

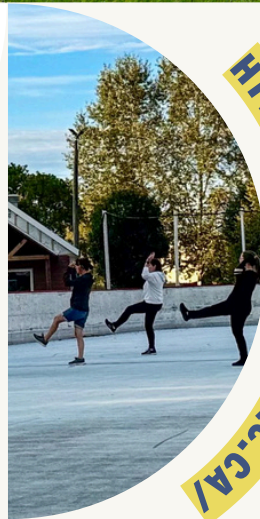
# GUIDE DES LOISIRS

PRINTEMPS-ÉTÉ 2026

INSCRIPTION 13 AU 17 AVRIL



**Mini putt**  
St-Alban



[HTTPS://ST-ALBAN.QC.CA/](https://st-alban.qc.ca/)

## AU PROGRAMME :

- CAMP DE JOUR
- SPORTS
- ACTIVITÉS
- ÉVÉNEMENTS

**STÉPHANIE COALLIER**

**Coordonnatrice des loisirs & de la vie  
Communautaire**

–

Téléphone: 418-268-8026 poste 5

Courriel: [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

**SAINT-ALBAN**  
UNE HARMONIE À EXPLORER

# CAMP DE JOUR

Des animateurs motivés vous attendent avec joie pour vous faire embarquer dans 8 semaines thématiques hautes en couleurs. Activités, amusements et divertissements sont au rendez-vous. Des sorties seront à l'horaire du camp de jour (optionnelles et payées à l'inscription) en plus des différentes activités proposées au camp de jour sur une base hebdomadaire (initiation aux sports, ateliers de cuisine, expériences scientifiques, etc).

\* Les sorties sont en sus.

**Pour qui :** Jeunes de 4 ans (Preuve ayant fréquenté l'école à la maternelle 4 ans) à 12 ans

**Quand :** Du 22 juin au 14 août 2026 (Fermé le 24 juin & le 1er juillet 2026)

**Horaire:** Du lundi au vendredi de 7h30 à 17h30.

Aucun frais de service de garde supplémentaire. Les activités du camp se déroulent entre 9h00 et 16h00.



## COÛT RÉSIDENT

### TEMPS PLEIN

- 1er enfant = 434\$
- 2ième enfant = 408\$
- 3ième enfant = 383\$
- 4ième enfant = 350\$

### À LA SEMAINE: 72\$/semaine

- Semaine 1 : 22 au 26 juin (4 jours)
- Semaine 2 : 29 juin au 3 juillet (4 jours)
- Semaine 3 : 6 au 10 juillet
- Semaine 4 : 13 au 17 juillet
- Semaine 5 : 20 au 24 juillet
- Semaine 6 : 27 juillet au 31 juillet
- Semaine 7 : 3 au 7 août
- Semaine 8 : 10 au 14 août

## COÛT NON-RÉSIDENT

### TEMPS PLEIN

- 1er enfant = 715\$
- 2ième enfant = 676\$
- 3ième enfant = 637\$
- 4ième enfant = 592\$

### À LA SEMAINE: 94\$/semaine

- Semaine 1 : 22 au 26 juin (4 jours)
- Semaine 2 : 29 juin au 3 juillet (4 jours)
- Semaine 3 : 6 au 10 juillet
- Semaine 4 : 13 au 17 juillet
- Semaine 5 : 20 au 24 juillet
- Semaine 6 : 27 juillet au 31 juillet
- Semaine 7 : 3 au 7 août
- Semaine 8 : 10 au 14 août

# CAMP DE JOUR

---

- COÛT** Il n'y a pas de frais supplémentaires pour le service de garde. Celui-ci est compris dans le prix, peu importe que vous apportiez votre enfant à 7h30 ou 9h00. Cependant il est important que votre enfant **soit présent de 9h00 à 16h00**. *Le coût ne comprends pas les sorties.*
- REMBOURSEMENT** Pour toutes demandes de remboursement, les demandes doivent être écrites et adressées à Stéphanie par courriel au loisirs@st-alban.qc.ca. Un billet médical est obligatoire et ce dernier doit être joint à la demande de remboursement. Le camp sera remboursé au prorata des semaines restantes.  
Si votre enfant est expulsé du camp pour non respect du code de vie, le camp ne sera pas remboursé.
- SORTIES** Les sorties sont en extras. Si vous n'inscrivez pas votre enfant à la sortie, nous vous demandons de le garder à la maison.  
**Pour inscrire votre enfant à la sortie, il doit obligatoirement être inscrit pour la semaine également.**
- FRAIS NON RÉSIDENT** La priorité est aux résidents de Saint-Alban. Si notre capacité est au maximum, vous serez avisé la semaine suivant les inscriptions et remboursé.
- INSCRIPTION & INFORMATION** Les inscriptions se font en ligne sur la plateforme QIDIGO et une rencontre de parents en virtuelle aura lieu pour expliquer le fonctionnement du camp pour les nouveaux et anciens parents.
- CODE DE VIE & GUIDE DU PARENTS** Vous trouverez ces documents sur le site internet <https://st-alban.qc.ca/> sous l'onglet camp de jour. Il sont aussi épinglés dans le groupe Facebook des parents du camp de jour.  
Ces documents explique comment nous fonctionnons ainsi que le comportement attendu des enfants, le déroulement du camp et les articles a apporter au camp. En cas de non respect du code de vie, votre enfant peut se voir expulsé du camp, sans remboursement possible.

# SPORTS

Plusieurs activités sportives, pour tous, ont lieu pendant la période estivale, gratuitement ou à faible coût. Concernant les activités extérieures, nous vous conseillons toujours de visiter nos réseaux sociaux pour connaître les annulations.

**REMBOURSEMENT** Pour toutes demandes de remboursement, les demandes doivent être écrites et adressées à Stéphanie par courriel au [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca). Un billet médical est obligatoire et ce dernier doit être joint à la demande de remboursement. Le remboursement sera au prorata des semaines restantes.

## SOCCKER DE L'OUEST DE PORTNEUF

Ligue de soccer amical timbits.  
Les parties et les pratiques ont lieux de semaine uniquement. Congé lors des semaines de la construction du 20 au 31 juillet 2026.  
Début fin mai. Inscription via QIDIGO

Jour: lundi et mercredi  
Heure: U4 à U7 : 18h00 à 18h45  
U8 à U10 : 19h00 à 20h00  
Durée: 10 semaines  
Coût: 65\$ + 20\$ de dépôt pour le chandail (remis à la fin de la saison)  
Lieu: Parc du Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur-Patry



**Inscriptions SOCCER**

<b>65\$</b> PAR ENFANT	<b>2</b> GROUPES	<b>U4* À U7</b> <b>U8 À U10</b>
---------------------------	---------------------	------------------------------------

INSCRIPTION SUR LE QIDIGO DE LA MUNICIPALITÉ  
VIA LE SITE WEB OU FACEBOOK

**20 AU 24 AVRIL 2026**

**PLACES LIMITÉES**  
DÉPOT DE 20\$ POUR LE  
CHANDAIL DE SOCCER À LA  
PREMIÈRE PRATIQUE

1 PRATIQUE & 1 MATCH PAR  
SEMAINE. AUCUNE FIN DE  
SEMAINE. L'HORAIRE SERA  
ENVOYÉ AUX PARENTS DÉBUT MAI.

\*LES 4 ANS NE FONT AUCUN MATCH  
À MOINS D'AVIS CONTRAIRE

Les nouveaux parents recevront un courriel pour se joindre au groupe Facebook associé à leurs enfant. Ce groupe vous permet de rester à l'affût des conditions météorologique qui pourrait affecter les pratiques ou les parties. L'horaire complet ainsi que la fiche d'information se retrouve épinglés sur les groupes Facebook.

# SPORTS

---

## ENTRAÎNEMENTS SPORTIFS

Instructeur: Fanny Cloutier  
Information: (418) 339-2006 ou  
fannycloutier@derytele.com

L'objectif premier de ce cours est de bouger dans une ambiance agréable et amusante! Les cours varieront d'une semaine à l'autre entre Step-Tabata-Musculation-PowerCardio-Cardiomusculation-Militaire. Chacun y va à son rythme et des alternatives sont offertes pour répondre à tous les niveaux! Au plaisir de bouger en votre compagnie! Un tapis d'exercice est conseillé.

Jour: Mercredi  
Heure: 18h00 à 18h45  
18h45 à 19h30  
Durée: Jusqu'à la fin août  
Coût: 10\$/cours  
Lieu: Centre Fernand-Marcotte  
179 rue Principale

## STRETCHING

Instructeur: Fanny Cloutier  
Information: (418) 339-2006 ou  
fannycloutier@derytele.com

Ce cours permet d'étirer les muscles du corps favorisant la flexibilité et la mobilité. Adapté pour tous, ce cours est idéal pour améliorer ou maintenir votre souplesse. Les exercices sont en alternance entre le Stretching et le Abdos-Fessier. Le tout dans une atmosphère calme et détendue. Matériels requis: tapis d'exercice, longue bande élastique et peut être utile d'avoir blocs de yoga. Bienvenue à tous!

Jour: Mercredi  
Heure: 19h30 à 20h15  
Durée: Jusqu'à la fin août  
Coût: 10\$/cours  
Lieu: Centre Fernand-Marcotte  
179 rue Principale

---

## PICKLEBALL 12 ans et +

Informations : Martine Audet  
audetmartine@hotmail.ca

Jour: Lundi & Jeudi  
Heure: Débutant: 18h00 à 19h00  
Avancé : 19h00 à 20h00  
Durée: Jusqu'à la fin Juillet  
Reprise en septembre  
Coût: GRATUIT!  
Lieu: Gymnase de l'école du Goéland  
177 rue Principale

Les soirées pickleball sont offertes à la population. Vous devez apporter votre raquette. Balles disponibles sur place. Possibilité de céder deux parties par soir si trop de participants.

La FADOQ invite les débutants (de 12 ans et +) à ce sport à ce joindre à eux. Les parties pour débutant ont lieu les mêmes soirs, mais 1 heure plus tôt.

\*Aucunes activités en août.

# SPORTS

---

## PILATES ROULEAU

Informations : Josée Laperrière  
Inscriptions: 418-399-9220  
Courriel : laperrierejosee@gmail.com

Pilates Tonus & Abdos est un entraînement ciblé pour renforcer l'ensemble du corps, avec une attention particulière aux abdominaux profonds. Parfait pour sculpter ta silhouette et améliorer ton bien-être global. Accessoires fournis.

Jour: Mardi  
Heure: 9h15  
Durée: Dès le 14 avril (8 semaines)  
Coût: 160\$ pour 8 cours  
Lieu : Centre Fernand-Marcotte  
179 rue Principale

## YOGA SOUPLESSE & RENFORCEMENT

Informations : Josée Laperrière  
Inscriptions: 418-399-9220  
Courriel : laperrierejosee@gmail.com

Yoga Stretching Total est un yoga plus engagé pour activer la musculature, travailler l'endurance et améliorer ta mobilité articulaire. Idéal pour celles qui veulent un yoga à la fois fluide, énergisant et structurant.

Jour: Mardi  
Heure: 10h20  
Durée: Dès le 14 avril (8 semaines)  
Coût: 160\$ pour 8 cours  
Lieu : Centre Fernand-Marcotte  
179 rue Principale

# DANSE

---

Cours de base pour danseurs sans expérience ou moins d'un an de pratique. Nous allons danser le merengue, la salsa, la rumba et le triple Swing. Habillez-vous selon la météo puisque le cours se donne en plein air.

\*En cas de pluie, le cours aura lieu à l'école primaire du Goéland, 177 rue principale, Saint-Alban, porte de droite.



## NOUVEAUTÉ!!!

**Cours de danse sociale pour tous!**

Informations: Karianne Vaillant  
Milonga2025@hotmail.com

Jour: Mardi  
Heure: 18h00  
Durée: 12 semaines, Début le 9 juin  
Coût: GRATUIT  
Lieu\* : Centre des Loisirs,  
4 rue Sauveur-Patry

# ESPAGNOL

---

## NOUVEAUTÉ!!!

Informations: Oscar William Peñate Tapia  
penatetapia@gmail.com

Jour: Jeudi  
Heure: 18h30  
Durée: À déterminer  
**Début le 7 mai**  
Coût: GRATUIT  
Lieu : Centre Fernand–Marcotte,  
179 rue Principale.

Nous avons la chance d'avoir un résident de Saint–Alban qui souhaite enseigner et partager sa langue avec nous!

Vous rêvez d'apprendre l'Espagnol? Vous aimeriez vous débrouiller en voyage? Ou encore, en apprendre un peu plus sur cette magnifique langue? Alors vous êtes les bienvenus peu importe votre âge\* !

Matériels à prévoir: Cahier et crayon

Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte en tout temps!

# MINI–PUTT

---



Jour: Tous les jours  
Début 6 juin 2026 à la fête des voisins  
Heure: 13h00 à 21h00  
Durée: Juin à Septembre  
Coût\*: Enfant moins de 5 ans & FADOQ T–031: GRATUIT  
Enfant 6 à 12 ans: 3.00\$  
Adulte: 5.00\$  
Lieu : Parc du Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur–Patry

Inauguré à la fin de l'été dernier, le nouveau mini–putt de Saint–Alban est désormais ouvert à toute la population. Cette installation récréative offre une activité ludique et conviviale qui plaira autant aux familles qu'aux groupes d'amis.

Conçu dans une approche inclusive et accessible, le parcours permet aux personnes à mobilité réduite de participer pleinement à l'activité.

Que vous utilisiez une marchette, une chaise roulante ou que vous ayez besoin d'un accompagnement, du matériel adapté est disponible afin de favoriser l'accès au jeu pour tous.

*Le mini–putt est fermé en cas de pluie ou lorsque de fortes averses ont détrempé les tapis, afin d'assurer une expérience de jeu agréable pour tous.*

**\*Nouveauté : Breuvages et grignotines en vente sur place. Paiement en argent, débit et crédit disponible!**

# INFRASTRUCTURES

---

## AUTRES SERVICES SPORTIFS

Vous voulez savoir ce que nous avons d'autres?

- Terrain de basketball
- Terrain de Pétanque/washer/etc...
- Skate Parc
- Jeux d'eaux

Jour: Tous les jours

Heure: 7h00 à 23h00

Durée: Mai à Septembre

Coût: GRATUIT!

Lieu : Parc du Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur-Patry



---

## Parc Naturel Régional de Portneuf

Informations:

418 268-6681,

[info@parcportneuf.com](mailto:info@parcportneuf.com),

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



- Randonnée pédestre
- Plage
- Camping rustique
- Escalade
- Pêche
- Activités nautiques
- Les Excursions de l'Ouest
- Grotte Le trou du Diable
- Centre d'interprétation



# ACTIVITÉS

---

## Jour de la Terre

Ensemble pour un Saint-Alban plus propre ! 



Prenez un moment pour parcourir votre secteur et ramasser les déchets qui s'y trouvent. Chaque geste compte pour garder notre municipalité propre et pour prendre soin de notre environnement.

Vous avez rempli des sacs de déchets?

Il suffit d'appeler à la municipalité pour nous indiquer l'endroit où les sacs ont été laissés. Ils seront alors ramassés.

### **PRIX À GAGNER:**

Parmi tous les participants, nous ferons tirer une maison pour abeilles et insectes pollinisateurs, un beau geste pour aider la biodiversité et prendre soin de notre planète.

### **POUR PARTICIPER:**

Envoyez-nous une photo de votre ramassage à l'adresse courriel suivante: [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca)

Quand? Entre le 17 avril et le 27 avril

Tirage le 27 avril à midi

# ACTIVITÉS

---

## L'harmonie c'est aussi planter la vie!

Distribution d'arbres et de compost\*.

Venez encourager les élèves de l'école primaire qui vendront des pousses de vivaces pour financer leurs activités scolaires.

Bienvenue à tout autres exposants agroalimentaires.

Jour: 16 mai 2026

Heure: 9h00 à 12h00

Coût: GRATUIT\* (arbres et compost)

Lieu: Centre Communautaire Fernand-Marcotte  
179 rue Principale.



# ACTIVITÉS

---

## **Cercle des Fermières de Saint-Alban**

informations:

Aline Picard 418-268-3785

Initiation au tissage, tricot, etc. Ateliers organisés selon les différentes demandes. Les nouveaux parents sont invités à venir voir les Fermières pour recevoir un cadeau!

**Jour:** Tous les Jeudis  
**Heure:** 13h00 à 15h30  
**Lieu:** Centre Communautaire  
Fernand-Marcotte  
179 rue Principale.



Les Cercles  
de Fermières  
du Québec

---

## **FADOQ de Saint-Alban**

Informations et responsables :

Raymonde Naud, présidente 418-326-8742



Activités sociales et activité vie active  
pour les personnes de 50 ans et +.

**Jour:** Les lundis (vie active) &  
mercredis (social)  
**Heure:** Lundi 13h30 à 15h00  
Mercredi 13h00 à 15h00  
**Coût:** GRATUIT Membre FADOQ  
(sauf activités spéciales)  
**Lieu :** Centre Communautaire  
Fernand-Marcotte  
179 rue Principale.

# ACTIVITÉS

---

## **Bibliothèque Municipale BIBLIO-CHUT!**

Informations et responsable :  
Marcelle Lauzon 418 268-3557

Membre du Réseau biblio de la Capitale nationale et de la Chaudière-Appalaches (Réseau BIBLIO CNCA). Nous effectuons le prêt de livres (audio, romans, documentaires), magazines, bd, albums et casse-têtes. Le service de prêt entre bibliothèques (PEB) est offert aux abonnés.

### Accès aux collections numérique du Réseau BIBLIO CNCA :

- Plus de 12, 000 livres numériques
- Plus de 3, 300 revues numériques
- Livres audio
- Protégez-vous
- Généalogie
- Autoformation : Tout apprendre : 800 cours gratuits.

### Accès aux collections spéciales du Réseau BIBLIO CNCA:

- Muséo : des musées à emporter!
- Wally : trousse de codage
- Manga : BD japonaises
- Réalité virtuelle.

Des expositions diverses sont présentées tout au long de l'année.

Jour: mardi (Juillet & Août)

Heure: 17h30 à 19h30

Coût: GRATUIT

Lieu : Centre Communautaire Fernand-Marcotte  
179 rue Principale.



# ÉVÉNEMENTS

---

## Fête des voisins & Tournoi de Mini-Putt

Jour: 6 juin 2026\*

Heure: 13h00

Coût: 20\$/équipe (adulte)  
5\$/équipe\* (enfant)

Lieu: Parc du Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur-Patry



C'est dans le cadre de la fête des voisins 2026 que nous partirons la saison du Mini-putt! Et quoi de mieux et de plus rassembleur que le fameux tournoi? Nous vous attendons à 13h00 au nouveau Mini-putt. La moitié du montant en argent sera remis à l'équipe gagnante.

Les inscriptions pour le tournoi sont en argent comptant seulement.  
Inscriptions le jour-même.  
Score basé sur le nombre de coups le plus bas.

Pour Participer:

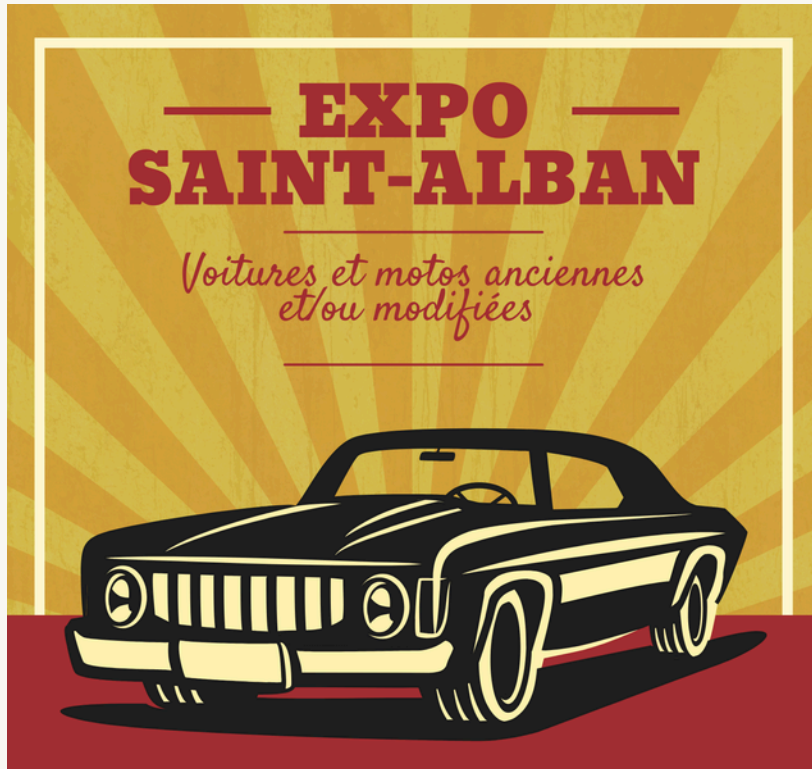
- Équipe de 2 personnes (nom d'équipe obligatoire!)
- 13 ans minimum

–Les enfants de moins de 12 ans peuvent aussi participer. C'est la fête des voisins après tout! Cependant, nous demandons 5\$/équipe (de 2 ou de 4) et ils sont assurés d'avoir un prix! Merveilleux non?

Service de snack/bar sur place. Argent comptant, débit ou crédit.

\*Annulé en cas de pluie!

# ÉVÉNEMENTS



## Expo Saint-Alban

Jour: 7 juin 2026\*  
Heure: 10h00 à 15h30  
Coût: GRATUIT pour tous!  
Lieu : Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur-Patry

Nous avons la chance, annuellement, d'avoir dans notre municipalité plusieurs exposants de voitures anciennes et/ou modifiées.

Les voitures anciennes ne vous intéressent pas? Aucun problème! vous pouvez profiter de l'achalandage des gens pour faire vos ventes de garage!!!

Vous êtes un producteur local (ou non?) et vous voudriez avoir un stand de présentation pour partager vos services ou vendre vos produits?

Ou encore, vous voulez venir exposer votre véhicule?  
Nous vous invitons à contacter Stéphanie par courriel au [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca) ou téléphone 418-268-8026 poste 5.

- Service de Snack/Bar sur place.
- Maquillage pour enfant (Gratuit)
- Animation déambulatoire et musique par Philippe Routhier

**TIRAGE DE 3 PRIX POUR LES PLUS BEAUX VÉHICULES!!!**

\*Annulé en cas de pluie!

# ÉVÉNEMENTS

Humour Su'l Gazon! 

**3ième édition!**

Jour: 7 août 2026

Heure: 20h00

Coût: GRATUIT pour tous!

Lieu: Parc du Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur-Patry



Pour une 3ième édition, nous vous invitons au spectacle d'Humour Su'l Gazon GRATUITEMENT!!!! C'est avec plaisir que nous faisons revenir cet événement qui a été un succès depuis le début. Et cette année, beau temps ou mauvais temps, l'activité aura lieu!

Venez découvrir 3 humoristes de la relève qui viendront tester leurs blagues. Il n'y a pas d'âge minimum, mais nous ne sommes pas à l'abri de blagues grivoises!

Suivez l'événement Facebook pour connaître plus de détails.

Service de Snack/Bar sur place (\$).



**WILL MURPHY**



**VÉRONIQUE ISABEL FILION**



**SAM LEMIEUX**

# ÉVÉNEMENTS

---

## Fête Albanoise 2026

Jour: 5 septembre 2026

Heure: 10h00 à 23h00

Coût: GRATUIT\* pour tous!

Lieu : Parc du Centre des Loisirs  
4 rue Sauveur-Patry



Venez fêter avec votre voisinage!

La fête Albanoise se veut un moment de rassemblement intergénérationnel. Plusieurs activités sont prévus pour la journée tel que:

- Totalement Geek
- Tournoi de washer
- Maquillage
- Jeu gonflable
- Souper poulet FUSÉE
- Pierre-Luc Dumaresq pour la soirée (DJ/Chansonnier)

Service de bar sur place!

**Vous aimeriez être bénévoles? Donnez votre nom à Stéphanie au [loisirs@st-alban.qc.ca](mailto:loisirs@st-alban.qc.ca) ou par téléphone au 418-268-8026 poste 5.**

\*La participation au tournoi est payant. Détails et informations à venir sur nos réseaux sociaux.



# SAINT-ALBAN

UNE HARMONIE À EXPLORER

