

ACTIVITÉS DES ORGANISMES

Janvier 2026

Ville de
Saint-Rémi

À mettre à votre agenda !

DATES	ORGANISMES	ACTIVITÉS
Mercredis 7 et 21 janvier 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	Déjeuner collectif avec Agnès Reynaud — Vous y trouverez une ambiance décontractée, chaleureuse, conviviale et propice à créer des liens. Venez commencer la journée avec nous et échanger sur divers sujets.
Vendredi 9 janvier 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	Groupe de parole « La reconnaissance » — 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. Animatrice : Agnès Reynaud.
Mardis 13 et 27 janvier avant-midi	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame sab.stremi@bellnet.ca	Livraison de plats santé congelés à domicile — C'est gratuit. Commande aux 15 jours.
Mardis 13, 20 et 27 janvier 9 h 30 à 11 h	FADOQ 25, rue Saint-Sauveur fadoqstremi@gmail.com	Vie active (exercices) – Ouvert aux membres du club Saint-Rémi N-026 seulement Des animatrices compétentes dirigent cette activité santé qui fait bouger, tout en respectant la capacité physique des participants. Salle FADOQ – Inscription obligatoire auprès de Diane 514 710-7728 ou Ginette 514 892-2535
Mardis 13, 20 et 27 janvier 9 h 30	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame sab.stremi@bellnet.ca	Gymnastique douce VIACTIVE — Des cours spécialement conçus pour les 60 ans et plus qui souhaitent rester actifs et en bonne forme physique. Inscription obligatoire.
Mardi 13 janvier 13 h à 16 h	Cercle de Fermières 514 863-6172	Reprise des ateliers du mardi — Le Cercle de Fermières Saint-Rémi organise ses ateliers tous les mardis à la salle Orchidée du Centre des loisirs et de la culture, situé au 25, rue Saint-Sauveur. Vous pouvez y réaliser vos projets personnels ou participer aux activités animées par Sylvie Charette, notre responsable. Si vous souhaitez en savoir plus ou vous joindre à notre Cercle, n'hésitez pas à venir nous rencontrer!

<p>Mardis 13, 20 et 27 janvier 13 h 30 à 16 h</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com</p>	<p>Art-thérapie avec Valérie Clermont — L'art-thérapie offre un espace sécuritaire et confidentiel pour explorer ses émotions et son vécu. Cet atelier permet aux participantes d'expérimenter différents médiums artistiques. Cette approche favorise la prise de conscience de soi, la valorisation personnelle, le mieux-être et la transformation.</p> <p>Aucun talent artistique requis.</p>
<p>Mercredi 14 janvier 18 h à 21 h</p>	<p>FADOQ 25, rue Saint-Sauveur fadoqstremi@gmail.com</p>	<p>Unique vente de cartes pour le souper mensuel du 21 janvier « Menu Coq au porc » — Les cartes pour le souper mensuel du 21 janvier seront en vente exceptionnellement le mercredi 14 janvier, de 18 h à 21 h, à la salle FADOQ, 25, rue Saint-Sauveur. Veuillez noter qu'aucune activité de jeux n'aura lieu ce mercredi soir.</p> <p>Au programme du souper : musique avec Mac3.</p> <p>Coût : 30 \$</p> <p>Réservé aux membres seulement.</p> <p>Information : 450 992-1388</p>
<p>Mercredi 14 janvier 11 h 15 à 12 h 15</p>	<p>Cercle de Fermières 514 863-6172</p>	<p>Cours de yoga sur chaise — La session d'hiver débutera à la salle Desjardins-Dorais du Centre des loisirs et de la culture (25, rue Saint-Sauveur). Les cours se tiendront chaque mercredi de 11 h 15 à 12 h 15, pour une durée de 15 semaines.</p> <p>L'inscription est obligatoire auprès de Nancy Lemieux, professeure et fermière, au 514 236-4174.</p>
<p>Jeudi 15 janvier 9 h à 11 h 30</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com</p>	<p>Café rencontre : Carte des objectifs — Cette rencontre vous permettra de vous fixer des objectifs réalistes pour la nouvelle année à venir. Des objectifs qui vous aideront à devenir la principale actrice de votre vie à différents niveaux. Plus que de simples résolutions, cet outil vous servira de manière concrète pour que vous gardiez le cap sur ce qui vous tient à cœur. Venez créer avec nous dans le plaisir !</p> <p>Animatrice : Agnès Reynaud</p>
<p>Jeudis 15 et 29 janvier 13 h 30</p>	<p>Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame sab.stremi@bellnet.ca</p>	<p>Mot croisé collectif et 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.</p>
<p>Jeudi 15 janvier 19 h à 20 h</p>	<p>Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur</p>	<p>Soirées d'échecs pour les jeunes — Le Club Opti-Jeunesse organise des soirées d'échecs pour les jeunes de 9 à 14 ans de tous les niveaux. Il y aura 8 soirées du 15 janvier au 12 mars de 19 h à 20 h au Centre des loisirs et de la culture. Le coût est de 15 \$ et les places sont limitées!</p> <p>Pour vous inscrire, communiquer avec Sylvie Tremblay au 514-609-9294 ou Louis Desnoyers au 438-883-1112.</p>
<p>Vendredis 16 et 30 janvier 13 h 30 à 15 h</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com</p>	<p>Méditation — Venez méditer avec Agnès Reynaud, qui à chaque rencontre, vous fera découvrir différentes sortes de méditation. 15 participantes maximum, aucun retard ne sera toléré.</p>
<p>Lundi 19 janvier 13 h 30 à 16 h</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras</p>	<p>Café rencontre : Le droit des grands-parents — Être grands-parents est une source de bonheur infinie ! Mais c'est également l'occasion de se poser un certain nombre de questions en lien avec nos droits, par exemple en cas de séparation des</p>

	administration@maisonlamargelle.com	parents. Que pouvons-nous faire? Venez vous informer sur vos droits! Animatrice : Me Fanny Durocher, Inform'Elle
Mercredi 21 janvier 9 h	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame sab.stremi@bellnet.ca	Déjeuner mensuel + activité — Inscription obligatoire. 9 h : déjeuner 10 h 15 : conférence
Jeudi 22 janvier 13 h 30	Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame sab.stremi@bellnet.ca	Bingo — Venez tenter votre chance au Bingo tout en vous amusant. Événement organisée par le SAB et a lieu au local de l'organisme.
Vendredi 23 janvier 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	Groupe de parole « Les rituels dans notre vie » — 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. Animatrice : Agnès Reynaud.
Vendredi 23 janvier 19 h à 22 h	Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur	Danse jeunesse sous le thème « Danse en ligne » — Participez à la danse jeunesse au Centre des loisirs et de la culture! Ambiance festive avec l'animation du dynamique DJ Philippe, concours, ainsi que plusieurs prix de présence tout au long de la soirée. Entrée : 8 \$ (vestiaire inclus). Pour les jeunes de 9 à 14 ans. Plaisir assuré!
Samedi 24 janvier	Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur	Sorties de ski — Cette année, le Club Opti-Jeunesse organise 3 sorties de ski le samedi pour la famille. Les dates sont : 24 janvier au mont Garceau, 21 février à Ski Belle Neige et 14 mars au Ski Chantecler. Vous pouvez vous inscrire à une, deux ou aux trois sorties. L'inscription aux trois sorties donne droit à un rabais. Le prix couvre le montant d'un billet et du transport en autobus. Il n'y a pas de leçon possible. Pour informations, veuillez contacter Sylvie Tremblay au 514-609-9294 ou Louis Desnoyers au 438-883-1112.
Mercredi 28 janvier 19 h à 22 h	FADOQ 25, rue Saint-Sauveur fadoqstremi@gmail.com	Première rencontre hebdomadaire des membres — Jeu de cartes, bingo, baseball poches, goûter - Salle FADOQ, 25, rue Saint-Sauveur Vente de cartes pour le souper du 18 février 2026 et renouvellement d'adhésion sur place.
Jeudi 29 janvier 9 h à 11 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	Café rencontre : Améliorer sa santé digestive — Nous discuterons des propriétés bienfaites des aliments et des plantes qui nous aident à prévenir ou à mieux soulager les troubles digestifs tels que les reflux acides, les maladies inflammatoires de l'intestin, les intolérances alimentaires au lactose et au gluten. L'amélioration de notre santé digestive favorise une meilleure assimilation des vitamines et minéraux que contiennent nos aliments donc cela va fortifier notre système immunitaire. Aussi, nous aborderons l'aspect émotionnel qui est primordial pour notre système digestif. Animatrice : Linda Lavoie

Les dates seront déterminées dès que le groupe sera complet.

[Service d'action](#)
[bénévole](#)

450 454-6567
poste 2
1030, rue Notre-Dame
sab.stremi@bellnet.ca

Atelier tablette électronique (inscription en cours) — Les cours se donneront les lundis à 15 h 15. Les dates seront à déterminer lorsque le groupe sera complet. 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.

ANNONCES DES ORGANISMES

Ville de
Saint-Rémi

SERVICE D'ACTION BÉNÉVOLE « AU CŒUR DU JARDIN »

Informations : 450 454-6567 poste 2/1030, rue Notre-Dame/sab.stremi@bellnet.ca

Sortie magasinage en minibus — Cette activité s'adresse aux 60 ans et plus. Le lundi ou le mercredi à 9 h. Dates à déterminer. Informez-vous auprès du SAB St-Rémi.

SécuriCAB, appels automatisés pour sécuriser les aînés à domicile — Ce service permet aux aînés vivant à domicile de recevoir des appels automatisés destinés à vérifier leur bien-être. SécuriCAB est offert gratuitement, en français et en anglais. Les appels sont faits à l'heure choisie par l'abonné. Si aucune réponse n'est obtenue, un répondant désigné sera contacté pour s'assurer de la situation. En l'absence de retour, et avec l'autorisation préalable de la personne inscrite, un appel d'urgence pourra être transmis au service de police.

Nous avons décidé de migrer vers cette nouvelle plateforme, car cela comporte plusieurs avantages pour notre organisation dont la création de listes d'appels, l'option d'appels de sécurité aux aînés (prise de médicaments / rappel d'alimentation/ voir si tout va bien/ etc.) et, est aussi, un véhicule intéressant pour la transmission d'informations.

Transport-accompagnement sorties sociales — Le Service d'Action Bénévole est à la recherche d'un(e) conducteur(trice) bénévole de minibus pour accompagner lors de sorties sociales au point de service de Saint-Rémi. Le bénévole doit détenir un permis de classe 4B. À noter qu'il est possible d'obtenir cette classe facilement auprès de la SAAQ. Merci de contribuer à soutenir la mobilité et la participation sociale de nos aînés et de notre communauté.

LAIT SOURCE

Informations : laitsource@gmail.com

APPRENDRE EN CŒUR

Informations : 450 454-7346 / 438 379-0400
840, rue Notre-Dame C.P. 554
apprendreencoeur@gmail.com

Spectacle familial : Les guerrières de la K-Pop — Le spectacle « Les guerrières de la K-Pop » aura lieu le samedi 11 avril 2026, au Centre des loisirs et de la culture de Saint-Rémi, dans la Salle Jupiter, située au 25, rue Saint-Sauveur. Les portes ouvriront dès 13 h et le spectacle se déroulera de 14 h à 14 h 45. Les billets sont en vente au coût de 20 \$ pour l'admission générale et 35 \$ pour les billets VIP, en quantité limitée, donnant droit à une rencontre avec les personnages après le spectacle ainsi qu'à une séance d'autographes et de photos.

En achetant vos billets, vous soutenez directement deux organismes essentiels de notre communauté, Lait Source et Apprendre en cœur, qui œuvrent auprès des familles et des tout-petits. Chaque billet contribue aux programmes de soutien à l'allaitement, à la parentalité et au développement du langage chez les tout-petits. C'est aussi l'occasion de partager un moment unique avec d'autres familles et de créer des souvenirs inoubliables.

En cas de changement de date ou de report du spectacle, les acheteurs seront informés par courriel et les billets déjà achetés resteront valides. Pour toute question, n'hésitez pas à contacter l'organisation selon les coordonnées habituelles.

Joignez-vous à nous pour ce spectacle éclatant et solidaire – ne manquez pas cette occasion de vous divertir tout en soutenant la communauté!

Lien pour l'achat de billets : [Spectacle « Les guerrières de la KPOP »](#)

CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI HUNTINGDON POINT DE SERVICE SAINT-RÉMI

Information : 450 454-5814/18, rue de l'Église/info-stremi@cjehuntingdon.org

Roule vers ta réussite ! Une alternative pour offrir une solution de transport et aider les jeunes de 16 à 35 ans à aller plus loin dans leur formation scolaire - Le Carrefour jeunesse emploi Huntingdon, point de service de Saint-Rémi, est fier d'annoncer le lancement d'une nouvelle initiative, Roule vers ta réussite, un projet novateur conçu pour aider les jeunes de 16 à 35 ans. Comme la formation aux adultes est fermée depuis plusieurs années à Saint-Rémi et qu'aucune solution de transport en commun n'existe dans la région, cette initiative vise à soutenir les jeunes de 16 à 35 ans qui souhaitent poursuivre leur parcours scolaire, mais sont freinés par l'absence de moyens de transport.

Les acteurs du milieu communautaire mobilisés

Propulsé par le CJE Huntingdon, ce programme a été élaboré de concert avec les TM Travailleurs de milieu du territoire et la CDC les Jardins-de-Napierville, offrant ainsi une occasion unique pour les jeunes adultes de poursuivre leurs parcours scolaires, tout en bénéficiant d'un accès à un service de transport.

Inscriptions et informations

Les inscriptions sont maintenant ouvertes et se poursuivent de façon continue pendant l'année scolaire en cours. Les jeunes de 16 à 35 ans du territoire des Jardins-de-Napierville sont invités à profiter de cette occasion unique pour poursuivre leurs démarches vers une réussite adaptée à leur cheminement.

Les **inscriptions** sont ouvertes et vous pouvez contacter le CJE Huntingdon au **450-454-5814** pour plus d'information et connaître les critères d'inscription.

À propos du CJE Huntingdon

La clientèle du Carrefour se compose de jeunes adultes de 16 à 35 ans résidant sur notre territoire, qui désirent entreprendre une démarche d'intégration en emploi, effectuer un retour aux études ou réaliser un projet. Par notre mission, nous visons à améliorer les conditions de vie des jeunes adultes en les soutenant dans leurs démarches d'insertion socioprofessionnelles.

CENTRE DE FEMMES LA MARG'ELLE

Information : 450 454-1199 / 87, rue Perras / administration@maisonlamargelle.com

Tempête de neige - Avec l'hiver qui couvrira nos routes, il se peut que la poudrière, le grésil, ainsi que toute autre intempérie nous empêchent d'être présentes au Centre. En cas de doute ou de tempête majeure, vous pouvez appeler au Centre avant de vous déplacer.

Inscription aux activités de février – À partir du lundi 26 janvier, les inscriptions aux activités de février sont ouvertes.

CLUB OPTI-JEUNESSE ST-RÉMI

Information : 514 617-1200 / 25, rue Saint-Sauveur / Club Opti-Jeunesse St-Rémi

Samedi 13 décembre, plus de 70 bénévoles ont sillonné les rues de Saint-Rémi pour la guignolée. Nous avons amassé beaucoup de denrées non périssables, des jouets et des dons en argent pour 13 000\$. Nous voulons remercier nos partenaires : Sourire sans fin pour l'inscription des paniers et le comité d'entraide familiale pour le tri et la préparation des paniers. Merci aux bénévoles, aux membres Opti-Jeunesse, aux jeunes du club Opti-Jeunes et leur famille, aux deux écoles primaires St-Viateur et Clotilde-Raymond, aux représentants de la Ville, aux commerçants et à toute la population de Saint-Rémi qui ont contribué au succès de cette journée. Merci de votre grande générosité qui va faire une différence. Ce sont 196 familles qui vont recevoir un panier de Noël cette année. Nous vous souhaitons un joyeux temps des fêtes. Encore une fois, un grand merci pour vos dons.