

HIVER 2023-2024

TEMPS LIBRE



COURS
ET ACTIVITÉS



INSCRIPTIONS EN LIGNE SEULEMENT

Début des inscriptions (natation, Yoseikan Budo, danse et bibliothèques):
mardi 9 janvier à 17 h 30

*Les inscriptions pour les cours prendront fin
le lundi 15 janvier à 23 h 59.



VILLE DE
SOREL-TRACY



COORDONNÉES ET HORAIRES

SERVICE DES LOISIRS (CENTRE CULTUREL)

3015, place des Loisirs
450 780-5600, poste 4400
loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca
ville.sorel-tracy.qc.ca

HORAIRE RÉGULIER

Lundi au jeudi 8 h 15 à 12 h | 13 h 15 à 16 h 30
Vendredi 8 h 15 à 12 h | 13 h 15 à 15 h 30
Samedi et dimanche Fermé

HORAIRE SPÉCIAL

Mardi, 9 janvier 8 h 15 à 12 h | 13 h 15 à 20 h
(inscriptions aux activités)

SERVICE DES LOISIRS FERMÉ

Du 23 décembre au 5 janvier inclusivement



02. TEMPS LIBRE

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX & INSCRIPTIONS

DANS CE NUMÉRO



INSCRIPTIONS EN LIGNE

Rendez-vous au ville.sorel-tracy.qc.ca, sous la rubrique « Loisirs », cliquez sur « Inscriptions aux loisirs », vous y trouverez toutes les directives et les modalités qui concernent les inscriptions en ligne.

La carte accès Sorel-Tracy est obligatoire pour procéder aux inscriptions. Toutes les informations nécessaires concernant la carte accès Sorel-Tracy sont disponibles sur notre site Internet.

LOCATION DE SALLES ET PLATEAUX SPORTIFS

La Ville de Sorel-Tracy offre plusieurs types de salles en location qui peuvent répondre à vos besoins.

Pour la réservation d'un plateau sportif, un délai de 24 heures est requis du lundi au jeudi. Pour les réservations de fin de semaine, vous devez téléphoner au plus tard le vendredi à 10 h.

📞 450 780-5600, poste 4400

- 02 Renseignements généraux et inscriptions
- 03 Cours et ateliers
- 05 Piscine Laurier-R.-Ménard
- 08 Bibliothèques
- 12 Expositions et spectacles
- 15 Activités libres
- 16 Installations récréatives
- 17 Encore plus d'activités hivernales
- 18 Organismes

MODES DE PAIEMENT

PAIEMENT EN LIGNE





COURS ET ATELIERS

COURS DE DANSE



INSCRIPTIONS
EN LIGNE

- 📅 Début de session: semaine du 21 janvier (12 cours)
- 👤 Professeure: Laurie-Ann Beauregard
- 📞 450 780-5600, poste 4400 | loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca
- 📍 Centre Sacré-Cœur (105, rue du Prince)



BOUT DE CHOU	3-4 ans	Jeudi, 17 h à 17 h 45	41,85 \$
DANSE CRÉATIVE	5-6 ans	Jeudi, 17 h 45 à 18 h 30	41,85 \$
FUNKY	9-11 ans	Jeudi, 18 h 30 à 19 h 30	55,80 \$
MULTIDANSE	12-17 ans	Jeudi, 19 h 30 à 20 h 30	55,80 \$

IL N'Y AURA PAS DE COURS
DU 4 AU 8 MARS (SEMAINE
DE RELÂCHE) AINSI QUE
LE 1^{er} AVRIL (PÂQUES).



YOSEIKAN BUDO



INSCRIPTIONS
EN LIGNE

- 📅 Début de session: 20 janvier (16 semaines)*
- 👤 Professeure: Mylène Beaudry
- 📍 Cégep de Sorel-Tracy (3000, boul. de Tracy)

Le Yoseikan Budo est un art martial complet qui s'inspire à la fois du judo, du karaté, de l'aïkido, de la boxe et du kobudo et qui respecte la biomécanique du corps en se basant sur le principe du mouvement ondulatoire.



INITIATION AU YOSEIKAN BUDO



6-7 ans	Samedi, 8 h 15 à 9 h 15 (première année d'inscription) *Aucun cours le 4 mai	72,25 \$
7 ans	Samedi, 9 h 20 à 10 h 20 (deuxième année d'inscription) *Aucun cours le 4 mai	72,25 \$

YOSEIKAN BUDO

8-9 ans	Samedi, 10 h 25 à 11 h 25 *Aucun cours le 4 mai	72,25 \$
10-13 ans	Samedi, 11 h 30 à 12 h 45 *Aucun cours le 4 mai	105,20 \$

YOSEIKAN BUDO (TOUS LES NIVEAUX)

14 ans et +	Mardi et jeudi, 18 h 30 à 19 h 45	Étudiant: 224,20 \$ Adulte: 307,65 \$
--------------------	-----------------------------------	---

AIKIDO/KOBUDO (APPROCHE MARTIALE)

14 ans et +	Mardi et jeudi, 19 h 45 à 21 h	Étudiant: 175,80 \$ Adulte: 258,20 \$
--------------------	--------------------------------	---

**VEUILLEZ NOTER QUE TOUTE PERSONNE INSCRITE À LA SESSION D'AUTOMNE 2023
ET QUI DÉSIRE S'INSCRIRE À LA SESSION D'HIVER DOIT CHOISIR LE MÊME NIVEAU.**

N.B.: Un montant supplémentaire de 20 \$, payable à l'animateur,
est exigé pour devenir membre de la Fédération
(seulement pour les nouveaux inscrits).

CLUB DE BRIDGE SOREL-TRACY

Le bridge est un jeu de logique, de stratégie et de mémoire qui se joue à tous âges. Le Club de bridge Sorel-Tracy offre des cours pour permettre l'apprentissage des notions de base de ce jeu.

- 📅 Inscriptions en cours | Début: dès janvier (10 semaines)
- 💰 50 \$
- 📞 Michel Jutras: 450 742-2106
- 📍 Centre culturel ou en ligne
- 👤 Pour tous
- 🕒 Horaire à déterminer

CLUB PHOTO SOREL-TRACY

Le Club Photo Sorel-Tracy offre des conférences et ateliers variés tant pour des amateurs que pour les photographes plus expérimentés.

- 📅 Mercredi, 19 h (jusqu'au 1^{er} mai 2024)
- 💰 Membre: 55 \$/demi-saison
Non-membre: 20 \$/conférence
- 📍 Centre culturel (3015, place des Loisirs)
- 📞 Adhésion: clubphotosoreltracy.org
- 📍 Club Photo Sorel-Tracy



PARC RÉGIONAL DES GRÈVES

- 📅 Inscriptions en ligne jusqu'au 6 janvier | Début: dès le 13 janvier (8 semaines)
- 📞 parcregionaldesgreves.com
- 📍 3100, chemin du Golf
- 📍 Parc régional des Grèves

Le Parc régional des Grèves offre des cours de ski de fond pour tous les groupes d'âge.

JEANNOT LAPIN

3 à 5 ans	Samedi, 9 h à 10 h	200 \$
-----------	--------------------	--------

JACK RABBIT

6-7 ans	Samedi, 10 h à 11 h 30	230 \$
6-9 ans	Mardi, 17 h 15 à 18 h 15	200 \$
8-9 ans	Samedi, 10 h à 11 h 30	230 \$

JACK RABBIT COMPÉTITION

8 ans et +	Samedi, 15 h à 16 h 15	270 \$
------------	------------------------	--------

*Ce montant n'inclut pas les frais d'inscription à la compétition et d'accès au centre de ski lors des compétitions.

EN PISTE

10 à 12 ans	Samedi, 12 h à 13 h 30	230 \$
10 à 14 ans	Mardi, 18 h 15 à 19 h 15	200 \$
13-14 ans	Samedi, 13 h 30 à 15 h	230 \$

VIE ACTIVE

15 ans et +	Mercredi, 18 h à 19 h 15	230 \$
-------------	--------------------------	--------

Le prêt des équipements de ski est inclus dans le coût d'inscription et ce, pour tous les cours.

PICKLEBALL SOREL-TRACY

Le pickleball est un sport de raquette qui allie réflexes, précision, coordination et esprit d'équipe!

- 📅 Inscriptions: dès maintenant, par courriel
Début: semaine du 15 janvier (15 semaines)
- 📞 pickleballsoreltracypst@gmail.com
- 👤 Pour tous
- 📅 Plages horaires du dimanche au vendredi, selon le niveau (novice à expert)
- 💰 À déterminer
- 📍 Cégep de Sorel-Tracy (3000, boul. de Tracy)
- 📍 Pickleball Sorel-Tracy - LE GROUPE -





PISCINE LAURIER-R.-MÉNARD

HORAIRE DU BAIN LIBRE

PLANS DE MISE EN FORME AQUATIQUE (NATATION, MUSCULATION ET AUTRES) DISPONIBLES SUR TOUTES LES PLAGES HORAIRES. INFORMEZ-VOUS AUPRÈS DES SURVEILLANTS-SAUVETEURS.

HORAIRE DU 7 JANVIER AU 23 JUIN

L'horaire étant modifié fréquemment, nous vous invitons à consulter régulièrement la page « Piscines et jeux d'eau » sur le site Internet de la Ville avant de vous présenter à la piscine.

PISCINE FERMÉE

24-25-26-31 décembre et 1^{er} et 2 janvier

ADMISSION GRATUITE

Les consignes à respecter sont détaillées sur ville.sorel-tracy.qc.ca

450 780-5600, poste 4460

3035, place des Loisirs

PERFECTIONNEMENT AQUATIQUE POUR TOUS

- Offert en tout temps
- Enfant: 33 \$/heure - Adulte: 37,85 \$/heure
- Réservation obligatoire
450 780-5600, poste 4460

COURS DE NATATION



INSCRIPTIONS EN LIGNE

- Début: 27-28 janvier | Durée: 14 semaines
Aucun cours les 30 et 31 mars (Pâques)
- Piscine Laurier-R.-Ménard
- 89,50 \$
(Transfert de groupe: 10 \$)
- 450 780-5600, poste 4400



COURS ANIM'EAU (14 SEMAINES)

SAMEDI OU DIMANCHE

KIKI L'HIPPOCAMPE	4 à 12 mois	9 h 25 à 9 h 50 10 h 30 à 10 h 55
CRABY LE CRABE	12 à 18 mois	9 h 25 à 9 h 50 10 h 30 à 10 h 55
WIGGY LA PIEUVRE	18 à 24 mois	8 h 45 à 9 h 10 9 h 25 à 9 h 50
PRUNTO LA TORTUE	2 à 2 1/2 ans	9 h 05 à 9 h 30 9 h 55 à 10 h 20
WALDO LE CANARD	2 1/2 à 3 ans	9 h 45 à 10 h 10 10 h 15 à 10 h 40
CHARLIE LA GRENOUILLE	3 à 3 1/2 ans	9 h 15 à 9 h 40 10 h 45 à 11 h 10
PLOUSH L'OTARIE	3 1/2 à 4 ans	8 h 55 à 9 h 20 10 h 50 à 11 h 15 11 h 20 à 11 h 45
CHOPIN LE PINGOUIN	4 à 6 ans (Première inscription)	8 h 45 à 9 h 10 9 h 35 à 10 h 10 h 25 à 10 h 50
MINI-NAGEUR	5 à 6 ans (Chopin le pingouin réussi)	10 h 25 à 10 h 50 10 h 55 à 11 h 20

Pour des raisons de sécurité, la participation **D'UN ADULTE DANS L'EAU EST OBLIGATOIRE POUR TOUS LES COURS ANIM'EAU.**



COURS DE NATATION



- 📅 Début: 27-28 janvier | Durée: 14 semaines
Aucun cours les 30 et 31 mars (Pâques)
- 📍 Piscine Laurier-R.-Ménard
- 💰 112,90 \$
(Transfert de groupe: 10 \$)
- 📞 450 780-5600, poste 4400

Récre'EAU

RÉCRÉ'EAU 1 À 12 (14 SEMAINES)

SAMEDI OU DIMANCHE

RÉCRÉ'EAU 1*	6 ans et + (Première inscription)	8 h 55 à 9 h 20 9 h 15 à 9 h 40 9 h 55 à 10 h 20
RÉCRÉ'EAU 2*	6 ans et + (Récré'EAU 1 réussi)	8 h 55 à 9 h 20 9 h 15 à 9 h 40 9 h 55 à 10 h 20
RÉCRÉ'EAU 3*	6 ans et + (Récré'EAU 2 réussi)	9 h 45 à 10 h 25 10 h 05 à 10 h 45 11 h 15 à 11 h 55 12 h à 12 h 40
RÉCRÉ'EAU 4*	6 ans et + (Récré'EAU 3 réussi)	9 h 45 à 10 h 25 10 h 05 à 10 h 45 11 h 15 à 11 h 55 12 h à 12 h 40
RÉCRÉ'EAU 5	7 ans et + (Récré'EAU 4 réussi)	11 h à 11 h 40 11 h 50 à 12 h 30
RÉCRÉ'EAU 6	7 ans et + (Récré'EAU 5 réussi)	11 h à 11 h 40 11 h 50 à 12 h 30
RÉCRÉ'EAU 7	8 ans et + (Récré'EAU 6 réussi)	11 h 50 à 12 h 25
RÉCRÉ'EAU 8	8 ans et + (Récré'EAU 7 réussi)	10 h 55 à 11 h 40 11 h 25 à 12 h 10
RÉCRÉ'EAU 9	8 ans et + (Récré'EAU 8 réussi)	10 h 55 à 11 h 40 11 h 25 à 12 h 10
RÉCRÉ'EAU 10	10 ans et + (Récré'EAU 9 réussi)	11 h 45 à 12 h 40
RÉCRÉ'EAU 11	10 ans et + (Récré'EAU 10 réussi)	11 h 45 à 12 h 40
RÉCRÉ'EAU 12	10 ans et + (Récré'EAU 11 réussi)	11 h 45 à 12 h 40

Pour des raisons de sécurité, la participation **D'UN ADULTE DANS L'EAU EST OBLIGATOIRE POUR LES COURS RÉCRÉ'EAU 1, RÉCRÉ'EAU 2, RÉCRÉ'EAU 3 ET RÉCRÉ'EAU 4.**

COURS ADULTES



- 👤 16 ANS ET +
- 📅 Début: semaine du 22 janvier (14 semaines)
Aucun cours la semaine du 4 mars (semaine de relâche)
- 📍 Piscine Laurier-R.-Ménard
- 💰 Étudiant/aîné: 123,95 \$
Adulte: 162,85 \$
2^e cours ou plus: 50 % de rabais par cours
- 📞 450 780-5600, poste 4460

AQUAFORME

Lundi 10 h 30
13 h 15

Mardi 13 h 15
18 h 30

Mercredi 13 h 15

Jeudi 10 h 30
13 h 15
18 h 30

AQUAJOGGING

Mardi 17 h 30

Mercredi 18 h 30

AQUAPOUSSETTE *NOUVEAUTÉ*

Jeudi 9 h 15



FORMATIONS DE SAUVETAGE



11 ANS ET +

Réservez votre place au 450 780-5600, poste 4460

ÉTOILE DE BRONZE

GRATUIT AVEC LA PARTICIPATION DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Durée: 10 semaines | Dates et heures à confirmer

L'Étoile de bronze est le premier brevet de niveau bronze. Il permet de t'initier au sauvetage en apprenant à trouver des solutions à divers problèmes et à prendre des décisions en tant qu'individu et membre d'une équipe. Tu apprendras à effectuer la réanimation d'une victime qui a cessé de respirer et tu développeras les habiletés de sauvetage nécessaires pour devenir ton propre sauveteur.

Préalables: savoir nager 100 mètres | Être âgé d'au moins 11 ans

MÉDAILLE DE BRONZE

GRATUIT AVEC LA PARTICIPATION DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Durée: 15 heures | Dates et heures à confirmer

Le brevet Médaille de bronze intègre les quatre composantes de base du sauvetage: le jugement, les connaissances, les habiletés et la forme physique. Tu apprendras les techniques de remorquage, de portage, de défense et de dégagement afin d'effectuer le sauvetage de victimes conscientes et inconscientes dans des situations risquées. Ce brevet Médaille de bronze permet de travailler en tant qu'assistant-surveillant-sauveteur autour d'une piscine à partir de 15 ans.

Préalables: avoir 13 ans à l'examen final ou détenir le brevet Étoile de bronze. Démontrer les habiletés et connaissances de Récré'Eau 12 (Junior 10)

CROIX DE BRONZE

GRATUIT AVEC LA PARTICIPATION DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Durée: 20 heures | Dates et heures à confirmer

Le brevet Croix de bronze est une formation plus poussée pour acquérir des notions de base en surveillance d'installations aquatiques. Tu apprendras à porter secours à une victime blessée à la colonne vertébrale en partie profonde et à une victime submergée en arrêt cardiorespiratoire. Ce brevet permet de travailler en tant qu'assistant-surveillant-sauveteur autour d'une piscine dès 15 ans et sur une plage dès 16 ans.

Préalable: détenir le brevet Médaille de bronze

PREMIERS SOINS – GÉNÉRAL

GRATUIT AVEC LA PARTICIPATION DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Durée: 16 heures | Dates et heures à confirmer

Lors de cette formation, vous apprendrez à reconnaître la condition clinique d'une victime et les traitements à prodiguer en cas d'urgences prioritaires et secondaires (urgences respiratoires, cardiovasculaires, convulsions, problèmes de glycémie, allergies, etc.). Vous apprendrez également à utiliser des techniques et instruments pour venir en aide à tous types de clientèles.

Aucun préalable – le cours peut être adapté selon la clientèle présente

SAUVETEUR NATIONAL

GRATUIT AVEC LA PARTICIPATION DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Durée: 40 heures, excluant l'examen | Dates et heures à confirmer

Le brevet Sauveteur national est le seul à être reconnu partout au Canada; il constitue un standard de performance qui assure aux détenteurs de ce brevet de pouvoir travailler partout au pays. Ce cours t'apportera une compréhension approfondie des principes de surveillance, un bon jugement et une attitude responsable quant au rôle du surveillant-sauveteur dans une installation aquatique. Ce brevet permet de travailler en tant que surveillant-sauveteur dès 17 ans. Les détenteurs du brevet qui ont 16 ans peuvent travailler à titre d'assistant-surveillant-sauveteur.

Préalables: être âgé d'au moins 16 ans à l'examen final | Détenir le brevet Croix de bronze

Détenir le brevet Premiers soins – Général ou Soins d'urgence aquatique

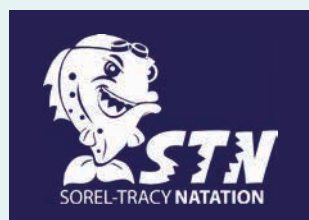
MONITEUR DE NATATION RÉCRÉ'EAU ET ANIM'EAU

GRATUIT AVEC LA PARTICIPATION DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Durée: 35 heures, excluant les stages | Dates et heures à confirmer

Programme axé sur l'apprentissage pratique.

Préalables: être âgé d'au moins 14 ans | Équivalence Récré'Eau 12



SOREL-TRACY NATATION

Natation Compétitif

Club de natation civile pour les nageurs de toutes catégories.

Minimum de 2 entraînements/semaine.

Inscriptions en ligne dès maintenant

Début: dès le 8 janvier (17 semaines)

6 ans et + (Récré'Eau 4 ou Jr 3 réussi)

soreltracynatation.com

Sorel-Tracy Natation



HORAIRE

HORAIRE RÉGULIER

Lundi et mardi	10 h à 17 h
Mercredi et jeudi	10 h à 21 h
Vendredi, samedi et dimanche	10 h à 17 h

BIBLIOTHÈQUES FERMÉES

24, 25, 26 et 31 décembre
1^{er} et 2 janvier

- 450 780-5600, poste 4753
- Marie-Didace: 3015, place des Loisirs
- « Le Survenant »: 145, rue George
- Bibliothèques de Sorel-Tracy



BIBLIOTHÈQUES

//INSCRIPTIONS REQUISES POUR L'ENSEMBLE DE LA PROGRAMMATION//

Les inscriptions débuteront le 9 janvier à 17 h 30 en ligne (ville.sorel-tracy.qc.ca).
Notez qu'il sera possible de s'inscrire jusqu'au jour de l'activité.



PROGRAMMATION JEUNESSE

HEURE DU CONTE

HEURE DU CONTE EN PYJAMA

Animation: Mélissa Jacques

Animation littéraire et bricolage

- 3 à 8 ans
- Jeudis 25 janvier, 22 février et 28 mars, 18 h 30 à 19 h 15
- Bibliothèque « Le Survenant »



HEURE DU CONTE DU MATIN

Animation: Mélissa Jacques

Animation littéraire et bricolage

- 18 mois à 5 ans
*Les frères et sœurs de moins de 18 mois peuvent assister à l'activité.
- Mercredis 31 janvier, 28 février et 27 mars, 10 h 15 à 11 h
- Bibliothèque « Le Survenant »

AU SON DES HISTOIRES

Animation: Chantal Girard, narratrice

Viens écouter de belles histoires et explorer, grâce à des jeux sonores, toutes les facettes de ta voix.

- 4 à 8 ans
- Jeudi 8 février, 18 h 30 à 19 h 30
- Bibliothèque « Le Survenant »

LES ANIMAUX POILUS DE LA FERME

Animation: Agro-Passion

Viens fabriquer un masque représentant un animal et écouter une belle histoire.

- 3 à 8 ans
- Jeudi 14 mars, 18 h 30 à 19 h 30
- Bibliothèque « Le Survenant »

ATELIERS

ATELIER DÉCOUVERTE | LA ST-VALENTIN ET LES ANIMAUX

Animation: Éducazoo

Viens rencontrer différentes espèces d'animaux et découvrir leurs techniques de séduction.

- 5 à 12 ans
- Vendredi 26 janvier, 10 h 10 à 11 h 10 ou 11 h 15 à 12 h 15 | Pédagogique
- Bibliothèque « Le Survenant »

DES SAVONS EN PÂTE À MODELER

Animation: Atelier WfF

Viens t'amuser en confectionnant des savons rigolos en pâte à modeler.

- 👤 4 à 12 ans (8 ans et moins accompagnés d'un adulte)
- 📅 Vendredi 16 février, 11 h à 12 h 15 ou 14 h à 15 h 15 | Pédagogique
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



ÉVEIL À LA LECTURE AVEC BOUQUINE ET BIZOU

Animation: Animations Karine Fortin

Viens découvrir les histoires et comptines de Bouquine et t'amuser avec Bizou la marionnette!

- 👤 0 à 4 ans (accompagné.e d'un adulte)
- 📅 Samedi 23 mars, 10 h 10 à 10 h 55 ou 11 h à 11 h 45
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



ATELIER SCIENTIFIQUE | RÉACTIONS CHIMIQUES

Animation: Les Neurones atomiques

Viens concocter des potions dignes des meilleurs alchimistes et voir comment elles réagissent.

- 👤 5 à 12 ans
- 📅 Vendredi 29 mars, 10 h 10 à 11 h 10 ou 11 h 15 à 12 h 15 | Pédagogique
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



PROGRAMMATION ADOS

ATELIER DÉCOUVERTE | ANIMATION IMAGE PAR IMAGE

Animation: Productions Bataclan

Viens créer et réaliser un petit film d'animation.

- 👤 12 à 18 ans
- 📅 Samedi 10 février, 13 h 30 à 16 h
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

ATELIER CRÉATIF | LA PHOTO AVEC CELLULAIRE OU TABLETTE

Animation: NathB

Atelier-conférence permettant d'approprier la photographie avec cellulaire ou tablette, incluant un volet pratique dans la bibliothèque et en extérieur. Une exposition collective est prévue à la suite des 3 ateliers.

- 👤 12 à 18 ans
- 📅 Samedis 24 février, 16 mars et 13 avril, 13 h à 16 h
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

ATELIER DÉCOUVERTE | INITIATION AU DOUBLAGE

Animation: Productions Bataclan

Viens t'initier aux techniques du doublage tout en t'amusant! L'atelier inclut de la rédaction et un exercice oral humoristique.

- 👤 12 à 18 ans
- 📅 Mercredi 27 mars, 18 h à 20 h
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

ATELIER DÉCOUVERTE | CAMPAGNE DE DONJONS ET DRAGONS

Animation: Alexandre Dias

Plongez dans l'univers de Donjons et dragons grâce à ces séances de jeux guidées. Vous découvrirez une caverne regorgeant de richesses sorties tout droit des légendes des Royaumes Oubliés.

- 📅 Jeudi 25 janvier (rencontre d'informations), 19 h 45 à 21 h
Samedis 27 janvier, 17 février, 9 et 30 mars, 13 h à 16 h
- 👤 12 ans et plus (joueurs débutants ou aguerris)
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



PROGRAMMATION ADULTE

ATELIERS LINGUISTIQUES

DISCUSSION EN ANGLAIS

Animation: Chantale Bouchard (Miss Flower)

Pour débutants, intermédiaires ou même, experts!

- 📅 Jour: mercredis 7 février, 21 février, 13 mars, 14 h à 15 h
Soir: mercredis 24 janvier, 28 février, 27 mars, 18 h 30 à 19 h 30
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

CONVERSATION EN ESPAGNOL

Animation: Diana Mandala

Venez apprendre les notions de base en espagnol ou encore pratiquer votre prononciation dans un environnement amusant et décontracté.

- 📅 Mercredis 17 et 31 janvier, 7 et 21 février, 6 et 20 mars
Niveau débutant: 18 h 30 à 19 h 30
Niveau intermédiaire: 19 h 45 à 20 h 45
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

CLUBS DE LECTURE

| Club de lecture « Au fil des pages » |

Animation: bibliothèques de Sorel-Tracy

- 📅 Mardis 23 janvier, 20 février, 26 mars, 14 h à 15 h 30
- 📖 Inscriptions en ligne

| Club de lecture d'Andrée Martin |

- 📅 Horaire de soir, à déterminer
- 📞 Andrée Martin: 450 881-2196

CLUB D'ÉCRITURE

Animation: Michèle Gagné

Exercez-vous à raconter à votre façon de courts récits de fiction et d'autofiction.

- 📅 Dès janvier (horaire à déterminer)
- 📞 Michèle Gagné: 450 742-8757
- 📍 Lieu à déterminer

CONFÉRENCES ET ATELIERS

LE SOMMEIL DES ENFANTS DE 0 À 5 ANS

Animation: Véronique Delescluse, éducatrice spécialisée, programme SIPPE, Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Est

Venez en apprendre davantage sur la notion du sommeil du bébé et du jeune enfant grâce à une routine et des techniques simples qui favorisent l'endormissement.

- 📅 Jeudi 1^{er} février, 19 h à 20 h
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

QUÉBEC COMPOSTELLE - RÉALISE TON RÊVE !

Animation: Pascal Auger, journaliste et passionné de randonnée

Venez vous renseigner sur les randonnées pédestres de longue durée. Durant cette présentation, on vous guidera à travers toutes les informations de base à connaître pour un voyage réussi.

- 📅 Jeudi 15 février, 19 h à 20 h 30
- 📍 Centre culturel (3015, place des Loisirs)



FABRICATION DE PRODUITS D'ENTRETIEN MÉNAGER AVEC DES HUILES ESSENTIELLES

Animation: Marie-Claude Mathieu, technicienne experte en chimie analytique

Venez découvrir comment fabriquer vous-même vos produits d'entretien ménager, à partir d'ingrédients naturels et surtout, économiques !

- 📅 Samedi 24 février, 14 h à 16 h
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

LE DÉMARRAGE DES SEMIS INTÉRIEURS

Animation: Agro-Passion

Il y a de nombreux avantages à démarrer soi-même ses propres plants de légumes: sélectionner les variétés que vous préférez, économiser, avoir des semis sous la main au bon moment et allonger votre saison de jardinage! Découvrez avec nous tout ce qu'il faut savoir pour réussir vos semis.

- 📅 Jeudi 29 février, 19 h à 20 h 30
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

PEINTURE SUR CÉRAMIQUE

Animation: Les Mascarades Atelier créatif

Venez peindre un bol en céramique de façon amusante, en mettant votre créativité à l'œuvre.

- 📅 Mardi 19 mars, 14 h à 16 h
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



LES TROUBLES DIGESTIFS: LE CÔLON IRRITABLE

Animation: Catherine Paul, nutritionniste/diététiste

Catherine abordera les causes du syndrome du côlon irritable (qui touche près de 20 % des Canadiens) et les pistes de solutions.

- 📅 Mercredi 20 mars, 14 h à 15 h 30
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »

L'ITALIE « BELLISSIMA »

Animation: Alain Benoit, conférencier voyageur

De la charmante Venise aux Alpes grandioses, en passant par le parc national des Cinque Terre, les vignobles de Toscane, la côte amalfitaine et bien sûr, Rome, Alain Benoit vous fera découvrir toutes les splendeurs de ce merveilleux pays qu'est l'Italie.

- 📅 Jeudi 21 mars, 19 h à 20 h 30
- 📍 Centre culturel (3015, place des Loisirs)



PRÉVENTION DES MALADIES CARDIOVASCULAIRES

Animation: Médi-Soins

Venez en apprendre davantage sur les fonctions du cœur, l'importance d'entretenir ce précieux muscle et la façon d'intervenir auprès d'une personne ayant besoin d'assistance immédiate!

- 📅 Mercredi 27 mars, 13 h à 14 h 15
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



LES HAUTS ET LES BAS DE COURIR 100 MARATHONS

Animation: Daniel Lequin

Ayant débuté tardivement dans la course à pied, Daniel Lequin a vu sa vie changer du tout au tout lorsqu'il a découvert l'ivresse des marathons. Depuis, il est devenu l'un des rares dans l'histoire du Québec à avoir atteint la barre des 100 marathons, un exploit dont la réalisation n'a pas toujours été vécue sans anicroche.

- 📅 Jeudi 4 avril, 19 h à 20 h 30
- 📍 Bibliothèque « Le Survenant »



CONFECTION DE CARTES DE LA SAINT-VALENTIN



Offrez aux gens que vous aimez de jolies cartes de la Saint-Valentin que vous aurez vous-même confectionnées.

Aucune inscription requise! Des trousseaux seront disponibles dans les deux bibliothèques.

- 🕒 3 à 99 ans
- 📅 Dès le jeudi 25 janvier

Faites vite, car les quantités sont limitées. Une trousse par carte accès Sorel-Tracy valide.

CONCOURS D'ÉCRITURE DE LA SAINT-VALENTIN



- 🕒 Tous
- 📅 10 janvier au 11 février

Écrivez une histoire, une anecdote ou une lettre qui parle d'amour, et faites-nous parvenir votre texte ainsi que vos coordonnées à animations.bibliotheques@ville.sorel-tracy.qc.ca

Vous courez la chance de gagner l'un des prix de participation.

De plus, un extrait de votre texte pourrait être sélectionné et partagé sur nos réseaux sociaux!

Semaine de relâche du 4 au 8 mars 2024



LES P'TITS APRÈS-MIDIS DU BIOPHARE

Lundi

Les poissons gigotent



Mardi

La plante grandit



Mercredi

La nature inspirante



Jeudi

Les oiseaux s'envolent



Vendredi

À la manière des Iroquoiens



12 \$ par après-midi • Inscription requise • Places limitées • De 13h30 à 15h30 • Pour les jeunes de 7 à 11 ans

Biophare
Explorer | Éduquer | Protéger

biophare.com/activites/semaine-de-relache
450 780-5740 poste 3002 | info@biophare.com

6, rue Saint-Pierre, Sorel-Tracy
(parc Regard-sur-le-Fléuve)



EXPOSITIONS ET SPECTACLES

EXPOSITIONS

MAISON DES GOUVERNEURS
90, CHEMIN DES PATRIOTES

HORAIRE (JUSQU'AU 15 AVRIL)

Lundi au vendredi de 13 h à 16 h

Samedi et dimanche de 10 h à 16 h

PÉRIODE DES FÊTES (23 DÉCEMBRE AU 5 JANVIER)

Fermé

450 780-5600, poste 4400
loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca



HOLLY RATCLIFFE

APPROVOISER SA MORTALITÉ: ŒUVRES RÉCENTES

L'artiste céramiste Holly Ratcliffe propose, à travers une collection de céramiques funéraires, d'aborder les problèmes spirituels de notre culture.

Jusqu'au 24 janvier

VISITE-ATELIER EN COMPAGNIE DE L'ARTISTE

- Familial et intergénérationnel
- Samedi 13 janvier, 13 h 30 à 15 h
- Inscriptions en ligne



CHLOÉ BEULAC

LA DÉRIVE

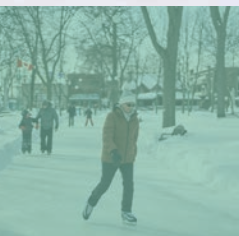
L'artiste et photographe Chloé Beulac s'intéresse à l'attachement que nous éprouvons envers les lieux, à travers des œuvres où se mêlent diverses techniques telles que la photographie, l'estampe, le dessin et la peinture.

1^{er} février au 3 avril



LA P'TITE VISITE EN ARTS!

Le guide « La p'tite visite en arts! » permet aux petits et grands de découvrir plus en détail l'exposition ainsi que le travail de l'artiste. Vous pouvez emprunter gratuitement ce livret ludique à l'accueil de la Maison des gouverneurs, avant de débiter votre visite.



Bougez et découvrez la région!

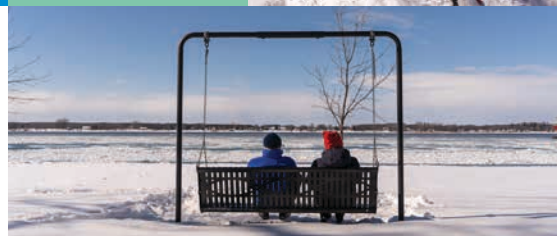
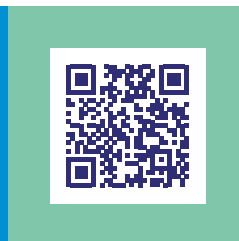
EN MANQUE D'INSPIRATION?
VIENS NOUS VOIR POUR PLUS D'IDÉES D'ACTIVITÉS!



92, chemin des Patriotes
tourismeregionsoreltracy.com

L'ARCHIPEL
AUX 104
PLAISIRS

RÉGION
SORELTRACY





SPECTACLES - LES DIMANCHES FABUL'ART

**TOUS LES SPECTACLES SONT PRÉSENTÉS GRATUITEMENT
À 13 H 30 À LA MAISON DES GOUVERNEURS.***

Vous pouvez réserver gratuitement votre place par téléphone
au 450 780-5600, poste 4400, ou en ligne, dans la section Inscriptions
aux Loisirs, à ville.sorel-tracy.qc.ca



ANDRÉ CHAMPAGNE: BÉRU DE BANLIEUE

📅 21 janvier

📍 Centre culturel, café-théâtre
(3015, pl. des Loisirs)

Dans ce spectacle, André Champagne présente les chansons de son album *Béru de Banlieue*, sur lequel il reprend en version acoustique les pièces du groupe Bérurier Noir, qui a connu un grand succès sur la scène alternative française durant les années 1980.



AZIZ DAOUNI: À LA DÉCOUVERTE DU OUD

📅 18 février

Né à Casablanca, Aziz Daoui présente un spectacle où il fait honneur à ses racines marocaines en jouant du oud. Passionné de musique et fin connaisseur de la musique arabe, il n'hésite pas à créer des mélanges musicaux improbables, pour le plus grand bonheur des mélomanes.



Crédit photo: Simon Ménard

STÉPHANE TELLIER

📅 17 mars

En compagnie de Jean-François Bégin (batterie) et de Jonathan Guillaume Boudreau (contrebasse), Stéphane Tellier vous offrira un voyage sonore où ils naviguera entre jazz manouche, bluegrass ou encore musique du monde, à travers des compositions originales et des reprises.



AUTOUR DU TRIO DE GABRIEL PIERNÉ

📅 21 avril

Découvrez la musique de chambre du compositeur et chef d'orchestre français Gabriel Pierné (1863-1937) lors d'un concert de haute voltige mettant à l'honneur ce majestueux trio.

BALADO DÉCOUVERTE



Pour accéder au circuit de la Maison des gouverneurs, rendez-vous sur le site baladodecouverte.com, cliquez ensuite sur *Circuits* et tapez *Sorel-Tracy* dans l'espace de recherche par mots-clés.

*Ce projet est rendu possible grâce à la participation financière de Parcs Canada et de la MRC de Pierre-De Saurel.



PROGRAMMATION
H2024
Marché des arts Desjardins

AZIMUT DIFFUSION
azimutdiffusion.com
450.780.1118



PROGRAMMATION COMPLÈTE AU
AZIMUTDIFFUSION.COM
BILLETTERIE 450.780.1118

MES PREMIERS SPECTACLES
Les sœurs kif-kif
MERCREDI 6 MARS 15H

LES JEUX D'AZIMUT!
David Lafleche
JEUDI 28 MARS 18H

LES DIMANCHES
Alexandre Da Costa
DIMANCHE 26 MAI 15H

MES PREMIERS SPECTACLES
Passe-Partout
DIMANCHE 12 MAI 15H

SORÉES CHANSON
Fredz
SAMEDI 3 FÉVRIER 20H

SORÉES HUMOUR
Martin Vachon
VENDREDI 10 MAI 20H

SORÉES CHANSON
Sara Dufour
VENDREDI 5 AVRIL 20H

SORÉES HUMOUR
Mégan Brouillard
VENDREDI 29 MARS 20H



COLISÉE CARDIN

📍 Informations
et réservations de glace:
450 780-5600, poste 4400
loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca

📍 200, rue Victoria

LOCATION DE GLACE

Tous les groupes ou individus intéressés à louer la glace du Colisée Cardin doivent en faire la demande au Service des loisirs. Nous encourageons également les anciens locataires à confirmer leurs réservations le plus tôt possible.



ACTIVITÉS LIBRES

PATIN LIBRE

💰 Gratuit

L'horaire est sujet à modification sans préavis*.

HORAIRE:

Dimanche	13 h à 14 h 50
Mardi	13 h à 14 h 55
Jeudi	13 h à 14 h 55
Vendredi	14 h 10 à 15 h 50

*CONSULTEZ LA SECTION « COLISÉE CARDIN » SUR LE SITE WEB DE LA VILLE DE SOREL-TRACY POUR LES MISES À JOUR.



HOCKEY LIBRE

📅 Les vendredis de 12 h 30 à 14 h

💰 5 \$ par personne

Gratuit pour les deux premiers gardiens de but.

L'horaire est sujet à modification sans préavis*.

Vous n'avez qu'à vous présenter avec votre équipement et jouer pour le plaisir, seul ou entre amis. Aucune inscription ou réservation à l'avance. Équipes formées par les joueurs sur place.

BADMINTON LIBRE

📍 Cégep de Sorel-Tracy (3000, boul. de Tracy)

📅 10 ans et +*

*L'enfant de 10 ans doit être accompagné d'un adulte.

📅 Début: 7 janvier (14 semaines)

Mercredi et dimanche
19 h à 22 h

💰 Gratuit



KINO GYM-ATOUT

DIFFÉRENTS TYPES
D'ABONNEMENT
DE 1 À 12 MOIS

INCLUANT

- Évaluation de la condition physique
- Programme d'entraînement personnalisé

PROGRAMMES JEUNESSE

DÈS LE 13 JANVIER
10 SEMAINES

CHEERLEADING RÉCRÉATIF
• 5 à 11 ans

FÊTE D'ENFANTS

- 5 à 12 ans
- Avec ou sans escalade
- 3 heures d'animation

LOCATION DE GYMNASÉ
• Fête/réunion entre amis
• Forfait de 3 heures

COURS EN GROUPE

DÈS LE 8 JANVIER
12 SEMAINES

PILATES
• 3 niveaux

MISE EN FORME
POUR AÎNÉS

GOLF

DÈS LE 17 MARS
7 SEMAINES

• Intérieur et extérieur

PROGRAMMES CÉGEP/MUNICIPALITÉS

CÉGEP SOREL TRACY
Centre sportif

3000, BOULEVARD DE TRACY, SOREL-TRACY

450 743-9127

www.cegepst.qc.ca/centre-sportif



OFFREZ LA SANTÉ EN CADEAU!



JOIGNEZ-NOUS!





INSTALLATIONS RÉCRÉATIVES

Chaussez vos patins et profitez de nos patinoires extérieures munies de bandes et éclairées en soirée. Le port du casque protecteur est recommandé pour tous. Prévoyez également un protège-cou et une visière si vous jouez au hockey. Nous offrons des périodes d'activités libres (patinage et hockey permis), ainsi que des périodes de patin libre (patinage seulement) avec surveillance. Toutes les installations possèdent un chalet de service, excepté le parc André-Ossant.

Les horaires pourraient être modifiés sans préavis. À noter que l'ouverture de la saison des patinoires est conditionnelle aux conditions climatiques.

🔍 Rendez-vous sur ville.sorel-tracy.qc.ca pour être informé de l'ouverture des patinoires extérieures et des pistes de ski de fond. (Onglet « Loisirs », section « Parcs et activités », dans « Patinoires extérieures » et « Sports »)

CARRÉ ROYAL

Rue du Prince

Patinage libre seulement. Équipements d'apprentissage du patin disponibles pour les enfants.

Horaire régulier:

Lundi au vendredi: 12 h à 21 h
Samedi et dimanche: 10 h à 21 h

Horaire des fêtes:

26 au 30 décembre: 10 h à 21 h
2 au 8 janvier: 10 h à 21 h



Horaire régulier pour l'ensemble des installations*:

Lundi au vendredi: 18 h à 21 h
Samedi, dimanche et journées pédagogiques: 10 h à 21 h

Horaire des fêtes pour l'ensemble des installations*:

24, 25, 31 décembre et 1^{er} janvier: 12 h à 16 h
26 au 30 décembre: 10 h à 21 h
2 au 8 janvier: 10 h à 21 h

*Sauf pour le carré Royal

PARC ANDRÉ-OSSANT

3240, rue André-Jean | Sans surveillance

La collaboration des usagers est fortement souhaitée pour l'entretien de cette patinoire durant l'hiver.

PARC BIBEAU

560, rue des Chênes
Patin libre le samedi et le dimanche
De 10 h à 13 h

PARC CHALIFOUX

405, rue Ledoux
Patin libre le samedi et le dimanche
De 10 h à 13 h

PARC DORIMÈNE-DESJARDINS

5350, rue des Soleils
Patin libre le samedi et le dimanche
De 10 h à 13 h

PARC JEAN-MARIE-MARCOTTE

1245, rue Bonin

PARC-ÉCOLE LAPLUME

2555, rue Cardin
Patin libre le samedi et le dimanche
De 10 h à 13 h
Fermée durant les heures scolaires

PARC HERVÉ-LARIVIÈRE

75, rue Lambert

PARC MONSEIGNEUR-NADEAU

330, rue Monseigneur-Nadeau
Patin libre le samedi et le dimanche
De 10 h à 13 h

PARC MONTMAGNY

3625, route Marie-Victorin

PARC NORDIC

2522, boul. Fiset

PARC RÉAL-LEMIEUX

1151, rue Martin



2 RÉSEAUX DE SKI DE FOND

Un réseau de pistes de ski de fond de 20 km sillonne le secteur Sorel. Le point de départ avec signalisation est situé au parc Réal-Lemieux, à l'extrémité de la rue Angers.

Un réseau de pistes de ski de fond et de raquette est également accessible au parc régional des Grèves.



ENCORE PLUS D'ACTIVITÉS HIVERNALES!

ORGANISEZ UNE ACTIVITÉ AVEC LE SOUTIEN DE LA MUNICIPALITÉ

Envie d'enrichir votre vie de quartier? Ça tombe bien, la Ville de Sorel-Tracy vous invite à faire preuve de créativité et à organiser une activité de proximité qui colle à votre dynamique de voisinage!

UNE ACTIVITÉ CRÉÉE PAR ET POUR LES RÉSIDENTS DU QUARTIER

Une petite fête de quartier, un rendez-vous sportif, un tournoi amical entre voisins ou encore une disco sur glace à la patinoire du coin?

Pourquoi ne pas vous regrouper avec d'autres citoyens pour l'organiser ensemble?

LA VILLE PEUT VOUS AIDER

Que ce soit pour une demande de matériel ou pour l'utilisation d'un espace public (parc ou rue), la Ville est là pour vous permettre de donner suite à vos idées et vous aider pour la logistique de votre activité.

Informez-vous!

📞 450 780-5600, poste 4400 | loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca



DÉFI CHÂTEAU DE NEIGE : DU 8 JANVIER AU 12 MARS 2024

Cet hiver, *Loisir et Sport Montérégie* et la Ville de Sorel-Tracy vous invitent à profiter du plein air en construisant le plus beau château de neige et à participer au Défi Château de neige qui se tiendra du 8 janvier au 12 mars 2024. Vous courez la chance de remporter un prix!

Comment participer?

1. Prenez d'abord connaissance des consignes de sécurité via le defichateaudeneige.ca;
2. Construisez votre château;
3. Lorsque votre château est terminé, prenez-le en photo en mode paysage;
4. Déposez votre photo dans la section « Inscriptions » sur le site Internet du défi.

Bonne construction!

f Défi château de neige



LE GRAND RETOUR DU CARNAVAL D'HIVER POUR LA 3^E ÉDITION



Activités familiales, sportives,
culturelles et musicales

2-3-4 février 2024
Place des Loisirs





RETROUVEZ LA LISTE DE TOUS LES ORGANISMES ACCREDITÉS SUR LE SITE: VILLE.SOREL-TRACY.QC.CA

ALCOOLIQUE ANONYMES

L'organisme offre du soutien aux personnes souffrant d'alcoolisme par le biais de rencontres régulières.

📞 aa87.org | 1 877 790-2526

L'ARDOISE, GROUPE POPULAIRE EN ALPHABÉTISATION

L'organisme offre du soutien aux personnes peu alphabétisées pour lire le courrier et y répondre, remplir des formulaires, utiliser Internet et comprendre les factures.

📞 450 780-1016

📱 L'Ardoise, groupe populaire en alphabétisation

ASSOCIATION DE LA FIBROMYALGIE DU BAS-RICHELIEU

L'organisme offre de l'accompagnement, des activités adaptées et même du soutien psychologique aux personnes souffrant de fibromyalgie.

📞 servicesauxmembres@afbr.ca | 450 908-0910

📱 Association de la Fibromyalgie du Bas-Richelieu

ASSOCIATION DES AIDANTS.ES NATURELS.LES

L'organisme offre divers services aux aidants naturels prenant soin d'un aîné afin de les soutenir dans leur rôle.

📞 aanbr.org | 450 730-0880

📱 Association des aidants naturels du Bas-Richelieu

CARREFOUR NAISSANCE-FAMILLE

L'organisme offre divers services d'information et d'éducation pour soutenir les familles tels que des ateliers parent-enfant, une halte-garderie, l'accompagnement vers la naissance et bien plus!

📞 carrefournaissancefamille.com
450 743-0359, poste 21

📱 Carrefour naissance-famille

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DU BAS-RICHELIEU (CABBR)

L'organisme offre divers services tels qu'ateliers de cuisine collective, popote roulante, paniers de Noël, marché du CAB, dépannage d'urgence, transport médical, clinique d'impôts, et bien plus encore!

Les inscriptions pour les ateliers de cuisine collective pour adultes et aînés qui se tiendront cet hiver sont en cours.

📞 cab-basrichelieu.org | 450 743-4310

📱 Centre d'action bénévole du Bas-Richelieu Inc.

CLUB ASTRONOMIE SOREL-TRACY

L'organisme favorise le développement des connaissances en astronomie, chez les débutants tout comme chez les personnes plus expérimentées, par de l'observation, des échanges, des réunions et des conférences.

📞 clubastrosoreltracy.org

📱 Club Astronomie Sorel-Tracy

CLUB FADOQ SAINT-MAXIME

L'organisme offre aux personnes de 50 ans et plus des activités (danse, pétanque, dîners thématiques, sorties, etc.) leur permettant de continuer à mener une vie active, de rencontrer des gens et de vivre de nouvelles expériences.

📞 450 742-0802

📍 71, rue De Ramezay

CLUB D'ORNITHOLOGIE SOREL-TRACY INC.

L'organisme a pour mandat la mise en valeur et la protection de la faune ailée de sa région. De plus, des soirées de rencontre et/ou conférences sont organisées tous les troisièmes mardis du mois, de septembre à mai (excepté décembre).

📞 ornitho-soreltracy.org | 450 743-3685

📍 Centre culturel

CLUB TIMBRES ET MONNAIES

L'organisme offre des ateliers d'initiation à la philatélie. Les membres et visiteurs qui le souhaitent peuvent également échanger des timbres et de la monnaie.

📞 450 746-3826

ORGANISMES

L'ORIENTHÈQUE

L'organisme offre une gamme de services diversifiés en recherche d'emploi ainsi qu'en intégration interculturelle.

• **Programme Focus carrière** (femmes de 18 ans et plus) dès le 15 janvier

• **Programme B50+** (le marché du travail après 50 ans) dès le 15 janvier

• **Club de discussion La passion des mots**
le 23 février

📞 orientheque.ca | 450 730-0181

📍 343, boul. Poliquin

📱 L'Orienthèque

REGROUPEMENT POUR LA SANTÉ DES AÎNÉS PIERRE-DE SAUREL

Des ateliers de sculpture, de peinture et d'écriture seront offerts cet hiver. Les inscriptions se tiendront le 10 janvier.

📞 rsaps.ca | 450 855-3737

📍 71, rue De Ramezay, local 109

SANTÉ MENTALE QUÉBEC - PIERRE-DE SAUREL

L'organisme vise à promouvoir la santé mentale de manière positive chez les adultes de tous âges grâce à des activités diversifiées permettant de créer des liens, de se ressourcer et d'apprendre sur soi-même (ateliers d'art, yoga, méditation, activités sportives, soutien individuel etc.).

📞 info@smqpierredesaurel.org | 450 746-1497

📱 Santé mentale Québec - Pierre-De Saurel

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE DU BAS-RICHELIEU

L'organisme vise à promouvoir l'horticulture, transmettre les techniques de culture des végétaux et aider à la sauvegarde de notre écosystème, notamment grâce à des conférences (Légumes, fines herbes et fruit le 6 février et Intégration des plantes tropicales dans le jardin le 5 mars 2024).

📞 450 643-7100 | shbr99@hotmail.com