue possible grâce au soutien de la MRC de Charlevoix.

EXPOSITION PERMANENTE

***OBSERVER* – LA RICHE COLLECTION DU MACBSP**

L'exposition met en valeur la riche collection du MACBSP, qui témoigne d'une vie artistique encore et toujours en effervescence. On y découvre, dans un premier temps, la région de Charlevoix et son passé culturel et artistique remarquable. Un second volet présente un ensemble d'œuvres modernes et contemporaines de la collection. Réunies autour d'un thème renouvelé chaque année, cette partie de l'exposition explore diverses facettes de la création artistique.

## ACTIVITÉS

- Mercredi, 16 septembre, 17 h : Vernissages des expositions de Jimmy Perron et Joannie Lafrenière.
- 25 et 26 septembre : Journées de la culture, activités à confirmer, animation spéciale.
- Samedi, 3 octobre : Activité de création collective dans le cadre de *Couleurs et Saveurs* sur la rue Saint-Jean-Baptiste.
- Samedi, 17 octobre : Diffusion de films par le Ciné-Club Charlevoix avec la présence du réalisateur Éric K. Boulianne. *Farador* à 13 h 30 et *Folichonneries* à 19 h
- Mercredi, 21 octobre : 5 à 7 créatif.
- Jeudi, 12 novembre : Diffusion du film *125, rue des Malaises* par le Ciné-Club Charlevoix à 13 h 30 et 19 h 30.
- Samedi, 28 novembre : Vernissage d'expositions d'hiver.
- Mercredi, 9 décembre : 5 à 7 créatif.
- Jeudi 10 décembre : Diffusion du film *La bataille de Gaulle*, partie 1 par le Cine-Club Charlevoix à 13 h 30 et 19 h 30
- 19 et 20 décembre : Activités de Noël.
- 27, 29 et 30 décembre, 2 et 3 janvier : Activités du temps des Fêtes.

Pour les autres activités consultez le site web du Musée à **https://macbsp.com/evenements**

## MRC DE CHARLEVOIX

Myriam Gauthier, conseillère en communication et en administration
4, Place de l'Église, Baie-Saint-Paul G3Z 1T2
418 435-2639, poste 6904
mgauthier@mrccharlevoix.ca
**mrccharlevoix.ca pays-art.com**

**APPLICATION MOBILE PARCOURIR CHARLEVOIX - CULTURE ET NATURE**

Parcourir Charlevoix - Culture et nature est l'application mobile idéale pour visiter la région et découvrir le patrimoine, la nature exceptionnelle et la diversité culturelle de Charlevoix! Elle vous mène à la découverte de la culture, du terroir et des paysages de la région. Chaque village vous offre un ou plusieurs circuits dévoilant ses principaux attraits culturels sous forme de parcours interprétés. Bien localisés sur une carte, ces attraits vous sont proposés sans point de départ précis. Libre à vous de les parcourir à votre rythme et selon le tracé qui vous convient. L'application mobile est intimement liée à l'exposition permanente « Espace Baie-Saint-Paul | Expo expérience » située au carrefour culturel Paul-Médéric.

## CENTRE DES FEMMES DE CHARLEVOIX

Inscription auprès de l'organisme

595, rue Georges-Édouard-Tremblay
Baie-Saint-Paul G3Z 1V5 418 435-5752
infos@cdfdc.org **cdfdc.org**

LUNDI AU VENDREDI, 8 H 30 À 12 H ET 13 H À 16 H

**SOUTIEN, AIDE INDIVIDUELLE**

Le Centre des femmes est un lieu d'écoute et de soutien pour toutes les femmes, peu importe ce qu'elles vivent. Relations de couple ou familiales, difficultés financières, logement, emploi, charge mentale, santé physique ou psychologique, isolement, deuil, violences, défense de droits. Une intervenante est disponible sur place ou au téléphone. Accueil sans rendez-vous. Nos services sont gratuits et confidentiels.

LUNDI AU VENDREDI, 8 H 30 À 12 H ET 13 H À 16 H

**ACTIVITÉS DE GROUPE**

Une multitude d'activités sont proposées telles que : ateliers créatifs, cuisines collectives, repas-conférence, séance d'informations, fête de Noël et café-rencontre. Vous pourrez y faire des rencontres, en apprendre sur des sujets variés, exprimer vos opinions et partager vos expériences entre femmes. Contactez-nous pour recevoir notre programmation !

VENDREDI, 13 H À 15 H

**LES PM EN FOLIE**

Vous êtes toujours la bienvenue à vous joindre à nous pour des après-midis remplis de folie, de partage et de rire ! Tricot, casse-tête et jeux de cartes au rendez-vous. Ouvert à toutes les femmes.

DATE À VENIR

**VISU'ELLES**

L'exposition collective *Visu'elles* est de retour cette année dans le cadre de la Journée internationale des droits des femmes pour sa 25e édition. Elle rassemble des femmes de tous les horizons qui s'engagent sur une base volontaire à réaliser des œuvres de façon individuelle ou collective. Le processus de création est une occasion pour les femmes, professionnelles ou amateures, de s'exprimer à travers la photo, la sculpture, la peinture, le dessin, le collage ou l'œuvre littéraire, dans le but d'exposer leurs œuvres au grand public. Surveillez l'annonce du thème à l'automne ainsi que la date d'inscription. Pour plus d'information, contactez Floor.

DATE À VENIR

**MA PLACE, MON IMPACT DANS LA COMMUNAUTÉ**

**Gratuit. Ouvert à toutes les femmes immigrantes.**

Vous êtes une femme immigrante vivant dans Charlevoix-Ouest? Ce projet du Centre des Femmes de Charlevoix vise à briser l'isolement, favoriser l'intégration et renforcer le sentiment d'appartenance des femmes immigrantes à notre communauté. À travers des activités de bien-être, du soutien, de l'accompagnement, des rencontres et des échanges, nous créons un espace sécuritaire où les femmes peuvent tisser des liens, découvrir les ressources de la région et participer activement à la vie communautaire. Le projet comprend également un comité de femmes immigrantes engagées, un lieu où les participantes peuvent partager leurs réalités, exprimer leurs besoins et contribuer à bâtir une communauté plus inclusive et solidaire. Parce que chaque femme mérite de se sentir accueillie, soutenue et pleinement partie prenante de sa communauté. Ensemble, faisons de Charlevoix-Ouest un lieu plus fort, plus humain et plus solidaire.

Animé par Yenyfer Herrera, femme, mère et immigrante engagée dans la région. Ce projet est rendu possible grâce à la contribution financière du Ministère de l'Emploi et de la Solidarité.

MERCREDI, 4, 11 ET 18 NOVEMBRE 2026, 9 H À 11 H 30

**ATELIERS BIEN-ÊTRE**

Une série de trois rencontres pour prendre soin de soi à travers le mouvement, la nature et la créativité. Une invitation à la découverte, à l'expérimentation et à l'expression, pour s'outiller et s'offrir un baume pour l'âme. Ces ateliers offrent des bienfaits à plusieurs niveaux :

- Bien-être physique et mental
- Expression et créativité
- Connexion à soi et à la nature
- Renforcement du lien social

Ces ateliers sont comme des petites doses de soleil intérieur. Restez à l'affût ou contactez-nous pour connaître la programmation. Inscription obligatoire.

JEUDI, 24 SEPTEMBRE 2026, 9 H À 12 H

**SÉANCE D'INFORMATION SUR LES CUISINES COLLECTIVES**

Les cuisines collectives sont des moments conviviaux pour cuisiner, apprendre et partager ensemble. Elles permettent d'échanger des idées, de découvrir des recettes simples et économiques, et de tisser des liens dans un esprit d'entraide. Que vous ayez déjà participé à une cuisine collective ou que ce soit une toute nouvelle expérience pour vous, cette rencontre est l'occasion idéale de découvrir le projet, d'échanger avec nous et de poser vos questions afin de voir si cette activité répond à vos besoins. Inscription obligatoire.

## ESPACE FAMILLE

Inscription auprès de l'organisme

Audrey Tremblay, intervenante
Pour inscription : 418 435-5752
595, rue Georges-Édouard-Tremblay, Baie-Saint-Paul
famille@cdfdc.org **cdfdc.org**

LUNDI AU VENDREDI, 8 H 30 À 12 H ET 13 H À 16H30

**SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL**

Au téléphone, en visioconférence, dans nos locaux ou à domicile. Voici les services offerts gratuitement avec ou sans rendez-vous:

- Rencontre prénatale et postnatale
- Introduction des aliments (purée et DME)
- Répit parental (prendre soin du bébé ou des autres enfants)
- Prêter ou donner du matériel et/ou de la nourriture et livres

2 OCTOBRE AU 18 DÉCEMBRE 2026, 9 H À 11 H

**ATELIERS « PARLONS PAROLE »**

Série de 8 ateliers conviviaux pour les parents et les enfants de 18 à 36 mois afin de découvrir des stratégies simples et ludiques pour soutenir le développement de son langage au quotidien! À travers des activités adaptées à son âge, vous apprendrez comment favoriser la communication, enrichir le vocabulaire et encourager l'expression de votre tout-petit dans le plaisir. Ces ateliers offrent également l'occasion d'échanger avec d'autres parents et de repartir avec des idées concrètes à mettre en pratique à la maison. Parler, jouer et grandir ensemble! Gratuit, sur inscription.

14 OCTOBRE AU 16 DÉCEMBRE 2026, 9 H À 11 H

**ATELIER PARENTS-BÉBÉS LES COCCINELLES (0–1 AN)**

Série de 8 ateliers pour les tout-petits (0–1 an) et leurs proches pour partager un moment tout en douceur et découvrir des activités simples et enrichissantes pour soutenir son développement global. Échanges entre parents, conseils pratiques et présence d'une intervenante pour répondre à vos questions. Gratuit, sur inscription.

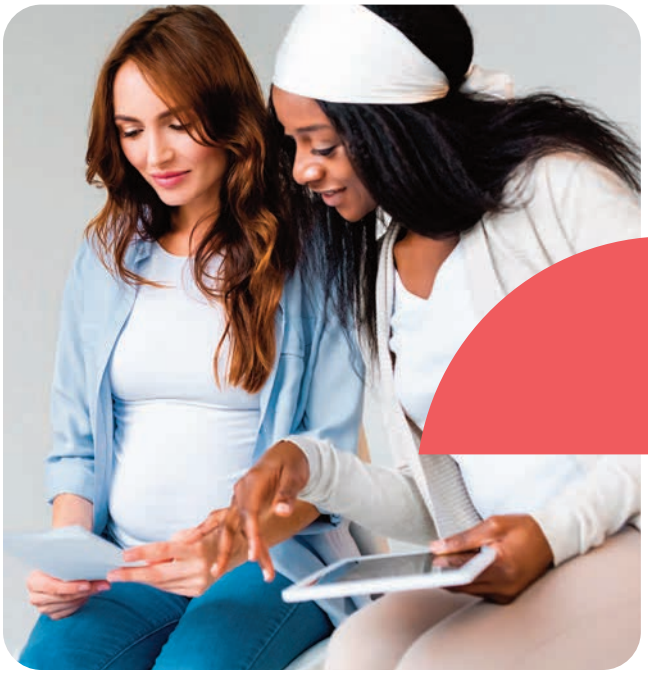
PLUSIEURS JEUDIS, SEPTEMBRE À JUIN, 9 H À 11 H

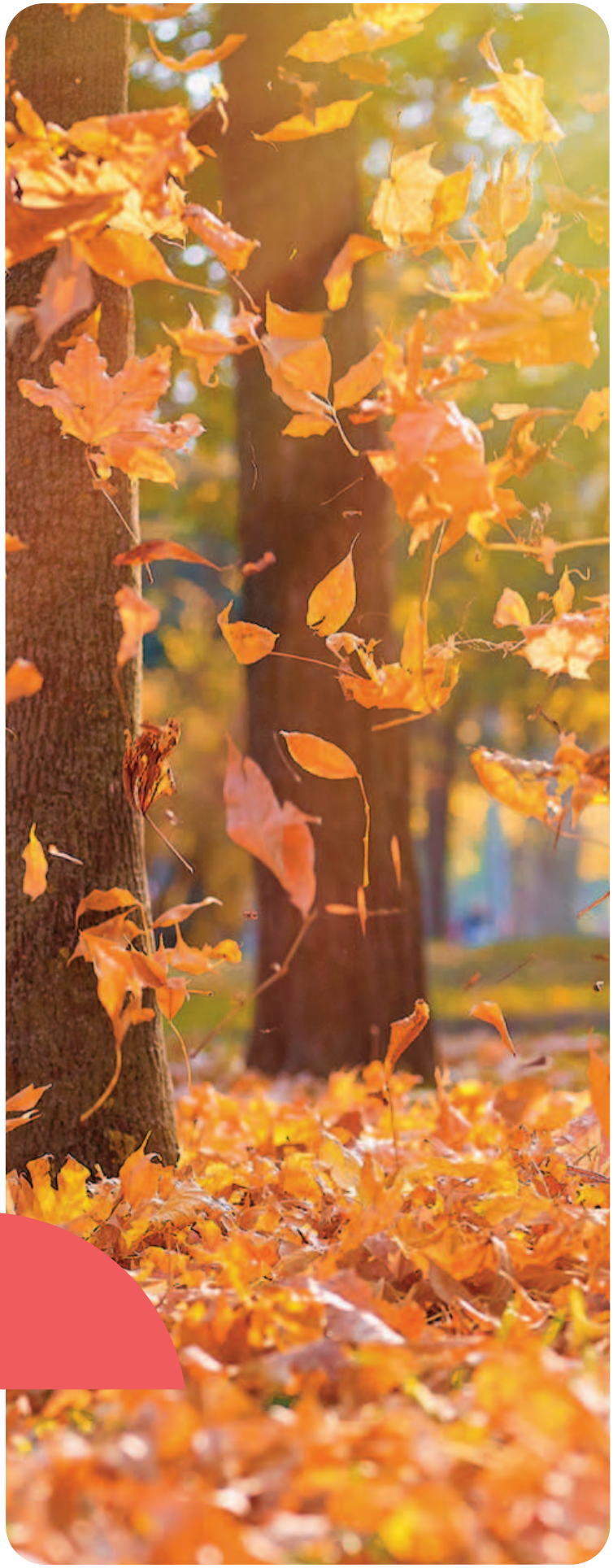
**LES JEUDIS FAMILLES**

Rencontres animées par les intervenantes ou des personnes-ressources selon les thèmes choisis :

- Ateliers informatifs avec halte-garderie
- Discussions animées avec halte-garderie
- Activités extérieures parents-enfants
- Activités intérieures parents-enfants
- Moments d'échange et de réseautage entre parents avec halte-garderie

Sur inscription.





## À chacun sa façon de profiter de Baie-Saint-Paul

# Bouger Créer Explorer...

## ou profiter du plein air,

la Ville de Baie-Saint-Paul vous offre une foule d'occasions de faire des découvertes, de vous divertir et de rester actif tout au long de l'année.

Activités sportives et culturelles, bibliothèque, plein air, spectacles, événements et bien plus encore, **il y en a pour tous les goûts et tous les âges.**

**Découvrez**
**tout ce qui vous attend.**

**Pour tout savoir sur les activités et événements,**
**c'est ici!**

BSP Ville de Baie-Saint-Paul