

LOISIERS, CULTURE
ET VIE COMMUNAUTAIRE
Programmation
Automne-Hiver 2025-2026



VILLE DE
ONNACONA





Bonjour !

Je suis très heureux et très fier de vous présenter le guide des loisirs automne-hiver.

Vous y trouverez une grande variété d'activités et d'évènements pour tous les âges.

Je veux remercier l'équipe du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, les bénévoles et tous les organismes pour leur implication au sein de notre communauté.

Chères citoyennes et citoyens de la Ville de Donnacona, je vous souhaite de trouver une activité à votre goût et qui saura vous satisfaire.

Merci et bonne saison !



*Sylvain
Morissette*

Directeur, loisirs, culture
et vie communautaire

Table des matières

Renseignements généraux

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire	8
Emplacement des cours et activités	9
Périodes d'inscription	10
Modalités d'inscription	11
Politique de remboursement et Ententes intermunicipales	13
Programme Accès-Loisirs	14
Location de salle	15
Programme bienvenu nouveau-né	16
Programme produits éco-responsables	17

Secteur socio-culturel

Bibliothèque municipale	19
L'Atout, Espace ludique	21
Club de l'Âge d'Or	22
Espace Ado	23
Local 0-5 ans	24
Maison de la culture GHG	25
Spectacles hommages	26
Jeudis Musicaux	29
Relais de la Pointe-Aux-Écureuils	30
La Licorne	31
Société d'histoire de Donnacona	32
Salle Luc Plamondon	33
Danse pour enfant 4 à 12 ans	34
Danse Country Pop	36
Initiation au Tango Argentin	37
Danse swing	38
Danse sociale	39
Ateliers d'arts visuels et Scrabble	40
Ateliers Grand-dire	41
Ateliers Doux câlins	42
Magic The Gathering	43
École de musique Desjardins	44

Table des matières

Secteur aquatique

Informations générales	46
Périodes d'inscriptions et bains libres	47
Choisir le bon niveau	48
Natation enfants 4 mois à 13 ans	50
Cours privés 5 ans et plus	53
Natation adultes	54
Formations aquatiques	56
Forfaits fêtes d'enfants	62
Club UNIK	63

Secteur sportif

Conditionnement physique 50 ans et plus	65
Stretching	66
Programme PIED 65 ans et +	67
Santé active	68
Power Pilates	69
Pound	70
Pulsations	71
Entraînement de triathlon	72
Spinning	74
Golf intérieur	75
Yoga avec Karin Brouillette	76
Libère ta danse	79
Yoga avec Céline Masse	80
Conditionnement physique sur musique avec Michèle Carrier	82
Vie Active	84
Soccer et Baseball	85
Curling	86
Taekwondo	87
Karaté	88
Tir à l'arc	89
Gymnastique	90

Table des matières

Sports de glace

Gratuité pour une première inscription	92
Hockey mineur	93
Patinage artistique	94
Patinage de vitesse	96
Patinage et hockey libre	98

Plein air

Parcs de quartier	100
Parc Donnacona	101
Parc familial des Berges	103
Parc urbain Le Transit	105
Pistes cyclables et plateaux sportifs	106
Activités hivernales	107
Patinoire extérieure	
Glissade	
Places publiques	108

Évènements	111
-------------------	------------

Organismes	115
-------------------	------------

Dates importantes	118
--------------------------	------------

Alertes municipales et Infolettre	119
--	------------





RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Loisirs, culture et vie communautaire

Les bureaux du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire sont accessibles par l'entrée de l'aréna du Complexe sportif Promutuel Assurance. Les agentes de bureau sont disponibles pour répondre à vos questions et prendre les inscriptions en personne.

Horaire :

Fête du Travail jusqu'au 30 avril

Lundi au vendredi de 9 h à 12 h et 13 h à 16 h

Du 1^{er} mai à la fête du Travail

Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h

Loisirs, culture et vie communautaire
Complexe sportif Promutuel Assurance - Aréna
300, rue de l'Église
Donnacona, Québec G3M 1Z5
418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Emplacement des cours et activités

Plusieurs locaux sont utilisés pour la tenue des activités, cours et ateliers offerts par la Ville de Donnacona et par les organismes.

Voici les principaux emplacements :

Complexe sportif Promutuel Assurance

Aréna
300, rue de l'Église
Donnacona, Québec G3M 1Z5

Centre aquatique
304, rue de l'Église
Donnacona, Québec G3M 1Z5

Bibliothèque

320, rue de l'Église, porte 1
Donnacona, Québec G3M 2A1

Maison de la culture GHG

270, rue Notre-Dame
Donnacona, Québec G3M 1G7

Centre Alliance Donnallie

231, boulevard Gaudreau
Donnacona, Québec G3M 1L6

Centre communautaire

Le Rendez-Vous
225, boulevard Gaudreau
Donnacona, Québec G3M 1L6

Pavillon Les Écureuils

984, rue Notre-Dame
Donnacona, Québec G3M 1J5



Périodes d'inscription

Activités sportives et culturelles

Sports de glace : juillet 2025

Session automne : 25 août au 2 septembre 2025

Session hiver : 8 au 16 décembre 2025

Session printemps : 23 au 31 mars 2026

Périodes d'inscriptions spéciales

Course du maire : décembre 2025

Semaine de relâche : janvier 2026

Gardiens avertis et Prêts à rester seul : janvier 2026

Soccer et Baseball d'été : février 2026

Camp de jour : 30 mars au 7 avril 2026



Les inscriptions aux activités identifiées par ce logo se font par internet via la plateforme d'inscription en ligne de la Ville.

donnacona.appvoila.com

Pour les autres activités, les inscriptions se font auprès de l'organisme ou de la personne responsable.

| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire

418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com



Modalités d'inscriptions

En ligne Voilà!

Les citoyens qui veulent s'inscrire à une activité par Internet doivent obligatoirement avoir un compte usager. Il est possible de créer votre compte usager via la plateforme Voilà!

Vous pouvez créer un profil sous l'onglet Loisirs, une fois votre Dossier Citoyen créé. Votre compte sera approuvé par le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire avant de pouvoir compléter votre inscription. Pour assistance, 418 285-3284, poste 0.

Les inscriptions en ligne acceptent les modes de paiement suivants :

- Carte de crédit Visa et Mastercard;
- AccèsD (fournisseur : Ville de Donnacona-Loisirs).

Le paiement devra être effectué dans les 24 heures suivant l'inscription sinon celle-ci sera annulée.

En personne

Les citoyens qui veulent s'inscrire à une activité en personne doivent se présenter au bureau du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire situé dans le Complexe sportif Promutuel Assurance au 300, rue de l'Église.

Les inscriptions effectuées au bureau du service des loisirs acceptent les modes de paiement suivants :

- Carte de crédit Visa et Mastercard;
- Carte de débit;
- Chèque;
- Argent comptant.



Modalités d'inscriptions

Pour être inscrit à une activité, le paiement complet doit être effectué au moment de l'inscription, à l'exception des activités suivantes :

- Sports de glace 50% à l'inscription et 50% 30 jours suivant l'inscription;
- Camp de jour 1/3 à l'inscription, 1/3 30 jours suivant l'inscription et le dernier 1/3 60 jours suivant l'inscription.

Des frais d'administration de 35 \$ seront facturés pour chaque chèque retourné par l'institution financière.

Politique de tarification familiale

Cette politique s'applique à l'ensemble des activités offertes directement par la Ville de Donnacona, et s'applique seulement aux résidents de la Ville de Donnacona.

- 1^{re} inscription 100%;
- 2^e inscription 90% du taux le deuxième plus élevé;
- 3^e inscription et plus 80% du taux le troisième plus élevé.

Politique d'inscription tardive

Cette politique s'applique seulement pour les activités offertes et dont les inscriptions sont prises par la Ville de Donnacona. Une inscription tardive est une inscription effectuée après le début de la session en cours.

Activités pour enfants

- Aucun rabais pour les cours manqués ne sera accordé;
- Aucune possibilité d'inscription après le troisième cours.

Activités pour adultes

- Aucun rabais pour les cours manqués ne sera accordé;
- Pour les inscriptions aquatiques faites par la Ville de Donnacona, vous aurez la possibilité de reprendre deux cours manqués selon les disponibilités. Il est nécessaire d'en faire la demande à l'avance;
- Aucune possibilité d'inscription après le troisième cours.

Politique de remboursement

Cette politique s'applique pour toutes les activités sportives, récréatives et aquatiques.

Critères pour un remboursement ou un crédit

Un remboursement ou un crédit complet vous sera accordé :

- Si l'activité à laquelle vous êtes inscrit est annulée par la Ville de Donnacona;
- Si l'activité est offerte à une autre plage horaire que lorsque vous vous êtes inscrit ce qui entraîne votre incapacité à y participer.

Un remboursement ou un crédit partiel vous sera accordé :

- Si vous abandonnez avant le début du 3^e cours;
- Si vous abandonnez en raison d'une impossibilité d'y participer, à cause d'un déménagement (preuve requise) ou pour raison médicale (billet exigé);
- Si vous abandonnez avant la date limite déterminée par les organismes de sports de glace;
- Si vous abandonnez avant la date limite déterminée par la Ville de Donnacona.

Ententes intermunicipales

Les Villes suivantes ont une entente intermunicipale avec la Ville de Donnacona pour l'inscription aux sports de glace ainsi que pour les activités aquatiques :

- Ville de Neuville
- Ville de St-Basile
- Ville de Cap-Santé
- Ville de Pont-Rouge (patinage de vitesse seulement)



Programme Accès-Loisirs



Programme Accès-Loisirs MRC de Portneuf Automne



GRATUIT

C'est quoi ? Des inscriptions **gratuites** dans des activités sportives, culturelles et de plein air.

C'est pour qui ? **Pour toutes personnes** à faible revenu (une preuve est obligatoire.)

Informations sur le programme : 418.476.7218

(Coordonnateur programme Accès-Loisirs MRC de Portneuf)

être sous ce revenu

1 PERSONNE:	31 264\$
2 PERSONNES:	38 922\$
3 PERSONNES:	47 851\$
4 PERSONNES:	58 096\$
5 PERSONNES:	65 892\$
6 PERSONNES:	74 315\$
7 PERSONNES:	82 739\$

Venez vous inscrire !



Donnacona

4 sept de 18h à 19h

📞 418 285 3847

INSCRIPTION POUR LA SESSION D'HIVER À VENIR

| Informations et inscriptions |

L'Arc-en-ciel de Donnacona

331, rue Notre-Dame

Donnacona, Québec G3M 1H3

418 285-3847

info@larcencielportneuf.org | larcencielportneuf.org



L'Arc-en-Ciel

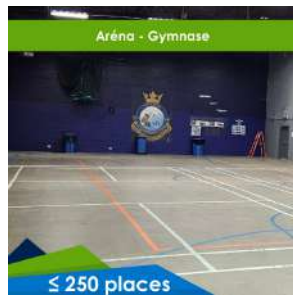
Organisme communautaire
en santé mentale
de Portneuf



Location de salle

Vous organisez une réunion, une formation, un événement corporatif ou familial ? La Ville de Donnacona met à votre disposition plusieurs salles à louer, offertes à des prix abordables. Que ce soit pour un petit groupe ou un grand rassemblement, vous trouverez un espace adapté à votre évènement.

Découvrez les salles offertes en location, les tarifs et équipements disponibles en visitant notre site internet : villededonnacona.com



| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0

Programme bienvenu nouveau-né

Dans le cadre de sa politique familiale et des aînés, la Ville de Donnacona souhaite souligner la venue des nouveau-nés résidants sur son territoire. La Ville remettra donc un cadeau à chaque nouveau-né, selon les critères d'admissibilité et modalités mentionnés ci-dessous.

Pour recevoir le cadeau de bienvenue, l'enfant doit :

- Résider sur le territoire de la Ville de Donnacona;
- Être âgé de moins de 12 mois;
- N'avoir jamais reçu ce cadeau auparavant (un seul cadeau est remis par enfant).

Afin de recevoir le cadeau de bienvenue, le parent doit :

1. Remplir le formulaire de demande (disponible en ligne ou à la bibliothèque municipale)
2. Fournir sur place :
 - Une preuve de résidence (adresse complète sur document officiel);
 - Une preuve de naissance de l'enfant (acte ou certificat de naissance).

Le formulaire complété doit être remis en personne à la bibliothèque municipale située au 320, rue de l'Église, au moment de la cueillette du cadeau.

Le sac cadeau comprend notamment :

- Une inscription gratuite à un cours aquatique;
- Un casque de bain spécialement conçu pour l'occasion;
- Une inscription à la bibliothèque municipale;
- D'autres surprises offertes en collaboration avec des organismes locaux.

Le contenu du sac cadeau peut être modifié sans préavis

| Informations |

Ville de Donnacona
418 285-0110, poste 0
info@villededonnacona.com



En lien avec le programme, **une naissance, un livre**, la bibliothèque offre également un petit cadeau aux moins d'un an, lors de leur inscription à la bibliothèque.

Programme de remboursement de produits éco-responsables

Ce programme permet à tous les citoyen(ne)s de la Ville de Donnacona de mettre la main sur des produits écoresponsables ayant un impact direct sur la charge d'eau pluviale, l'encombrement de nos conduites d'égouts et la production de déchets à la source.

Pour se faire, les produits ciblés pour une demande de remboursement sont les suivants :

- Couches lavables;
- Barils de récupération d'eau de pluie;
- Produits d'hygiène féminine réutilisables;
- Plantation d'arbres;
- Bac à compost pour l'intérieur.

Tous les détails, sur notre site internet !



Programme de remboursement de produits écoresponsables



Et plus encore!



SOCIO-CULTUREL

Bibliothèque municipale de Donnacona



Inscriptions

Pour les résidents de Donnacona :

L'inscription à la bibliothèque est gratuite. Une preuve de résidence est obligatoire lors de l'enregistrement.

Pour les résidents de l'extérieur :

L'inscription à la bibliothèque est considérée comme un service de loisirs annuel.

- Coût pour un membre : 132,20 \$ par année
- Coût pour une famille : 198,30 \$ par année

Les frais sont payables en argent comptant au comptoir de la bibliothèque ou par cartes au bureau du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire.

Horaires réguliers (De la fête du travail à la St-Jean-Baptiste)

Mardi au jeudi : 14 h 30 à 19 h 30

Vendredi : 9 h 30 à 12 h et 13 h à 15 h 30

Samedi et dimanche : 10 h à 16 h

Bibliothèque municipale
320, rue de l'Église, porte 1,
Donnacona, Québec G3M 2A1
418 285-4300

bibliotheque@villededonnacona.com



Services offerts - BMD



- Accès à des postes informatiques;
- Activités pour toute la famille;
- Bacs thématiques pour les familles;
- Impressions - Photocopies - Numérisation (0,10\$ par feuille, argent comptant seulement);
- Prêt de partitions;
- Prêt de peluches;
- Prêt de périodiques;
- Tables de jeux et de casse-têtes;
- Tables de travail.

Événements spéciaux - BMD

Les pédagoges animés Atelier de dessins Manga avec Japania Manga

- le 19 septembre de 10 h 30 à 12 h
- le 10 octobre de 10 h 30 à 12 h

La Semaine des bibliothèques publiques

- du 18 au 25 octobre

Activité théâtrale La corde à livres avec Maude Alain-Gendreau

- le 19 octobre de 13 h 30 à 14 h 30

BiblioVente

- dès le 21 octobre à 14 h 30

Activité scientifique Les crânes avec Zoom Nature

- le 25 octobre 2 animations de 13 h à 15 h 15

La Grande semaine des tout-petits

- Fabrication d'un mini-jardin avec Lavi-Création le 22 novembre 2025 de 10 h 30 à 12 h

Conte festif avec Amandine la lutine

- le 30 novembre de 10 h 30 à 11 h 30

Rencontres de poésie

- 1 fois par mois

Semaine de relâche animée

- Mars 2026 programmation à venir



L'ATOUT, Espace Ludique

L'Atout - Espace ludique est un service de location de jeux de société, un projet pensé et créé par des bénévoles passionnés de jeux.

Comment s'abonner ?

- En ligne, via la plateforme Voilà!. Lorsque vous êtes dans votre compte, cliquez sur l'onglet Loisirs, ensuite Abonnements, S'abonner, sélectionnez Bibliothèque et finalement L'Atout - Espace Ludique;
- À la bibliothèque (Argent comptant et chèque seulement);
- Au bureau du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire situé dans le Complexe sportif Promutuel Assurance.

Coût (taxes incluses) :

- 20 \$ pour les résidents de Donnacona;
- 40 \$ pour les non-résidents.

Consultez et aimez la [page Facebook de l'Atout - Espace ludique](#).



Club de l'Âge d'Or de Donnacona



Mission

Organiser des activités pour les gens de 50 ans et plus.

Les membres et ceux qui désirent adhérer au club seront invités à venir participer à nos activités, soit une épiluchette de blé d'Inde, un souper hot dog et, pour terminer, une soirée dansante avec M. Alain Lemay.

- Les cartes de membres sont disponibles sur place au coût de 20 \$.

Programmation annuelle

- Reprise des activités le jeudi 4 septembre;
Épiluchette de blé d'Inde et hot-dog suivi d'une soirée dansante.
- Souper et soirée dansante 1 fois au deux mois.

Activités hebdomadaires

Tous les jeudis dès 13 h;

Bingo hebdomadaire les vendredis de 13 h 15 à 15 h 30.

Pour toute question ou pour vous joindre au Club :

- Ginette Boisvert : 418 462-0922

Centre Alliance Donnallie
231, boulevard Gaudreau
Donnacona, Québec G3M 1L6
agedordonnacona@gmail.com



Espace Ado 10 à 17 ans



Un milieu de vie animé et lieu de rencontre pour les jeunes de 10 à 17 ans.

L'accès est gratuit. Il est également possible de participer à des sorties et des activités spéciales organisées en fonction de la demande des jeunes.

En tout temps, les jeunes peuvent jouer au billard, ping-pong, baby-foot, hockey sur table, jouer à des jeux sur les consoles Wii, PlayStation 3 et Xbox 360 ou encore écouter des films.

Plusieurs petits salons sont disponibles pour socialiser et discuter entre amis.

Une cuisine est nouvellement disponible pour réaliser divers ateliers qui touchent la nourriture !

Visitez [la page Facebook](#) pour connaître les activités et pour vérifier l'horaire qui peut parfois changer selon la disponibilité des employés.

Centre communautaire le Rendez-Vous
225, boulevard Gaudreau
Donnacona, Québec G3M 1L6
418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Local 0-5 ans

Le local 0-5 ans est un espace de jeu libre pour les enfants de 5 ans et moins.

Notre surveillante-animatrice, étudiante dans le secteur de l'éducation, sera sur place pour vous aider à maximiser l'utilisation du matériel mis à votre disposition. Elle pourra répondre à vos questions et même vous proposer des situations de jeux si vous le désirez. Le local demeure un endroit dédié à l'activité libre, l'autonomie et le développement moteur des enfants.

NOUVEAU

L'accès au Local 0-5 ans est maintenant gratuit pour tous !

Horaire

Pour connaître l'horaire en vigueur, ainsi que les activités spéciales à venir, veuillez consulter notre site internet : villededonnacona.com

Pavillon Les Écureuils
984, rue Notre-Dame
Donnacona, Québec G3M 1J5
418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Maison de la culture GHG



En 2003, la Ville de Donnacona devient propriétaire de la bâtisse située au 270, rue Notre-Dame, Donnacona. Inaugurée le 27 septembre 2003, on la nommera la Maison de la culture Georges-Hébert-Germain (MCGHG) en mars 2005, en l'honneur de l'écrivain québécois, Georges-Hébert-Germain, originaire de Les Écureuils.

La Ville de Donnacona administre cette infrastructure avec l'appui créatif de Culture Donnacona. Restez à l'affût de notre programmation en consultant notre [site internet](#) ou en vous abonnant à l'[infolettre](#) de la Ville.

Mission

La Maison de la culture GHG a pour mission de diffuser, produire et supporter les initiatives culturelles qui s'insèrent dans la Politique Culturelle de Donnacona.

Notre salle

Située au cœur de Donnacona, la Maison de la Culture GHG offre une salle de spectacle intime pouvant accueillir jusqu'à 100 personnes.

Les équipements en place, opérés par des techniciens d'expérience, permettent de créer une ambiance unique. Notre salle saura vous charmer par la proximité qu'elle offre entre l'artiste et son public, permettant à tous de vivre une expérience mémorable.

Maison de la culture Georges-Hébert-Germain (GHG)

270, rue Notre-Dame

Donnacona, Québec G3M 1G7

418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com



HOMMAGE À Scorpions



Samedi 18 octobre 2025 à 20 h
Maison de la Culture GHG



IN-TRANCE

l'expérience
tribute to

SCORPIONS

Prévente

20\$ + frais de service

14 août au 26 septembre 2025

Vente régulière

25\$ + frais de service

27 septembre au 18 octobre 2025



Pour plus d'information ou pour se procurer des billets

HOMMAGE À Coldplay



Samedi 10 janvier 2026
à 20 h
Maison de la Culture GHG

Prévente

20\$ + frais de service

18 octobre au 7 novembre 2025

Vente régulière

25\$ + frais de service

8 novembre au 10 janvier 2026



[Pour plus d'information ou pour se procurer des billets](#)

HOMMAGE À Aerosmith



Samedi 21 mars 2026 à 20 h
Maison de la Culture GHG

Prévente

20\$ + frais de service

10 au 30 janvier 2026

Vente régulière

25\$ + frais de service

31 janvier au 21 mars 2026



[Pour plus d'information ou pour se procurer des billets](#)

JEUDIS MUSICAUX



Le Club Patrimoine et Musique vous invite aux
Jeudis musicaux de 12 h 30 à 18 h 30
tous les jeudis de septembre à mai
À la Maison de la Culture GHG

Pendant la période estivale, les Jeudis Musicaux
s'animent au Parc familial des Berges de 12 h 30 à 20 h.

| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0

Relais de la Pointe-Aux-Écureuils



La Sapristi

Cet endroit propose plusieurs activités : des 5@7 animés, des spectacles musicaux, du théâtre et des soirées de rumeurs.

La Nef

L'été venu, cette salle se transforme pour les expositions, les chorales et des mariages.

Le Musée Gérard Denis

Le musée Gérard-Denis rayonne dans le jubé du chœur. Il présente la fabuleuse histoire des Écureuils.

Le Parvis

Dès que la chaleur de l'été se pointe, le Parvis de l'église reprend vie avec ses 5@7. Dans une ambiance des plus chaleureuses, l'équipe du Relais anime ces moments magiques. Comme dans le bon vieux temps, les jasettes et les rumeurs du parvis circulent dans le village...

Aussi...

- Relais du meuble

Relais de la Pointe-Aux-Écureuils
991, rue Notre-Dame
Donnacona G3M 1J7
info@lesecureuils.ca

Aimez la page **Facebook** du Relais pour connaître la programmation !



La Licorne



La Licorne c'est

- Une maison des jeunes pour les 50 ans et plus de la MRC de Portneuf;
- Un endroit accueillant qui offre des activités diversifiées;
- Un endroit de rencontre pour se divertir, apprendre et tisser des liens sociaux;
- Un partenaire du quotidien des 50 ans et plus.

Services

Toutes les activités sont offertes aux résidents de la MRC de Portneuf de 50 ans et plus désirant briser l'isolement, faire des rencontres exceptionnelles et se divertir.

La Licorne offre une panoplie d'activités telles que des ateliers, des conférences, des journées thématiques, des cafés et bien plus encore !

Jardin collectif

Impliquez-vous dans le jardin collectif, le Nain de jardin ! Le jardin collectif est développé en collaboration avec le Relais de la Pointe-Aux-Écureuils.

Café Licorne

Le café Licorne est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 15 h.

Un endroit convivial, où vous pouvez lire le journal, faire des mots croisés ou simplement converser.

La Licorne
152, rue Notre-Dame
Donnacona, Qc G3M 1G4
418 285-2935, poste 114
lalicorne@lehalo.ca

[La Licorne pour les jeunes de 50 ans et plus](#)



Société d'histoire de Donnacona



La Société d'histoire de Donnacona, nouvellement formée, a pour mission de protéger, documenter, mettre en valeur et diffuser le patrimoine historique de Donnacona et de l'ancienne municipalité de Les Écureuils tout en favorisant l'éducation du public, l'accès aux archives, la recherche historique et les activités à caractère patrimonial.

Pour atteindre ses objectifs, la Société développera un centre d'archives accessible au public, organisera des activités et produira des publications pour faire connaître l'histoire de Donnacona, incluant l'ancienne municipalité de Les Écureuils.

Un local sera aménagé à la Maison de la Culture Georges-Hébert-Germain au courant de l'automne 2025 et sera accessible selon un horaire à confirmer.

Il sera possible de devenir membre régulier de la Société en acquittant sa cotisation annuelle au coût de 25 \$ ou membre associé au coût de 100 \$. En plus d'aider au financement de la Société, l'abonnement accordera des privilèges aux membres.

Tous les citoyens intéressés à s'impliquer à la Société d'histoire ou avoir de l'information peuvent communiquer avec la Société par courriel.

| Informations |

270, rue Notre-Dame

Donnacona, Québec G3M 1G7

societedhistroirededonnacona@gmail.com



SALLE LUC PLAMONDON

SALLE
LUC
PLAMONDON

PROGRAMMATION 2025-2026



**04-10
2025**



**08-11
2025**



**16-01
2026**



**07-02
2026**



**28-02
2026**



**21-03
2026**



**27-03
2026**



**11-04
2026**

TOUS LES DÉTAILS ICI

Salle Luc Plamondon

(École secondaire de Donnacona)

320, rue de l'Église Donnacona (QC) G3M 2A1

info@sallelucplamondon.ca | 418 285-0059

Facebook : Salle Luc Plamondon

Danse pour enfants

Avec l'École de danse MOVE

Fondée en 2013, MOVE se donne pour mission de rendre la danse accessible à tous, directement dans votre municipalité. Ayant comme valeurs le plaisir, le respect, et l'inclusion, l'école offre un environnement dynamique où chacun peut bouger à son rythme et s'épanouir à travers la danse.

Lieu : Salle polyvalente du Centre aquatique (2^e étage)

<p>Session automne 11 cours + un spectacle</p>	<p>Session d'hiver 11 cours + un spectacle</p>
<p>Début des cours Samedi 13 septembre Mardi 16 septembre</p> <p>Date du spectacle Samedi 29 novembre, 9 h à 11 h</p>	<p>Début des cours Samedi 17 janvier (pas de cours le 7 mars) Mardi 13 janvier (pas de cours le 3 mars)</p> <p>Date du spectacle Samedi 11 avril, détails à venir</p>
<p>Coût Résident : 90 \$ Non-résident : 175 \$</p>	<p>Coût 95 \$ + taxes</p>

| Informations et inscriptions |

info@ecolededansemove.com | 418 209-7378

ecolededansemove.com | Facebook : École de danse MOVE

[Inscription en ligne ici !](#)

MOVE
Ecole de danse **M O V E**

suite...

Danse enfantine 4 à 6 ans

Ce cours de danse enfantine initie les plus jeunes à la danse en imitant leur professeur. Celui-ci leur apprend de petites danses sous forme de jeux. Les jeunes apprennent aussi les mouvements de coordinations, la vitesse d'exécution, à travailler 2 par 2 et l'expression faciale. Les mouvements sont simples pour leur permettre de maîtriser leur corps. Ce cours permet aux jeunes de développer leur mémoire puisqu'à ce stade ils apprendront une petite chorégraphie. **Professeure** : Kimberly Roberge

Horaire : Mardi 17 h 30 à 18 h 30

Ballet Jazz 6 à 8 ans

Ce cours de danse pour enfants allie la grâce du ballet et l'énergie du jazz. À travers des mouvements adaptés à leur âge, les enfants apprendront les bases du ballet classique tout en explorant le rythme et l'expression du jazz. Un moment ludique et créatif pour développer la coordination, la souplesse et la confiance en soi, dans une ambiance joyeuse et dynamique. **Professeure** : Mariane Gariépy

Horaire : Samedi 9 h à 10 h

Hip Hop 4 à 8 ans

Le cours de hip-hop est une forme d'expression libre, énergique et créative. Celui-ci permet aux jeunes de travailler différents styles en apprenant une chorégraphie et en travaillant le « freestyle ».

Horaire :

- 6 à 8 ans : samedi 10 h à 11 h - Professeure : Mariane Gariépy
- 4 à 6 ans : samedi 11 h à 12 h - Professeure : Axelle Tessier

Jazz contemporain 7 à 12 ans

Le cours de danse Jazz contemporain est un style qui exploite diverses possibilités de mouvements du corps. Ce style de danse est inspiré par la danse classique, tout en y ajoutant une grande utilisation du tronc et de l'équilibre dans des mouvements légers et fluides. Ce cours permet aussi d'apprendre une portion d'enchaînements chorégraphiques.

Professeure : Kimberly Roberge

Horaire :

- 7 à 9 ans : mardi 18 h 30 à 19 h 30
- 10 à 12 ans : mardi 19 h 30 à 20 h 30

Danse Country Pop

Avec Nadine Gauthier



Débutant niveau 1 (Plaisir et Découverte)

Destiné aux débutants ainsi qu'à ceux qui dansent simplement pour le plaisir. Chorégraphies populaire faciles à apprendre et agréables à danser.

Débutant niveau 2 (Passion et Évolution)

Idéal pour les danseurs qui ont déjà quelques pas de bases et qui souhaitent évoluer avec passion et bonheur. Chorégraphies entraînantes, accessibles et stimulantes.

Novice (Énergie et Défi)

Pour les danseurs qui aiment se dépasser. Chorégraphies dynamiques, énergiques avec juste ce qu'il faut de défi pour se dépasser.

Soirée de danse

Un vendredi sur deux, on se rencontre pour le plaisir de danser !

- 16-30 janvier, 13-27 février, 13-27 mars, 10-24 avril, 8-22 mai

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
Débutant niveau 1 <ul style="list-style-type: none"> • Mardi 13 h 30 à 14 h 25 • Mardi 18 h 30 à 19 h 25 Débutant niveau 2 <ul style="list-style-type: none"> • Mardi 14 h 30 à 15 h 25 Début des cours 16 septembre pour 12 cours	Débutant niveau 1 <ul style="list-style-type: none"> • Mardi 13 h à 14 h • Mardi 18 h 30 à 19 h 30 Débutant niveau 2 <ul style="list-style-type: none"> • Mardi 14 h à 15 h • Mardi 19 h 30 à 20 h 30 Novice <ul style="list-style-type: none"> • Mardi 15 h à 16 h Début des cours 13 janvier pour 12 cours
Coût 140 \$	Coût 140 \$

| Informations et inscriptions |

gauthiercountry.pop@gmail.com | 418 987-8704

Facebook : [GauthierCountry.Pop](https://www.facebook.com/GauthierCountry.Pop)

Initiation au Tango argentin

Avec Karianne Vaillant

Participez à une communauté vivante en vous initiant au tango argentin. Dansée à travers le monde, cette danse peut être à la fois dynamique, sensuelle ou dramatique. Débutant le tango en 2008 en Mauricie, votre instructrice a pu accompagner plusieurs professeurs tels que Claude Pierre Antoine, Rafael Baere ainsi que Wolf Mercado. Forte d'une expérience en enseignement dans une grande école internationale, elle se fera un plaisir de vous accompagner pour cette nouvelle expérience ! Cours pour **16 ans et +**. Avec ou sans partenaire. Maximum 18 participants.

Matériel requis : souliers d'intérieur avec semelle de cuir recommandés

Horaire

Mercredi 19 h 30 à 20 h 30

Début des cours

17 septembre pour 10 séances

Date pour vous inscrire à venir

Lieu : Maison de la culture GHG

Coût pour tous : 180 \$ pour 10 séances



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com



Danse swing

Avec Swing Ambassade



Découvrez les bases d'une danse qui prend ses origines dans les années 20 au son de la musique jazz. Cette danse est exécutée avec un ou une partenaire qui change à chaque chanson et on peut s'inscrire individuellement (pas besoin de partenaire). On y apprend les bases de la connexion ainsi qu'un vocabulaire de mouvements qui vous permettra, dès la première session, de vous amuser et de danser de manière fluide.

Matériel requis : souliers confortables et bouteille d'eau

Horaire : Lundi 20 h 15 à 21 h 30

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Cours d'essai gratuit le lundi 8 septembre

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours 15 septembre pour 12 cours Pas de cours le 13 octobre et le 13 octobre</p>	<p>Début des cours 12 janvier pour 12 cours Pas de cours le 2 mars et le 6 avril 2026</p>
<p>Coût pour tous 175 \$ jusqu'au 1^{er} septembre 195 \$ après le 1^{er} septembre</p>	<p>Coût pour tous 175 \$ jusqu'au 9 décembre 195 \$ après le 9 décembre</p>

| Informations et inscriptions |
info@laswingambassade.com
 Inscription en ligne ici !



Danse sociale

Avec Nadia Royer

Cours Débutant

Apprentissage de danse classique tout en décortiquant les thèmes et les pas de base. Le rythme du cours en lent.

Horaire : Lundi 13 h à 14 h

Cours Intermédiaire

Apprentissage et révision de danse un peu plus difficile, tout en apprenant d'autres thèmes et d'autres pas. Le rythme du cours est moyen.

Horaire : Lundi 14 h à 15 h

Cours Avancé

Apprentissage de nouvelle danse. On sait pas mal tous les thèmes. Le rythme du cours est plus rapide.

Horaire : Lundi 15 h à 16 h

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours 15 septembre pour 12 cours Pas de cours le 6 octobre et le 13 octobre</p>	<p>Début des cours 12 janvier pour 12 cours Pas de cours le 2 mars et le 6 avril</p>
<p>Coût pour tous 10 \$ par cours payable sur place</p>	<p>Coût pour tous 10 \$ par cours payable sur place</p>

| Informations et inscriptions |

418 329-4707

zira.76@hotmail.com

Ateliers d'arts visuels

Atelier d'aquarelle autonome

Gratuit, aucune inscription requise.

Horaire

Tous les lundis de 8 h à 12 h

Début des ateliers

8 septembre jusqu'à la fin mai

Lieu : Maison de la Culture GHG

| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0

Scrabble

Ligue amicale de scrabble

Inscription annuelle requise.

Horaire

Tous les vendredis de 13 h 30 à 16 h

Début

12 septembre jusqu'à la fin mai

Lieu : Maison de la Culture GHG (utiliser l'entrée de l'avenue Pleau)

Coût pour tous : 27 \$ pour l'année



| Informations et inscriptions |

[Voilà! Donnacona](mailto:loisirs@villededonnacona.com) 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com

Ateliers Grand-dire

CERF-volant de Portneuf

Atelier pour les parents et leurs enfants âgés de 2 à 5 ans permettant d'obtenir de l'information et du soutien vers une rentrée scolaire réussie par le biais d'activités éducatives parent-enfant, d'échanges entre parents et avec des personnes-ressources.

En collaboration avec la Table des partenaires 0-5 ans de Portneuf.

Horaire : Mercredi 9 h 30 à 11 h

Lieu : Maison de la Culture GHG

Coût

Gratuit pour les membres

(adhésion membre requise au coût de 5\$/an par famille)

Session automne	Session d'hiver
10 septembre pour 12 rencontres Pas de rencontre le 12 novembre	Début 4 février pour 12 rencontres Pas de rencontre le 4 mars

| Informations et inscriptions |

info@cerfvolantdeportneuf.org | 418 873-4557, poste 21

cerfvolantdeportneuf.org



Atelier Doux câlins

CERF-volant de Portneuf

Atelier qui permet au parent de vivre un moment agréable avec son bébé âgé de 0 à 12 mois par le biais d'activités de stimulation parent-enfant, de mini-ateliers d'information et de partage entre parents

Horaire

Mardi 13 h 30 à 15 h

Lieu

Local 0-5 ans

Coût

5 \$ pour 10 rencontres

(adhésion membre requise au coût de 5\$/an par famille)

Session automne	Session d'hiver
Non-offert	Début 10 février pour 10 rencontres Pas de rencontre le 3 mars

| Informations et inscriptions |

info@cerfvolantdeportneuf.org | 418 873-4557, poste 21

cerfvolantdeportneuf.org



Magic The Gathering

Version Commander

Rassemblement convivial de joueur de "Magic The Gathering".

Apportez vos cartes !

Gratuit pour tous, aucune inscription requise.

Lieu

Maison de la Culture GHG

Horaire*

Un vendredi par mois de 19 h à 22 h

- 19 septembre
- 17 octobre
- 21 novembre
- 23 janvier
- 20 février
- 20 mars

*Horaire de 19h à 22h

ANNULÉ

| Informations |

Dave Brassard

idavebrassard@gmail.com



École de musique Desjardins

Cours privés

L'école de musique Desjardins propose des cours de musique pour les jeunes de 7 ans et plus. La philosophie de l'école est de transmettre le goût de la musique, donc l'ouverture d'esprit pour un enseignement de plusieurs styles de musique différents, selon les souhaits des élèves. Le participant doit apporter son propre instrument.

Cours offerts

- Guitare
- Piano et chant
- Basse électrique
- Violon

Début des cours

Session d'automne : 25 septembre pour 11 cours

Session d'hiver : 19 janvier pour 11 cours

Horaire : Lundi entre 17 h et 21 h

Coût pour tous

- Cours de 30 minutes : 290,40 \$
- Cours de 45 minutes : 326,70 \$
- Cours de 60 minutes : 363 \$

Lieu : Maison de la culture GHG

Au moment de l'inscription, veuillez choisir la durée du cours souhaité. Un responsable communiquera avec vous pour déterminer la plage horaire précise de votre cours.



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com





SECTEUR AQUATIQUE

Centre aquatique

PROMUTUEL
ASSURANCE

Informations générales

Le port du casque de bain est obligatoire. Lunettes, casques de bain pour la famille et ballons dorsaux sont en vente au comptoir d'accueil.

Bassin d'entraînement

- 4 corridors de 25 mètres de longueur;
- Rampe d'accès pour personnes à mobilité réduite;
- Capacité de 140 personnes.

Bassin récréatif

- Capacité de 65 personnes

Horaire

Lundi au vendredi de 6 h à 21 h

Samedi et dimanche de 8 h à 18 h

Fermeture annuelle

15 août, 15 h au 7 septembre 2025

Complexe sportif Promutuel Assurance
Centre aquatique
304, rue de l'Église
Donnacona, Québec G3M 1Z5
418 285-0110, poste 302
loisirs@villededonnacona.com



Périodes d'inscriptions

Session automne : 25 août, 9 h au mardi 2 septembre

Session d'hiver : 8 décembre, 9 h au mardi 16 décembre

Session de printemps : 23 mars, 9 h au 31 mars 2026

Session d'été : 8 juin, 9 h au 16 juin 2026

Bains libres

Horaire et tarifs

L'horaire des bains libres est sujet à changement sans préavis.

Veuillez consulter notre [site internet](#) pour connaître l'horaire en vigueur.

Modes de paiement

Argent comptant, carte de crédit Visa et MC et carte de débit.

Cartes de bains libres

En vente à l'accueil du Centre aquatique.

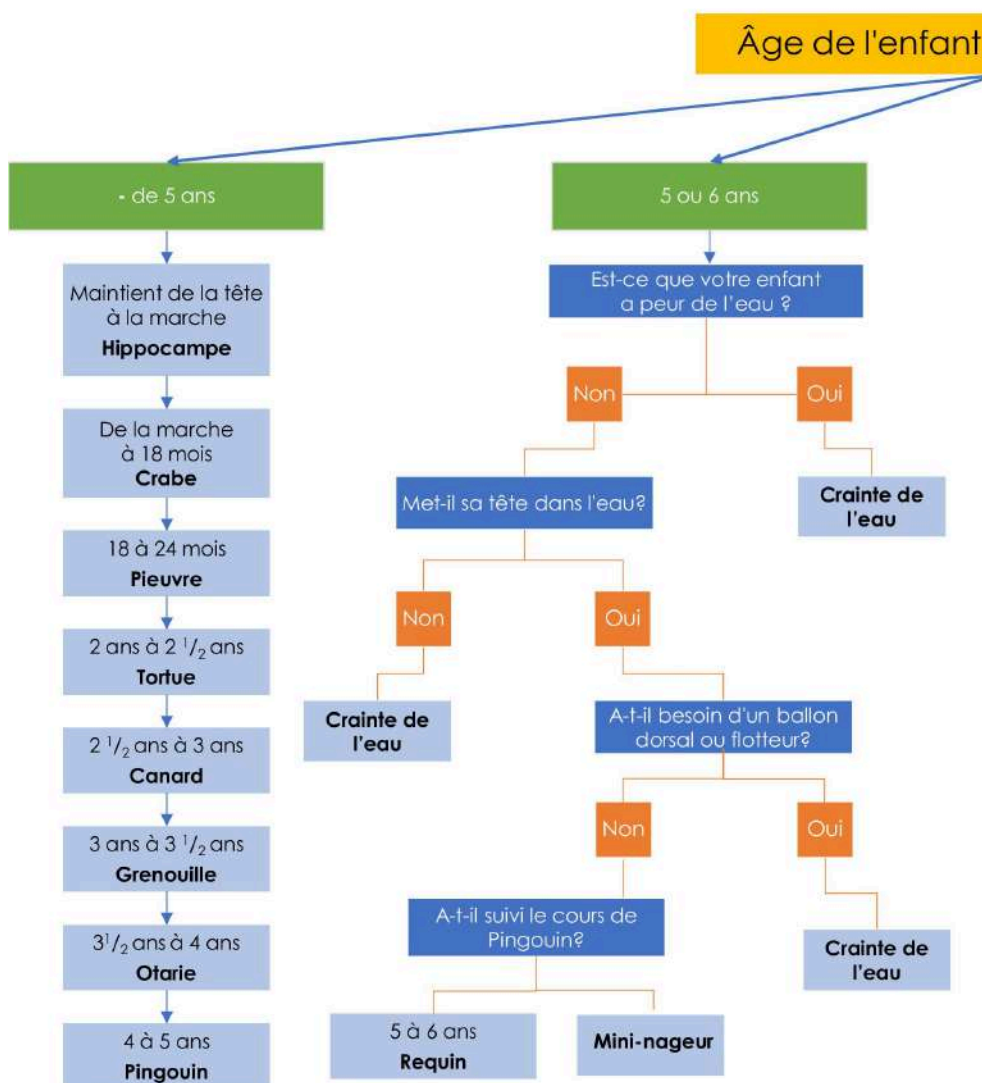
Types de cartes disponibles :

- Enfants / étudiants (17 ans et -);
- Adultes (18 à 59 ans);
- Aînés (60 ans et +);
- Carte familiale;
- Gym liquide.

Les cartes de bains libres n'ont pas de date d'expiration et sont non-remboursables.



Choisir le bon niveau



Choisir le bon niveau

au premier cours

6 à 13 ans

Est-ce qu'il nage seul
et sans flotteur ?

Non

Oui

Récré'Eau 1

Peut-il nager 10 mètres?

Non

Oui

Récré'Eau 2

Récré'Eau 3

14 ans et +

Cours Privé ou
cours de groupe adulte

Natation enfants

4 mois à 13 ans

Tout au long de l'année, à raison de 4 sessions, des cours de natation dynamiques et amusants sont offerts aux enfants de 4 mois et plus.

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet : villededonnacona.com

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours semaine du 15 septembre pour 10 cours Pas de cours le 31 octobre</p>	<p>Début des cours semaine du 12 janvier pour 10 cours Pas de cours pendant la relâche</p>
<p>Coût Consulter notre site internet pour connaître les tarifs</p>	<p>Coût Consulter notre site internet pour connaître les tarifs</p>



[| Informations et inscriptions |](#)

[Voilà! Donnacona](#) 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com



Natation enfants

4 mois à 5 ans

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet :

villededonnacona.com



Hippocampe

4 mois à la marche
Parent requis
Ballon dorsal requis
30 minutes



Crabe

Marche à 18 mois
Parent requis
Ballon dorsal requis
30 minutes



Pieuvre

18 à 24 mois
Parent requis
Ballon dorsal requis
30 minutes



Tortue

2 à 2 1/2 ans
Parent requis
Ballon dorsal requis
30 minutes



Canard

2 1/2 à 3 ans
Parent requis
Ballon dorsal requis
30 minutes



Grenouille

3 ans à 3 1/2
Niveau de transition.
Le parent débute dans l'eau puis sortira graduellement avec les instructions du moniteur.
Ballon dorsal requis
30 minutes



Otarie

3 1/2 à 4 ans
Sans parent
Ballon dorsal au besoin
30 minutes



Pingouin

4 à 5 ans
Sans parent
Ballon dorsal au besoin
45 minutes



Requin

5 ans
Sans parent
Sans ballon
45 minutes



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Natation enfants

6 à 13 ans

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet :

villededonnacona.com

Découverte de l'eau

Réciré 'Eau crainte de l'eau

Approfondissement du milieu aquatique
Acquisition de l'aisance dans l'eau
Nage continue : 2 mètres

Enfants de 5 ans et plus qui craignent l'eau et qui ne savent pas nager 5 mètres seuls.
Raflo de 1 moniteur pour un maximum de 4 enfants.



Réciré 'Eau 1

Approfondissement du milieu aquatique
Acquisition de l'aisance dans l'eau
Immersion et maîtrise de la respiration
Nage continue : 5 mètres
Enfant de 6 ans et plus qui ne savent pas nager seuls.



Réciré 'Eau 3

Maîtrise de la respiration
Flottaison sur le ventre et sur le dos
Poussée sur le ventre et sur le dos
Battement des jambes au crawl
Nage continue : 20 mètres



Réciré 'Eau mini-nageur

Acquisition de l'aisance dans l'eau
Immersion et maîtrise de la respiration

Nage continue : 5 mètres
Enfants entre 5 et 6 ans ne craignant pas l'eau et sachant nager 5 mètres seuls.



Réciré 'Eau 2

Immersion et maîtrise de la respiration
Flottaison sur le ventre et sur le dos
Nage continue : 10 mètres
Enfants de 6 ans et plus sachant nager 5 mètres seuls.



Réciré 'Eau 4

Acquisition de l'aisance sous l'eau
Oscillation
Battement des jambes au crawl avec respiration
Battement des jambes au dos crawlé
Nage continue : 30 mètres



Découverte de la natation et des sports aquatiques

Réciré 'Eau 5

Oscillation sur le ventre
Crawl
Battement des jambes au dos crawlé avec roulis

Mouvement des jambes au dos élémentaire
Initiation aux sports aquatiques
Nage continue : 45 mètres



Réciré 'Eau 7

Oscillation sur le ventre
Crawl
Dos crawlé
Dos élémentaire

Mouvement des bras à la brasse avec respiration
Initiation à la plongée
Nage continue : 75 mètres



Réciré 'Eau 8

Oscillation sur le ventre
Crawl
Dos crawlé
Dos élémentaire

Mouvement des bras et des jambes à la brasse
Initiation à la natation de compétition
Nage continue : 150 mètres



Réciré 'Eau 6

Oscillation sur le ventre
Crawl
Dos crawlé
Mouvement des bras et des jambes au dos élémentaire

Mouvement des bras à la brasse
Initiation au plongeon
Nage continue : 60 mètres



Réciré 'Eau 4

Oscillation sur le ventre
Crawl
Dos crawlé
Dos élémentaire
Brasse

Mouvement des jambes à la nautique
Initiation au water-polo
Nage continue : 200 mètres



Perfectionnement de la natation et découverte des techniques de sauvetage

Réciré 'Eau 10

Perfectionnement du crawl, du dos crawlé, du dos élémentaire et de la brasse
Mouvement des jambes et des bras à la nautique
Défi physique
Introduction aux techniques de sauvetage



Réciré 'Eau 11

Perfectionnement du crawl, du dos crawlé, du dos élémentaire et de la brasse
Marinière

Initiation au papillon
Défi physique
Apprentissage plus poussé des techniques de sauvetage



Réciré 'Eau 12

Perfectionnement du crawl, du dos crawlé, du dos élémentaire, de la brasse et de la nautique

Papillon
Défi physique
En savoir davantage sur les techniques de sauvetage



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Cours privés

5 ans et plus

Les cours privés permettent à un seul participant de 5 ans et plus de bénéficier d'un enseignement en 1 pour 1 afin de corriger ou de parfaire des éléments de ses styles de nage.

Cours de 25 minutes

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet : villededonnacona.com

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours semaine du 15 septembre pour 10 cours</p>	<p>Début des cours semaine du 12 janvier pour 10 cours Pas de cours pendant la relâche</p>
<p>Coût Consulter notre site internet pour connaître les tarifs</p>	<p>Coût Consulter notre site internet pour connaître les tarifs</p>



| [Informations et inscriptions](#) |

[Voilà! Donnacona](#) 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Natation adulte

14 ans et plus

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet : villededonnacona.com

Session automne	Session d'hiver
Début des cours semaine du 8 septembre pour 14 cours de 55 minutes	Début des cours semaine du 12 janvier pour 11 cours de 55 minutes Pas de cours pendant la relâche
Coût Consulter notre site internet pour connaître les tarifs	Coût Consulter notre site internet pour connaître les tarifs



| [Informations et inscriptions](#) |

[Voilà! Donnacona](#) 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com

Aquaforme régulier

Cours de mise en forme en eau peu profonde.
 Intensité moyenne à élevée.

Aquajogging régulier

Cours de mise en forme en eau profonde. Une ceinture sera fournie au participant pour le maintien à la surface. Permet d'éviter les chocs sur les articulations tout en ayant une intensité moyenne à élevée

Arthrite / arthrose

Cours de faible intensité ou l'objectif est de maintenir les acquis ou d'augmenter la capacité physique d'une clientèle présentant des problèmes de santé divers.

AquaFit

Cours de mise en forme basé sur le principe d'intervalle cardio-vasculaires et musculaires des cours de crossfit.
 Intensité élevée à très élevée.

Natation adulte

14 ans et plus

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet :

villededonnacona.com

Aquapoussette

Cours de mise en forme post-natal en compagnie de l'enfant âgé entre 4 et 15 mois. L'objectif est de permettre aux nouveaux parents de travailler leur condition physique en étant auprès de leur enfant. Une partie du cours sera aussi une initiation à l'eau pour l'enfant.

Aquaspinning

Cours de spinning aquatique de groupe. Ce cours favorise l'endurance cardiovasculaire en utilisant les principes de base du spinning en salle sur une musique entraînante. Les chaussures d'eau sont recommandées.

Maitre-Nageur

Entraînement en longueur supervisé par un entraîneur. Vous devez nager 500m de façon continue et avoir une base des 4 styles de natation.

Endurance et correction de style

Entraînement en longueur dirigé par un entraîneur. L'objectif est d'améliorer votre endurance et vos techniques de natation. Vous devez pouvoir nager 200m de façon continue et avoir une base de crawl, brasse et dos crawlé.

Natation débutant

Conçu pour développer une aisance dans l'eau - Introduction à la natation et à la nage sur le ventre.

Natation intermédiaire

L'accent est mis sur l'apprentissage des techniques de nage et sur l'augmentation de l'endurance.

Cours privés (sur demande)

Les cours privés permettent à un seul participant de 5 ans et plus de bénéficier d'un enseignement en 1 pour 1 afin de corriger ou de parfaire des éléments de ses styles de nage.



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Formations aquatiques

11 ans et plus

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet :

villededonnacona.com

Étoile de bronze (Formation facultative)

L'Étoile de bronze est le premier brevet de niveau Bronze. Il te permet de t'initier au sauvetage en apprenant à trouver des solutions à divers problèmes et à prendre des décisions en tant qu'individu et membre d'une équipe. Tu apprendras à effectuer la réanimation d'une victime qui a cessé de respirer et développeras les habiletés de sauvetage nécessaires pour devenir ton propre sauveteur.

Prérequis : être capable de nager 200 mètres en continu
avoir 11 ans ou avoir complété le niveau Récré'eau 10

Coût*

*Cette formation est facultative. Elle n'est donc pas incluse dans la gratuité offerte par le ministère de l'Éducation du Québec

Session automne	Session d'hiver
<p>Horaire Vendredi 16 h 15 à 17 h 15</p> <p>Début des cours 19 septembre pour 7 semaines</p>	<p>Horaire Vendredi 16 h 15 à 17 h 15</p> <p>Début des cours 16 janvier pour 10 semaines</p>



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Formations aquatiques

13 ans et plus

Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter notre site internet :

villededonnacona.com

La gratuité des formations de sauveteurs et de moniteurs aquatiques est rendue possible grâce au financement du Gouvernement du Québec ainsi qu'à l'implication de plusieurs partenaires.



Médaille de bronze

Cours de base en sauvetage. Les candidats acquièrent les habiletés d'évaluation et de résolution de problèmes essentielles pour prendre de bonnes décisions dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau. La Médaille de bronze est un cours préalable à la Croix de bronze dédiée à la formation des assistants surveillants-sauveteurs.

À prévoir, l'achat d'un masque de poche au premier cours : 30 \$.

Prérequis : 13 ans et pouvoir nager 100 m en continu

Session automne	Session d'hiver
<p>Horaire Dimanche 15 h 30 à 17 h 30</p> <p>Début des cours 21 septembre pour 7 semaines</p>	<p>Horaire Dimanche 15 h 30 à 17 h 30</p> <p>Début des cours 17 janvier pour 7 semaines</p>



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com



Croix de bronze

Cours qui amorce la transition du sauvetage vers la surveillance aquatique et prépare les candidats aux responsabilités qu'ils auront en tant qu'assistants surveillants-sauveteurs. Les candidats consolident et développent leurs habiletés de sauvetage et commencent à appliquer des principes et des techniques de surveillance active.

Prérequis : Médaille de bronze

Session automne	Session d'hiver
<p>Horaire Dimanche 15 h à 18 h</p> <p>Début des cours 21 septembre pour 7 semaines</p>	<p>Horaire Samedi 10 janvier, 8 h à 15 h 30 Dimanche 11 janvier, 8 h à 15 h 30 Samedi 17 janvier, 15 h 30 à 18 h 30 Dimanche 18 janvier, 15 h 30 à 18 h 30</p>



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com






Premier soins - général

Les cours en premiers soins de la Société de sauvetage sont des formations de 16 heures en secourisme général. Il s'agit de cours avancés où l'on enseigne non seulement les premiers secours, mais aussi les premiers soins à prodiguer lors de situations d'urgence secondaire.

Prérequis : Croix de bronze

Session automne	Session d'hiver
<p>Horaire 8 h 30 à 17 h</p> <p>Dates de cours 13 et 14 septembre</p>	<p>Horaire 12 h 30 à 17 h 30</p> <p>Date du cours 25 janvier</p> <div data-bbox="606 805 899 1072" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;">  <p>Une partie de la formation sera à faire en ligne par les candidats avant le cours. Les candidats seront contactés par courriel pour les détails.</p> </div>



| Informations et inscriptions |

[Voilà! Donnacona](mailto:loisirs@villededonnacona.com) 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com






Sauveteur national

Le certificat Sauveteur national - Option piscine est conçu dans le but de développer les valeurs fondamentales, le jugement, les connaissances, les habiletés et la condition physique requise pour devenir un surveillant-sauveteur. Le cours SN met l'accent sur les habiletés, les principes et les pratiques, ainsi que les processus de prises de décision de la surveillance aquatique qui permettront au surveillant-sauveteur d'effectuer une supervision sécuritaire et efficace dans une piscine.

Prévoir l'achat d'un sifflet (environ 12 \$).

Prérequis : 15 ans au dernier cours
Croix de bronze

Horaire : Samedi 14 h à 19 h

Session automne	Session d'hiver
<p style="text-align: center;">Horaire Samedi 14 h à 19 h</p> <p style="text-align: center;">Dates de cours 20 septembre pour 6 semaines</p> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="color: blue; text-align: center;">Une partie de la formation sera à faire en ligne par les candidats avant la date du premier cours. Les candidats seront contactés par courriel pour les détails</p> </div>	<p style="text-align: center;">Horaire</p> <p>Dimanche 25 janvier, 16 h à 20 h Dimanche 1^{er} février, 13 h à 20 h Dimanche 8 février, 14 h à 20 h Dimanche 15 février, 16 h à 20 h Samedi 7 mars, 8 h à 16 h 30 Dimanche 8 mars, 8 h à 16 h 30 Samedi 14 mars, 15 h à 19 h Date d'examen à déterminer</p>



[| Informations et inscriptions |](#)

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

La gratuité des formations de sauveteurs et de moniteurs aquatiques est rendue possible grâce au financement du Gouvernement du Québec ainsi qu'à l'implication de plusieurs partenaires.



Moniteur de natation CFAQ

Le cours de moniteur/animateur prépare le candidat à offrir les cours de natation du programme Anim'eau et Récré'eau. À la fin du cours et suite à ses stages, le candidat sera en mesure d'enseigner les rudiments de la natation et de la sécurité aquatique par des progressions logiques et efficaces aux participants des différents niveaux enfants et adultes.

Des stages sont requis en dehors des heures de cours.

Prérequis : 14 ans et croix de bronze

Session automne	Session d'hiver
<p>Horaire Samedi 12 h à 18 h</p>	<p>Horaire Samedi 12 h à 18 h</p>
<p>Début des cours 13 septembre pour 7 semaines</p>	<p>Début des cours 17 janvier pour 7 semaines</p>



| Informations et inscriptions |

[Voilà! Donnacona](mailto:loisirs@villededonnacona.com) 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Fêtes d'enfants

Plaisir garanti !

L'équipe du centre aquatique est fière de vous offrir des forfaits sans tracas pour fêter vos enfants.

Tous les forfaits sont valides pour 10 enfants.

1 accompagnateur requis pour 5 enfants de 5 ans et +.

Possibilité d'ajouter des enfants supplémentaires au tarif de 15 \$ + taxes par enfant.

Forfait de Base | 185 \$ + taxes

- 1 h de baignade, animée ou en formule bain libre;
- Salle polyvalente réservée pour votre groupe pour une durée de 1 h 30.

Forfait Premium | 255 \$ + taxes

- 1 h de baignade, animée ou en formule bain libre;
- Salle polyvalente réservée pour votre groupe pour une durée de 1 h 30;
- Rafrâichissement;
- Surprise pour chaque enfant, Confiserie Imagine la Fête.

Forfait clé en main | 345 \$ + taxes

- 1 h de baignade, animée ou en formule bain libre;
- Salle polyvalente réservée pour votre groupe pour une durée de 2 h;
- Rafrâichissements;
- Surprise pour chaque enfant, Confiserie Imagine la Fête;
- Gâteau exclusif Vanille et Confettis;
- Salle décorée;
- Montage spécial de ballon pour l'enfant fêté;
- Coupon pour une entrée gratuite à chaque enfant.

Les tarifs sont sujets à changement sans préavis

| [Informations](#) |

418 285-0110, poste 302

loisirs@villededonnacona.com



Club UNIK

Club de natation



Le Club de natation UNIK vise le développement des jeunes de la région de Portneuf par la pratique de la natation de compétition. Il offre des activités éducatives, récréatives et compétitives permettant à chaque personne d'atteindre son plein potentiel de nageur et d'athlète. Le club développe aussi son club école Unik, d'où il est possible de s'inscrire dès que le cour de récréo-5 ou nageur 3 est complété ou l'équivalent.

**Inscription
Club École
Unik**

Inscription de mi-session
Du 1er au 20 décembre
Session Hiver 2026

UNIK
CLUB DE
NATATION

Pour inscription ou information:
www.clubunik.com
uniknatation@gmail.com
418-554-0267

| Informations et inscriptions |
uniknatation@gmail.com
www.clubunik.com



ACTIVITÉS SPORTIVES

Conditionnement physique

50 ans et plus | Stéphanie Lévesque

Séances de conditionnement physique complètes qui sauront plaire autant à mesdames qu'à messieurs, incluant renforcement musculaire, exercices cardiovasculaires et mobilité. Ce cours offre un entraînement structuré visant à améliorer la force, l'endurance et la forme générale, tout en étant adapté aux capacités de chacun.

Professeure : Stéphanie Lévesque

Horaire (2 séances par semaine) :

Lundi et mercredi

Groupe 1 : 9 h à 9 h 50

Groupe 2 : 10 h à 10 h 50

Groupe 3 : 11 h à 11 h 50

Maximum 28 participants par groupe

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
Début des cours 15 septembre pour 24 cours Pas de cours le 13 octobre	Début des cours 12 janvier pour 36 cours Pas de cours pendant la relâche
Coût pour tous 60 \$	Coût pour tous 90 \$

****IMPORTANT****

Pour une **première inscription** au cours, vous devez présenter votre **certificat de naissance grand format** ainsi qu'une **pièce d'identité photo**.

Cette activité est offerte à faible coût grâce à une collaboration avec le Centre de formation de Portneuf.



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Stretching

50 ans et plus

Le stretching est une gymnastique douce qui consiste à réaliser des exercices d'étirement musculaire dans le but d'améliorer sa souplesse et de se détendre. Le stretching se situe à mi-chemin entre gym traditionnelle et techniques de détente orientales.

Matériel requis : tapis de yoga

Session automne	Session d'hiver
Cours avec Audrey Savard <ul style="list-style-type: none"> • Mercredi 14 h 15 à 15 h 05 <p>Début des cours 17 septembre pour 12 cours</p>	Cours avec Stéphanie Lévesque <ul style="list-style-type: none"> • Mardi 13 h 15 à 14 h 05 Cours avec Audrey Savard <ul style="list-style-type: none"> • Mercredi 13 h 15 à 14 h 05 • Mercredi 14 h 15 à 15 h 05 <p>Début des cours semaine du 14 janvier pour 18 cours</p>
<p>Lieu Centre Alliance Donnallie</p>	<p>Lieu Centre aquatique (2^e étage)</p>
<p>Coût pour tous 60 \$</p>	<p>Coût pour tous 90 \$</p>

****IMPORTANT****

Pour une **première inscription** au cours, vous devez présenter votre **certificat de naissance grand format** ainsi qu'une **pièce d'identité photo**.

Cette activité est offerte à faible coût grâce à une collaboration avec le Centre de formation de Portneuf.



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Programme PIED 65 ans et +

Avec Audrey Savard

Le programme PIED (Programme Intégré d'Équilibre Dynamique), animé par une professionnelle de la santé est offert aux gens de 65 ans et plus qui sont préoccupés par les chutes ou par leur équilibre.

Qu'est-ce que le programme PIED ?

- Un programme sécuritaire et adapté de 12 semaines;
- Deux séances d'exercices par semaine;
- Des capsules d'information pour prévenir les chutes et adopter des comportements sécuritaires;
- Trois programmes d'exercices à faire à la maison.

Le programme est composé de trois volets :

- Exercices physiques en groupe;
- Exercices à domicile;
- Capsules de prévention.

Matériel requis : tapis de yoga

Prérequis :

- avoir 65 ans et + au moment de l'inscription;
- ne pas habiter en CHSLD;
- ne pas avoir fait plus d'une chute dans la dernière année.

Horaire et lieu (2 séances semaine) :

- Lundi 10 h 30 à 12 h au Centre Aquatique (2^e étage)
- Mercredi 13 h à 14 h au Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours 15 septembre pour 12 semaines Pas de cours le 13 octobre</p>	<p>Début des cours 12 janvier pour 12 semaines Pas de cours le 2 et 4 mars et le 6 avril</p>
GRATUIT pour tous	GRATUIT pour tous



[| Informations et inscriptions |](#)

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com

Santé Active

Suite du programme PIED

Ce cours s'adresse aux personnes ayant complété le programme PIED. Il a pour but de consolider les acquis et poursuivre l'amélioration de l'équilibre dynamique ainsi que la force musculaire.

Matériel requis : tapis de yoga

Prérequis

Avoir complété le programme PIED ou avoir de l'expérience en entraînement

Horaire : Mercredi 15 h 15 à 16 h 15

Session automne	Session d'hiver
Début des cours 17 septembre pour 12 semaines	Début des cours 14 janvier pour 18 semaines
Lieu Centre Alliance Donnallie	Lieu Centre aquatique (2 ^e étage)
Coût pour tous 115 \$	Coût pour tous 160 \$

| [Informations et inscriptions](#) |

Audrey Savard

audreysavard07@hotmail.com



Power Pilates

Avec Sophie Hébert

Le Power Pilates est similaire au Pilates traditionnel, mais avec des mouvements, une intensité et des variations plus contrôlés. Il implique parfois d'incorporer des ballons ou des bandes élastiques avec des exercices de Pilates régulier sur tapis et incluant le format d'intervalles de faible et haute intensité (HIIT). De plus, on y retrouve toutes les qualités du Pilates : séance d'entraînement à faible impact qui travaille en force et en souplesse, aide à sculpter la silhouette en raffermissant les muscles et en relâchant les tensions, peut aider à améliorer la posture et l'équilibre, augmenter l'amplitude articulaire et apporter un bien-être mental.

16 ans et +. Ne convient pas aux personnes blessées.

Matériel requis : tapis de yoga

Horaire : Mercredi 19 h 45 à 20 h 30

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
Début des cours 17 septembre pour 12 cours	Début des cours 14 janvier pour 13 cours Pas de cours le 4 mars
Coût pour tous 165 \$ possible de jumeler avec le Pound pour 297 \$	Coût pour tous 180 \$ possible de jumeler avec le Pound pour 324 \$

| Informations et inscriptions |
poundavecsoophie@gmail.com



Pound

Avec Sophie Hébert

POUND® - Rockout Workout Pound est un entraînement cardio original inspiré par l'expérience électrifiante, défoulante et amusante de faire partie d'un groupe de musique rock. Attrayant pour tous et conçu pour tous les niveaux, Pound combine des mouvements de Yoga et de Pilates armé de baguettes spécialement calibrées pour l'entraînement. Pound crée une atmosphère parfaite pour se laisser aller, s'énergiser, se sculpter et vivre l'expérience délinquante de faire partie d'un groupe de musique.

16 ans et +

Matériel requis : tapis de yoga

Horaire : Mercredi 18 h 30 à 19 h 30

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
Début des cours 17 septembre pour 12 cours	Début des cours 14 janvier pour 13 cours Pas de cours le 4 mars
Coût pour tous 165 \$ possible de jumeler avec le cours Power Pilates pour 297 \$	Coût pour tous 180 \$ possible de jumeler avec le cours Power Pilates pour 324 \$

| Informations et inscriptions |
poundavecsoophie@gmail.com



Pulsations

Avec Stéphanie Lévesque

Pulsations c'est plus qu'un cours : c'est une expérience !

C'est un entraînement cardio dynamique pour tous, qui fait battre ton cœur au rythme de la musique. Monte sur le Step, bouge, saute transpire et ressens chaque pulsation. Un cours complet pour booster ton endurance, ta coordination et ton énergie, sans jamais t'arrêter de bouger.

Objectif : Améliorer ton endurance cardiovasculaire, développer ta coordination et ta stabilité, renforcer le bas du corps et la ceinture abdominale, libérer le stress et booster ton niveau d'énergie et brûler des calories tout en t'amusant

Matériel requis : tapis de sol

Horaire : Mercredi 13 h à 13 h 50

Lieu : Centre Alliance Donnallie

Session automne Non-offert	Session d'hiver
	Début des cours 14 janvier pour 15 cours Pas de cours le 4 mars
	Coût pour tous 180 \$

| [Informations et inscriptions](#) |

StephActive@hotmail.com | 418 953-8382



Entraînement de Triathlon

Avec Alain Paradis

Cours de triathlon qui combine la natation en piscine, le vélo en salle de spinning ainsi que la course à pied. S'adresse aux sportifs intermédiaires ou avancés qui souhaite s'initier à l'entraînement complet d'un triathlon ou y perfectionner certaine facette. (Vous devez être capable de nager un 400 m en piscine). Triathlète et enseignant de profession, coach Alain saura répondre à vos attentes et s'adapter au niveau de chacun.

Objectif : Pratiquer les entrainements de types brick pour être en mesure de réaliser un triathlon complet à la fin de la session.

Matériel requis : casque de bain, maillot de bain, serviette, espadrille, bouteille, tenue sportive

Lieu : Centre Aquatique

Session automne	Session d'hiver
Lundi 19 h 15 à 20 h 40 8 septembre pour 12 cours	Lundi 19 h 15 à 20 h 40 5 janvier pour 12 cours
Coût Résident : 120 \$ Non-résident : 240 \$	Coût Résident : 120 \$ Non-résident : 240 \$



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Entraînement de triathlon supervisé

Avec Alain Paradis et Simon Angers

Ce cours s'adresse aux personnes désirant suivre un plan d'entraînement structuré en triathlon, tout en profitant d'un encadrement supervisé par un entraîneur. Les séances se concentrent sur le maintien ou la progression de la course, du vélo et de natation, sans toutefois inclure l'enseignement technique approfondi de ces disciplines.

Objectif du cours : L'objectif est de permettre aux participants de progresser en équipe dans leur préparation de triathlon grâce à un encadrement motivant et une routine d'entraînement encadrée. Ce programme convient parfaitement aux personnes ayant déjà une base dans les disciplines du triathlon et souhaitant améliorer leur constance et leur forme physique générale, sans se concentrer sur l'apprentissage technique.

Matériel requis : casque de bain, maillot de bain, serviette, espadrille, bouteille, tenue sportive

Lieu : Centre Aquatique

Session automne	Session d'hiver
Mercredi 6 h 15 à 8 h 10 septembre pour 12 cours	Mercredi 6 h 15 à 7 h 35 7 janvier pour 12 cours
Coût Résident : 100 \$ Non-résident : 200 \$	Coût Résident : 100 \$ Non-résident : 200 \$



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Spinning

Débutant à avancé

Intensité, dépassement de soi et plaisir de groupe sont ce que vous trouverez dans nos cours de spinning. Sur de la musique entraînante, venez profiter de nos nouveaux vélos stationnaires dans un entraînement complet qui travaillera votre cardiovasculaire ainsi que vos muscles du bas du corps. Le spinning est accessible pour tous les niveaux, de débutant à avancé. Développer les aptitudes cardio-vasculaires de tout un chacun dans une ambiance festive.

Matériel requis : serviette, espadrilles, bouteille, tenue sportive

Lieu : Centre aquatique (2^e étage)

Session automne	Session d'hiver
Cours avec Alain Paradis : <ul style="list-style-type: none"> • Lundi 18 h à 19 h • Mercredi 17 h à 18 h Cours avec Julie Ricard : <ul style="list-style-type: none"> • Mercredi 18 h à 19 h <p style="text-align: center;">Début des cours semaine du 8 septembre pour 12 cours</p>	Cours avec Alain Paradis <ul style="list-style-type: none"> • Lundi 18 h à 19 h • Jeudi 17 h à 18 h Cours avec Julie Ricard : <ul style="list-style-type: none"> • Mercredi 18 h à 19 h <p style="text-align: center;">Début des cours semaine du 5 janvier pour 12 cours</p>
<p style="text-align: center;">Coût</p> Résident : 100 \$ Non-résident : 200 \$	<p style="text-align: center;">Coût</p> Résident : 100 \$ Non-résident : 200 \$



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com

Spinning libre

Non supervisé

Venez profiter de nos vélos stationnaires pour votre entraînement complet qui travaillera votre cardiovasculaire ainsi que vos muscles du bas du corps.

Les séances de spinning libre ne sont pas supervisées par un instructeur.

Lieu

Salle polyvalente du Centre Aquatique (2^e étage)

Horaire et tarifs

Veuillez consulter notre [site internet](#) pour connaître l'horaire et les tarifs en vigueur.

Golf intérieur

Pratique libre

Les adeptes de golf qui désirent pratiquer leur technique de golf à l'intérieur peuvent le faire au gymnase de l'aréna.

Lieu

Gymnase de l'aréna

Horaire

Dès janvier, plage horaire à déterminer

Veuillez consulter notre [site internet](#) pour connaître l'horaire en vigueur.



Yoga thérapeutique (privé)

Avec Karin Brouillette

Vous souhaitez vous remettre en forme, retrouver la mobilité ou reprendre en douceur après une blessure ou une condition de santé ?

Ces séances de 60 minutes vous accompagnent à votre rythme pour :

- solidifier et réaligner votre structure;
- rééquilibrer grâce à la respiration et au mouvement simple;
- retrouver confort, force et fluidité;
- réguler le système nerveux;
- et bien plus !

Matériel requis : vêtements confortables, en plusieurs couches et une bouteille d'eau

Horaire personnalisable

- Lundi 11 h à 12 h
- Lundi 12 h 30 à 13 h 30
- Lundi 14 h à 15 h
- Lundi 17 h 30

Début de séance personnalisable (4 séances)

- 15 septembre au 6 octobre
- 20 octobre au 10 novembre
- 17 novembre au 8 décembre
- Date pour l'hiver 2026 à venir

Lieu : Maison de la culture GHG

Coût pour tous : 379 \$ pour 4 séances

| Informations et inscriptions |

honore.toi.yoga@gmail.com | 418 285-1812



Yoga holistique ancrage et expression

Avec Karin Brouillette

Un espace pour vous recentrer, vous apaiser et nourrir votre équilibre intérieur tout en prenant soin de votre corps. Chaque séance entrelace yoga, respiration, méditation en plus d'apprivoiser d'autres outils comme l'art-thérapie, le journaling et les huiles essentielles. Un voyage sensoriel et créatif pour harmoniser corps, cœur et esprit.

Pas besoin d'expérience, juste l'envie de vous honorer, pour un mieux-être global, authentique et aligné.

Au plaisir de pratiquer avec vous.

Matériel requis : tapis de yoga, une couverture, un bol et crayons
Du matériel créatif sera à votre disposition

Horaire

Lundi 18h - 19h30

Début de

15 septembre pour 12 séances

Pas de cours le 13 octobre

Date pour l'hiver 2026 à venir

Lieu : Maison de la culture GHG

Coût pour tous : 349 \$ pour 12 séances de 90 minutes

| Informations et inscriptions |

honore.toi.yoga@gmail.com | 418 285-1812



Yoga somatique

habiter son corps en conscience

Avec Karin Brouillette

Le yoga somatique vous invite à une exploration bienveillante et consciente de votre corps, vos émotions et votre intuition. À travers la pratique de mouvements (asanas), la respiration, l'écoute intérieure et la guidance chaleureuse, vous apprendrez à décoder les messages parfois subtils de votre corps, à réguler votre système nerveux grâce à des outils concrets qui vous serviront aussi à l'extérieur de votre tapis de yoga. À votre propre rythme, vous avancez sur votre voie vers l'alignement et l'évolution.

Matériel requis : tapis de yoga, papier et crayons si ça vous parle

Lieu : Maison de la culture GHG

Session automne	Session d'hiver
Mardi 18 h à 19 h 16 septembre pour 12 séances Pas de cours le 11 novembre	Lundi 18 h à 19 h 12 janvier pour 12 séances
Coût pour tous 229 \$	Coût pour tous 229 \$

| Informations et inscriptions |

honore.toi.yoga@gmail.com | 418 285-1812



Libère ta danse

Mouvement du coeur à travers le corps

Avec Karin Brouillette

Bouger sans jugement, sans attente, dans une ambiance sécurisante et chaleureuse. Ici, la danse devient langage du corps, de l'émotion, de l'instant. On y explore le mouvement libre, guidé par le souffle, les sensations, l'élan intérieur. Aucune technique requise! Juste l'envie de se rencontrer à travers le geste. Confiance, écoute et liberté sont au cœur de chaque session. Un retour à soi, dans le respect de ce qui est disponible, tel quel.

Matériel requis : vêtements confortables, en plusieurs couches et une bouteille d'eau

Lieu : Maison de la culture GHG

Session automne	Session d'hiver
Mardi 19 h 15 à 20 h 30 16 septembre pour 12 séances Pas de cours le 11 novembre	Lundi 19 h 15 à 20 h 30 12 janvier pour 12 séances
Coût pour tous 285 \$	Coût pour tous 285 \$

| Informations et inscriptions |

honore.toi.yoga@gmail.com | 418 285-1812



Yoga

Dynamique Prana Flow

Avec Céline Masse

Vinyasa yoga est une pratique de yoga dynamique qui renforce et assouplit le corps, réduit le stress et la fatigue et favorise la connexion avec Soi.

Matériel requis : tapis de sol et 2 blocs de yoga

Horaire

Lundi 18 h 45 à 20 h

Lieu

Centre Alliance Donnallie

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours 22 septembre pour 10 cours Pas de cours le 6 et le 13 octobre</p>	<p>Début des cours 19 janvier pour 15 cours Pas de cours le 2 mars et le 6 avril</p>
<p>Coût pour tous 210 \$</p>	<p>Coût pour tous 315 \$</p>

| [Inscriptions et informations](#) |

yoga.equilibresante@gmail.com | 418 284-4680

santedonnacona.com



Yoga Vinyasa Équilibre Santé DONNACONA

Doux tous niveaux

Avec Céline Masse

Ces cours de yoga sont actifs et adaptés selon le niveau de la classe. Convient autant aux débutants qu'aux initiés. Une pratique qui renforce et assouplit le corps, réduit le stress et la fatigue et favorise la connexion avec Soi.

Matériel requis : tapis de sol et 2 blocs de yoga

Horaire : Mardi 10 h à 11 h 15

Session automne	Session d'hiver
Début des cours 23 septembre pour 10 cours	Début des cours 20 janvier pour 15 cours Pas de cours le 3 mars
Coût pour tous 210 \$	Coût pour tous 315 \$

| Inscriptions et informations |

yoga.equilibresante@gmail.com | 418 284-4680

santedonnacona.com



Conditionnement physique sur musique

Avec Michèle Carrier

Pour le détail complet des cours disponibles, veuillez consulter le site internet de la professeure : michelecarrier.ca

Lieux :

Centre Alliance Donnallie

Parc familial des Berges

| Informations et inscriptions |

Michèle Carrier

michele@michelecarrier.com

418 284-4488

michelecarrier.ca

Session automne	Session d'hiver
<p>Début des cours semaine du 29 septembre pour 8 cours Pas de cours le 13 octobre</p>	<p>Début des cours semaine du 19 janvier pour 8 cours Pas de cours du 2 au 6 mars</p>
<p>Coût pour tous 80 \$</p>	<p>Coût pour tous 80 \$</p>



Michèle Carrier
Entraînement extérieur/intérieur



suite...

100% MUSCLES

Renforcement musculaire complet

Matériel requis : tapis de sol et poids

Horaire : Lundi 16 h 45 à 17 h 15

Step

Entraînement énergétique danse-cardio avec step. Pour tous !

Horaire : Lundi 17 h 30 à 18 h 15

Marche active

Marche énergétique supervisée, bonifiée avec exercices de renforcement fesses cuisses abdos. Pour tous !

Horaire : Mardi 9 h 30 à 10 h 15

Lieu : Parc familial des Berges - 10, Route 138, Donnacona

Piyostretch

Inspiré du yoga et du pilates. Idéal pour prendre conscience de sa posture et développer force, souplesse et équilibre. Pour tous !

Matériel requis : tapis de sol

Horaire :

- Mardi 17 h 30 à 18 h 15
- Jeudi 9 h 30 à 10 h 15

Step-Tonus

Entraînement dynamique visant à améliorer le cardio et tonifier les muscles. Pour tous !

Matériel requis : tapis de sol et poids

Horaire : Mercredi 17 h 30 à 18 h 15

Alors on danse

Améliorer sa condition physique à travers la danse dans une ambiance festive : Merengue, Salsa, Batchata, Hip Hop, Baladi et plaisir garanti.

Horaire : Vendredi 9 h 30 à 10 h 15





**Le plaisir de bouger en
groupe gratuitement !**

**VIACTIVE fait bouger les Québécois
de 50 ans et plus en groupe. Les
séances d'activité physique sont
animées par des bénévoles.**

**VIACTIVE contribue à améliorer la qualité
de vie en permettant de:**

- ✓ Participer à des activités physiques gratuites et
ouvertes à tous près de chez soi
- ✓ Bouger plus
- ✓ Diminuer le risque de chuter
- ✓ Briser l'isolement
- ✓ Favoriser la santé du cerveau

**Pour en savoir plus sur les groupes
VIACTIVE près de chez vous, visitez
le site internet:**



ciussscn.ca/fadoq-rqca/VIACTIVE

Québec 

Soccer d'hiver

Avec le club Mustang



Inscriptions pour la saison d'hiver 2026

Dès le lundi 25 août, à 9 h.

Les inscriptions ouvriront pour les joueurs U9 et plus.

Ne manquez pas votre place pour la saison hivernale :

- entraînements en gymnase;
- développement technique;
- plaisir et passion du jeu tout l'hiver !

Inscriptions en ligne

Places limitées – premier arrivé, premier servi !

Inscriptions pour l'été 2026

Février 2026, dates à venir !

| Informations et inscriptions |

418 873-4481, poste 145

info@mustangpr.com

mustangpr.com

Baseball

Avec Les AS du Grand Portneuf



Inscriptions pour la saison d'hiver 2026

Dates à venir !

Inscriptions pour l'été 2026

Février 2026, dates à venir !

| Informations et inscriptions |

info@asbaseball.ca

asbaseball.ca

Curling

Club de curling Portneuf



Le Club de curling Portneuf existe depuis 1954. Le club est localisé dans l'aile sportive de l'École secondaire de Donnacona et met à votre disposition deux surfaces de jeux, ainsi qu'une salle pour accueillir les participants et visiteurs.

Le curling est un sport d'équipe qui consiste à lancer des pierres de granite avec précision dans un cercle tracé sur une surface glacée. Les membres peuvent s'inscrire aux ligues de jour (lundi au jeudi) ou de soir (lundi au vendredi).

Profitez des tournois ouverts à tous pour vous familiariser à ce sport. Il est également possible de louer le Club pour des activités sociales ou familiales. Pour connaître les tarifs et disponibilités, veuillez consulter le site internet du club.

Journées PORTES OUVERTES

Du 22 au 26 septembre 2025, réservation en ligne ici

Du 2 au 6 mars 2026, réservation en ligne ici

Après une courte séance d'explications, vous pourrez jouer et vous amuser en toute sécurité.

Cours pour débutant

Offerts les 10 et 11 janvier 2026, inscription en ligne ici

[| Informations et inscriptions |](#)

310, rue de l'Église, Donnacona

Président du club : Alain Mercier | 418 285-3328

curlingportneuf@gmail.com | curlingportneuf.org



Taekwondo

4 ans et plus et adulte



Pour connaître les plages horaires disponibles et les tarifs pour la session en cours, veuillez consulter le site internet du club : taekwondoportneuf.com

Taekwondo Portneuf dispense des cours axés sur l'aspect sport du Taekwondo, tout en continuant d'enseigner les formes et en respectant les traditions. On tente donc d'y conserver un équilibre entre le plaisir de pratiquer une discipline sportive et les avantages de pratiquer un art martial. La mission du Club consiste à contribuer au développement d'une société meilleure et pacifique par l'enseignement du Taekwondo auprès des jeunes et des moins jeunes de la région de Portneuf.

Cours offerts

- Initiation (4 à 6 ans)
- Enfants (5 ans et plus)
- Adultes

Début des cours

Session automne : semaine du 8 septembre

Session d'hiver : 7 janvier

Session printemps : 1^{er} avril

Instructeurs

- François Coulombe-Fortier, Olympien en Taekwondo Jeux olympiques de Londres 2012
- Gaele Bonnet
- Olivier Trépanier

Par leurs enseignements, ils transmettent leur passion du taekwondo et les valeurs fondamentales de ce sport : la courtoisie, l'intégrité, la persévérance, le contrôle de soi et le courage!

| [Informations et inscriptions](#) |

418 254-7741 | info@taekwondoportneuf.com
taekwondoportneuf.com

Karaté

5 ans et plus et adultes

Amélioration de votre condition physique et de votre concentration. Techniques de karaté et d'auto-défense. L'Achat du kimono et des ceintures se fait auprès du responsable.
Profiter de 2 cours d'essai gratuit !

Horaire

- Mardi 18 h 30 à 20 h
- Vendredi 19 h à 20 h 30

Instructeur : Guy Petit 6^e dan, ancien champion mondial en combat

Lieu : École de la Saumonière, gymnase du pavillon St-Laurent

Session automne	Session d'hiver
Début des cours semaine du 2 septembre au 15 décembre	Début des cours semaine du 6 janvier au 1 ^{er} mai Pas de cours pendant la relâche
Coût Enfants 120 \$ Adultes 130 \$	Coût Enfants 120 \$ Adultes 130 \$

| Informations et inscriptions |

Guy Petit | 418 285-7001
guypetit99@hotmail.com



Tir à l'arc

La Flèche de l'archer



La salle de tir est localisée dans l'aile sportive de l'École secondaire de Donnacona. Durant la saison, différents tournois auront lieu.

Cours d'initiation au tir à l'arc 9 ans et +

Environ 10 heures de théorie et de pratique réparties sur 4 soirées.

Équipement fourni aux participants.

Entraîneur qualifié TAQ :

Jean-Sebastien Lavoie # 75287

Yvon Legault # 6413798

Début des cours

7 octobre

Saison intérieure

Début de la saison intérieurs vers la fin octobre, date à déterminer.

| Informations et inscriptions |

320, rue de l'Église, Donnacona

Président du club : Yvon Legault

418 843-3353

laflechedelarcherportneuf@gmail.com

flechedelarcher.org

[Facebook : La Flèche de l'Archer](#)



Gymnastique

4 ans et plus

CALENDRIER des INSCRIPTIONS

actigym

Informations supplémentaires:
annielavallee.actigym@gmail.com

SESSION AUTOMNE 2025	SESSION HIVER 2026	CAMP ÉTÉ 2026
<p>Inscription résidents: 18 août 9h au 22 août 2025</p> <p>• Résidents de Pont-Rouge ou de Donnacazo et gymnastes inscrites à la session d'hiver 2025</p> <p>Inscription non-résidents: 23 août 9h au 30 août 2025</p> <p>• Non-résidents de Pont-Rouge ou de Donnacazo</p> <p>Début des cours: 11 septembre 2025</p>	<p>Inscription résidents: 29 décembre 9h au 2 janvier 2026</p> <p>• Résidents de Pont-Rouge ou de Donnacazo et gymnastes inscrites à la session d'hiver 2025</p> <p>Inscription non-résidents: 3 janvier 9h au 10 janvier 2026</p> <p>• Non-résidents de Pont-Rouge ou de Donnacazo</p> <p>Début des cours: à déterminer</p>	<p>Inscription pour tous: lundi le 16 mars 9h au 16 août 2026</p> <p>Semaines disponibles:</p> <p>Semaine 1: 22 juin au 26 juin 2026 Semaine 2: 29 juin au 3 juillet 2026 Semaine 3: 6 au 10 juillet 2026 Semaine 4: 13 au 17 juillet 2026 Semaine 5: 3 au 7 août 2026 Semaine 6: 10 au 14 août 2026 Semaine 7: 17 au 21 août 2026</p> <p>Début du camp: 22 juin 2026</p>

| Informations et inscriptions |

actigym.com

annielavallee.actigym@gmail.com



SPORTS DE GLACE

Sports de glace

Gratuité pour une première inscription

Gratuité pour une première inscription aux sports de glace
(RÉSIDENTS DE DONNACONA SEULEMENT)

Afin d'encourager la pratique des sports de glace, le conseil de ville offre à chaque jeune résident de Donnacona, ne s'étant jamais inscrit à un sport de glace, une inscription gratuite à une des activités suivantes :

- Patinage artistique catégorie Patinage Plus - Débutant;
- Patinage de vitesse catégorie Pingouin - École de patin;
- Hockey mineur catégorie Débutant (MAHG).

Notes

- Chaque enfant n'a droit qu'à une seule gratuité.
- Le frais d'affiliation aux fédérations est obligatoirement payable.

| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
418 285-3284, poste 0

loisirs@villededonnacona.com



Hockey mineur

Diablos Donnacona/Pont-Rouge



Période d'inscription saison 2025-2026
du 29 juin au 12 septembre 2025

Nouveauté

Cette année, les inscriptions se font directement auprès des Diablos.

Inscription par internet via le site internet des Diablos.

Pour une première inscription, vous devez fournir la carte d'assurance maladie du joueur au moment de l'inscription.

Catégorie / Année de naissance

- MAHG M7 2019-2020
- M9 2017-2018
- M11 2015-2016
- M13 2013-2014
- M15 2011-2012
- M18 2008-2009-2010
- M21 2004-2005-2006-2007
- M25 2000-2001-2002-2003

| [Inscriptions et informations](#) |

Inscriptions : registraire@diablosdpr.com

Information générale : info@diablosdpr.com

diablos-dpr.kreezee-sports.com

Facebook : [Diablos DPR](#)



Patinage artistique

3 ans et plus



Période d'inscription pour la saison 2025-2026
Dès le 7 juillet et tant que des places sont disponibles.

Pour connaître les tarifs, veuillez consulter notre site internet
villededonnacona.com



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com

Patinage Plus (débutant) 3 ans et plus

Le programme Patinage Plus est une activité d'initiation au patinage. Les participants sont regroupés et supervisés par un entraîneur professionnel, accompagné de monitrices du club.

Horaire : Samedi de 10 h 50 à 11 h 35

Début des cours : 20 septembre

***Nouveau* Cours semi-privés**

Les cours semi-privés s'adressent aux patineurs qui veulent parfaire leurs compétences en patinage artistique et qui ont fait, au préalable, le Patinage Plus (étape 2 atteinte ou minimum 5 ans). Transition avant les cours privés en offrant des cours de groupe, de 5 à 7 jeunes, dirigés par des entraîneurs certifiés.

Horaire : à déterminer

Début des cours : 13 septembre

Junior (cours privés)

Le groupe Junior est supervisé par des entraîneurs professionnels sous forme de cours privés. Les participants seront classés par les entraîneurs en fonction de leur niveau de patinage.

Horaire : à déterminer

Début des cours : 6 septembre

Patinage artistique

3 ans et plus



Pour connaître les tarifs, veuillez consulter notre site internet
villededonnacona.com



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com

Intermédiaire - Sénior (cours privés)

Le groupe Intermédiaire - Sénior est supervisé par des entraîneurs professionnels sous forme de cours privés. Les participants seront classés par les entraîneurs en fonction de leur niveau de patinage.

Horaire : à déterminer

Début des cours : 6 septembre

Post secondaire - Adultes 1 fois et 2 fois semaine

Groupe pour patineurs adultes ayant déjà fait du patinage artistique à un niveau équivalent à du Senior.

Deux groupes disponibles : 1 fois semaine ou 2 fois semaine

Horaire : Mardi 7 h à 8 h 30 et dimanche 20 h 30 à 22 h

Début des cours : 7 septembre

Club de patinage artistique de Donnacona

cpadonnacona@gmail.com

cpadonnacona.com

Facebook : [CPA - Club de patinage artistique de Donnacona](https://www.facebook.com/CPA-Club-de-patinage-artistique-de-Donnacona)



Patinage de vitesse

3 ans et plus



Période d'inscription pour la saison 2025-2026
Dès le 7 juillet et tant que des places sont disponibles.

Pour connaître les tarifs, veuillez consulter notre site internet
villededonnacona.com



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com

École de patin Les Pingouins 3 à 5 ans

Initiation aux joies du patinage dans un environnement ludique, sécuritaire et stimulant. À travers des jeux et des exercices amusants, les tout-petits développent leurs habiletés de base tout en s'amusant sur la glace. Une belle porte d'entrée vers le plaisir de bouger, patiner et grandir!

Horaire : Dimanche de 10 h à 11 h

Début des cours : mi-septembre

École de patin Les Pingouins 6 ans et +

Permet aux jeunes de perfectionner leurs habiletés sur la glace dans un cadre dynamique, sécuritaire et motivant. Grâce à des jeux et des exercices variés, ils apprennent à patiner avec confiance, que ce soit pour le plaisir ou en vue de pratiquer un sport sur glace (hockey, patin artistique, patinage de vitesse ou ringuette). Une belle façon de développer l'agilité, l'assurance et le goût du dépassement!

Horaire : Dimanche de 9 h à 10 h

Début des cours : mi-septembre

Groupe de patineurs avancés 5 ans et +

Ce groupe s'adresse aux jeunes de 5 ans et plus qui adorent aller vite sur leurs patins, qui ont déjà des bases techniques et qui souhaitent pousser plus loin leur intérêt pour le patinage de vitesse. Les patineurs développent leur puissance, leur agilité et leur stratégie à travers des entraînements dynamiques et structurés, et ce dans le plaisir.

Pré-requis : avoir 5 ans ou plus, un intérêt pour le patinage de vitesse et obtenir la confirmation des entraîneurs que le cours est adapté au niveau de l'enfant.

Horaire : Mercredi 18 h à 19 h et vendredi 17 h 45 à 19 h 15

Début des cours : mi-septembre

suite...

Patinage de vitesse

3 ans et plus



Pour connaître les tarifs, veuillez consulter notre site internet
villeddonnacona.com



| Informations et inscriptions |

Voilà! Donnacona 418 285-3284, poste 0
loisirs@villeddonnacona.com

Une glace, milles parcours

Programme unique au Québec pour les nouveaux arrivants (clientèle immigrante de la région) et les jeunes présentant des besoins particuliers*, afin qu'ils puissent découvrir le plaisir de la glace dans un environnement adapté, sécuritaire et accueillant. À travers des exercices simples et ludiques, les participants développent leur motricité, leur confiance en eux et leur sentiment d'appartenance à leur nouvelle communauté. L'équipement obligatoire sera fourni sous forme de prêt.

Horaire : Dimanche de 11 h à 12 h

Début des cours : à déterminer

Les inscriptions se font auprès du Club de patinage de Vitesse

Ce projet inclusif est rendu possible grâce à la collaboration de la MRC de Portneuf et au financement de Patinage de vitesse Québec et à la subvention accordée par Patinage de vitesse Canada dans le cadre du nouveau programme PREMIERS COUPS DE PATINS RAPIDES | Un nouveau programme canadien pour apprendre à patiner !

Grâce à une subvention, les 6 premiers cours seront offerts aux participants admissibles. Un tarif ajusté et abordable de 110 \$ pour la poursuite de la saison de même qu'une adaptation des frais d'affiliation sera proposée afin de permettre à chacun de poursuivre sa progression dans un cadre accessible et encadré. Pour l'équipement requis, celle-ci sera offerte en prêt pour la clientèle. Pour les jeunes ayant des besoins particuliers (pour le volet motricité), veuillez communiquer avec le CPV pour un entretien avant l'inscription, afin de valider la capacité du CPV à accueillir votre enfant.

Une initiative locale pour favoriser l'inclusion sociale par le sport, tout en célébrant la richesse et la diversité des parcours de vie.

Club de patinage de vitesse - Les Élités de Portneuf
cpvleselites@outlook.com

Facebook : [Club de patinage de vitesse de Portneuf](#)

Patinage et hockey libre

Ouvert à tous

Pour le plaisir de tous, des plages horaires de patinage libre et de hockey libre sont planifiées chaque semaine.

Horaire

L'horaire varie d'une semaine à l'autre. Veuillez consulter notre [site internet](#) pour connaître l'horaire hebdomadaire en vigueur.

Types de plages horaires offertes

- Patinage pour adultes et retraités - Plage horaire avec musique réservée aux adultes et personnes retraitées.
Équipement obligatoire : Casque
- Patinage libre et patinage familial - Plage horaire ouverte à tous.
Équipement obligatoire : Casque
- Patinage artistique libre - Plage horaire réservée à la pratique libre du patinage artistique.
- Hockey libre - Ouvert à tous.
Équipement obligatoire : casque, visière, protège-cou, gants, patins

Gratuit pour tous | Aucune réservation requise

[| Informations |](#)

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0





PLEIN AIR



Parcs de quartier

Afin d'encourager la pratique libre chez l'enfant, la Ville a mis à la disposition des enfants des aires de jeux pour les 18 mois à 5 ans et pour les 5-12 ans dans 8 parcs de quartier. Également, des filets de soccer ont été installés dans certains parcs et des filets de basketball dans un autre. La Ville de Donnacona favorise davantage la pratique du jeu libre en installant des coffres, accessibles en tout temps, pouvant être utilisés par les enfants et les adolescents. Tout en demandant aux utilisateurs de remettre les articles dans leur coffre respectif après utilisation, nous proposons d'y déposer vos vieux jouets ou vos vieux ballons qui ne servent plus!

Plus d'une dizaine de parcs de quartier ont été aménagés avec des jeux récréatifs pour les enfants (balançoires, glissoires, escaladeurs, etc.). Ces parcs de quartier permettent aux enfants d'avoir accès à une aire de jeux près de leur résidence et un lieu de socialisation, et ce, tout à fait gratuitement.

[Télécharger la carte de la ville ici !](#)



Parc Donnacona

Trampoline géant

De style jeu gonflable, ce legs du comité du 100^e de la Ville de Donnacona permet aux jeunes de sauter en toute sécurité sur une surface de 48 pieds par 24 pieds. Ce jeu est installé à proximité des jeux d'eau et est accessible tous les jours de la mi-juin à la mi-septembre (selon la température).

Jeux d'eau

Ouvert tous les jours de 9 h à 22 h, de la mi-juin à la mi-septembre (selon la température).

Parc familial et des aînés (mini-putt)

Profitez gratuitement de ce parc accessible à tous, sans réservation requise ! Un employé sera sur place pour vous remettre le matériel nécessaire. Le parc est situé derrière le Centre Alliance Donnallie.

Disponible sur place :

Mini-golf, pétanque, shuffleboard, jeux de fer et palet américain.

Ouvert de la mi-mai au lundi de la fête du Travail;

Fermé les jours de pluie. En cas d'averse, le mini-golf pourrait rouvrir en soirée si le terrain est suffisamment sec.

Horaire

Consultez notre [site internet](#) pour connaître l'horaire en vigueur.



Parc Donnacona

Piste d'athlétisme asphaltée

600 mètres pour la pratique du patin à roues alignées et autres activités.

Parcours de marche Desjardins

D'une longueur de 1,7 km, ce sentier est aménagé sur fond de gravier.

Sentier pédestre

Sur les terrains de l'École secondaire de Donnacona, maintenant accessible par trois endroits : par le terrain adjacent à la pharmacie Jean Coutu, par la placette du plateau situé sur la rue Lord et par l'arrière de l'École secondaire de Donnacona.

Sentier vitalité

Un circuit d'entraînement complet, se pratiquant sur 10 bancs de parc (10 stations). Des cours de marche active guidés sont offerts gratuitement en période estivale, informations : michelecarrier.ca.

Parc canin

D'une superficie d'environ 30 000 pieds carrés, le parc Canin est situé dans le parc Donnacona et est ouvert tous les jours de 6 h à 22 h.



Parc familial des Berges



Situé aux abords de la rivière Jacques-Cartier, ce magnifique site naturel, d'une superficie de 12,1 hectares, offre la possibilité de découvrir un milieu riche avec une faune et une flore très diversifiées. Venez l'observer à partir des sentiers d'interprétation aménagés à travers un vaste marais.

Les sentiers, d'une longueur totale de 2,3 km, sont accessibles et entretenus à l'année. Le kiosque Michel Lambert abrite plusieurs tables de pique-nique.

Une aire de jeux pour les tout-petits, ainsi qu'un bloc sanitaire sont accessibles en tout temps, sauf en période hivernale. On y trouve également une aire de jeux d'hébertisme avec 12 modules, dont une tyrolienne, pour amuser les jeunes enfants en tout temps.

Des tables de pique-nique et des BBQ sont également installés aux abords de la rivière.



[Télécharger la carte des sentiers ici !](#)

**Le site est administré et entretenu par l'organisme à but non lucratif
le CINAf qui a pour mission de :**



- Protéger et améliorer l'environnement naturel du site et le rendre accessible au public et aux familles
- Favoriser la sensibilisation à l'environnement par la mise en place d'activités éducatives et récréatives.
- Développement touristique et économique basé sur l'environnement et le développement durable.

[| Informations |](#)

CINAf (Centre d'interprétation de la nature et d'animation familiale)

10, Route 138, Donnacona

cinaf@telus.net | 418 285-5655

villededonnacona.com

Parc familial des Berges



Location

Le pavillon Arthur Pelusso ainsi que le kiosque extérieur Michel Lambert peuvent être réservés pour la tenue d'événements divers.

Voilà l'endroit idéal pour vos formations, réunions d'affaires, anniversaire, mariages, méchouis, réceptions de tous genres, etc.

Inclus dans la location :

- tables et chaises pour 42 personnes;
- cuisinière et micro-ondes;
- grand réfrigérateur;
- vestiaire;
- téléviseur 50 pouces avec système audio et internet sans fil;
- Service de conciergerie;
- Camlock disponible sur demande.

Coût de location :

- 170 \$ (pavillon Arthur Pelusso);
- 220 \$ (pavillon et kiosque extérieur Michel Lambert);
- Tarif demi-journée disponible en semaine seulement.

| Réservations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0

| Informations |

CINAF

cinaf@telus.net | 418 285-5655



Pistes cyclables

Des pistes et bandes cyclables sont aménagées dans certaines de nos rues pour la sécurité des usagers. Celles-ci peuvent aussi être utilisées par les adeptes du patin à roues alignées. La période d'utilisation de la bande cyclable est du 15 avril au 15 novembre. Durant cette période, il est interdit d'y stationner et d'y circuler en voiture.

Plateaux sportifs

Volleyball

2 terrains de volleyball en sable sont accessibles gratuitement.

Tennis et pickleball

Des terrains sont accessibles en participation libre tout l'été jusqu'à 22 h.

Soccer, balle molle et baseball

2 terrains de balles sont disponibles pour la balle molle et le baseball. Plusieurs terrains de soccer ainsi qu'un terrain de football sont disponibles pour la pratique libre. Il est également possible de réserver les terrains.

| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
418 285-3284, poste 0
loisirs@villededonnacona.com



Activités hivernales

Patinoire extérieure et anneau de glace

Situés derrière le Centre Alliance Donnallie (231, boul. Gaudreau), notre patinoire extérieure et notre anneau de glace seront ouverts pour la saison hivernale dès que les conditions climatiques nous le permettront.

L'entretien des surfaces est fait avant l'ouverture et en journée lors de précipitations.

Le local des patineurs est accessible tous les jours, de 9 h à 22 h.

Le site est éclairé jusqu'à 22 h.

Gratuit pour tous | Aucune réservation requise

Glissage du Club de Golf Donnacona

Grâce à la collaboration du Club de golf de Donnacona, il sera encore possible de pratiquer la glissade gratuitement cet hiver !

Le site est ouvert tous les jours de 8 h à 16 h.

L'accès libre au terrain se fait par la barrière de la rue Notre-Dame.

Consignes à respecter afin de protéger le terrain :

- La glissade est permise dans la zone délimitée seulement;
- La remontée doit se faire à l'endroit identifié;
- La planche à neige est interdite.

Club de golf Donnacona - 359, rue Notre-Dame

| Informations |

Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0



VIEUX-DONNACONA

La DI

Au coin des rues de l'Église et Notre-Dame

Différente - Dingue - DIY

Projet collectif ciblant principalement les 12-25 ans.

Aménagement convivial :

- Mobiliers créatifs créés par la communauté;
- Table de ping pong;
- Mobiliers urbains : hamacs, bancs, table et toile solaire.

Programmation d'activités dynamiques visant la créativité et le dépassement de soi.

Programmation disponible sur TikTok



Hangar d'Henri

Hangar rassembleur situé derrière la Maison de la Culture

- Activités collectives visant la dynamisation du cœur de la ville;
- Expositions : reliques de la Ville, photos du patrimoine et poissons loufoques;
- Ruelle conviviale et colorée;
- Murale collective illustrant l'origine de la Ville.



VIEUX-DONNACONA

Place Sainte-Agnès

Au croisement des rues St-Agnès et Notre-Dame
Place chaleureuse à vocation culturelle :

- Piano;
- Colonne Morris;
- Abreuvoir;
- Table;
- Gazebo;
- Murs à fines herbes à la disposition de tous.



Placottoir

À l'embranchement des rues de l'Église et Notre-Dame
Place conviviale à saveur végétale !

- Incroyables comestibles, en collaboration avec La Licorne;
- Mobilier rassembleur;
- Tables;
- Arrosoir.



À DEUX PAS DU FLEUVE

Promenade St-Laurent

La promenade se fera une beauté dès juin !

- Pavillon illuminé en soirée;
- Murales géantes illustrant le patrimoine du site;
- Amélioration des percées visuelles sur le fleuve;
- Mobilier urbain;
- Baladodiffusion.

Quai de Les Écureuils

Pour y accéder, empruntez la route touristique du chemin du Roy. Les abords du magnifique fleuve Saint-Laurent ont été aménagés pour permettre aux visiteurs de relaxer et de savourer la vue et la quiétude qu'offre le fleuve.

Drôle de balado historique

Avez-vous remarqué la porte colorée ? Elle fait partie d'un projet de balado qui, avec une touche romancée et humoristique, retrace l'histoire de la Ville en 22 chapitres. Découvrez le balado historique, S'enfarger dans l'cadre de portes sur baladohistorique.com.

Quai symphonique

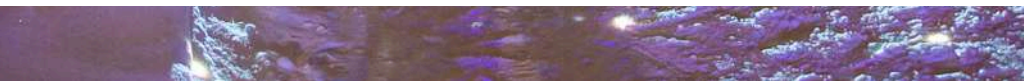
Le quai de Les Écureuils fait maintenant partie de l'application mobile [Parcs symphoniques](#) créée par l'Orchestre symphonique de Québec. C'est le premier espace public situé à l'extérieur de la Ville de Québec où les citoyens pourront apprécier le paysage extérieur tout en vivant une nouvelle expérience musicale.

Grâce à l'application gratuite, vous pourrez entendre les différents instruments comme si vous vous trouviez au cœur de l'Orchestre, selon vos déplacements réels dans le parc. Pour plus d'information, consultez notre [site internet](#).





ÉVÈNEMENTS



ÉVÈNEMENTS

Marche tes marchés

Le samedi 30 août, l'ensemble de la rue Notre-Dame sera animée avec un superbe événement festif. La rue Notre-Dame se transformera en véritable lieu de découvertes !

Tous les détails ici !



Vente de garage du Relais de la Pointe-Aux-Écureuils



Le 30 août 2025
(remis au 31 en cas de pluie)

Une vente de garage sans pareil durant laquelle la rue Notre-Dame est envahie par de nombreux objets de seconde main.

Animation et musique sur le parvis.

Tous les détails sur Facebook : Relais de la Pointe des Écureuils

| Informations ou réservations de table |

418 265-2957 texto de préférence ou téléphone

Défi évasion

Disponible jusqu'au 15 septembre. Venez profiter de cette belle activité extérieure qui vous permettra de bouger, élucider des énigmes et prendre part à une expérience différente !

Muni de votre téléphone cellulaire, ce jeu-parcours de 5 stations vous transposera dans un scénario où vous devrez sauver l'avenir de la Ville.



Tous les détails ici !

Fête d'automne



Le 11 octobre 2025
(remis en lendemain en cas de pluie)

Au Parc familial des Berges
Animations dans les sentiers, Pirate Sans quartier, breuvages et bouchées sur place, atelier de brassage de bière et dégustation de saucisses.
Détails à venir !

ÉVÈNEMENTS

Maison hantée d'halloween



1^{er} novembre

La Maison de la culture GHG se transformera en Maison hantée d'halloween.

Activité organisée par le comité de dynamisation du Vieux-Donnacona et Equinoxe Donnacona

Détails à venir !



Souper partage du Temps des Fêtes

Le jeudi 18 décembre

À la Maison de la culture GHG

Apportez un plat à partager et venez célébrer dans une ambiance festive, musicale et chaleureuse.

Entrée gratuite, ouvert à tous !

SOUPER PARTAGE DU TEMPS DES FÊTES

Judi 18 décembre
de 17h30 à 19h30
 Maison de la Culture GHG
 Vous voulez participer ?
 Apportez un plat traditionnel
 sucré ou salé à partager

Ouvert à tous !

Les lutins déboulent - 3^e édition



Du 12 décembre au 12 janvier

Rallye découverte de 12 stations.
 Pour tous !

Serez-vous suffisamment observateur
 pour démystifier les taquineries des
 lutins ?

Prix de participations à gagner !

Détails à venir !

MON Vieux-Donnacona



ÉVÈNEMENTS

Luciola - Sentiers lunimeux



6 et 7 février 2026

Venez parcourir les sentiers du Parc familial des Berges qui seront magnifiquement illuminés.

Animation, musique, breuvages.

Détails à venir !

Cabane à sucre

Le 22 mars 2026

au Parc familial des Berges

Détails à venir !



Concours J'aime MON Vieux-Donnacona



Le Vieux-Donnacona est un lieu riche en histoire et en beauté, et nous vous invitons à exprimer votre amour pour ce territoire unique à travers l'art. Que vous soyez poète, artiste, photographe ou simplement un passionné de notre ville, ce concours est ouvert à tous!

Objectif

Exprimer votre affection pour le Vieux-Donnacona en créant une œuvre originale qui capture la beauté et l'essence de notre quartier.

Ce concours est ouvert à tous, pas seulement aux résidents de Donnacona.

Modalités

Laissez votre imagination s'envoler et montrez-nous comment vous voyez le Vieux-Donnacona à travers votre art !

Nous acceptons toutes les formes d'art, y compris :
Poèmes, Mots, Dessins, Photos, Illustrations, etc.

Inscription et remise des œuvres : du 12 au 23 février 2026
Exposition des œuvres : 28 février au 14 mars

| Informations |

loisirs@villededonnacona.com | 418 285-3284, poste 0
villededonnacona.com

Organismes

Accès-Travail Portneuf	accestravailportneuf.com
Accès-Loisirs, région de Portneuf	418 476-7218
APE Services d'aide à l'emploi	418 285-0285 ape.qc.ca
APHP (Association des personnes handicapées de Portneuf)	418 340-1257 , poste 201 aphport.org
Association Coopérative Économie Familiale de Québec (Portneuf)	418 285-2626 , poste 15380 acefdequebec.com
Carrefour Les Ramilles (Carrefour F.M. Portneuf)	418 337-3704 carrefourfmpportneuf.com
Carrefour jeunesse emploi de Portneuf	418 329-1357 cjepportneuf.com
Centre d'alphabétisation l'Ardoise	418 339-2770 lardoise.org
Centre Femmes de Portneuf	581 329-5358 centrefemmesdeportneuf.org
Cercle des fermières de Donnacona	418 285-4141
CERF Volant de Portneuf (Centre d'entraide et de ressources familiales)	418 873-4557 cerfvolantdeportneuf.org
CINAF	418 285-5655 cinaf@telus.net
Club chasse et pêche de Donnacona	doudou204@hotmail.com ccpd1959.2019@gmail.com

Organismes

Club de curling	curlingportneuf.org
Club de l'âge d'or	agedordonnacona@gmail.com
Club patrimoine et musique	papillonsy@hotmail.com
Collation-Santé-Portneuf	418 283-3022 collationsanteportneuf.org
Comité de jumelage Donnacona/Jarnac	raymonde.matte3@globetrotter.net
Conseil 2814 Chevaliers de Colomb	cdec2814@videotron.ca
Corporation de transport régional de Portneuf	418 337-3686 transportportneuf.com
Corps de cadets Escadron 550	550.president@cadetsair.ca
Entraide communautaire Le Halo	418 285-2935 lehalo.ca
Filles d'Isabelle de Donnacona	418 284-4288
Fondation Santé Portneuf	418 337-3658 santeportneuf.ca
JeunEssor Portneuf	418 329-1357 jeunessorportneuf.com
L'Arc-en-Ciel organisme communautaire en santé mentale	418 285-3847 larcencielportneuf.org

Organismes

Laura Lémerveil	lauralemerveil.ca
Mirépi, maison d'hébergement	418 337-4811 mirepi.com
Mouvement des Femmes Chrétiennes	marthef@msn.com
Office Municipal d'Habitation du Grand Portneuf (OMHGP)	418 284-0016 omhgp.com
Place aux jeunes Portneuf	581 821-0477 placeauxjeunes.qc.ca
Société d'histoire de Donnacona	societedhistoirededonnacona@gmail.com
Société St-Vincent de Paul	yclou_don@hotmail.com
Table 0-5 ans de Portneuf	418 208-0762 familles05portneuf.com
Triport	triportportneuf@gmail.com



Dates importantes

Août	6 août - Légendes Blues avec Hommage aux 3 kings (Parc des Anglais) 6 au 10 août - Festival international de Blues (Plusieurs lieux) 16 août au 7 septembre - fermeture annuelle Centre aquatique 25 août au 2 septembre - Inscriptions loisirs automne 30 août - Grande vente de garage du Relais de la Pointe-Aux-Écureuils 30 août - Marche tes marchés (rue Notre-Dame, remis au 31 en cas de pluie)
Septembre	4 au 7 septembre - La Rentrée Festive Donnacona 6 septembre - ouverture de l'aréna saison 2025-2026
Octobre	18 octobre - soirée hommage à la Maison de la culture GHG 18 au 25 octobre - semaine des bibliothèques publiques
Novembre	15 novembre - gala de lutte NSPW
Décembre	8 au 16 décembre - Inscriptions loisirs hiver
Janvier	8 au 11 janvier - Toumoi provincial Midget B 10 janvier - soirée hommage à la Maison de la culture GHG 15 au 18 janvier - Toumoi provincial Midget A et BB
Février	Dès le 5 février - Inscriptions activités semaine de relâche 5 au 7 février - Luciola Sentiers lumineux 21 et 22 Festival MAHG dates à déterminer - Inscriptions soccer et baseball saison estivale
Mars	2 au 6 mars - Semaine de relâche animée (programmation à venir) 23 au 31 mars - Inscriptions activités aquatiques session printemps 21 mars - soirée hommage à la Maison de la culture GHG
Mars/Avril	30 mars au 7 avril - inscriptions camp de jour





Alertes municipales

Gérée par le Service des communications de la Ville, notre application Web « Alertes municipales » vous transmet rapidement par messages téléphoniques, par SMS ou par courriels, les alertes municipales importantes.

Que ce soit pour des changements aux services municipaux tels que le déneigement ou la collecte des ordures ou pour des avis majeurs de santé (tels les avis d'ébullition) ou de sécurité publique, nos alertes vous parviendront au moment opportun, où que vous soyez. Notre service est sans frais et permet le désabonnement en tout temps.

Alertez-moi!



Infolettre

Recevez les dernières nouvelles de votre municipalité directement dans votre boîte courriel, tous les jeudis.

Je m'inscris!





Jonathan Roy photographe

Sabrina Larouche

Pascal Duchesne

+

Canva

+

Amélie Marcoux

 **VILLE DE
DONNACONA**