

Service des loisirs et de la culture

PROGRAMMATION

PRINTEMPS - ÉTÉ 2026

Ville de
SAINT RAYMOND



Credit photo : AmyGagnon-StudioCollectif

Obtenez 10% de rabais
en vous inscrivant durant
la période d'inscription.

INSCRIPTIONS - 17 au 26 février 2026



PAR INTERNET (dès 6h)

<https://saint-raymond.appvoila.com/fr/>



PAR LA POSTE

Formulaire à l'intérieur de la programmation



PAR TÉLÉPHONE

25 et 26 février seulement

418 337-2202, poste 3

8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h 30

OBTENEZ 10 % DE RABAIS
EN VOUS INSCRIVANT JUSQU'AU 26 FÉVRIER

**LE SERVICE DES LOISIRS ET
DE LA CULTURE VOUS OFFRE**

3 POSSIBILITÉS
POUR EFFECTUER
VOTRE INSCRIPTION :

INTERNET

POSTE

TÉLÉPHONE

**(2 jours seulement par
téléphone - consultez l'horaire)**



JOURNÉES FÉRIÉES ET CONGÉS SCOLAIRES



Tous les cours du Service des loisirs et de la culture sont annulés lors des journées fériées. Veuillez vous référer aux horaires des activités, dans votre calendrier VOILÀ ou sur votre reçu. **SEULES** les activités parascolaires sont annulées lors des congés scolaires.

TEMPÊTE



Lors des tempêtes, vous recevrez un courriel uniquement si votre cours est annulé. Vérifiez vos courriels en cas de doute.

POLITIQUE FAMILIALE

Dès qu'une personne inscrit plus d'un membre d'une même famille résidente de Saint-Raymond, un rabais de 10 % sera accordé pour chaque activité de chacun des membres de cette famille. Ce rabais est applicable pour des activités régulières dans une même session et **seulement pendant la période d'inscription**. Cette politique ne s'applique pas pour le centre de ski.

POUR VOUS CONNECTER OU CRÉER VOTRE DOSSIER :

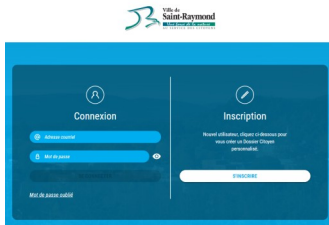
Visitez le site de la Ville de Saint-Raymond au www.villesaintraymond.com
Dans les onglets de droite, cliquez sur **Portail VOILÀ**

Vous pouvez ensuite vous connecter ou créer un dossier.

L'ONGLET VOILÀ!
SUR LA PAGE D'ACCUEIL DU SITE WEB



Pour informations, veuillez vous référer aux [Procédures pour créer un compte](#) » (cliquer) qui explique les étapes de la création du compte.
Le délai d'approbation sera environ de 24 à 48 heures.



- Prenez note que chaque activité accepte un certain nombre d'inscriptions. **Premier arrivé, premier servi!**
- **Pour que le rabais familial s'applique, vous devez effectuer vos inscriptions dans la même transaction.**

Après avoir complété votre inscription en ligne, **vous devez acquitter votre facture immédiatement avec votre carte de crédit MasterCard ou Visa sans quoi votre inscription sera supprimée.**

PAIEMENT EN LIGNE PAR CARTE DE CRÉDIT SEULEMENT



PAIEMENT :

- Le paiement doit être **obligatoirement** effectué lors de l'inscription.
- Les taxes sont incluses dans le coût des activités.

Pour les inscriptions en ligne par VOILÀ, le paiement doit être effectué par carte de crédit. Vous serez redirigé vers la plateforme de paiement.

Si vous ne détenez pas de carte de crédit, vous pouvez finaliser la facture (choisir l'autre « je ne veux pas payer par carte de crédit »). Vous pourrez ainsi effectuer **immédiatement** un paiement de facture via votre institution financière (fournisseur : Ville Saint-Raymond - catégorie : loisirs - numéro de référence : votre numéro de client).

Pour les inscriptions par la poste : vous devez joindre un chèque au formulaire fourni dans la présente programmation. Celui-ci doit être fait à l'ordre de la Ville de Saint-Raymond.

Pour les inscriptions par téléphone : le paiement doit être effectué par carte de crédit. Vous devez donc avoir votre carte en main.

Il est possible de payer en deux versements pour les activités dont les coûts d'inscription s'élèvent à plus de 100 \$. Le 2^e versement doit être fait au plus tard le **4 avril 2026**. **Le Service des loisirs sera contraint d'annuler toute inscription non payée selon les modalités prévues.**

INSCRIPTION POUR LES PERSONNES NON RÉSIDENTES :

Aux fins de la présente définition, est considérée résidente toute personne physique domiciliée permanente sur le territoire de Saint-Raymond. N'est pas considérée comme résidente toute personne propriétaire ou locataire d'un emplacement de camping ou propriétaire d'un terrain. La politique s'applique pour toutes les activités organisées par le Service des loisirs.

Un coût supplémentaire de 50 % par activité sera appliqué aux personnes qui résident à l'extérieur du territoire de Saint-Raymond.

MODALITÉS D'INSCRIPTION :

Un nombre minimal de participants est requis afin qu'un cours ou un atelier soit offert. Un nombre maximal est aussi fixé. Vous pouvez également vous inscrire via le Web. Référez-vous aux informations ci-dessus.

REMBOURSEMENT :

Les remboursements peuvent être effectués pour les activités organisées par le Service des loisirs et de la culture dans les cas suivants :

1. Remboursement automatique à 100 % lorsque le cours est annulé par le Service des loisirs et de la culture.
2. Pour des raisons médicales du participant. Dans ce cas, un billet du médecin sera exigé, et la demande devra être reçue avant la fin de la session en cours.
3. Immédiatement après le 2^e cours, pour diverses raisons : objectifs non atteints, nouvel horaire, déménagement, etc. **Le participant devra demander son remboursement avant la tenue du 3^e cours.**
4. Les participants inscrits dans les différents clubs accrédités (hockey, patinage, soccer, vélo, etc.) doivent communiquer avec le club pour un remboursement.

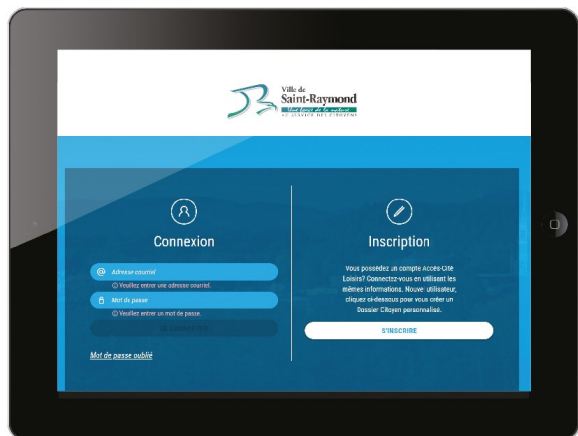
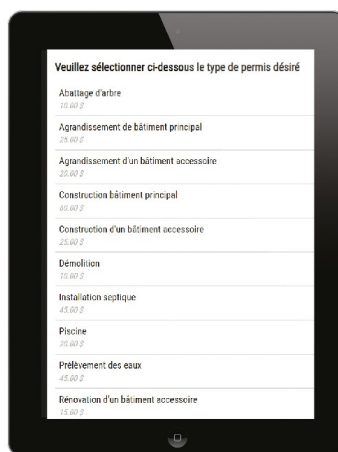
Pour les points 2 et 3, dans le cas où un remboursement serait accepté, des frais de 10 % seront retenus. On soustraira également un montant d'argent au prorata du nombre de cours que le participant aura suivis. Mis à part les points mentionnés ci-dessus, aucun remboursement d'inscription ne sera effectué une fois que l'activité sera débutée.

VOILÀ!, votre dossier citoyen personnalisé

La plateforme «[Voilà! Mon dossier citoyen en ligne](#)» vous permet de vous créer un dossier personnalisé exclusivement en ligne et ainsi, de procéder à vos **inscriptions aux activités du Service des loisirs et de la culture**, d'adhérer au compte **de taxes en ligne**, de faire la **demande de certains permis du Service d'urbanisme en ligne** et, enfin, de **soumettre des requêtes et des signalements** (par exemple, un couvercle d'égout pluvial enlevé).

Inscrivez-vous et explorez la plateforme! Pour s'inscrire, suivez-le lien ici: <https://saint-raymond.appvoila.com/fr/>. Le bouton d'inscription est également disponible sur la page d'accueil du site Web de la Ville.


L'ONGLET VOILÀ! SUR LA PAGE D'ACCUEIL DU SITE WEB

LA PAGE POUR S'INSCRIRE OU SE CONNECTER À LA PLATEFORME VOILÀ!

UNE PARTIE DE LA LISTE DES PERMIS QU'IL EST POSSIBLE DE SOUMETTRE EN LIGNE

UNE FOIS INSCRIT, VOUS POURREZ :

- Procéder à vos inscriptions aux activités du Service des loisirs et de la culture **EN LIGNE**.
- Adhérer au compte de taxes **EN LIGNE**.
- Faire la demande de certains permis du Service de l'urbanisme **EN LIGNE**.
- Soumettre des requêtes et des signalements (par exemple, un couvercle d'égout pluvial enlevé).

INSCRIVEZ-VOUS ET EXPLOREZ LA PLATEFORME; ELLE REGROUPE PLUSIEURS POSSIBILITÉS!

LE SERVICE DES LOISIRS ET DE LA CULTURE

En partenariat avec le milieu, le Service des loisirs et de la culture de la Ville de Saint-Raymond a comme mission d'apporter une contribution essentielle à la qualité de vie de la population raymondoise en favorisant l'accès aux services et aux ressources en matière de loisirs et de culture. Pour ce faire, le service offre des activités et des infrastructures de loisirs selon les besoins du milieu et favorise le partenariat ainsi que la reconnaissance des bénévoles et des associations.

Nous espérons que cette programmation répondra à vos attentes. N'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires.

NOS PRINCIPALES RESPONSABILITÉS SONT :

- Présenter des programmes d'activités sportives, culturelles et communautaires en fonction des besoins de la population raymondoise;
- supporter le travail des associations qui sont accréditées par la Ville de Saint-Raymond;
- assurer une saine gestion des ressources humaines physiques et financières allouées par la Ville de Saint-Raymond à l'organisation des sports, de la culture et de la vie communautaire;
- agir en qualité de ressource-conseil auprès des citoyens et des groupes afin qu'ils participent à l'organisation et au développement d'événements spéciaux touchant spécifiquement le sport, la culture et la vie communautaire.

NOTRE ÉQUIPE

- **JEAN ALAIN**, directeur du Service des loisirs et de la culture
- **JIMMY MARTEL**, responsable des loisirs, sports et événements
- **MARTIN HARDY**, contremaître aux loisirs
- **ALEXANDRA BEAUPRÉ**, responsable centre de ski et camp de jour
- **ÉTIENNE ST-PIERRE**, coordonnateur à la culture et au patrimoine
- **EMMANUELLE NOREAU**, agente administrative aux loisirs et à la culture
- **JOSIANE LA HAYE**, agente de bureau au centre multifonctionnel
- **SOPHIE PACAUD**, agente administrative au centre de ski
- **JONATHAN PAGEAU**, journalier spécialisé aux loisirs
- **LUC LÉPINE**, journalier spécialisé aux loisirs
- **BOBBY CANTIN**, préposé aux loisirs et à la culture
- **CHANTAL CANTIN**, préposée aux loisirs et à la culture
- **RAPHAËL GINGRAS**, préposé aux loisirs et à la culture
- **ÉRIC MOISAN**, préposé aux loisirs et à la culture
- **LUCAS MORASSE**, préposé aux loisirs et à la culture
- **MARIO VACHON**, préposé aux loisirs et à la culture

NOUS JOINDRE ET EMBLEMES

- **ADMINISTRATION** 418 337-2202, poste 3
375, rue Saint-Joseph
loisirs@villesaintraymond.com
- **SKI SAINT-RAYMOND** 418 337-2866
1226, rang Notre-Dame
- **ARÉNA** 418 337-3641
160, place de l'Église
- **CENTRE MULTIFONCTIONNEL** 418 337-2202, poste 201
160-2, place de l'Église

- **SALLE D'ENTRAÎNEMENT LA CASERNE**
375, rue Saint-Joseph (entrée arrière)
- **PARC PROMUTUEL**
175, route des Pionniers
- **SALLE DU PONT-TESSIER**
160, place de l'Église
- **ÉCOLE PRIMAIRE DE LA GRANDE VALLÉE :**
 - **Pavillon Marguerite-d'Youville**
150, rue de l'Hôtel de ville
 - **Pavillon Saint-Joseph**
380, rue Saint-Cyrille



GÉNÉRAL

Inscription en ligne	1
Information - procédure d'inscription	1
Plateforme VOILÀ	2
Le Service des loisirs et de la culture	3
Événements à venir Ville Saint-Raymond	5
Semaine de relâche	6
Spectacles en vente Culture Saint-Raymond	7
Spectacles estivaux Culture Saint-Raymond	111118
Offre d'emploi camp de jour	10
Publicité camp de jour	11111111
Formulaire FASL	12
Formulaire d'inscription par la poste	1113
Parc Promutuel	14-15
Parc riverains et terrains sportifs	16
Disc golf	39

LOISIRS PARASCOLAIRES

Apprentis-cuisiniers	17
Ateliers créatifs	17
Just dance	18
Initiation aux sports	18

ACTIVITÉS CULTURELLES

Anglais	18
Atelier d'écriture créative	18
Cours de peinture avec Lucie Dolbec	18
Service de lecture (bibliothèque)	19

ACTIVITÉS SPORTIVES

Yoga - express	19
Yoga - gestion du stress	19
Yoga - 50 ans et plus	19

Salle entraînement - La Caserne	20-21
Conditionnement physique 50 ans et plus	22
Conditionnement physique 65 ans et plus	22
Cours à la carte	22
Conditionnement - entraînement boxe sans contact	22
Conditionnement - entraînement HIIT	22
Conditionnement - entraînement fonctionnel	23
Conditionnement - pilates	23
Conditionnement - entraînement TABATA	23
Conditionnement - entraînement STEP - HIIT	24
Conditionnement - entraînement TRX	24
Spinning adapté (50 ans et plus)	24
Ligue féminine flag football	24
Club de Baseball Les As du Grand Portneuf	25
Dek hockey volet jeunesse	26
Dek hockey adulte	27
Club de soccer mineur	28
Club de soccer senior	29
Club de vélo volet jeunesse	30
Club de vélo volet adulte	31

ORGANISMES

Raid Bras du Nord	9
Club Canoë kayak	25
Club nautique du lac Sept-Îles	25
Vallée Bras-du-Nord	32
Vélopite Jacques-Cartier - Portneuf	33
Camp Portneuf	34
Organismes du milieu	35-36-37
Piscine Lyne-Beaumont	38

**VIENS
JOUER
DEHORS !**



**20 AU 22
FÉVRIER**



**SKI SAINT-RAYMOND
PARC ALBAN-ROBITAILLE
SENTIERS DE LA SAVANE**

Ville de

**SAINT
RAYMOND**



Desjardins



VILLE DE SAINT-RAYMOND
WWW.VILLESAINTRAYMOND.COM



LA FÊTE AUX SUCRES

Desjardins

Ville de
**SAINT
RAYMOND**

**SAMEDI
11 AVRIL
2026**

**SUR
PLACE
DE
L'ÉGLISE**

**SURVEILLENZ LA SORTIE DE
LA PROGRAMMATION**



LA SEMAINE DE RELÂCHE À SAINT-RAYMOND

ACTIVITÉS
SPORTIVES | CULTURELLES | FAMILIALES



Le Service des loisirs et de la culture vous propose des activités libres et gratuites à pratiquer du 2 au 6 mars pendant la semaine de relâche:

- Patinage et hockey libre à l'aréna
- Volleyball, badminton, pickleball, basketball et soccer en gymnase, à l'école secondaire Louis-Jobin
- Ateliers divers au centre multifonctionnel Rolland-Dion

Nous avons aussi rassemblé des attrait et des activités à pratiquer sur le territoire (non-encadrés par la Ville).

BONNE RELÂCHE!



Ski **SAINT RAYMOND**

Activités spéciales tous les jours

• Tubes en folies
• Défi Ski & Selfie
• La journée gonflée
• Soirée light stick
• Rabais lève-tôt



LA SEMAINE DE RELÂCHE À LA STATION DE SKI





Chantal Lamarre
20 février 2026



Conseil
des arts
et des lettres
du Québec

Shirono Ballon
22 février 2026



Conseil
des arts
et des lettres
du Québec

Pierre-Luc Pomerleau
13 mars 2026



SODEC

Billy Tellier
23 mai 2026



Clip!
24 mai 2026

Billets en vente



VILLESAINTRAYMOND.COM



LE PLUS GROS RASSEMBLEMENT DE VÉLO DE MONTAGNE AU CANADA

RAID
BRAS DU NORD
PROMUTUEL
ASSURANCE



DÉFI CORPORATIF



Vendredi 21 août

Relève le défi amical de vélo de montagne avec tes collègues de travail! L'équipe de quatre participants qui effectuera le plus de fois la boucle de 5km à relais sera couronnée grande championne!

Pas besoin d'être un athlète ;) L'objectif est de s'amuser!



LES COURSES



Samedi 22 août

Les courses du Raid Bras du Nord sont de loin l'événement de vélo de montagne le plus imposant au Québec! Avec ses 5 distances, le Raid offre un défi à tous les calibres de cyclistes!

Avant Bras 20 km
Petit Bras 30 et 45 km
Gros Bras 60 et 75 km



JOURNÉE FAMILLE



Dimanche 23 août

L'avenir du vélo de montagne passe par la relève!

Le Mini Bras est le défi des tout-petits, de 2 à 10 ans. Animation et spectacle de magie sur place!

**GRATUIT POUR
TOUS!**

LE RAID, C'EST AUSSI LA FÊTE !

En plus des défis sportifs, profitez d'une programmation complète incluant des spectacles gratuits et des activités familiales pour faire vibrer les petits comme les grands. Une programmation festive ouverte à l'ensemble de la population pour festoyer tous ensemble !

WWW.RAIDBRASDUNORD.COM

Offre d'emploi

CAMP DE JOUR

NOUS **RECHERCHONS** :



Animateurs

- Participe à l'élaboration de la programmation des activités adaptées pour son groupe d'âge;
- Assure l'animation en collaboration avec les autres animateurs;
- S'assure de la sécurité et du bien-être des enfants en tout temps.



Accompagnateurs

- Aider les animateurs à adapter les activités récréatives afin qu'elles répondent aux besoins des enfants;
- Développer des liens avec ces enfants et favoriser leur développement;
- Être auprès de ces enfants en tout temps et s'assurer de leur sécurité.

Les avantages



Horaire stable de jour la semaine plus possibilité de travailler à temps partiel à la Ville de Saint-Raymond en dehors de l'été;



Travailler en **plein air** dans une **ambiance unique** et avoir tous les soirs et fins de semaine **libres**;



Salaire **concurrentiel** et une expérience enrichissante pour ton cv;



Relever des **défis culturels et sportifs** avec les enfants et leur faire vivre un **été mémorable**.

Profil recherché

- Avoir 16 ans et plus;
- Passer avec succès la vérification des antécédents judiciaires;
- Posséder des aptitudes en animation auprès des enfants;
- Capacité de travailler en équipe;
- Être débrouillard, responsable, créatif et faire preuve d'initiative.

Pour postuler

Remplis un **formulaire en ligne** sur le site Web de la Ville
 villesaintraymond.com

✉ loisirs@villesaintraymond.com  /villesaintraymond

☎ 418 337-2202 p. 3



PÉRIODE D'INSCRIPTION : 7 AU 15 AVRIL 2026

Inscriptions uniquement via la plateforme d'inscription en ligne **SPORT-PLUS**
de la Ville de Saint-Raymond : www.villesaintraymond.com



CAMP DE JOUR DU 22 JUIN AU 14 AOÛT 2026

Rendez vous sur le site web de la
Ville et visitez la section
CAMP DE JOUR
www.villesaintraymond.com
418 337-2202, poste 3

Ville de
**SAINT
RAYMOND**

FONDS D'ACCESSIBILITÉ AUX SPORTS (POUR LES ENFANTS)

La mission du fonds est d'aider financièrement les jeunes familles démunies afin d'offrir une plus grande accessibilité aux activités de sports et de loisirs pour leur enfant. L'aide financière permettra de couvrir en partie ou en totalité les coûts reliés à l'inscription d'une activité de loisirs. La confidentialité est la partie fondamentale de ce processus.

Ce logo que vous retrouverez dans la programmation indique que l'activité est admissible au fonds d'accessibilité. Pour vous inscrire via ce programme, vous devez remplir le formulaire ci-dessous.



FORMULAIRE D'INSCRIPTION FASL PRINTEMPS-ÉTÉ 2026

Nous vous rappelons que ce programme s'adresse aux familles à faibles revenus qui résident à Saint-Raymond.

Veillez compléter les renseignements en lettres moulées

Nom de l'enfant : _____

Date de naissance de l'enfant : _____

Nom du père : _____

Nom de la mère : _____

Adresse des parents :

Père : _____

Mère si différent : _____

Code postal : _____ Téléphone: _____

Code postal : _____ Téléphone: _____

Nombre d'enfants à la maison : _____ Âge des enfants : _____

Situation économique de la famille:

Revenus bruts de la famille:

Moins de 25 000 \$ _____

Entre 25 000 \$ et 30 000 \$ _____

Entre 30 000 \$ et 35 000 \$ _____

Entre 35 000 \$ et 45 000 \$ _____

1^{er} choix d'activité : _____ Niveau (si nécessaire) : _____

2^e choix d'activité : _____ Niveau (si nécessaire) : _____ (si 1^{er} choix non disponible)

Toute fausse déclaration entraînera un refus pour cette demande et les demandes subséquentes. Certaines preuves peuvent être demandées pour justifier les demandes.

Déposez votre formulaire, **au plus tard le 26 février 2026**, à l'hôtel de ville au 375, rue Saint-Joseph, Saint-Raymond, G3L 1A1.

FORMULAIRE D'INSCRIPTION PAR LA POSTE

Identification du membre principal de la famille

* section obligatoire

Nom : _____ Prénom : _____ Date de naissance: _____

Adresse : _____ Sexe: _____

Ville : _____ Code postal : _____

Courriel (obligatoire) : _____

Le reçu d'inscription sera expédié par courriel seulement.

Tél. résidence : _____ Tél. travail : _____ Cell. : _____

Veillez faire parvenir votre formulaire et votre chèque au nom de *Ville de Saint-Raymond*, à :

Section famille

* À compléter seulement si vous inscrivez plus d'une personne qui réside à la même adresse

Nom	Prénom	Date naissance	Sexe	Lien avec le membre principal

Choix de cours

*Section obligatoire

Nom et prénom du participant	Activité et groupe	Horaire	Coût
			\$
			\$
			\$
			\$
		SOUS-TOTAL	\$
** Politique familiale, rabais de 10 % (seulement si plus d'une personne est inscrite aux activités)			— \$
RÉSIDENTS SEULEMENT (Ex. : un sous-total de 150 \$ X 10 % = 15 \$ de rabais)			
		TOTAL À PAYER	\$

Transmettre à :

Service des loisirs

Ville de Saint-Raymond

375, rue Saint-Joseph

Saint-Raymond (Québec) G3L 1A1

Le formulaire et le paiement peuvent également être laissés dans la chute de la porte principale de l'hôtel de ville.

DÉCOUVREZ LE

PARC PROMUTUEL ASSURANCE

📍 175, route des Pionniers, Saint-Raymond

Avec ses installations, le parc Promutuel Assurance se veut un parc multifonctionnel où toute la population est invitée à se divertir en plein air!

TERRAINS DE SOCCER



TERRAINS DE TENNIS



TERRAINS DE PICKLEBALL



TERRAINS DE VOLLEYBALL DE PLAGE



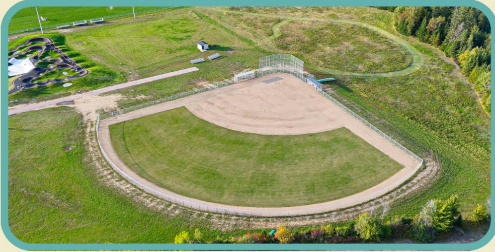
SKATE-PARK



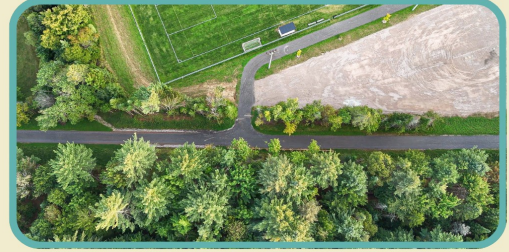
PUMPTRACK



TERRAIN DE BASEBALL



LIEN CYCLABLE



ESPACE VERT



SURFACES DE DEK HOCKEY



SENTIERS D'INITIATION ET DE PROGRESSION AU VÉLO DE MONTAGNE



- SURFACE MULTIFONCTIONNELLE POUR LE DEK HOCKEY ET BASKETBALL
- PATINOIRE 4 SAISONS
- MODULES DE JEUX POUR ENFANT

ÉTÉ 2026

PARCS RIVERAINS ET TERRAINS SPORTIFS

FORÊT NOURRICIÈRE

Au cœur du parc riverain de la Sainte-Anne se trouve la Forêt nourricière de Saint-Raymond. Aménagé sur un terrain d'environ 1,5 hectare, ce nouvel écosystème a été pensé pour nourrir le sol, la faune et l'homme. Près de 120 variétés de vivaces comestibles, d'arbustes et d'arbres fruitiers poussent dans ce magnifique parc ouvert à tous gratuitement. En ces lieux, le marcheur-cueilleur est bienvenu! Des jardins communautaires (cueillette interdite) font également la richesse de ce site où une serre bioclimatique est actuellement en construction.

INFORMATION

Pour plus d'information, pour devenir bénévole ou pour être sur la liste d'attente des jardins communautaires, contactez-nous sur la page Facebook Forêt nourricière de Saint-Raymond ou par courriel : foretnourriciere@hotmail.com

PARC ALBAN-ROBITAILLE

Par l'avenue de l'Hôtel-de-Ville : stationnement à l'école de la Grande-Vallée, pavillon Marguerite-d'Youville

- Agora du Pont-Tessier
- Patinoire pour le hockey balle ou le roller hockey
- Modules de jeux pour enfants
- Jeux d'eau
- Terrain de pétanque
- Terrain de pickleball
- Terrain de shuffleboard
- Modules d'entraînement

TERRAINS SPORTIFS EXTÉRIEURS

Vous pouvez utiliser ces terrains sportifs mis à votre disposition.

Balle donnée :	Parc Promutuel Assurance
Baseball :	Parc Promutuel Assurance
Basketball :	Pavillons Saint-Joseph et Marguerite d'Youville
Dek hockey :	Pavillon Saint-Joseph et Parc Promutuel Assurance
Disc golf :	Station Ski Saint-Raymond
Football :	École secondaire Louis-Jobin
Pétanque	Parc Alban-Robitaille
Pickleball :	Parc Promutuel Assurance / Parc Alban-Robitaille / Parc de la tourbière (750, côte Joyeuse)
Shuffleboard :	Parc Alban-Robitaille
Soccer :	Parc Promutuel Assurance et école secondaire Louis-Jobin
Tennis :	Parc Promutuel Assurance / Parc de la tourbière (750, côte Joyeuse)
Volleyball de plage :	Parc Promutuel Assurance

Si vous souhaitez réserver un terrain, vous devez communiquer avec le Service des loisirs au 337-2202 poste 3.

Réservation: En réservant votre terrain, vous vous assurez d'avoir le terrain à l'heure et à la journée choisies. Coût : 25 \$ / 1 heure

TERRAIN DE TENNIS et PICKLEBALL - Lac Sept-Îles

Découvrez deux magnifiques terrains de tennis en bord du lac. Pour réserver un terrain : 418 337-3232.

TERRAIN DE PÉTANQUE - Lac Sept-Îles

Découvrez un de espace pétanque qui est ouvert tous les jours. Pour vous inscrire aux tournois ou pour réserver un terrain, veuillez téléphoner au numéro 418 337-3232.

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

LES LOISIRS PARASCOLAIRES

Les loisirs parascolaires, présentés conjointement par le Service des loisirs et l'école primaire de la Grande-Vallée, permettent aux parents de prendre un moment de répit et offrent aux enfants la possibilité de bouger et de créer des liens d'amitié.

Le programme :

- Une série d'activités présentée sur l'heure du midi ou immédiatement après l'école;
- Des activités sportives et socioculturelles pour les enfants du primaire (5 à 12 ans);
- Afin de permettre à un plus grand nombre de personnes de participer aux activités de loisirs parascolaires, **un maximum de deux inscriptions par enfant sera autorisé;**
- Dans le cas où des places seraient disponibles, une troisième inscription pourrait alors être acceptée.

LES ACTIVITÉS SONT ANNULÉES LORS DES CONGÉS SCOLAIRES.

ANIMATEURS PARASCOLAIRES RECHERCHÉS

Nous sommes à la recherche d'animateurs pour combler les activités parascolaires lors des midis et après l'école :

- Vous avez des idées, ça vous intéresse d'essayer?
- Salaire intéressant
- Horaire selon vos disponibilités :
 - Lundi au vendredi : 11 h 15 à 12 h 45 / 15 h 15 à 16 h 45
 - Possibilité d'effectuer un seul midi ou après-midi. On s'adapte à vos disponibilités.

Tâches :

- Assurer la sécurité lors du déplacement de l'école jusqu'au local;
- Encadrer l'activité pour que les enfants aient du plaisir;
- Pour les activités du midi, superviser le diner. Chaque enfant a son repas froid.

Faites parvenir votre curriculum vitae à :
jimmy.martel@villesaintraymond.com

APPRENTIS-CUISINIERS

Si tu aimes cuisiner, participer à la préparation des repas ou si tu désires t'initier, cet atelier est conçu pour toi. Cours d'initiation.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 11 h 20 à 12 h 40 7 avril au 26 mai 2026	3 ^e à 6 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	60 \$ avant 27 fév. 66,67 \$ régulier	90 \$ avant 27 fév. 100 \$ régulier	Carole Plamondon
Jeudi, 11 h 20 à 12 h 40 9 avril au 28 mai 2026	3 ^e à 6 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	60 \$ avant 27 fév. 66,67 \$ régulier	90 \$ avant 27 fév. 100 \$ régulier	Carole Plamondon

ATELIERS CRÉATIFS

Expérimentation de plusieurs univers de l'art à travers les œuvres d'artistes du monde entier : le dessin, la peinture, le collage... Ce cours vise à développer chez l'enfant tant ses habiletés techniques, son imagination et sa créativité.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 11 h 15 à 12 h 45 21 avril au 9 juin 2026	Maternelle à 1 ^{re} année	Centre multifonctionnel	8 sem.	80 \$ avant 27 fév. 88,89 \$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Stéphanie Bardou
Jeudi, 11 h 15 à 12 h 45 23 avril au 11 juin 2026	1 ^{re} à 2 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	80 \$ avant 27 fév. 88,89 \$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Stéphanie Bardou
Vendredi, 11 h 20 à 12 h 40 24 avril au 12 juin 2026 Cours annulés : 1 - 15 mai	3 ^e à 5 ^e année	Centre multifonctionnel	6 sem.	60 \$ avant 27 fév. 66,67 \$ régulier	90 \$ avant 27 fév. 100 \$ régulier	Stéphanie Bardou

ATELIERS - TRICOT

Cours d'initiation ou perfectionnement en tricot. Matériel fourni.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 11 h 20 à 12 h 40 7 avril au 26 mai 2026	3 ^e et 4 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	60 \$ avant 27 fév. 66,67 \$ régulier	90 \$ avant 27 fév. 100 \$ régulier	France Girard
Jeudi, 11 h 20 à 12 h 40 9 avril au 28 mai 2026	5 ^e et 6 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	60 \$ avant 27 fév. 66,67 \$ régulier	90 \$ avant 27 fév. 100 \$ régulier	France Girard

ACTIVITÉS PARASCOLAIRES

JUST DANCE

Venez danser en suivant les chorégraphies de Just Dance.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 11 h 20 à 12 h 40 20 avril au 15 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	3e à 5 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	80 \$ avant 27 fév. 88,89 \$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Stéphanie Bardou
Mercredi, 11 h 15 à 12 h 45 22 avril au 10 juin 2026	Maternelle à 2 ^e année	Centre multifonctionnel	8 sem.	80 \$ avant 27 fév. 88,89 \$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Stéphanie Bardou

INITIATION AUX SPORTS

Activité d'initiation à plusieurs mouvements sportifs. Développement de la motricité globale, par la course, la coordination et l'équilibre. Vêtements et souliers de sport. Bouteille d'eau.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mercredi, 16 h 45 à 17 h 35 11 mars au 29 avril 2026	5 ans, né en 2021	Gymnase St-Joseph	8 sem.	80 \$ avant 27 fév. 88,89 \$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Jasmin Cantin

ACTIVITÉS CULTURELLES

ANGLAIS

Dans un cadre chaleureux et dynamique, ces cours sont conçus pour favoriser l'apprentissage authentique et le plaisir de communiquer. Enseignante et linguiste spécialisée en acquisition des langues, l'enseignante propose une approche personnalisée qui tient compte des besoins, des intérêts et du niveau de chaque apprenant dans un climat bienveillant et stimulant. Chaque séance propose des activités variées touchant à la compréhension et à la production, à l'oral comme à l'écrit, avec une attention particulière portée à la conversation pour développer la confiance, la spontanéité et l'autonomie dans les échanges quotidiens. Grâce à une formule sur mesure, chaque cours devient une expérience unique, adaptée à vos objectifs.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 10 h à 12 h 13 avril au 22 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	Pour adulte Débutant	Centre multifonctionnel	10 sem.	290 \$ avant 27 fév. 322,23 \$ régulier	435 \$ avant 27 fév. 483,34 \$ régulier	Marie-Laurence Marier
Lundi, 13 h à 15 h 13 avril au 22 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	Pour adulte Inter / avancée	Centre multifonctionnel	10 sem.	290 \$ avant 27 fév. 322,23 \$ régulier	435 \$ avant 27 fév. 483,34 \$ régulier	Marie-Laurence Marier

ATELIER D'ÉCRITURE CRÉATIVE

L'atelier d'écriture créative vous proposera des jeux et des exercices qui permettront de stimuler la mémoire et de s'entraîner à la recherche des mots et des souvenirs oubliés. L'atelier d'écriture est un temps et un lieu de découverte, d'affirmation de sa propre écriture au travers un thème. Cet atelier permet de passer un bon moment, dans le partage et la convivialité !

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mercredi, 9 h 45 à 10 h 45 22 avril au 10 juin 2026	Pour tous	Centre multifonctionnel	8 sem.	128 \$ avant 27 fév. 142,23 \$ régulier	192 \$ avant 27 fév. 213,34 \$ régulier	Stéphanie Bardou

PEINTURE AVEC LUCIE DOLBEC

Cours de peinture avec madame Lucie Dolbec.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 18 h 30 à 21 h 30 28 avril au 16 juin 2026	Adulte	Centre multifonctionnel	8 sem.	132 \$ avant 27 fév. 146,67 \$ régulier	198 \$ avant 27 fév. 222 \$ régulier	Lucie Dolbec

SERVICE DE LECTURE

SERVICE DE LECTURE

Plus de 30 000 volumes en rayon, nouveautés à chaque mois, des volumes pour tous les goûts et tous les âges! N'hésitez pas à soumettre vos suggestions!
Vous voulez accéder à distance à nos collections pour vérifier la disponibilité des volumes avant de vous déplacer? [Cliquez ici!](#)

Horaire :

Lundi, mercredi et jeudi : 17 h 30 à 20 h 30
Samedi : 10 h à 14 h

FERMÉ : 24 juin

Horaire estival à compter du 25 juin :

Lundi, mercredi et jeudi : 17 h 30 à 20 h 30
Samedi : **10 h à 12 h**

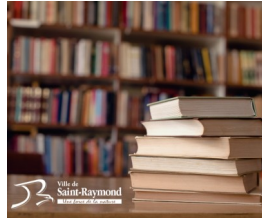
Adresse :

École secondaire Louis-Jobin
400, boulevard Cloutier

Pour nous joindre :

418 337-6721, poste 5214

bibliotheque@villesaintraymond.com



LIBÉREZ LES LIVRES

Un point de partage a été aménagé au centre multifonctionnel Rolland-Dion afin que les gens puissent s'y présenter dans le but d'emprunter ou d'échanger un livre et cela, sans aucune contrainte monétaire.

L'objectif est de redonner vie à nos livres et de garder ceux des autres, bien vivants.

Horaire : du lundi au jeudi de 9 h à 16 h.

Adresse :

Centre multifonctionnel Rolland-Dion
160-2, place de l'Église



ACTIVITÉS SPORTIVES

YOGA - EXPRESS

Courte séance de yoga, destinée à détendre et à couper la journée en deux. Idéal pour l'heure du dîner. Les exercices proposés sont simples et peuvent, pour la plupart, être reproduits en milieu de travail ou à la maison. **Matériel requis :** tapis de sol dès le premier cours. Pour information : www.vini-yoga.net.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Judi, 11 h 30 à 12 h 15 23 avril au 28 mai 2026	Adulte	Centre multifonctionnel	6 sem.	34 \$ avant 27 fév. 37,78 \$ régulier	51 \$ avant 27 fév. 56,67 \$ régulier	Anouk Thibault

YOGA - GESTION DU STRESS

Ce cours s'adresse à toute clientèle de 16 ans et plus. Il permet d'apprendre certaines techniques psychosensorielles favorisant la détente, à travers la pratique d'exercices physiques synchronisés avec la respiration. **Matériel requis :** Tapis de sol dès le premier cours.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 18 h 30 à 19 h 45 27 avril au 8 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	Adulte	Centre multifonctionnel	6 sem.	56 \$ avant 27 fév. 62,23 \$ régulier	84 \$ avant 27 fév. 93,34 \$ régulier	Anouk Thibault

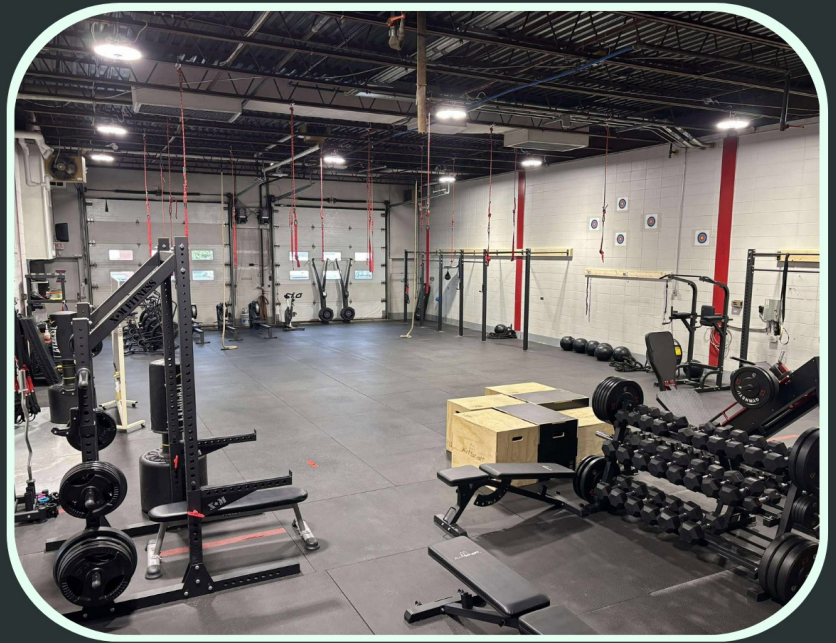
YOGA 50 ANS ET +

Ce cours de yoga est adapté à une clientèle retraitée ou semi-retraitée, mais peut convenir à d'autres. Il s'adresse à des personnes habituées en yoga et connaissant au préalable la technique respiratoire rythmée. Il permet d'améliorer la force musculaire, la détente musculaire, le redressement dorsal, la profondeur de la respiration et la concentration. **Matériel requis :** Tapis de sol dès le premier cours. Pour information : www.vini-yoga.net

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 9 h 30 à 10 h 45 27 avril au 8 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	50 ans et +	Centre multifonctionnel	6 sem.	56 \$ avant 27 fév. 62,23 \$ régulier	84 \$ avant 27 fév. 93,34 \$ régulier	Anouk Thibault



375, rue Saint-Joseph
Derrière la bâtisse



FORFAIT ANNUEL

299 \$ / NR 448,50 \$



FORFAIT 3 MOIS

99 \$ / NR 148,50 \$



FORFAIT MENSUEL

39 \$ / NR 58,50 \$



ABONNE-TOI

Tarif fixe

*Aucun rabais pendant la période d'inscription sauf le rabais familial

Sur la plateforme



Ville de
SAINT RAYMOND

Nouvelle salle d'entraînement offerte par la Ville de Saint-Raymond

1. La salle est disponible 62 heures par semaine pour les membres ;
2. Lors des cours de groupe, la salle est fermée au public ;
3. Suite à l'inscription via VOILÀ, le responsable de la salle d'entraînement communiquera avec vous pour finaliser l'abonnement (formulaires à si-



Inventaire varié



Horaire de 62 heures



Responsable sur place
en tout temps

Sur la
plateforme



CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (50 ANS ET PLUS ou 65 ANS ET PLUS)

Activité physique conçue pour améliorer le tonus musculaire, la santé cardiovasculaire, la flexibilité et l'équilibre. Il s'agit d'une activité adaptée pour les personnes de 50 ans et plus. **Matériel requis:** serviette et bouteille d'eau

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 10 h 30 à 11 h 20 21 avril au 9 juin 2026	65 ans et +	Centre multifonctionnel	8 sem.	74 \$ avant 27 fév. 82,23 \$ régulier	111 \$ avant 27 fév. 123,34 \$ régulier	Stéphanie Dufour Kinéforme
Mardi, 13 h 10 à 14 h 21 avril au 9 juin 2026	50 ans et +	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	74 \$ avant 27 fév. 82,23 \$ régulier	111 \$ avant 27 fév. 123,34 \$ régulier	Stéphanie Dufour Kinéforme
Jeudi, 10 h 30 à 11 h 20 23 avril au 11 juin 2026	50 ans et +	Centre multifonctionnel	8 sem.	74 \$ avant 27 fév. 82,23 \$ régulier	111 \$ avant 27 fév. 123,34 \$ régulier	Stéphanie Dufour Kinéforme

COURS À LA CARTE

La possibilité d'acheter des cours à la carte est de retour pour l'ENSEMBLE des cours de conditionnement physique (Tabata, TRX, conditionnement, spinning, spinning 50 ans et plus, HIIT, Zumba, pilates). Les places sont limitées et nous ne pouvons pas garantir qu'il restera de la place dans tous les cours. Les gens inscrits au cours de groupe ont une place garantie contrairement aux utilisateurs des cartes.

Voici les forfaits disponibles via VOILÀ durant la période d'inscription et à l'hôtel de ville par la suite.

1 carte	6 cartes	12 cartes	24 cartes
Résident : 15 \$ Non-résident : 20 \$	Résident : 80 \$ Non-résident : 110 \$	Résident : 135 \$ Non-résident : 200 \$	Résident : 260 \$ Non-résident : 360 \$

ENTRAÎNEMENT BOXE SANS CONTACT

Forme d'entraînement qui se focalise sur l'apprentissage des techniques, des mouvements et des enchaînements de la boxe traditionnelle sans pour autant avoir de contact physique avec un adversaire. Vous pratiquerez généralement avec des sacs de frappe, des cibles ou dans le vide, souvent appelé « shadow boxing ». Cet entraînement est idéal pour ceux qui souhaitent bénéficier des avantages cardiovasculaires, de la tonification musculaire et de la concentration mentale offerts par la boxe.

Matériel requis : vêtements de sport, bouteille d'eau, serviette. Fortement recommandé : gants de boxe.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mercredi, 18 h à 19 h 15 29 avril au 17 juin 2026 Cours annulé : 6 mai	Adulte, Débutant	Centre multifonctionnel	7 sem.	87 \$ avant 27 fév. 96,67 \$ régulier	130,50 \$ avant 27 fév. 145 \$ régulier	Mickael Gordio
Mercredi, 19 h 15 à 20 h 30 29 avril au 17 juin 2026 Cours annulé : 6 mai	Adulte Inter - avancé	Centre multifonctionnel	7 sem.	87 \$ avant 27 fév. 96,67 \$ régulier	130,50 \$ avant 27 fév. 145 \$ régulier	Mickael Gordio
Jeudi, 19 h 30 à 20 h 45 7 mai au 25 juin 2026	Adulte Inter - avancé	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	99 \$ avant 27 fév. 110 \$ régulier	148,50 \$ avant 27 fév. 165 \$ régulier	Mickael Gordio

ENTRAÎNEMENT « HIIT EXPRESS »

Le HIIT (*High-Intensity Interval Training*) est une forme d'entraînement qui alterne entre des périodes d'effort intense et des périodes de repos. Le cours est structuré de manière à maximiser l'efficacité de l'entraînement, tout en offrant une expérience motivante avec de la musique entraînante donnant envie de se dépasser. Peut être combiné avec le cours de TRX express pour 60 minutes d'exercice.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 12 h à 12 h 30 21 avril au 9 juin 2026	Adulte	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	38 \$ avant 27 fév. 42,23 \$ régulier	57 \$ avant 27 fév. 63,34 \$ régulier	Stéphanie Dufour Kinéforme

ACTIVITÉS SPORTIVES



ENTRAÎNEMENT FONCTIONNEL

L'entraînement fonctionnel est un programme d'entraînement de haute intensité qui mélange la musculation, l'endurance et la gymnastique. Conçu pour améliorer la force et la condition physique générale, l'entraînement fonctionnel est réputé pour sa capacité à créer des athlètes polyvalents capables de relever n'importe quel défi physique. Matériel : serviette, bouteille d'eau et souliers de sport.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 16 h 30 à 17 h 20 Lundi, 17 h 30 à 18 h 20 Lundi, 18 h 30 à 19 h 20 Lundi, 19 h 30 à 20 h 20 4 mai au 29 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	16 ans et + 12 places	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	72 \$ avant 27 fév. 80 \$ régulier	108 \$ avant 27 fév. 120 \$ régulier	Mathieu Paquet Kinésiologue
Mardi, 16 h 30 à 17 h 20 Mardi, 17 h 30 à 18 h 20 Mardi, 18 h 30 à 19 h 20 5 mai au 30 juin 2026 Cours annulé : 23 juin	16 ans et + 12 places	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	72 \$ avant 27 fév. 80 \$ régulier	108 \$ avant 27 fév. 120 \$ régulier	Delphine Bussière-Savard Intervenante sportive
Jeudi, 17 h 30 à 18 h 20 Jeudi, 18 h 30 à 19 h 20 7 mai au 25 juin 2026	16 ans et + 12 places	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	72 \$ avant 27 fév. 80 \$ régulier	108 \$ avant 27 fév. 120 \$ régulier	Karoll-Ann Nault-Daigle Kinésiologue

ENTRAÎNEMENT - PILATES

Qu'est-ce que le pilates? Le pilates est une méthode d'entraînement qui vise à renforcer les muscles profonds, améliorer la posture, la souplesse et la stabilité. Il met l'accent sur la respiration, le contrôle du mouvement et la conscience corporelle. Accessible à tous, cette pratique douce mais efficace aide à prévenir les blessures et à améliorer le bien-être global.

Niveau # 1 (intensité modérée) : Ce cours d'intensité modérée est conçu pour les personnes qui débutent en pilates ou en entraînement physique. Le rythme du cours est plus lent, permettant une meilleure prise de conscience du corps ainsi qu'une attention particulière à la respiration et à l'alignement.

Niveau # 2 (intensité élevée) : Ce cours s'adresse aux personnes ayant déjà une bonne base en pilates ou en entraînement physique. Le rythme est plus soutenu, les enchaînements sont plus complexes et les exercices plus exigeants sur le plan musculaire et cardiovasculaire. Les périodes de repos sont réduites, favorisant un entraînement fluide, énergique et qui développe l'endurance.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 12 h à 12 h 45 20 avril au 1 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	Adulte	Centre Multifonctionnel	6 sem.	56\$ avant 27 fév. 62,23 \$ régulier	84 \$ avant 27 fév. 93,34 \$ régulier	Annie-Pier Dubois, Kinéforme
Mercredi, 18 h à 18 h 50 22 avril au 27 mai 2026	Adulte Niveau # 1	Centre Multifonctionnel	6 sem.	56\$ avant 27 fév. 62,23 \$ régulier	84 \$ avant 27 fév. 93,34 \$ régulier	Annie-Pier Dubois Kinéforme
Mercredi, 19 h à 19 h 50 22 avril au 27 mai 2026	Adulte Niveau # 2	Centre Multifonctionnel	6 sem.	56\$ avant 27 fév. 62,23 \$ régulier	84 \$ avant 27 fév. 93,34 \$ régulier	Annie-Pier Dubois Kinéforme

ENTRAÎNEMENT « TABATA »

Un entraînement qui optimise le potentiel du corps humain. Une séance durant laquelle les fonctions cardiovasculaires et musculaires sont mises à profit au rythme d'une musique motivante et où chacun donne le meilleur de lui-même. Un retour au neutre du système nerveux, des étirements, ainsi que la mobilité articulaire et la respiration terminent sagement chaque séance.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Jeudi, 12 h à 12 h 45 23 avril au 28 mai 2026	Adulte	Salle d'entraînement La Caserne	6 sem.	56\$ avant 27 fév. 62,23 \$ régulier	84 \$ avant 27 fév. 93,34 \$ régulier	Annie-Pier Dubois Kinéforme

ACTIVITÉS SPORTIVES



ENTRAÎNEMENT « STEP - HIIT »

Ce cours de step combine l'entraînement cardiovasculaire et le renforcement musculaire de l'ensemble du corps. Venez vous surpasser avec des exercices intenses utilisant le poids du corps.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Jeudi, 16 h 30 à 17 h 20 9 avril au 11 juin 2026	Adulte	Salle d'entraînement La Caserne	10 sem.	92 \$ avant 27 fév. 102,23 \$ régulier	138 \$ avant 27 fév. 153,34 \$ régulier	Rachel Bisson Kinéforme

ENTRAÎNEMENT TRX - EXPRESS

Possibilité d'avoir 60 minutes de conditionnement en combinant avec le cours d'entraînement TABATA Express.

Matériel requis: serviette et bouteille d'eau

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Mardi, 12 h 30 à 13 h 21 avril au 9 juin 2026	Adulte	Salle d'entraînement La Caserne	8 sem.	38 \$ avant 27 fév. 42,23 \$ régulier	57 \$ avant 27 fév. 63,34 \$ régulier	Stéphanie Dufour Kinéforme

SPINNING ADAPTÉ (50 ANS ET PLUS)

Le cours de spinning est adapté pour les gens plus âgés. Bénéfique pour ceux qui souffrent d'arthrose aux genoux et aux hanches.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Lundi, 8 h 30 à 9 h 20 Lundi, 9 h 30 à 10 h 20 Lundi, 10 h 30 à 11 h 20 4 mai au 15 juin 2026 Cours annulé : 18 mai	50 ans et +	Salle du Pont-Tessier	6 sem.	55 \$ avant 27 fév. 61,12 \$ régulier	82,50 \$ avant 27 fév. 91,68 \$ régulier	Caroline Jackson
Jeudi, 9 h à 9 h 50 7 mai au 11 juin 2026	50 ans et +	Salle du Pont-Tessier	6 sem.	55 \$ avant 27 fév. 61,12 \$ régulier	82,50 \$ avant 27 fév. 91,68 \$ régulier	Caroline Jackson

Ligue amicale féminine pour se tenir en forme.
Les jeudis de juin à août 2026

INFORMATION ET INSCRIPTION :
Kim Lagacé
kimlagace13@hotmail.fr

LIGUE FÉMININE FLAG FOOTBALL



DÉBUT DES INSCRIPTIONS
À VENIR - MI-FÉVRIER

asbaseball.ca

CLUB NAUTIQUE

CLUB CANOË KAYAK : On se prépare pour l'été 2026

Dans un milieu de vie extraordinaire, on vous attend, vous, les jeunes de Saint-Raymond au club de canoë kayak du Lac Sergent. Venez vivre des activités, des sorties et de l'initiation de canoë kayak avec des moniteurs et des entraîneurs chevronnés.

Renseignements : www.lac-sergent.com



CLUB NAUTIQUE DU LAC SEPT-ÎLES

Pour obtenir l'horaire, vous pouvez communiquer avec le club au 418-476-7040 ou consulter le site Internet de l'association au www.APLSI.com

- Veuillez noter que les activités du club sont ouvertes à tous les raymondois, résidents ou non du lac Sept-Îles.

LIGUE DEK HOCKEY

4 CONTRE 4

LIGUE 5 À 16 ANS



Surface située derrière le pavillon Saint-Joseph de l'école primaire de la Grande-Vallée.



DEK HOCKEY VOLET JEUNESSE (5 À 14 ANS)



Voici les ligues récréatives pour les jeunes (4 vs 4) offertes pour l'édition 2026. La tarification est supérieure **après le 27 février 2026 (majorée de 10 %)**. Maximum de 18 participants par ligue.

Notez qu'il y aura 2 pratiques pour permettre aux nouveaux de bien s'initier avant les matchs amicaux.



Ligue	Âge des joueurs	Coût résident par participant	Coût non-résident par participant	Jour d'activité
Ligue 5 à 6 ans	Né entre 2020 et 2021	80 \$ avant 27 fév. 88,89\$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Lundi 17 h 30 à 18 h 20
Ligue 7 à 8 ans	Né entre 2018 et 2019	80 \$ avant 27 fév. 88,89\$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Lundi 18 h 30 à 19 h 20
Ligue 9 à 11 ans	Né entre 2015 et 2017	80 \$ avant 27 fév. 88,89\$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Mercredi 17 h 30 à 18 h 20
Ligue 12 à 14 ans	Né entre 2012 et 2014	80 \$ avant 27 fév. 88,89\$ régulier	120 \$ avant 27 fév. 133,34 \$ régulier	Mercredi 18 h 30 à 19 h 20

*** LES HORAIRES SONT SUJETS À CHANGEMENT SELON LE NOMBRE D'INSCRIPTIONS.**

Équipement requis obligatoire :

Gants de hockey, bâton pour surface de dek hockey, jambières, casque avec protecteur facial, protège-coude, souliers de sport. Pour toute question concernant l'équipement : Sports Experts Saint-Raymond.

Gardien de but : Dans l'optique où il n'y aurait pas de gardien inscrit, des équipements seront disponibles pour les jeunes qui désirent essayer.

Bouteille d'eau : Très important d'apporter une à deux bouteilles d'eau lorsque votre enfant vient jouer!

Adhérez à la page Facebook **Dek Hockey Saint-Raymond – Volet jeunesse.**

DEK HOCKEY

Saint-Raymond

Situé derrière le pavillon Saint-Joseph de l'école primaire de la Grande-Vallée

Pour information : 418 337-2202, poste 3
jimmy.martel@villesaintraymond.com



DEK HOCKEY ADULTE 2026

3 VS 3

SAISON À PARTIR
DU 11 MAI
14 PARTIES + SÉRIES

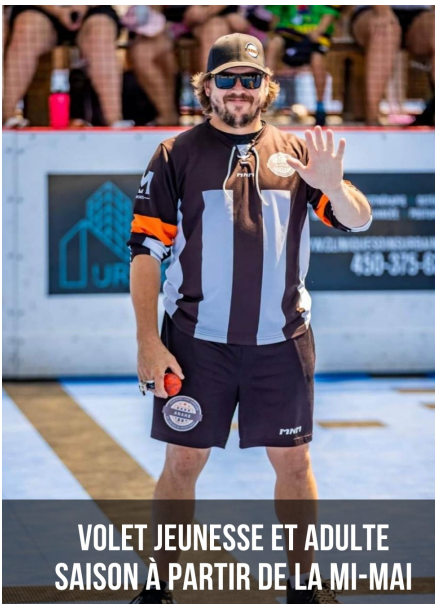
INFORMEZ-VOUS DES LIGUES
DISPONIBLES (HOMME/FEMME/MIXTE)

LIGUES (LUNDI AU JEUDI)
ENTRE 18H30 ET 21H30

FÉMININE : 1350 \$ / ÉQUIPE
MASCULINE : 1350 \$ / ÉQUIPE

Équipement obligatoire : gants de hockey, baton pour surface de dek hockey, jambières, casque avec protecteur facial, protège-coude, souliers de sport.

Prévoir bouteille d'eau
Éclairage en soirée



VOLET JEUNESSE ET ADULTE
SAISON À PARTIR DE LA MI-MAI

ARBITRES RECHERCHÉS

Salaire concurrentiel !

Pour postuler :
418 337-2202, poste 115

jimmy.martel@villesaintraymond.com

CLUB DE SOCCER MINEUR

Pour nous joindre : association_soccer_saint_raymond@hotmail.com
<https://www.draveurssaintraymond.com/>



Horaire des pratiques à déterminer U-7 À U-18 selon les disponibilités de l'entraîneur.

Initiation soccer

U-4 / U-5 / U-6 : né en 2020- 2021 - 2022
pratique le dimanche soir

COÛT résident

70 \$ **avant le 27 fév./** 77,78 \$ régulier

COÛT non-résident

105 \$ **avant le 27 fév./** 116,67 \$ rég.

CATÉGORIE (Soccer à 5)

COÛT résident

COÛT non-résident

U-7 : né en 2019
lundi gars - mardi fille

75 \$ **avant le 27 fév./** 83,34 \$ régulier

113 \$ **avant le 27 fév./** 125 \$ rég.

U-8 : né en 2018
mercredi gars - jeudi fille

75 \$ **avant le 27 fév./** 83,34\$ régulier

113 \$ **avant le 27 fév./** 125 \$ rég.

CATÉGORIE (Soccer à 7)

COÛT résident

COÛT non-résident

U-9 : né en 2017
Jeudi gars - lundi fille

115 \$ **avant le 27 fév./** 127,78 \$ régulier

172 \$ **avant le 27 fév./** 191,12 \$ rég.

U-10 : né en 2016
mercredi gars - mardi fille

115 \$ **avant le 27 fév./** 127,78 \$ régulier

172 \$ **avant le 27 fév./** 191,12 \$ rég.

CATÉGORIE (Soccer à 9)

COÛT résident

COÛT non-résident

U-11 : né en 2015
mardi gars - mercredi fille

125 \$ **avant le 27 fév./** 138,89 \$ régulier

188 \$ **avant le 27 fév./** 208,89 \$ rég.

U-12 : né en 2014
lundi gars - jeudi fille

125 \$ **avant le 27 fév./** 138,89 \$ régulier

188 \$ **avant le 27 fév./** 208,89 \$ rég.

CATÉGORIE (Soccer à 11)

COÛT résident

COÛT non-résident

U-13 : né en 2013
Parties : mardi et jeudi

135 \$ **avant le 27 fév./** 150 \$ régulier

195 \$ **avant le 27 fév./** 225\$ rég.

U-14 : né en 2012
Parties : jeudi et mardi

135 \$ **avant le 27 fév./** 150 \$ régulier

195 \$ **avant le 27 fév./** 225\$ rég.

U-15 : né en 2011
Parties : lundi et mercredi

140 \$ **avant le 27 fév./** 155,56 \$ régulier

202 \$ **avant le 27 fév./** 233,34 \$ rég.

U-16 : né en 2010
Parties : jeudi et mardi

140 \$ **avant le 27 fév./** 155,56 \$ régulier

202 \$ **avant le 27 fév./** 233,34 \$ rég.

U-17-18 : né en 2008- 2009
Parties : lundi et mercredi

145 \$ **avant le 27 fév./** 161,12 \$ régulier

217 \$ **avant le 27 fév./** 241,12 \$ rég.

- **NOTEZ QUE LES PLACES NE SONT PAS GARANTIES APRÈS LE 27 FÉVRIER**
- **NOTEZ QUE LES JOURS DES PARTIES PEUVENT ÊTRE MODIFIÉS PAR LA LIGUE AVANT LE DÉBUT DE LA SAISON.**

DATES À RETENIR

Lundi, 13 avril à 18 h 30 - Centre multifonctionnel

Rencontre des parents - U4 à U6

Lundi, 13 avril à 19 h 30 - Centre multifonctionnel ou en ligne

Rencontre des parents - U7 et plus

Samedi, 2 mai à 9 h - Aréna Saint-Raymond

Campagne de canettes



Les équipes sont entraînées et gérées par des parents bénévoles. Si vous êtes intéressés à entraîner ou gérer l'équipe de votre enfant, envoyez-nous un courriel avec votre nom et celui de votre enfant à notre adresse courriel en haut de cette page.



CLUB DE SOCCER SENIOR

SENIOR

Les équipes seniors ne sont pas encadrées par le Club de soccer Saint-Raymond. Nous référons directement aux capitaines d'équipes.

CATÉGORIE	CLIENTÈLE	COÛT résident	COÛT non-résident	RESSOURCE
Équipe 1 - Senior masculin D5 (Équipe Dominique Trudel)	Né avant 2007	236 \$ avant 27 février	236 \$ avant 27 février	Ève Bertrand
Équipe 2 - Senior masculin D5 (Équipe Adam Lemelin)		262,23 \$ régulier	262,23 \$ régulier	
Équipe 3 - Senior masculin D5 (Équipe Émile Dion)				
Équipe 4 - Senior féminin D5 (Équipe Tony Piché)				

CAMP PRÉSAISON 9 ANS ET PLUS

Le Club de soccer de Saint-Raymond est fier de s'associer à Germain Chevrolet St-Raymond et Construction Bernard Carignan pour offrir un camp pré-saison. Veuillez noter qu'un montant de 5 \$ vous sera remis à chaque présence aux 5 pratiques (sur place). Les groupes seront créés en fonction des quantités d'inscriptions et des âges.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	DURÉE	COÛT résident	COÛT non-résident
Dimanche, 10 mai au 7 juin Groupes déterminés après les inscriptions par le comité :	9 ans et plus	Parc Promutuel Assurance	5 sem.	60 \$ avant le 27 février	90 \$ avant le 27 février
Groupe 1 - 9h à 10h30					
Groupe 2 - 10h30 à 12h					



COLLECTE CANETTES / BOUTEILLES



2 MAI 2026 À COMPTER DE 9 H

MERCI DE PRÉPARER VOS CAISSES ET VOS SACS !



CLUB DE VÉLO - VOLET JEUNESSE

Pour tous les jeunes âgés de 7 à 15 ans (de débutant à compétitif). Les jeunes doivent rouler sans les petites roues.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	COÛT		
			résident	non-résident	
Lundi, 18 h 15 à 19 h 30 1 juin au 17 août 2026	7 à 9 ans places limitées	Centre de ski	85 \$ avant 27 fév. 94,45 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	127,50 \$ avant 27 fév. 141,67 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	Les enfants doivent rouler sans petites roues depuis au moins 3 mois
Lundi, 18 h 15 à 19 h 30 1 juin au 17 août 2026	10 à 15 ans places limitées	Centre de ski	85 \$ avant 27 fév. 94,45 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	127,50 \$ avant 27 fév. 141,67 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	
Mardi, 18 h 15 à 19 h 30 2 juin au 18 août 2026	7 à 9 ans places limitées	Centre de ski	85 \$ avant 27 fév. 94,45 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	127,50 \$ avant 27 fév. 141,67 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	CASQUE OBLIGATOIRE EN TOUT TEMPS
Mardi, 18 h 15 à 19 h 30 2 juin au 18 août 2026	10 à 15 ans places limitées	Centre de ski	85 \$ avant 27 fév. 94,45 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	127,50 \$ avant 27 fév. 141,67 \$ régulier ASSURANCE INCLUDE	

Un vêtement aux couleurs du club est **OBLIGATOIRE** pour les sorties.

Le gilet (T-shirt) du club n'est pas inclus dans la tarification (20 \$). **Vous devez l'ajouter à l'inscription.**

Grandeurs possibles : XS (2-4), S (6-8), M (10-12), L (14-16), XL (18-20) - À choisir dès l'inscription en BLEU ou MAUVE.

RESPONSABLES DE GROUPE RECHERCHÉS : Pour accueillir plus de jeunes, nous avons besoin de bénévoles.

Semaine de congé pour tous les groupes : 20-21-27-28 juillet 2026

DATE DE LA CORVÉE : samedi, 9 mai 2026

RESPONSABLE DE GROUPE / RESPONSABLE-ADJOINT : VOLET JEUNESSE

Pour avoir un maximum de groupes dans le volet jeunesse, nous avons besoin de bénévoles pour la prise en charge des groupes comme responsable et responsable-adjoint. Votre inscription au club et le chandail seront gratuits.

Rôle du responsable de groupe: la personne sera en charge de son groupe de jeunes pour les soirs de sortie. Elle sera responsable de la sécurité et l'évolution des jeunes et des activités durant les sorties. Elle doit être présente à toutes les sorties, cependant il est possible de se faire remplacer. Bien sûr, le club ne vous laissera pas sans appui. Vous aurez accès à une formation de gestion de groupe et d'activités. De plus, un coordonnateur sera présent pour vous aider lors des sorties et le club vous fournira un cahier d'activités.

Rôle du responsable-adjoint de groupe: la personne sera présente pour supporter le responsable de groupe. Elle assure la sécurité du groupe avec le responsable. Il est possible qu'elle remplace le responsable en cas d'absence. Elle doit être présente à toutes les sorties, cependant il est également possible de se faire remplacer.

Si vous êtes intéressé, veuillez envoyer un courriel à clubvelostraymond@gmail.com



CLUB DE VÉLO - VOLET ADULTE

Pour tous ceux et celles, âgés de 16 ans et plus, qui désirent faire du vélo de montagne pour le côté social, récréatif, plein air, mise en forme ou compétitif.

HORAIRE	CLIENTÈLE	ENDROIT	COÛT résident	COÛT non-résident	
Mercredi, 18 h 15 27 mai au 19 août 2026	16 ans et plus	Stationnement Pizzeria Paquet	70 \$ avant 27 fév. 77,78 \$ régulier	105 \$ avant 27 fév. 116,67 \$ régulier	CASQUE OBLIGATOIRE EN TOUT TEMPS
			ASSURANCE INCLUDE	ASSURANCE INCLUDE	

Un vêtement aux couleurs du club est **OBLIGATOIRE** pour les sorties. Le gilet (T-shirt) du club n'est pas inclus dans la tarification (20 \$). Grandeurs possibles : Homme **ou** femme S - M - L - XL - XXL - 3XL - 4XL **Disponible en bleu et en mauve.**

Pour toute question, veuillez envoyer un courriel à clubvelostraymond@gmail.com

Information - Facebook : Club de Vélo Extrême St-Raymond.

DATES DES CORVÉES : samedi, 9 mai 2026

PUMP TRACK – CLUB DE VÉLO DE MONTAGNE

Venez profiter des installations d'initiation au vélo de montagne situés dans le stationnement au centre de ski à Saint-Raymond.

1226, rang Notre-Dame, Saint-Raymond.

- Pump track;
- Mini sentier d'initiation;
- Modules d'habileté;
- Piste d'initiation à la descente;



DROIT D'ACCÈS SECTEUR SAINT-RAYMOND

EXCLUSIFS AUX RÉSIDENTS ET AUX MEMBRES DU CLUB DE VÉLO DE MONTAGNE DE SAINT-RAYMOND

Venez rouler **GRATUITEMENT** les pistes de vélo de montagne du secteur Saint-Raymond !



Un terrain de jeu immense DANS VOTRE COURS ARRIÈRE!

L'été, c'est le moment pour sortir, jouer et explorer! La Vallée Bras-du-Nord vous offre tout ça et bien plus... dans votre cours arrière!

Le vélo de montagne, à découvrir ou redécouvrir

La Vallée Bras-du-Nord est fière d'offrir à tous les résidents de Saint-Raymond l'accès gratuit au secteur Saint-Raymond ainsi qu'un rabais de 50% sur l'abonnement de saison.

*Pour profiter de cette offre, il est nécessaire de vous procurer un abonnement. Une preuve de résidence sera demandée pour obtenir votre laissez-passer.

UN SECTEUR SUCRÉ AU GOÛT PLUS DOUX

Le secteur Sucré, apprécié de tous, a été complètement repensé pour rendre l'initiation au vélo de montagne encore plus accessible. Idéal pour les familles et les débutants, ce secteur offre des sentiers de niveau facile à intermédiaire avec des pistes très roulantes pour vous faire prendre confiance. Prévoir un arrêt lunch à la chute Delaney pour vivre l'expérience ultime! Pas de vélo? Profitez de notre service de location!

La descente de rivière, un incontournable à chaque été!

Aucune aventure estivale n'est complète sans une descente de rivière! Glissez sur les eaux et laissez-vous envoûter par les paysages époustouffants qui vous entourent. De nature aventureuse? Essayez le canot-camping pour une nuit inoubliable sous les étoiles!

Randonnée et paysages grandioses

Avec plus de 80 km de sentiers pour tous les niveaux, la Vallée Bras-du-Nord est le lieu parfait pour randonner. Que vous un marcheur contemplatif ou un passionné de course en sentiers, venez profiter de vues incroyables sans quitter votre cours arrière!

POUR EN
SAVOIR PLUS



VALLÉE BRAS
DU NORD



EMPLOI ÉTUDIANT



Joins-toi à notre équipe de patrouilleurs !
Velopistejcp.com/emplois



CET ÉTÉ, ON PROFITE DE NOTRE VÉLOPISTE !

velopistejcp.com

CAMP PORTNEUF



Semaine de relâche

Du 2 au 6 mars ✨ Pour les 5 à 15 ans

5 à 11 ans

202\$

12 à 15 ans

220\$

Rabais pour les
résidents de
Saint-Raymond

- Service de navette
à partir du village
à 8h30

- 7h30 à 5h30 (avec
service de garde)

Dodo au camp
le jeudi soir
pour les ados
(12 à 15 ans)

Inscription En cours !



Camp de jour



Dévoilement de la
programmation

16
février

23-24
février

Inscription
régulière

10
Mars

22
juin

Pré-inscription
(Pour les détenteurs de passe annuelle)

**Début du
camp de jour**

www.camp-portneuf.org

CLUB DE COLLECTIONNEURS DE SAINT-RAYMOND

Le club offre à tous les collectionneurs la chance de faire partie d'un groupe de personnes ayant la passion des timbres et de la monnaie. Le club privilégie les échanges de connaissances. Collectionner les timbres, c'est voyager à travers eux. Le club est ouvert aux jeunes et moins jeunes et les collectionneurs de tous genres sont les bienvenus.

Rencontres

Adultes et adolescents (12 ans et plus)
Centre multifonctionnel Rolland-Dion



Coût : 15 \$ payable à la première rencontre

Pour information : Gaétan Borgia : gborgia@me.com

SOCIÉTÉ DU PATRIMOINE

L'objectif de la société est de promouvoir et de diffuser l'histoire de Saint-Raymond, de collectionner, d'organiser, de conserver les documents et d'encourager la conservation des lieux et des biens historiques. Bienvenue à tous!

Rencontres:

Premiers lundis du mois, 19 h 30

Presbytère

Pour information

Sylvain Gingras : 418 337-4867



ASSOCIATION CHASSE ET PÊCHE DE LA RIVIÈRE SAINTE-ANNE

Les buts de l'Association chasse et pêche de la rivière Sainte-Anne sont : la perpétuation de la chasse et de la pêche comme activités traditionnelles et sportives, faire connaître les lois en vigueur et favoriser la relève. Tout ça dans une perspective de protection de l'environnement et de la biodiversité; au développement durable, à la conservation et à l'aménagement de la faune, de la flore et des autres ressources naturelles.

Téléphone : 418 997-6287



CARREFOUR LES RAMILLES



Carrefour
les Ramilles

Cet organisme communautaire offre différents services pour les familles monoparentales, les familles recomposées et les personnes seules de la région de Portneuf. Les services offerts sont : accueil, écoute et références, accès à Internet, prêt de livres, ateliers d'information, conférences, cafés-causeries (Saint-Raymond et Donnacona), rendez-vous actifs, activités sociales et familiales, ateliers de cuisine enfants-parents, service d'accompagnement en situation de rupture conjugale, interventions individuelles et cuisines collectives (Saint-Raymond, Donnacona et Saint-Marc-des-Carières).

Téléphone : 418 337-3704

Courriel : info@carrefourfmportneuf.com

CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI DE PORTNEUF

Le Carrefour jeunesse-emploi de Portneuf offre divers services aux jeunes adultes de 15 à 35 ans ainsi qu'à la clientèle immigrante afin d'améliorer leurs conditions de vie et de les accompagner dans leur cheminement socioprofessionnel vers l'obtention d'un emploi, le choix d'une carrière ou la découverte d'une passion.



Téléphone : 418 337-6460

MAISON DES JEUNES

La Maison des jeunes est un endroit où tu peux te rassembler avec tes amis. Tu es libre d'y faire l'activité de ton choix (billard, jeux vidéo, jeux de société, ping-pong, etc.). Des animateurs sont présents sur place.

Clientèle : 12 à 17 ans

119, rue de l'Hôtel-de-Ville
Saint-Raymond (Québec) G3L 3V8
Téléphone : 418 337-3131

 [Maison des jeunes de Saint-Raymond](#)



CERCLE DE FERMIERES

Plusieurs activités telles que conférences, cours divers, ateliers de bricolage, tissage, expositions et autres sont offertes.

Réunions

Centre multifonctionnel Rolland-Dion
1^{er} mardi de chaque mois | 19 h à 21 h

Maison de Fermières

100, avenue Saint-Jacques
Saint-Raymond (Québec) G3L 3Y1
Téléphone : 418 987-8527



CHEVALIERS DE COLOMB

Le conseil 2985 est un organisme qui a pour but d'aider les plus démunis de notre société peu importe leur âge. En plus d'offrir une aide directe, les Chevaliers soutiennent financièrement ou logistiquement, par la réalisation ou leur participation à des activités ou des événements plusieurs organismes du milieu.



Téléphone : 418 337-9121

CLUB DE MOTONEIGE ST-RAYMOND

Pour répondre à la forte demande des motoneigistes, la région de Saint-Raymond peut compter sur le club de Motoneige Saint-Raymond. Composé d'une équipe de près de cinquante bénévoles passionnés de motoneige, le club entretient 310 km de sentiers balisés. Que ce soit du côté administratif, de l'entretien de sentiers, de la patrouille, des responsables de la machinerie, des opérateurs, etc., chacun y met du sien pour vous offrir des sentiers de qualité.



Téléphone : 418 337-7845

clubmotoneigest-raymond@hotmail.com

CLUB OPTIMISTE

Le Club Optimiste est un organisme d'aide aux jeunes, dont le but est de soutenir les projets et le développement de la jeunesse.

Téléphone : 418 337-8067



CLUB QUAD NATURE INC.

Le club Quad nature Portneuf est un organisme à but non lucratif établi à Saint-Raymond. Le club a pour mission d'encourager, promouvoir et développer la pratique sécuritaire et organisée du Quad. Le club entretient plus de 200 km de sentiers dont 80 km sont quatre saisons. Le club Quad nature Portneuf est opéré à 100 % par des bénévoles. Ces derniers sont des passionnés du quad qui ont une philosophie commune : le développement régional durable du quad.



Téléphone : 418 337-2345

contacter@quadnatureportneuf.com

CLUB 4 X 4

Le Club 4x4 St-Raymond a été créé en 1978 et a pour objectif de divertir les amateurs de 4x4 dans la région de Québec, et plus loin encore, avec de nombreux événements.



info@club4x4st-raymond.com

COMITÉ VAS-Y

Le Comité Vas-Y est né d'un regroupement d'organismes communautaires de Saint-Raymond. Il s'agit d'un organisme à but non lucratif qui, animé par des valeurs de compassion, d'empathie et de générosité, contribue au maintien et à l'amélioration de la qualité de vie de la population.

Sa principale activité est l'accompagnement de transport mais il offre aussi de l'aide aux commissions, un service de livraison de repas à domicile, un service de préparation de rapports d'impôt, de l'aide pour compléter des formulaires et un service de vente de lunettes.

Pour information ou pour joindre l'équipe de bénévoles :

163, rue Sainte-Ignace

Saint-Raymond (Québec) G3L 1E7

Téléphone : 418 337-4454, poste 22

www.comitevas-y.org



FADOQ CHANTEJOIE

La FADOQ Chantejoie propose des activités à toutes les semaines : baseball poche, pétanque atout, pétanque sur tapis, cartes, bingo, lunch, etc.

Rencontres:

Lieu : centre multifonctionnel Rolland-Dion
Tous les mardis à 13 h



Des soirées dansantes sont également organisées. Consultez le site web de l'organisation pour connaître la programmation.

En période estivale, la FADOQ tient ses activités dans le parc Alban-Robitaille.

Pour information : 418 337-1555, poste 327

FILLES D'ISABELLE

La mission de cet organisme est de soutenir monétairement différentes causes, cueillir des denrées alimentaires. Chorale auprès du centre d'hébergement et autre.



Téléphone : 418 337-9121

MAISON PLAMONDON



Bâtiment historique cité patrimonial, la Maison Plamondon fait rayonner le patrimoine local et régional par l'expérience artistique. Lieu de découverte et de création, elle stimule les rencontres et rassemble la communauté.



L'avenir de la Maison Plamondon passe par l'originalité et le succès des activités qu'elle y tient et aussi par son appropriation par les citoyens de Saint-Raymond et des habitants de la région de Portneuf.

En présentant une programmation riche, variée et pertinente tout en étant à l'écoute de son milieu, cette remarquable demeure, témoin centenaire de l'activité des environs, aspire à se positionner comme acteur culturel de premier plan dans l'offre touristique raymondoise, tout en étant structurante pour la communauté artistique portneuvoise.

Téléphone : 418 987-5241

plamondonmaison@gmail.com

SOCIÉTÉ DE LA PISTE CYCLABLE JACQUES-CARTIER - PORTNEUF

Sautez sur votre vélo et partez à la découverte de la Vélo piste Jacques-Cartier/Portneuf, aménagée sur l'ancienne emprise ferroviaire d'une longueur de 68 km.

Téléphone : 418 337-7525

info@velopistejcp.com



**VÉLOPISTE
Jacques-Cartier
Portneuf**

SOS ACCUEIL

Le SOS Accueil est un organisme qui vient en aide aux personnes démunies de la communauté du secteur nord de Portneuf. Cet organisme apporte un soutien en fournissant des vêtements à prix modique et un service de dépannage alimentaire occasionnel pour les familles avec enfants.



Heures d'ouverture :

Mardi et jeudi : 9 h à 11 h 30 et 13 h à 16 h

Samedi : Tous les premiers samedi du mois, 9 h à 12 h

125, rue des Ormes.

Saint-Raymond (Québec) G3L 1C4

Téléphone : 418 337-6883

info@sosaccueil.com

GROUPE SCOUTS

Unités :

Louveteaux (mixte) : 9-11 ans (4^e à 6^e année)

Aventuriers (mixte) : 12-17 ans (secondaire 1 à 5)

Pour plus d'informations :

Page Facebook:

<https://www.facebook.com/62eScoutStRaymond/>

Isabelle Paquet : 581-990-0781

Pour inscription :

Un formulaire d'inscription sera disponible sur la page Facebook. À surveiller sur la page en août.



PISCINE LYNE-BEAUMONT | PONT-ROUGE

UN PARTENARIAT ENTRE LES VILLES DE PONT-ROUGE ET DE SAINT-RAYMOND PERMET AUX RAYMONDOIS D'AVOIR ACCÈS AUX ACTIVITÉS DE LA PISCINE LYNE-BEAUMONT, SANS AVOIR À PAYER LE SUPPLÉMENT EXIGÉ POUR LES GENS DE L'EXTÉRIEUR.



ACTIVITÉS OFFERTES

- Bains publics
- Location de la piscine Lyne-Beaumont
- Natation enfant
- Natation adulte
- Cours de natation privés et semi-privés
- Nage synchronisée
- Initiation au sauvetage sportif
- Initiation au plongeon
- Parent-ado
- Cours de formation en sauvetage
- Cours de formation moniteur croix-rouge
- Programme d'entraînement personnalisé
- Aquaforme adapté

POUR INSCRIPTION ET INFORMATION

ville.pontrouge.qc.ca
info@ville.pontrouge.qc.ca
418 873-4481



COORDONNÉES DU COMPLEXE HUGUES-LAVALLÉE

35, rue du Collège
Pont-Rouge (Québec) G3H 3A4
Téléphone : 418 873-4896



Ski SAINT RAYMOND

UNE STATION 4 SAISONS !
1226, RANG NOTRE DAME
SAINT-RAYMOND G3L 1N4



- Initiation au vélo de montagne
- Vélo de montagne



DISC GOLF

○ DÉPART LONG
 ○ DÉPART COURT
 ○ OBLIGATION (MANDO)
 ○ ZONE ALLEÈGEMENT (Z-A)

TROU	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
DISTANCE																		
RIDGE																		
DISTANCE																		
BLEU																		



PARCOURS DE DISC GOLF

Offert gratuitement à la population de mai à octobre.



SENTIER PÉDESTRE

Un sentier a été aménagé dans la montagne. Il offre des points de vue exceptionnels !



NOS PARCS ET ESPACES VERTS

TOUTES LES INFORMATIONS SUR LES
PARCS MUNICIPAUX : villesaintraymond.com



**PARC
ALBAN-ROBITAILLE**

99, avenue Saint-Louis



**PARC DES
ANCÊTRES**

130, rue des Ancêtres



**PARC DE L'ÉCOLE DE LA
GRANDE-VALLÉE**

150, ave Hôtel-de-Ville



PARC LES BOISÉS

966, rue Fiset



**PARC
DE BOURG-LOUIS**

180, rue Gosselin



**PARC
DE LA COLLINE**

400, avenue de la Colline



**MONT
LAURA-PLAMONDON**

1161, ch. du Mont-Laura-Plamondon



**PARC
PROMUTUEL ASSURANCE**

175, route des Pionniers



**PARC RIVERAIN DE LA
SAINTE-ANNE**

404, rue Saint-Hubert



PARC ROLAND-G.-CANTIN

90, rue Nicolas



PARC SAINT-ALEXIS

315, rue Saint-Alexis



**PARC SAINT-JEAN-
BAPTISTE-DE-LASALLE**

380, rue Saint-Cyrille



PARC DE LA TOURBIÈRE

750, côte Joyeuse



PARC VAL-DES-PINS

204, rue des Lilas



**ESPACES VERTS RANG DU
NORD ET RUE SAINT-HUBERT**

525, rang du Nord
258, rue Saint-Hubert



**ESPACES VERTS
LOUIS-JOBIN**

400, boulevard Cloutier