

# PROGRAMMATION DES LOISIRS

HIVER 2026



## Coordonnées importantes

Bureau municipal  
281, montée Saint-Vincent  
Saint-Placide  
450 258-2305

URGENCE : 9-1-1  
Urgence municipale :  
438 821-9807

SUIVEZ-NOUS :



Inscription : En ligne ou en personne  
au bureau municipal



DATE LIMITE : LE 16 JANVIER 2026

Frais supplémentaires de 20 \$ pour les non-résidents

# COURS HIVER 2026

\*un minimum de 12 participants est requis

## ADULTES

### YOGA HATHA

Clientèle : 16 ans et +.

*Ce cours demande une certaine force et mobilité. Vous devez avoir la capacité de vous étendre au sol et de vous relever avec aisance. Des variations sont offertes pour permettre à tous d'adapter les mouvements.*

Durée : 14 cours

Début-fin : **26 janvier au 11 mai 2026**

Horaire : Lundi, de 18 h à 19 h

Relâche : 2 mars et Pâques 6 avril

Coût : **140 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeure : Patricia Labelle



### PILATES MERCREDI

Clientèle : 16 ans et +

Durée : 10 cours

Début-fin : **18 mars au 20 mai 2026**

Horaire : Mercredi, de 10 h à 11 h

Coût : **100 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeure : Denise Greggain



### PILATES VENDREDI

Clientèle : 16 ans et +

Durée : 5 cours

Début-fin : **27 mars au 22 mai 2026**

Horaire : Un vendredi sur deux (27 mars,

10 et 24 avril, 8 et 22 mai 2026

10 h à 11 h

Coût : **50 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeure : Denise Greggain



### YOGA SUR CHAISE MARDI

Clientèle : 16 ans et +

Durée : 14 cours

Début-fin : **27 janvier au 22 avril 2026**

Horaire : Mardi, de 9 h à 10 h

Coût : **140 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeure : Guylaine Lagacé



### YOGA SUR CHAISE JEUDI

Clientèle : 16 ans et +

Durée : 8 cours

Début-fin : **29 janvier au 7 mai 2026**

Horaire : Un jeudi sur deux, de 9 h à 10 h

Coût : **80 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeure : Guylaine Lagacé



### \*\*ATELIERS DÉCOUVERTE ENCRE ET AQUARELLES

4 à 10 participants

Durée : 6 ateliers

Début-fin : **Jeudi 22 janvier,**

**12 et 26 février, 12 et 26 mars et 9 avril 2026.**

Horaire : 10 h à 11 h 30

Coût : **220 \$**

Lieu : Société Arts et Culture

Professeure : Marie-Pierre Auclair



\*\*Activité culturelle faisant partie de l'entente intermunicipale, aucuns frais supplémentaires pour les non-résidents.

### KARATÉ

Clientèle : 12 ans et +

Durée : 10 cours

Début-fin : **5 décembre au 20 février 2026**

Horaire : Vendredi, de 18 h à 19 h

Coût : **120 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeur : Gilles Renaud



### KARATÉ ENFANTS

Clientèle : 6 à 11 ans

Durée : 10 cours

Début-fin : **5 décembre au 20 février 2026**

Horaire : Vendredi, de 18 h à 19 h

Coût : **120 \$**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Professeur : Gilles Renaud



## ENFANTS

## GRATUIT

### VIACTIVE

Clientèle : 55 ans et +

Durée : 16 cours

Début-fin : **26 janvier au 11 mai**

Horaire : Lundi, de 10 h à 11 h

Relâche : Pâques 6 avril

Coût : **GRATUIT**

Lieu : Salle Jean-Paul-Carières

Animatrices de groupe : Diane Byers et Linda Charbonneau

### VOLLEYBALL

Clientèle : famille

Début-fin : **29 janvier au 7 mai 2026**

Horaire : Jeudi, 18 h 30 à 21 h

Coût : **GRATUIT**

Lieu : Gymnase de l'école de l'Amitié



### BADMINTON

Clientèle : famille

Début-fin : **28 janvier au 6 mai 2026**

Horaire : Mercredi, de 18 h 30 à 21 h

Coût : **GRATUIT**

Lieu : Gymnase de l'école de l'Amitié



### PICKLEBALL

Clientèle : famille

Début-fin : **27 janvier au 5 mai 2026**

Horaire : Mardi, 18 h 30 à 21 h

Coût : **GRATUIT**

Lieu : Gymnase de l'école de l'Amitié



Dès cet hiver, il sera possible de s'inscrire à des cours et ateliers offerts dans les villes participantes à l'entente intermunicipale, au même prix que les résidents. Ce programme élargit l'accès de nos citoyens à des activités variées tout en réduisant leur coût.

Ville	Activité	Âge	Prix	Jour / Horaire	Début	Durée / Sessions
<b>Deux-Montagnes</b>	Cirque Parent-enfant	3 à 7 ans	175 \$	Vendredi, de 18 h à 19 h	12 janvier	10 semaines
	Cirque Ado-Adulte	12 ans et +	190 \$	Vendredi, de 19 h à 20 h 30	12 janvier	10 semaines
	Cirque pour tout-petits (groupe 1)	4 à 6 ans	145 \$	Samedi, de 8 h 30 à 9 h 30	12 janvier	10 semaines
	Cirque pour tout-petits (groupe 2)	4 à 6 ans	145 \$	Samedi, de 9 h 30 à 10 h 30	12 janvier	10 semaines
	Cirque	7 à 12 ans	190 \$	Samedi, de 10 h 30 à 12 h	12 janvier	10 semaines
	Cirque aérien débutant (groupe 1)	7 à 12 ans	210 \$	Samedi, de 14 h à 15 h 30	12 janvier	10 semaines
	Cirque aérien débutant (groupe 2)	7 à 12 ans	210 \$	Samedi, de 15 h 30 à 17 h	12 janvier	10 semaines
	Cirque aérien intermédiaire	12 ans et +	210 \$	Samedi, de 12 h à 14 h	12 janvier	10 semaines
	Atelier de pastel	16 ans et +	125 \$	Dimanche, de 12 h à 15 h	15, 22 et 29 mars	3 ateliers
<b>Sainte-Marthe-sur-le-Lac</b>	Danse afro moderne Dafrom	7 à 15 ans	70 \$	Lundi, de 18 h à 18 h 55	12 janvier	11 semaines
	Danse afro moderne Dafrom	16 ans et +	80 \$	Jeudi, de 19 h 15 à 20 h 15	12 janvier	11 semaines
	Anglais (niveau 1)	14 ans et +	138 \$	Jeudi, de 19 h 30 à 21 h	12 janvier	11 semaines
	Anglais (niveau 2)	14 ans et +	138 \$	Mardi, de 19 h 30 à 21 h	12 janvier	11 semaines
	Peinture aquarelle	12 à 17 ans	120 \$	Jeudi, de 19 h à 20 h 30	12 janvier	10 semaines
	Peinture à l'huile	16 ans et +	180 \$	Lundi, de 13 h 30 à 15 h 30	12 janvier	11 semaines
	Atelier d'astronomie	10 à 14 ans	20 \$	Vendredi, de 19 h à 20 h 30	23 janvier	1 atelier
<b>Saint-Joseph-du-Lac</b>	Cours de petits cuistots	9 à 12 ans	75 \$	Mercredi, de 18 h 30 à 20 h	14 janvier	8 semaines
	Méditation pleine conscience	15 ans et +	95 \$	Mardi, de 19 h 45 à 20 h 45	13 janvier	12 semaines
	Atelier de fabrication de cosmétiques naturels	6 ans et +	60 \$	Dimanche, 10 h 30 à 13 h	25 janvier, groupe 1	1 atelier
	Atelier de fabrication de cosmétiques naturels	15 ans et +	60 \$	Dimanche, 14 h à 17 h	25 janvier, groupe 2	1 atelier
	Initiation à l'art du DJ	8 à 12 ans	75 \$	Dimanche, de 10 h à 12 h	8 février	1 atelier
	Broderie (punch needling)	8 à 12 ans	75 \$	Dimanche, de 10 h à 12 h	15 mars	1 atelier
<b>Oka</b>	Initiation à la danse - Parent- Enfants	2 à 3 ans	60 \$	Samedi, de 9 h 15 à 10 h	10 janvier	12 semaines
	Danse créative	4 à 6 ans	60 \$	Samedi, de 10 H à 11 h	10 janvier	12 semaines

**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.

## POUR INFORMATION



MUNICIPALITÉ DE SAINT-JOSEPH-DU-LAC  
450 623-1072, POSTE 232  
LOISIRS@SJDL.QC.CA



Sainte-Marthe-  
sur-le-Lac

VILLE DE SAINTE-MARTHE-SUR-LE-LAC  
450 472-7310, POSTE 145  
LOISIRS@VSMSSL.CA



VILLE DE DEUX-MONTAGNES  
450 473-2796, POSTE 4225  
LOISIRS@VILLE.DEUX-MONTAGNES.QC.CA

MUNICIPALITÉ D'OKA  
450 479-8333, POSTE 229



PROGRAMMATION  
DES LOISIRS  
HIVER 2026  
SAINTPLACIDE.CA



## À LA BIBLIOTHÈQUE



### HORAIRE DES FÊTES

20 décembre : 10 h à 14 h  
23 décembre : Fermé  
24, 25, 26 décembre : Fermé  
27 décembre : 10 h à 14 h  
30, 31 décembre : Fermé  
1er et 2 janvier : Fermé  
3 janvier : retour à l'horaire régulier

### MATINÉE TRICOT

Clientèle : 18 ans et +  
Début-fin : **3 janvier au 20 décembre**  
Horaire : Samedi de 10 h à 12 h  
Coût : **Gratuit**  
Lieu : Bibliothèque de Saint-Placide  
Responsable : Chantal Breault



## ACTIVITÉS GRATUITES PARENTS/ENFANTS

### PATINOIRES



**Bonne nouvelle : la patinoire derrière la mairie est officiellement ouverte !**

Pendant que tout le monde dormait bien au chaud, nos petits lutins des Travaux publics ont travaillé au grand froid pour offrir aux citoyens une glace pour décembre !

Que la saison du patin et du hockey commence !  
Venez profiter de ce bel espace en famille ou entre amis.

Consultez notre site web et notre page Facebook pour toutes les informations concernant les patinoires.

Heure : de 10 h à 22 h  
Coût : **Gratuit**  
Lieu : Parc Cyrille-Lalande



### RAQUETTES



#### Location gratuite

Présentez une preuve de résidence et un dépôt de sécurité par chèque de 100 \$ par paire de raquettes (remboursé au retour).

Durée maximum : 5 jours  
Rendez-vous à la réception du bureau municipal pour en profiter!