

Activités des organismes



À mettre à votre agenda !

DATES	ORGANISMES	ACTIVITÉS
Vendredi 2 mai de 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Groupe de parole — La formule est simple. Un sujet. Une bonne chronique. Une tasse de questions. Trois tasses de réponses. Une cuillère à table d'exercice, une pincée de créativité, de l'information à volonté et vous avez un groupe de parole intense, animé et rempli de bonne humeur.
Samedi 3 mai dès 17 h	La Marg'Elle 450 454-1199	40^e anniversaire de la Marg'Elle — Souper spectacle pour le 40 ^e anniversaire de la Marg'Elle, au Centre des loisirs et de la culture, à la salle Jupiter.
Les 4, 11 et 25 avril dès 9 h	Service d'action bénévole 450 454-6567 Poste 2	Service de petites commissions — Transport par minibus pour aller vous-mêmes faire vos commissions jugées essentielles (marché d'alimentation, pharmacie, institution financière et bureau de poste). Nous allons vous chercher à votre domicile, attendons que vous ayez terminé vos achats et nous vous ramenons à votre domicile. Clientèle de 60 ans et plus autonome. Coût : 4 \$. Inscription obligatoire.
Lundi 5 mai au vendredi 9 mai	L'Adomissile 450 454-6657	Collecte de monnaie — Pour l'occasion, les jeunes porteront un chandail à l'effigie de la Maison des jeunes et feront du porte-à-porte de 18 h jusqu'à la pénombre. Les sommes recueillies sont directement gérées par le comité des jeunes (7 jeunes élus par les autres membres jeunes) et serviront à acheter de l'équipement et à financer des activités prévues cet été. Merci pour votre support ! Si vous ne pouvez être présent lors de la collecte, vous pouvez venir porter vos dons au 100 rue de la Gare entre 13 h et 16 h.
Mercredi 7 mai de 13 h à 16 h	FADOQ	Jeux — À la salle FADOQ du Centre des loisirs et de la culture, venez jouer aux cartes ou à d'autres jeux de société dans une ambiance conviviale. Apportez vos jeux, invitez vos amis et passez un bon moment ! Ouvert à tous, membres et non-membres.
Jeudi 8 mai de 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Café rencontre : Superwoman et bipolaire — Étant donné son histoire avec la bipolarité, Valérie veut démontrer que l'on peut avoir une vie stable, épanouie et très fonctionnelle avec un enjeu de santé mentale. Par son expérience, elle présente aussi des conseils afin d'avoir une saine hygiène en santé mentale.
Vendredi 9 mai 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. 15 participantes maximums, aucun retard ne sera toléré.
Lundi 12 mai de 9 h à 13 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Fête des Mères — Venez fêter la fête des Mères avec nous dans une ambiance zen puisque nous allons expérimenter le yoga sur chaise. Nous poursuivrons la rencontre avec une discussion et un dîner pizza. Animatrice : Diane Bélanger-Demers
Mercredi 14 mai 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 avec les déjeuners collectifs de la Marg’Elle.
Vendredi 16 mai de 9 h à 11 h 30	La Marg’Elle 450 454-1199	Groupe de la parole — La formule est simple. Un sujet. Une bonne chronique. Une tasse de questions. Trois tasses de réponses. Une cuillère à table d’exercice, une pincée de créativité, de l’information à volonté et vous avez un groupe de parole intense, animé et rempli de bonne humeur.
Samedi 17 mai dès 16 h 30	FADOQ	Souper de la Fête des mères et des pères — Un délicieux souper coq au porc vous attend, accompagné de la musique de J.A. Gamache, à la salle de la FADOQ au coût de 25 \$. Les billets seront en vente jusqu’au mercredi soir 7 mai, à la salle de la FADOQ. Membres seulement. Aucune réservation de table ne sera acceptée.
Lundi 19 mai dès 18 h	La ligue de pétanque des citoyens 514 258-0609 ou 514 773-9745	La saison de pétanque commence ! — La ligue de la pétanque reprend ses activités. Les personnes intéressées à jouer doivent se présenter au parc des citoyens les lundis et/ou mercredis à partir de 18 h. Les équipes sont formées à partir des gens présents et le début des parties est à 18 h 30. Il n’y a aucuns frais. Les informations pertinentes et les règlements vous seront partagés le 19 mai. Bienvenue à tous, joueurs débutants comme experts. C’est une ligue amicale.
Mardi 20 mai de 9 h 30 à 12 h	Lait Source	Ostéopathie — Joignez-vous à nous pour une séance d’information sur l’ostéopathie pour bébé, animée par Anik Martin, ostéopathe spécialisée en périnatalité. Apprenez comment l’ostéopathie peut aider à soulager les inconforts de bébé, comme le torticolis, les reflux ou encore les problèmes de succion, tout en favorisant son bien-être global. Anik Martin vous guidera à travers des conseils précieux dans une ambiance bienveillante. L’atelier aura lieu au CLSC Saint-Rémi. Inscription directement sur notre page Facebook . C’est gratuit !
Jeudi 22 mai de 9 h à 11 h 30	La Marg’Elle 450 454-1199	Café rencontre : La prévention des chutes — Vous craignez de chuter ou vous avez déjà chuté ? Cette rencontre sur la prévention des chutes vous guidera afin d’éviter et d’éloigner les risques de chutes incluant des exercices facilement intégrables dans votre quotidien. Le tout saupoudré de plaisir. Venez vous amuser avec nous !
Vendredi 23 mai 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. 15 participantes maximums, aucun retard ne sera toléré.
Lundi 26 mai de 13 h 30 à 16 h	La Marg’Elle 450 454-1199	Café rencontre : Retrouver sa spontanéité en s’ouvrant sur la liberté d’être soi-même — Cette rencontre vous apportera un espace pour explorer les obstacles intérieurs que nous portons et qui nous empêchent de laisser aller davantage notre spontanéité pour nous mener vers plus de liberté d’être. À partir de théories, de réflexions, d’exercices, de moyens apportés, nous verrons comment agrandir notre zone de confort pour diminuer les résistances qui ne nous permettent pas d’exister tel que nous sommes. Au plaisir de vous y retrouver ! Animatrice : Brigitte Portelance
Mercredi 28 mai 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 avec les déjeuners collectifs de la Marg’Elle.

Vendredi 30 mai	Cercle des fermières Danielle Montminy 438 502-7096	Assemblée générale des membres, date maximum de mise en candidature — Le cercle des Fermières de Saint-Rémi tiendra son AGA le vendredi 6 juin, dès 8 h 30, au Domaine Saint-Rémi (100, rue Lemieux). Un déjeuner y sera servi (coût à venir). Il y a trois postes à combler, soit présidente, trésorière et conseillère no.1. Les bulletins de mise en candidature doivent être remis avant le 30 mai.
Vendredi 30 mai de 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199	Groupe de la parole — La formule est simple. Un sujet. Une bonne chronique. Une tasse de questions. Trois tasses de réponses. Une cuillère à table d'exercice, une pincée de créativité, de l'information à volonté et vous avez un groupe de parole intense, animé et rempli de bonne humeur.
Les mardis dès 19 h 15	ROSR	Soirée bingo — 3 200 \$ de prix total à gagner au Centre des loisirs et de la culture. Bienvenue aux 18 ans et plus. Ouverture des portes à 18 h 30.
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. Il n'y a plus de limites de morceaux. Revenez faire un tour afin de voir s'il n'y a pas encore quelque chose pour vous. 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

Rejoins l'équipe de basketball de la Maison des Jeunes — La Maison des jeunes forme une équipe de basketball pour l'été ! C'est une ligue amicale entre différentes maisons des jeunes, donc que tu sois un pro du ballon ou un champion du banc, viens t'inscrire pour le plaisir ! Des matchs auront lieu tout au long de l'été entre différentes MDJ, et la saison se terminera par un tournoi rassemblant toutes les équipes participantes. L'équipe gagnante repartira avec le légendaire Ballon d'or, sur lequel sera gravé son nom. La date limite pour les inscriptions est le 15 mai 2025.