

ACTIVITÉS DES ORGANISMES

Mars 2026

Ville de
Saint-Rémi

À mettre à votre agenda !

DATES	ORGANISMES	ACTIVITÉS
Lundi 2 mars 8 h à 18 h 45	Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur	Glissade sur tube (Les sommets) — Le club Opti-Jeunesse de Saint-Rémi organise une activité de glissade sur tubes destinée aux jeunes âgés de 9 à 14 ans. Le transport s'effectuera en autobus. Le départ aura lieu à 8 h, à partir du Centre des loisirs et de la culture et le retour est prévu vers 18 h 45. Les frais de participation sont de 34 \$ pour les 12 ans et moins et de 38 \$ pour les 13 ans et plus. Informations : Sylvie Tremblay au 514 609-9294 ou Louis Desnoyers au 438 883-1112.
Lundi 2 mars 13 h 30 à 16 h	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	Café-rencontre « Nos sens... si essentiels à la vie ! » — On dénombre 5 sens traditionnels, à savoir : la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher. Mais savez-vous qu'on en possède, en fait, une bonne dizaine en tout ? Venez les explorer et les stimuler avec moi dans le plaisir et la bonne humeur lors de ce café-rencontre. Animatrice : Agnès Reynaud
Mardis 3, 10, 17, 24 et 31 mars 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.
Mardis 3, 10, 17 et 24 mars 13 h 30 à 16 h	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	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. Aucun talent artistique requis.
Mercredis 4 et 18 mars 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.
Jeudi 5 mars 12 h à 15 h 30	La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com	Journée internationale des droits des femmes de La Marg'Elle — L'événement aura lieu au Centre des loisirs et de la culture, dans la salle de la FADOQ. Un buffet froid sera servi, suivi d'un spectacle de chant présenté par madame Gathe Belley.

<p>Jeudis 5 et 19 mars 13 h 30</p>	<p><u>Service d'action bénévole</u> 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame <u>sab.stremi@bellnet.ca</u></p>	<p>Bingo — Joignez-vous à nous pour une partie de Bingo divertissante! L'événement aura lieu dans le local de l'organisme.</p>
<p>Jeudis 5 et 12 mars 19 h à 20 h</p>	<p><u>Club Opti-Jeunesse St-Rémi</u> 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur</p>	<p>Soirées d'échecs — Le club 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>Vendredi 6 mars 9 h à 11 h 30</p>	<p><u>La Marg'Elle</u> 450 454-1199 87, rue Perras <u>administration@maisonlamargelle.com</u></p>	<p>Groupe de parole «Les femmes, leur droit de parole avant et aujourd'hui» — 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.</p> <p>Animatrice : Agnès Reynaud.</p>
<p>Mardis 10 et 24 mars avant-midi</p>	<p><u>Service d'action bénévole</u> 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame <u>sab.stremi@bellnet.ca</u></p>	<p>Livraison de plats santé congelés à domicile — C'est gratuit. Commande aux 15 jours.</p>
<p>Mardi 10 mars 9 h à 11 h 30</p>	<p><u>La Marg'Elle</u> 450 454-1199 87, rue Perras <u>administration@maisonlamargelle.com</u></p>	<p>Groupe d'étude des blessures du cœur — Venez identifier et soulager vos blessures du cœur et faire partie de notre groupe fermé 2025-2026. Sur une durée de 10 mois, en raison d'une rencontre par mois, vous allez vivre une expérience inoubliable au plus profond de vous-mêmes. Les places sont limitées à 14 maximum. Pour les membres seulement.</p> <p>Animatrice : Agnès Reynaud</p>
<p>Jeudi 12 mars 9 h à 11 h 30</p>	<p><u>La Marg'Elle</u> 450 454-1199 87, rue Perras <u>administration@maisonlamargelle.com</u></p>	<p>Café-rencontre «La communication non violente» — Communiquer clairement est un défi quotidien. Il peut arriver que nous ne soyons pas satisfaites des messages que nous envoyons ou de ceux que nous recevons. Ensemble, nous y verrons plus clair en nous donnant des repères utiles dans notre vie de tous les jours. La communication est l'ingrédient essentiel de la relation.</p> <p>Animatrice : Denise Julien</p>
<p>Jeudis 12 et 26 mars 13 h 30</p>	<p><u>Service d'action bénévole</u> 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame <u>sab.stremi@bellnet.ca</u></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>Vendredi 13 mars 19 h à 22 h</p>	<p>Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur</p>	<p>Danse Disco Jeunesse sous le thème « Porte le chandail de ton équipe sportive préférée »—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 !</p>
<p>Samedi 14 mars 7 h</p>	<p>Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur</p>	<p>Sortie de ski au Chanteclerc—Le club Opti-Jeunesse de Saint-Rémi organise une sortie de ski au centre de ski Chanteclerc. Cette activité s'adresse aux enfants et aux adultes autonomes, aucun cours de ski ne sera offert sur place. Le transport s'effectuera en autobus. Les frais de participation sont de 49 \$ pour les adultes et de 41 \$ pour les enfants. Le départ est prévu à 7 h, à partir du Centre des loisirs et de la culture de Saint-Rémi.</p> <p>Pour informations, veuillez contacter Sylvie Tremblay au 514 609-9294 ou Louis Desnoyers au 438 883-1112.</p>
<p>Mercredi 18 mars 13 h 30 à 16 h</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com</p>	<p>Café-rencontre « Les bienfaits de la musique »—Quelle importance a la musique dans votre vie? Comment faciliter le quotidien grâce à la musique. Venez découvrir l'univers de la musique à travers différentes activités musicales. Croyez-vous que ce soit possible de stimuler son cerveau avec de la musique ?</p> <p>Animatrice : Nancy Landry</p>
<p>Mercredi 18 mars 9 h</p>	<p>Service d'action bénévole 450 454-6567 poste 2 1030, rue Notre-Dame sab.stremi@bellnet.ca</p>	<p>Déjeuner mensuel + activité —Inscription obligatoire.</p> <p>9 h : déjeuner</p> <p>10 h 15 : conférence ou jeux collectifs intellectuels</p>
<p>Vendredi 20 mars 7 h à 19 h 30</p>	<p>Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur</p>	<p>Sortie de ski au mont Vallée bleue — Le club Opti-Jeunesse de Saint-Rémi invite les jeunes de 9 à 14 ans à participer à une sortie de ski au mont Vallée bleue. Le départ aura lieu à 7 h, à partir du Centre des loisirs et de la culture, et le retour est prévu vers 19 h 30. Le coût est de 25 \$ (incluant le billet de ski et le transport), ou de 50 \$ (incluant le billet de ski, le transport, la location d'équipement et une leçon).</p> <p>Pour inscription, veuillez communiquer avec Sylvie Tremblay au 514 609-9294 ou Louis Desnoyers au 438 883-1112.</p>
<p>Vendredi 20 mars 9 h à 11 h 30</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonlamargelle.com</p>	<p>Groupe de parole « Sortir de l'attente et des projets envers les autres »—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.</p> <p>Animatrice : Agnès Reynaud.</p>
<p>Mardi 24 mars 9 h 30 à 11 h 30</p>	<p>Lait Source C.P. 3554 laitsource@gmail.com</p>	<p>Atelier 2/3, initiation au portage — au CLSC de Saint-Rémi, salle Guy-Thony A</p>

<p>Jeudi 26 mars 9 h à 11 h 30</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonla-margelle.com</p>	<p>Café-rencontre « Les distorsions cognitives » — Dans un monde en constante évolution, comprendre nos mécanismes de pensée n'a jamais été aussi essentiel. Nous vous invitons à explorer les distorsions cognitives, ces pièges invisibles qui influencent notre regard sur le monde et sur nous-mêmes. Une démarche éclairante pour cultiver une pensée plus lucide et bienveillante.</p> <p>Animatrice : Alexandra Bayard de l'Accolade</p>
<p>Vendredi 27 mars 13 h 30 à 15 h</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonla-margelle.com</p>	<p>Méditation — Venez méditer avec Agnès Reynaud, qui à chaque rencontre, vous fera découvrir différentes sortes de méditation.</p> <p>15 participantes maximums, aucun retard ne sera toléré.</p>
<p>Vendredi 27 mars 18 h 30 à 22 h</p>	<p>Club Opti-Jeunesse St-Rémi 514-617-1200 25, rue Saint-Sauveur</p>	<p>Sortie au Karting Action 500 — Le club Opti-Jeunesse de Saint-Rémi organise une activité pour les jeunes de 9 à 14 ans, au centre Karting Action 500. Le départ aura lieu à 18 h 30, à partir du Centre des loisirs et de la culture et le retour est prévu vers 22 h. Les frais de participation sont de 93 \$ (karting et accès à l'arcade) ou de 34 \$ (arcade — 120 jetons).</p> <p>Pour inscription, veuillez contacter Sylvie Tremblay au 514 609-9294 ou Louis Desnoyers au 438 883-1112.</p>
<p>Lundi 30 mars 13 h 30 à 16 h</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonla-margelle.com</p>	<p>Café-rencontre « Les rêves » — Que cherche à vous dire votre rêve? Le rêve naît souvent d'une pulsion intérieure qui tente de faire remonter à la conscience ce qui demande attention dans le moment présent. Cette rencontre vous aidera à comprendre le langage symbolique de vos rêves, à interpréter vos propres messages intérieurs et à transformer ces images nocturnes en véritables leviers de développement personnel et de mieux-être.</p> <p>Animatrice : Valérie Clermont</p>
<p>Lundi 30 mars</p>	<p>La Marg'Elle 450 454-1199 87, rue Perras administration@maisonla-margelle.com</p>	<p>Début des inscriptions aux activités du mois d'avril — À compter du lundi 30 mars 2026, il sera possible de vous inscrire aux activités prévues pour le mois d'avril 2026.</p>

ANNONCES DES ORGANISMES

Ville de Saint-Rémi

* '2 1- 30! #

Informations : laitsource@gmail.com

. . 0#, " 0##, !Ö30

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»](#)

* '2 1- 30! #

Informations : laitsource@gmail.com

Devenez marraine bénévole, joignez-vous à notre équipe ! —Nous sommes à la recherche de mamans allaitantes bienveillantes souhaitant s'impliquer comme mairaines bénévoles. Une formation en ligne de 7 heures et un accompagnement continu vous seront offerts. L'engagement peut prendre différentes formes, selon vos disponibilités : accompagnement, organisation ou tâches administratives. Contactez-nous pour en savoir plus. Votre implication fait toute la différence !

* " - +'11'*# + '1- , "#1 (#3, #1 "#1 ', 2 0x+' , !

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

A=9MP <=NGAKHGM B-KL 9FFS= Nous offrons de l'aide aux devoirs pour les élèves de 6e année dans les locaux de la Maison des Jeunes tous les mardis entre 15 h 15 et 16 h. Nous vous offrons un endroit calme et des collations afin de vous aider à faire vos devoirs.

! 00#\$- 30 (#3, #11##+. *- ' &3, 2', %' - , . - ', 2 "# 1#04! #1 ', 2 0x+'

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