



Session printemps

8 semaines → Dès le 13 avril

Inscription :

Résidents : 30-31 mars

Tous : 1^{er}-5 avril

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 : 55 \$

Adultes : 70 \$
(Sauf exceptions)

Pour plus de détails :

loisirs@sjdl.qc.ca

450-623-1072 option 4



0-5 ans

MINI-YOGA (3-5 ans)
(parent-enfant)

Samedi, 9 h – 9 h 45

ATELIER BOUGEOTTE
(18 mois à 3 ans)

Dimanche, 9 h – 9 h 45

ATELIER BOUGEOTTE (4-5 ans)

Dimanche, 10 h – 10 h 45

MINI-TENNIS (3-5 ans)
Débute le 19 mai.

Lundi, 17 h – 18 h

5-14 ans

MINI-YOGA (6-8 ans)

Samedi, 10 h – 10 h 45

DEK HOCKEY (6-9 ans)

Mardi, 18 h 30 – 19 h 30

DEK HOCKEY (10-14 ans)

Mardi, 19 h 30 – 20 h 30

PARKOUR (8-14 ans)

Mardi, 19 h – 20 h

TAEKWONDO

Lundi, 18 h – 19 h 30
Mercredi, 18 h – 19 h 30

TENNIS (6-9 ans)
Débute le 19 mai.

Mardi, 18 h – 19 h

TENNIS (10-14 ans)
Débute le 19 mai.

Mardi, 19 h – 20 h

PICKLEBALL (10-14 ans)
Débute le 21 mai

Jeudi, 17 h 30 – 18 h 30

COURS D'ANIMATION 2D **NOUVEAUTÉ**
(195 \$)

Jeudi, 19 h – 20 h

GYMNASTIQUE (7 ans et +)
débutant

Samedi, 9 h – 10 h 30

GYMNASTIQUE (7 ans et +)
avancé

Samedi, 10 h 30 – 13 h

15 ans et +

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 20 – 21 h 20
PILATES (débutant)	Mercredi, 19 h 10 – 20 h 10
PILATES (intermédiaire)	Mercredi, 20 h 15 – 21 h 15
PILATES ET ÉTIREMENTS	Mardi, 9 h 30 – 10 h 30
TAEKWONDO	Lundi, 18 h – 19 h 30 Mercredi, 18 h – 19 h 30
YOGA	Lundi, 20 h 30 – 22 h
YOGA	Mardi, 14 h – 15 h 30
YOGA	Vendredi, 13 h – 14 h 30
YOGA NIDRA	Lundi, 18 h 30 – 19 h 30
YOGA NIDRA	Jeudi, 10 h – 11 h
ZUMBA	Mardi, 18 h 30 – 19 h 30
MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE	Mardi, 19 h 45 – 20 h 45
TENNIS Débute le 19 mai.	Mardi, 20 h – 21 h
PICKLEBALL (débutant) Débute le 21 mai.	Jeudi, 18 h 30 – 19 h 30
PICKLEBALL (intermédiaire/avancé) Débute le 21 mai.	Jeudi, 19 h 30 – 20 h 30
LIGUE DE PICKLEBALL NOUVEAUTÉ Débute le 21 mai.	Jeudi, 20 h 30 – 22 h





**50 ans
et +**

MISE EN FORME

Mardi, 13 h – 14 h

MISE EN FORME

Vendredi, 12 h – 13 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, 10 h – 11 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.

Activités et ateliers ponctuels



Atelier de fabrication de produits pour le corps

Dimanche 26 avril

- Un gel tonique pour le visage
- Une crème légère pour le visage
- Un exfoliant pour le corps

Places limitées

Inscription obligatoire via Sport-Plus

Coût : Résident 60 \$
Non-résident 90 \$

Lieu : Cuisine collective

Heures : Groupe 1 : 10 h 30 – 13 h 30
Groupe 2 : 14 h – 17 h

Sorties spéciales pour ados

Pour les jeunes de 12 à 15 ans

Cet été, quatre sorties à la carte sont proposées aux ados pour leur permettre de se retrouver, de s’amuser et de vivre des activités variées et stimulantes.

- Transport inclus
- Activités diversifiées
- Le tarif varie selon la sortie

Une belle occasion de bouger, de socialiser et de créer des souvenirs entre amis!

Places limitées

Inscription obligatoire via Sport-Plus

Pour plus de détails :





Camp de jour

→ 25 juin au 14 août

Inscription :

Résidents : 4 au 10 mai

Tous : 11 au 16 mai

Inscription via Sport-Plus en suivant le lien vers le code QR, ou en personne au pavillon Jean-Claude Brunet



Coût :

Coût pour huit (8) semaines :

360 \$ sans service de garde / 500 \$ avec le service de garde

Inscription à la semaine : 140 \$ (incluant le service de garde)

Semaine supplémentaire (17 au 21 août) :

140 \$ (incluant le service de garde et la sortie)

- 25 % de rabais sur la 2^e inscription dans la même famille (applicable pour les résidents seulement et sur le camp régulier uniquement)
- Non-résident : 50 % supplémentaire au coût
- Frais de retard (inscription après la période) : 20 \$
- Aucun remboursement après le 14 juin, sauf sur présentation d'un billet médical.

Sorties à la carte (\$)

Inscriptions obligatoires avant le 1^{er} juin

Pour plus de détails :

→ campdejour@sjdl.qc.ca

Cuisine collective

Venez faire de belles rencontres à notre Cuisine Collective

**Vous n'aimez pas cuisiner seul?
Joignez-vous à nous!**

Nous avons beaucoup de plaisir à cuisiner ensemble.
C'est l'occasion de partager des recettes et d'avoir la chance d'essayer de nouveaux mets.

Le groupe de cuisine du jeudi peut encore accueillir des participant-e-s.
Nous nous rencontrons deux fois par mois : une semaine est consacrée à la planification des recettes et des achats, et la suivante à la cuisine.

Les activités se poursuivront jusqu'en mai, puis reprendront à l'automne.

**Que vous soyez débutant(e) ou plus expérimenté(e) en cuisine,
tout le monde est le bienvenu!**



Un groupe de Cuisine Collective d'été sera offert.

Nous cuisinerons des repas plus légers, des salades-repas, et préparerons des marinades pour les viandes et les poissons, parfaites pour la saison du BBQ.

**Pour vous inscrire ou pour plus d'informations, contactez-nous à :
cuisine@sjdl.qc.ca ou 450-623-1072 poste 285**



Soupe de l'Amitié

Envie d'un bon moment et d'une soupe réconfortante?

Venez faire de belles rencontres un vendredi par mois, de 11 h à 13 h, autour d'une délicieuse soupe ou d'un savoureux potage, le tout dans une ambiance amicale et détendue.

Le repas comprend aussi des fromages, des craquelins ou petits pains, un délicieux dessert et un breuvage (eau, café ou thé).

- **Contribution volontaire**
- **Venez seul-e ou accompagné-e — tout le monde est le bienvenu!**
- **Où?** À la Cuisine Collective, 95 chemin Principal
- **Quand?** 27 mars, 24 avril et 22 mai

Notre Cuisine Collective existe depuis plus de deux ans et elle ouvre ses portes à tous les organismes ainsi qu'à tous les citoyens et citoyennes de la municipalité.

→ En tant que citoyen(ne) vous pouvez louer la cuisine tout au long de l'année.
Vous pouvez y cuisiner vos plats préférés en famille ou entre amis.

Bibliothèque municipale



Horaire régulier

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



Le samedi 28 mars 2026, 9 h 00 – 10 h 15

Atelier Minecraft Kokobrik

Les jeunes seront transportés dans un voyage créatif à travers les grandes merveilles architecturales du monde, recréées avec des briques LEGO inspirées de l'univers

Minecraft! Une activité immersive où imagination, logique et esprit de collaboration se rencontrent pour bâtir des structures impressionnantes et uniques. Une occasion idéale pour apprendre en s'amusant, tout en développant leur sens artistique et spatial.

Détails de l'atelier :

- Durée : 75 minutes
- Nombre de participants : 20 enfants
- Âges : Atelier réservé aux enfants de 7 à 14 ans

Venez nous montrer votre créativité et votre talent!

Inscription obligatoire à la bibliothèque ou en composant le 450-623-1072 poste 267.



Le jeudi 2 avril entre 18 h et 20 h

Viens décorer ton panier de Pâques.

Places limitées, inscription obligatoire à la bibliothèque ou en composant le 450-623-1072 poste 267.