



Session automne

12 semaines → Dès le 14 septembre

Inscription :

Résidents : 31 août au 2 septembre

Tous : 3 et 4 septembre

Inscription via Sport-Plus en suivant le lien vers le code QR,
ou en personne à l'hôtel de ville.



- 25 % sur la 2^e inscription dans la même famille (ne s'applique pas aux non-résidents)
- Non-résident : 50 % supplémentaire au coût du cours
- Frais de retard (Inscription après la période) : 20 \$
- Aucun remboursement ne sera accepté après le 2^e cours, sauf sur présentation d'un billet médical.

Coût :

Enfants : 75 \$

Adultes : 95 \$

*Certaines exceptions
s'appliquent

Pour plus de détails :

loisirs@sjdl.qc.ca

450-623-1072 option 4

0-5 ans

ATELIER BOUGEOTTE
(18 mois à 2 ans) 10 semaines

Dimanche, 9 h – 9 h 45

ATELIER BOUGEOTTE
(3 à 5 ans) 10 semaines

Dimanche, 10 h – 10 h 45

MINI-GYM (3-4 ans)

Samedi, 8 h – 8 h 45

MINI-GYM (3-4 ans)

Samedi, 9 h – 9 h 45

5-14 ans

BADMINTON LIBRE
(parent-enfant)

Lundi, 18 h 30 – 20 h 15

BADMINTON LIBRE
(parent-enfant)

Jeudi, 18 h 30 – 20 h 15

COSOM (6-9 ans)

Mardi, 18 h 30 – 19 h 30

COSOM (10-14 ans)

Mardi, 19 h 30 – 20 h 30

COURS DES PETITS CUISTOTS
(débutant) (9-12 ans)

Mercredi, 18 h 30 – 20 h

COURS DES PETITS CUISTOTS
(intermédiaire) (9-12 ans)

Jeudi, 18 h 30 – 20 h

COURS D'ANIMATION 2D
(8-14 ans) 8 semaines

Jeudi, 18 h 30 – 19 h 30

GYMNASTIQUE (5-6 ans)

Samedi, 10 h – 11 h

GYMNASTIQUE (5-6 ans)

Samedi, 11 h 15 – 12 h 15

GYMNASTIQUE
(débutant) (7 ans et +)

Samedi, 12 h 30 – 13 h 30

GYMNASTIQUE
(intermédiaire) (7 ans et +)

Samedi, 13 h 45 – 15 h 15

PARKOUR (8-14 ans)

Mardi, 19 h – 20 h 30

TAEKWONDO
(débutant)

Lundi et mercredi, 18 h – 19 h
Samedi, 9 h – 10 h 30

TAEKWONDO
(intermédiaire et avancé)

Lundi et mercredi,
19 h – 20 h 30
Samedi, 10 h 30 – 12 h





**15 ans
et +**

BADMINTON LIBRE	Lundi, 20 h 15 – 22 h
BADMINTON LIBRE	Jeudi, 20 h 15 – 22 h
DANSE EN LIGNE COUNTRY (débutant initiation)	Lundi, 18 h – 19 h
DANSE EN LIGNE COUNTRY (débutant)	Lundi, 19 h 10 – 20 h 10
DANSE EN LIGNE COUNTRY (intermédiaire)	Lundi, 20 h 15 – 21 h 15
MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE	Mardi, 19 h 30 – 20 h 30
PICKLEBALL LIBRE	Mercredi, 18 h 30 – 20 h 15
PICKLEBALL LIBRE	Mercredi, 20 h 15 – 22 h
PICKLEBALL LIBRE	Vendredi, 18 h 30 – 20 h 15
HIIT PILATES NOUVEAUTÉ	Mercredi, 19 h 10 – 20 h 10
PILATES	Mercredi, 20 h 15 – 21 h 15
PILATES ET ÉTIREMENTS	Mardi, 9 h 30 – 10 h 30
TAEKWONDO (débutant)	Lundi et mercredi, 18 h – 19 h Samedi, 9 h – 10 h 30
TAEKWONDO (intermédiaire – avancé)	Lundi et mercredi, 19 h – 20 h 30 Samedi 10 h 30 – 12 h
YOGA	Lundi, 20 h 30 – 22 h
	Mardi, 14 h – 15 h 30
	Vendredi, 13 h – 14 h 30
YOGA NIDRA	Mercredi, 18 h – 19 h
ZUMBA	Mardi, 18 h 30 – 19 h 30



**50 ans
et +**

DOUCEUR DU CORPS
(Carrefour 50+)

Jeudi, 10 h – 11 h 30

MISE EN FORME 50+

Jeudi, 13 h – 14 h

MISE EN FORME 50+

Vendredi, 12 h – 13 h

MISE EN FORME 60+

Mercredi, 11 h – 12 h

YOGA SUR CHAISE

Lundi, 9 h 30 – 10 h 30

YOGA SUR CHAISE

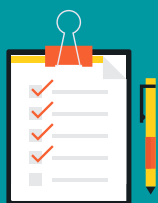
Lundi, 14 h – 15 h

YOGA SUR TAPIS

Lundi, 10 h 45 – 11 h 45

YOGA ET PRÉVENTION
DES CHUTES

Mercredi, 13 h – 14 h



Le cours auquel vous désirez vous inscrire est à pleine capacité?

Il est primordial de vous inscrire sur la liste d'attente. Seuls les gens figurant sur la liste d'attente seront contactés si de nouvelles plages horaires sont rendues disponibles.

Ateliers ponctuels



0-5 ans

Création de boules de Noël

Samedi 5 décembre, à la bibliothèque municipale

Une belle activité créative pour plonger dans la magie du temps des Fêtes!

- Pour les enfants de 3 à 5 ans
- De 9 h à 9 h 45
- Places limitées, inscription obligatoire par téléphone au 450 623-1072, poste 267, ou en personne à la bibliothèque.



Éveil à la lecture

Chaque premier lundi du mois à partir du mois d'octobre, à la bibliothèque municipale

Un moment privilégié pour découvrir le plaisir de la lecture en famille!

- Pour les enfants de 0 à 5 ans
- Activité parent-enfant



5-14 ans

Expériences de chimie

Samedi 19 septembre, à la bibliothèque municipale

Une activité scientifique amusante pour éveiller la curiosité et s'initier à la chimie!

- Pour les enfants de 7 à 10 ans
- À 10 h
- Lait magique, lampe à lave et arc-en-ciel en bouteille
- Places limitées, inscription obligatoire par téléphone au 450 623-1072, poste 267, ou en personne à la bibliothèque.



Atelier de maquillage à effets spéciaux

Samedi 10 octobre, au Pavillon Jean-Claude-Brunet

Apprenez à créer des blessures, cicatrices et autres effets saisissants grâce aux techniques du maquillage de cinéma!

- Pour les jeunes de 8 à 16 ans
- De 9 h 30 à 11 h
- 45 \$ par personne
- Inscription obligatoire via Sport-Plus



Ateliers ponctuels

5-14 ans

Cupcake d'halloween

Samedi 17 octobre, à la cuisine collective

Une activité gourmande et festive pour décorer de délicieux cupcakes aux couleurs de l'Halloween!

- Pour les jeunes de 8 à 12 ans
- De 10 h à 12 h
- 10 \$ par personne
- Inscription obligatoire via Sport-Plus



Potion et grimoire

Samedi 17 octobre, à la bibliothèque municipale

Une activité magique où les enfants pourront créer, imaginer et s'initier à l'univers des potions!

- Pour les enfants de 6 à 12 ans
- À 13 h 30
- Places limitées, inscription obligatoire par téléphone au 450 623-1072, poste 267, ou en personne à la bibliothèque.



Création de carte de Noël

Samedi 21 novembre, à la bibliothèque municipale

Une activité créative pour réaliser une belle carte de Noël personnalisée!

- Pour les enfants de 7 ans et plus
- De 9 h 30 à 12 h
- Places limitées, inscription obligatoire par téléphone au 450 623-1072, poste 267, ou en personne à la bibliothèque.



Bricolage de Noël

Samedi 5 décembre, à la bibliothèque municipale

Une activité créative pour plonger dans la magie du temps des Fêtes et réaliser un bricolage de Noël unique!

- Pour les jeunes de 10 ans et plus
- De 10 h à 12 h
- Places limitées, inscription obligatoire par téléphone au 450 623-1072, poste 267, ou en personne à la bibliothèque.





15 ans et +

Groupe de cuisine

Jeudi matin, à la cuisine collective

Venez cuisiner dans une ambiance conviviale et repartez avec de délicieux plats faits maison à moindre coût.

- Pour tous
- 2 rencontres par mois (planification et cuisine)
- Rencontre d'information : 10 septembre à 10 h
- Pour inscription ou information : 450 623-1072 poste 285 ou cuisine@sjdl.qc.ca



Desserts en groupe

1 fois par mois, à la cuisine collective

Venez préparer un dessert en groupe dans une ambiance chaleureuse, tout en jasant et en savourant un bon café!

- Pour tous
- Dessert selon la saison, 5 \$ par rencontre
- 1^{ère} rencontre mardi le 22 septembre, à 13 h 30
- Pour inscription ou information : 450 623-1072 poste 285 ou cuisine@sjdl.qc.ca



Soupe de l'amitié

Un vendredi par mois, à la cuisine collective

La Soupe de l'Amitié est rendue possible grâce à la collaboration de la Municipalité de Saint-Joseph-du-Lac, du Comité d'Action Sociale et du Cercle de Fermières de Saint-Joseph-du-Lac.

- Venez seul(e) ou accompagné(e) — tout le monde est bienvenu
- Soupe ou potage avec accompagnements, dessert et breuvage
- Don volontaire
- De 11 h à 13 h
- Prochaines dates : 25 septembre, 23 octobre et 20 novembre



50 ans et +

Groupe de cuisine 50+

Mercredi matin, 2 rencontres par mois, à la cuisine collective

Venez cuisiner dans une ambiance conviviale et repartez avec de délicieux plats faits maison à moindre coût.

- Pour les 50 ans et plus
- Rencontre d'information : 9 septembre à 10 h
- Pour inscription ou information : 450 623-1072 poste 285 ou cuisine@sjdl.qc.ca



Entente intermunicipale

Activités offertes dans l'entente - Automne 2026

Cours	Âge	Horaire	Nombre de semaines	Coût	Ville hôte
CIRQUE Parent/Enfant	3 à 7 ans	Groupe 1 : Vendredi 17 h 30 à 18 h 30 Groupe 2 : Samedi, 8 h 30 à 9 h 30	12 (11 sept.) 12 (12 sept.)	180 \$	Deux-Montagnes
CIRQUE Groupe des petits	4 à 6 ans	Samedi Groupe 1 : 9 h 30 à 10 h 30 Groupe 2 : 10 h 30 à 11 h 30	12 (12 sept.)	145 \$	Deux-Montagnes
CIRQUE	7 à 12 ans	Samedi, 15 h à 16 h 30	12 (12 sept.)	190 \$	Deux-Montagnes
CIRQUE Ado/Adulte	14 ans et +	Vendredi, 19 h à 20 h 30	12 (11 sept.)	185 \$	Deux-Montagnes
CIRQUE AÉRIEN Débutant	7 à 12 ans	Samedi, 13 h 30 à 15 h	12 (12 sept.)	190 \$	Deux-Montagnes
CIRQUE AÉRIEN Intermédiaire	12 ans et +	Samedi, 11 h 30 à 13 h 30	12 (12 sept.)	215 \$	Deux-Montagnes
PASTEL À L'HUILE	16 ans et +	Jeudi, 13 h 30 à 16 h	12 (10 sept.)	225 \$	Deux-Montagnes
PRÉ-DANSE	2-5 ans	Dimanche, 9 h à 9 h 45	12 (13 sept.)	75 \$	Oka
HIP-HOP	10-13 ans	Dimanche, 11 h à 12 h	12 (13 sept.)	85 \$	Oka
BALADI Débutant	15 ans et +	Lundi, 19 h 00 à 19 h 55	12 (21 sept.)	98,80 \$	Saint-Eustache
BALADI Intermédiaire-avancé	15 ans et +	Lundi, 20 h 00 à 20 h 55	12 (21 sept.)	98,80 \$	Saint-Eustache
BALLET CLASSIQUE Avancé et pointes	12 ans et +	Dimanche, 11 h 30 à 12 h 45	12 (20 sept.)	123,50 \$	Saint-Eustache
BALLET CLASSIQUE Débutant - Adultes	15 ans et +	Mardi, 19 h 00 à 19 h 55	12 (22 sept.)	98,80 \$	Saint-Eustache
DANSE EXPLORATIVE	30 ans et +	Mardi, 19 h 00 à 19 h 55	12 (22 sept.)	98,80 \$	Saint-Eustache
HIP-HOP Adultes	15 ans et +	Jeudi, 20 h 00 à 20 h 55	12 (24 sept.)	98,80 \$	Saint-Eustache
INITIATION À LA SCULPTURE SUR BOIS	16 ans et +	Samedi, 9 h 00 à 11 h 00	8 (26 sept.)	120,75 \$	Saint-Eustache

Modalités d'inscription et de remboursement

Suivre la procédure d'inscription de la municipalité qui offre l'activité de votre choix. Des preuves de résidence demeurent requises pour s'inscrire auprès de chacune des municipalités. Les modalités de remboursement sont celles qui sont en vigueur dans la municipalité qui offre l'activité.

Nous vous suggérons de communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir plus de renseignements.

MUNICIPALITÉ DE SAINT-JOSEPH-DU-LAC

→ 450 623-1072, poste 232
loisirs@sjdl.qc.ca

VILLE DE SAINT-EUSTACHE

→ 450-974-5001, poste 5173

VILLE DE DEUX-MONTAGNES

→ 450 473-2796, poste 4225
loisirs@ville.deux-montagnes.qc.ca

VILLE DE SAINTE-MARTHE-SUR-LE-LAC

→ 450 472-7310, poste 145
loisirs@vsmll.ca

MUNICIPALITÉ D'OKA

→ 450 479-8333, poste 229

MUNICIPALITÉ DE SAINT-PLACIDE

→ 450 258-2305, poste 231



Cours	Âge	Horaire	Nombre de semaines	Coût	Ville hôte
COURS D'ANIMATION 2D	8 à 14 ans	Jeudi, 18 h 30 à 19 h 30	8 (17 sept.)	195 \$	Saint-Joseph-du-Lac
DOUCEUR DU CORPS	50 ans et +	Jeudi, 10 h à 11 h 30	12 (17 sept.)	100 \$	Saint-Joseph-du-Lac
MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE	15 ans et +	Mardi, 19 h 30 à 20 h 30	12 (15 sept.)	95 \$	Saint-Joseph-du-Lac
YOGA NIDRA	15 ans et +	Mercredi, 18 h à 19 h	12 (16 sept.)	95 \$	Saint-Joseph-du-Lac
YOGA ET PRÉVENTION DES CHUTES	60 ans et +	Mercredi, 13 h à 14 h	12 (16 sept.)	95 \$	Saint-Joseph-du-Lac
ATELIERS ENCRE ET DE L'AQUARELLE	15 ans et +	Jeudi 10 h – 11 h 30	6 ateliers (25 sept.)	220 \$	Saint-Placide
ACTIVITÉS CRÉATIVES	5 ans et +	Dimanche (heure à venir)	3 ateliers (20 sept.)	100 \$	Saint-Placide
ANGLAIS – NIVEAU 1	14 ans et +	Jeudi, 19 h 30 à 21 h	12 (8 sept.)	50 \$	Sainte-Marthe-sur-le-Lac
ANGLAIS – NIVEAU 2	14 ans et +	Mardi, 19 h 30 à 21 h	12 (8 sept.)	150 \$	Sainte-Marthe-sur-le-Lac
ESPAGNOL – NIVEAU 1	14 ans et +	Mercredi, 19 h 30 à 21 h	12 (9 sept.)	150 \$	Sainte-Marthe-sur-le-Lac
ESPAGNOL – NIVEAU 2	14 ans et +	Lundi, 19 h 30 à 21 h	12 (14 sept.)	150 \$	Sainte-Marthe-sur-le-Lac
COURS/CLUB D'ÉCHECS	6 à 15 ans	Mercredi, 18 h 30 à 20 h	12 (9 sept.)	125 \$	Sainte-Marthe-sur-le-Lac
ATELIER AQUARELLE	11 à 18 ans	Jeudi, 19 h à 20 h 30	12 (10 sept.)	135 \$	Sainte-Marthe-sur-le-Lac



Événements municipaux



SKATEFEST / COMPÉTITION / ANIMATION / INITIATION / DÉMONSTRATION

Tournée technical skateboard

La tournée Technical Skateboard est de retour au skatepark avec l'Édition de la Tournée des serpents

12 septembre | 12 h à 16 h
Parc Cyprien-Caron

Au programme :

- Démonstrations de pros
- Initiation au skateboard (équipement fourni)
- DJ et animation
- Compétitions amicales ouvertes à tous
- Prix de présence et surprises

Viens rider, découvrir ou simplement profiter du show, on t'attend!

EMPIRE

Compétition pour les 5 à 17 ans



Tournoi de Pickleball Desjardins



Samedi
19 septembre,
de 9 h à 15 h 30



Parc Jacques-Paquin!



Inscription obligatoire
via Sport-Plus | Du 10 août
au 11 septembre.



Au programme :

- Joutes amicales
- Kiosques d'équipement de pickleball
- Jeux d'adresse et animation
- Démonstrations de professionnels
- Activité « Joue avec les pros »
- Et plusieurs prix de présence à gagner

Que vous soyez débutant ou joueur expérimenté, venez bouger, vous amuser et découvrir tout ce que le pickleball à offrir!

Elite

Saint-Joseph-du-Lac

Desjardins
Créneau du Lac des Deux Montagnes



Fête de l'halloween

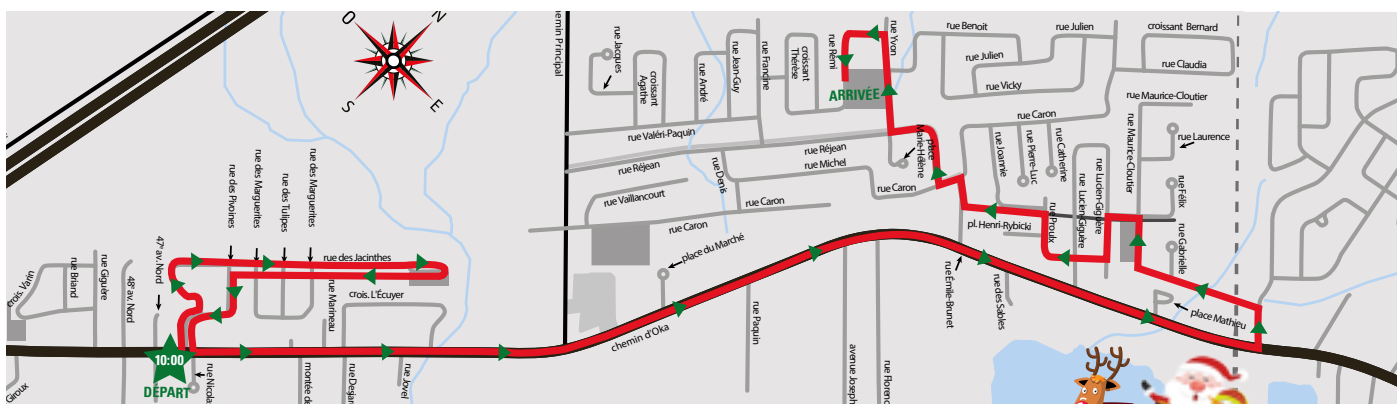
**Samedi 24 octobre, de 12 h à 17 h,
au parc Paul-Yvon-Lauzon**

Le parc Paul-Yvon-Lauzon se transformera en un mystérieux « Pays des géants » à l'occasion de la fête de l'Halloween!

Petits et grands sont invités à venir célébrer dans une ambiance amusante et légèrement effrayante avec une foule d'activités :

Maison hantée • Jeux gonflables • Animation ambulante • Maquillage d'horreur
Et bien plus encore!

Enfilez votre plus beau costume et venez vivre une journée remplie de surprises et de plaisir en famille!



Défilé du temps des fêtes

Samedi 12 décembre, de 10 h à midi

La magie du temps des Fêtes sera de retour dans les rues de la Municipalité à l'occasion du traditionnel Défilé du temps des Fêtes!

Petits et grands sont invités à se rassembler le long du parcours pour admirer les chars décorés, profiter de l'ambiance festive et découvrir les nombreuses surprises qui vous attendent. **Restez à l'affût sur nos réseaux sociaux pour tous les détails.**



Pavillon Benjamin-Lepage

Bonne nouvelle! Le pavillon rouvrira ses portes dès le jeudi 3 septembre.

Destiné aux jeunes de 9 à 15 ans, le pavillon est un lieu de rencontre dynamique où les participants peuvent se retrouver après l'école, socialiser et participer à une foule d'activités amusantes dans un environnement sécuritaire et encadré.

Au programme :

Tournois de Mario Kart, activités d'argile, peinture, spikeball, jeux de groupe et bien plus encore!
Un calendrier des activités est publié chaque mois afin de permettre aux jeunes de planifier leur participation.

Horaire d'ouverture :

- Jeudi et vendredi : 16 h à 20 h
- Samedi : 13 h à 21 h
- Dimanche : 13 h à 20 h

Nous avons hâte de vous accueillir pour une nouvelle saison remplie de plaisir et de découvertes!

Cuisine collective



Louez la cuisine collective!

La cuisine collective est ouverte à tous les organismes ainsi qu'à l'ensemble des citoyens et citoyennes de la municipalité.

Disponible à la location tout au long de l'année, elle offre un espace idéal pour cuisiner vos plats préférés en famille, entre amis ou pour la préparation d'un événement spécial.

Pour obtenir plus d'informations sur les modalités de location, n'hésitez pas à communiquer avec nous au 450 623-1072 poste 285 ou par courriel à l'adresse cuisine@sjdl.qc.ca

Une bibliothèque de livres de recettes à découvrir!

Saviez-vous qu'une collection de livres de recettes est maintenant offerte à la cuisine collective?

Vous y trouverez une variété d'ouvrages remplis d'idées inspirantes : recettes du quotidien, plats économiques, desserts gourmands, cuisine familiale et bien plus encore.

Les livres peuvent être consultés sur place ou empruntés afin de poursuivre vos découvertes culinaires à la maison.

Lors de votre prochaine visite, prenez quelques minutes pour explorer notre collection. Vous y trouverez peut-être votre prochaine recette coup de cœur!

Des équipements modernes à votre disposition

À la cuisine collective, plusieurs équipements modernes sont mis à votre disposition pour faciliter la préparation de vos recettes.



PLAQUE À INDUCTION

Surface de cuisson électrique qui utilise des champs magnétiques pour chauffer directement vos ustensiles de façon rapide et efficace.



BATTEUR SUR SOCLE

Permet de pétrir, fouetter ou mélanger les ingrédients de manière autonome.



AUTOCUISEUR

Idéal pour préparer des recettes complètes dans un seul récipient, avec un temps de cuisson réduit.



DÉSHYDRATEUR À 10 ÉTAGES

Appareil haut de gamme permettant de sécher une grande variété d'aliments.

Bibliothèque municipale



Horaires réguliers

DIMANCHE ET LUNDI : FERMÉS

MARDI
9 h à 20 h

MERCREDI
9 h à 16 h

JEUDI
9 h à 20 h

VENDREDI
9 h à 16 h

SAMEDI
9 h à 15 h

Les coups de cœur de Sophie



SUGGESTION DE
LECTURE ADULTE :

La Pensionnaire

de Joy Fielding

Un thriller psychologique captivant où un simple geste de bonté entraîne une série d'événements troublants. Une lecture parfaite pour les amateurs de mystère et de suspense.



SUGGESTION DE LECTURE
JEUNESSE (9 À 14 ANS) :

L'Apprenti #1

de Yves P. Pelletier et Xavier Cadieux

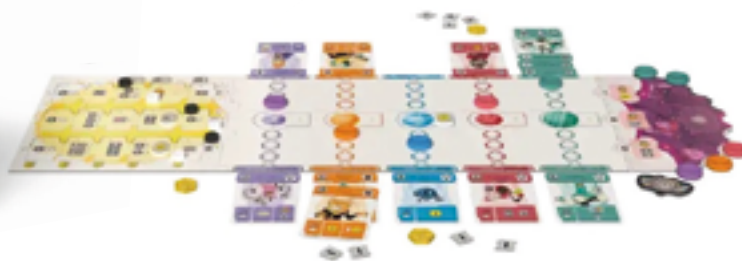
Un roman jeunesse rempli d'aventures et d'imagination, où les rêves deviennent un véritable terrain de jeu pour les jeunes lecteurs curieux.

SUGGESTION DE JEU DE SOCIÉTÉ :

Zenith

Un jeu stratégique où les joueurs s'affrontent pour le contrôle du système solaire.

Facile à apprendre et rempli de rebondissements, il promet de bons moments en famille ou entre amis.



Passez nous voir, il y en a pour tous les goûts!

Que vous soyez lecteur passionné, jeune explorateur d'histoires ou amateur de jeux de société, la bibliothèque a de quoi vous faire découvrir votre prochain coup de cœur.

— Sophie, votre responsable de la bibliothèque!

