

Activités des organismes



À mettre à votre agenda !

DATES	ORGANISMES	ACTIVITÉS
Lundi 3 mars De 13 h 30 à 15 h	La Marg'Elle 450 454-1199	Café rencontre : Création de soi — Je vous invite à une rencontre pour laisser aller votre spontanéité, votre imagination afin de créer, d'improviser des personnages, de jouer en relation avec les autres. L'objectif est de développer votre confiance en vous et en votre potentiel de création, vous ouvrir au plaisir en osant vous donner la liberté de laisser vivre votre différence. Pour faciliter la création, je vous invite à apporter un costume, soit des vêtements et accessoires qui vous permettront de créer un personnage. Vous avez toutes un potentiel de création à découvrir ! Lieu : Centre communautaire Animatrice : Brigitte Portelance
Les 4, 11, 18 et 25 mars À partir de 9 h 30	Service d'action bénévole 450 454-6567	Cours de gymnastique douce ViActive — Ces cours s'adressent aux 60 ans et plus, ils sont conçus pour cette clientèle désirant demeurer en bonne forme physique.
Mercredi 5 mars De 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Déjeuner collectif — Commence la journée du bon pied avec un bon déjeuner et une discussion entre femmes. Les thématiques sont variées, l'ambiance est décontractée et le sourire est au rendez-vous. Viens énergiser ton mercredi. Le déjeuner vous sera fourni gratuitement et votre choix sera pris lors de votre inscription. Animatrice : Agnès Reynaud
Les 6 et 20 mars Dès 13 h	Service d'action bénévole 450 454-6567	Bingo — Venez tenter votre chance au Bingo tout en vous amusant. Soirée organisée par le SAB. Au local de l'organisme.
Les 7, 14, 21 et 28 mars Dès 9 h	Service d'action bénévole 450 454-6567	Service de petites commissions — Transport par minibus pour aller vous-mêmes les commissions jugées essentielles (marché d'alimentation, pharmacie, institution financière et bureau de poste). Nous allons vous chercher à domicile, attendons que vous ayez terminé vos achats et vous ramenons à domicile. Clientèle, 60 ans et plus autonome. Coût : 4 \$. Inscription obligatoire.
Vendredi 7 mars Dès 8 h 45	Cercle des fermières 514 863-6172	Assemblée des membres — La réunion se tiendra au Domaine Saint-Rémi (100, rue Lemieux). Un déjeuner vous sera servi au coût de 19 \$. Le photographe qui était à la célébration du 8 février sera avec nous afin d'offrir les photos à un coût minime. Le jeudi 27 février est la date limite pour faire votre réservation. Informations et réservation : Hélène Groulx au 514 779-6189.
Vendredi 7 mars De 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Groupe de parole — Se sentir belle au quotidien : La formule est simple. Un sujet. Une bonne pratique. Une tasse de questions. Trois tasses de réponses. Une cuillère à table d'exercice ou un zeste de méditation, une pincée de créativité et de l'information à volonté et vous avez un groupe de parole intense, animé et rempli de bonne humeur. Animatrice : Agnès Reynaud

Lundi 10 mars De 12 h à 16 h	La Marg'Elle 450 454-1199	Café rencontre : Journée internationale des droits des femmes — Cette année, pour l'occasion, nous discuterons sous le thème « Encore en lutte en 2025 ». Nous commencerons l'activité avec un diner. L'activité aura lieu au Centre des loisirs.
Lundi 10 mars De 13 h 30 à 19 h 30	Héma-Québec	Collecte de sang Héma-Québec — Au centre communautaire (25, rue Saint-Sauveur). Sur rendez-vous au 1 800 343-7264 ou hemaquebec.ca . Organisée par les Chevaliers de Colomb – Conseil 1822.
Mercredi 12 mars Dès 16 h 30	FADOQ	Souper poulet — Au menu, suprême de poulet. Musique de J. A. Gamache. Coût: 15 \$. Billets en vente jusqu'au 5 mars à la salle de la Fadoq les mercredis soir dès 19 h, ou lors du souper précédent ou à l'accueil du Service des loisirs du Centre communautaire, auprès de Josée Simard, du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30 et le vendredi, de 8 h 30 à 13 h. Aucune réservation de table acceptée.
Jeudi 13 mars De 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Café rencontre : L'autonomie économique des femmes, une force collective — Cette rencontre est adaptée à la réalité financière des femmes. Nous discuterons du budget, des trucs pour économiser et les pièges de crédit. Venez en discuter avec nous. Animatrice L'ACEF.
Les 13 et 27 mars À partir de 13 h	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2	Mot croisé collectif & échange autour d'un bon café — Pour les aidants naturels et aînés de 60 ans et + autonomes. Activité au local de l'organisme. Moment d'échange autour d'un café.
Vendredi 14 mars En soirée	La Marg'Elle 450 454-1199	Journée internationale des droits des femmes — Le comité Femmes Vigilantes organise un spectacle qui aura lieu au centre communautaire.
Lundi 17 mars De 13 h 30 à 15 h	La Marg'Elle 450 454-1199	Café rencontre : La sexualité sous toutes ses formes — Au cours de notre vie, notre corps, notre esprit et notre sexualité changent, il arrive même que notre relation de couple change. Comment créer du renouveau après plusieurs années de couple ? Nous discuterons de la sexualité sous différentes facettes ; la sensualité et la tendresse, la ménopause et l'influence des médicaments sur notre libido, etc. Venez en discuter avec nous ! Animatrice : Sylvie Trempe, sexologue
Mercredi 19 mars De 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Déjeuner collectif — Commence la journée du bon pied avec un bon déjeuner et une discussion entre femmes. Les thématiques sont variées, l'ambiance est décontractée et le sourire est au rendez-vous. Viens énergiser ton mercredi. Le déjeuner vous sera fourni gratuitement et votre choix sera pris lors de votre inscription. Animatrice : Agnès Reynaud
Mercredi 19 mars À partir de 9 h 30	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2	Déjeuner mensuel + activité — Inscription obligatoire
Mercredi 19 mars Dès 9 h 30	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2	Atelier d'écriture « J'écris ma vie » — Inscription obligatoire

Jeudi 20 mars	La Marg'Elle 450 454-1199	Diner cabane à sucre chez Midas — Venez déguster un bon diner « cabane à sucre » avec nous. Du co-voiturage sera possible pour celle qui le désire, à partir de La Margelle, demandez-le. Coût : 20 \$ par membre. Inscription obligatoire avant le 13 mars.
Vendredi 21 mars De 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Groupe de parole — Les différents types d'intelligence : La formule est simple. Un sujet. Une bonne pratique. Une tasse de questions. Trois tasses de réponses. Une cuillère à table d'exercice ou un zest de méditation, une pincée de créativité et de l'information à volonté et vous avez un groupe de parole intense, animé et rempli de bonne humeur. Animatrice : Agnès Reynaud
Vendredi 21 mars De 19 h à 22 h	Club Optimiste 514 617-1200	Disco jeunesse — Venez vous amuser au centre communautaire, sous la musique et l'animation d'un super DJ. Jeux, animation, concours de danse et plusieurs prix de présence. Coût d'entrée 7 \$, vestiaire inclus. Pour les jeunes de 9 à 14 ans. Plaisir garanti.
Jeudi 27 mars De 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Café rencontre : Testament et succession — Cette rencontre a pour objectif de nous informer sur les testaments et la succession. Parfois nous nous questionnons : pourquoi faire un testament ? Quelles sont les différentes formes de testament et les conditions requises pour faire son Testament ? Qui peut hériter ? Quelle est ma responsabilité si je suis liquidateur ? Préparez vos questions pour en discuter avec Me Durocher. Animatrice : Me Fanny Durocher
Vendredi 28 mars De 13 h 30 à 15 h	La Marg'Elle 450 454-1199	Méditation — Venez méditer avec Agnès, qui à chaque rencontre vous fera découvrir différentes sortes de méditation. Maximum de 15 participantes. Aucun retard ne sera toléré. Animatrice : Agnès Reynaud
Les lundis À partir de 15 h 45 (Dès que le groupe est complet. Le groupe est presque complet.)	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2	Ateliers d'apprentissage : Tablette électronique (Android) — Ce service est offert afin d'aider et motiver les 55 ans et plus à apprendre et à utiliser les nouvelles technologies qui sont de plus en plus des incontournables s'ils veulent demeurer actifs, continuer de s'occuper de leurs affaires courantes et demeurer davantage en contact avec l'entourage. Inscription obligatoire.
Les mardis Dès 19 h 15	ROSR	Soirée bingo – 3 200 \$ de prix total à gagner au centre communautaire. Bienvenus aux 18 ans et plus. Ouverture des portes à 18h30.
Les vendredis De 9 h à 12 h et de 13 h à 15 h	La Marg'Elle 450 454-1199	Don de vêtements neufs – Venez vous choisir des vêtements, 3 morceaux par personnes. Pour les membres seulement.



Annonces des organismes

L'ADOMISSILE, MAISON DES JEUNES DE SAINT-RÉMI INC.

Informations : 450 454-6657 ou mdj@adomissile.com ou 100, rue de Gare

Aide aux devoirs pour les 6^e année – Nous offrons de l'aide aux devoirs pour les élèves de 6^e année. La MDJ sera donc ouverte de 15 h 15 à 16 h tous les mercredis en offrant un lieu calme pour que les élèves puissent faire leurs devoirs.

Ouverture sur l'heure du dîner — Nous sommes maintenant ouverts les mercredis et jeudis midi, de 12 h à 13 h, et ce, pour la durée de l'année scolaire 2024-2025. Les membres et les non-membres peuvent venir dîner avec les animateurs. Des micro-ondes et des petits fours grille-pains sont disponibles. Vous pouvez aussi venir jouer aux consoles de jeux vidéo, jeux de table (baby-foot, billard, mississippi), jeux de société et faire de la lecture. Nous offrons même l'aide aux devoirs!

Service de transport — Savais-tu que lorsque tu demeures à Saint-Michel, Sainte-Clotilde ou Saint-Isidore, la MDJ de Saint-Rémi t'offre un service de transport pour te raccompagner chez toi après la fermeture. Ce service a pour but de rendre l'accès à la MDJ plus facile et ainsi de permettre à un plus grand nombre de jeunes de profiter de nos services en leur offrant un service de raccompagnement à la maison.

Association du baseball mineur (ABM) du Roussillon

Inscriptions — La saison de baseball s'en vient à grands pas, et c'est le moment idéal pour engager vos enfants dans cette aventure sportive ! En plus d'aider à développer leurs compétences physiques, leur coordination et leur concentration, le baseball favorise également l'esprit d'équipe. Inscrivez vos enfants dès maintenant à l'association de baseball mineur du Roussillon : abmroussillon.com