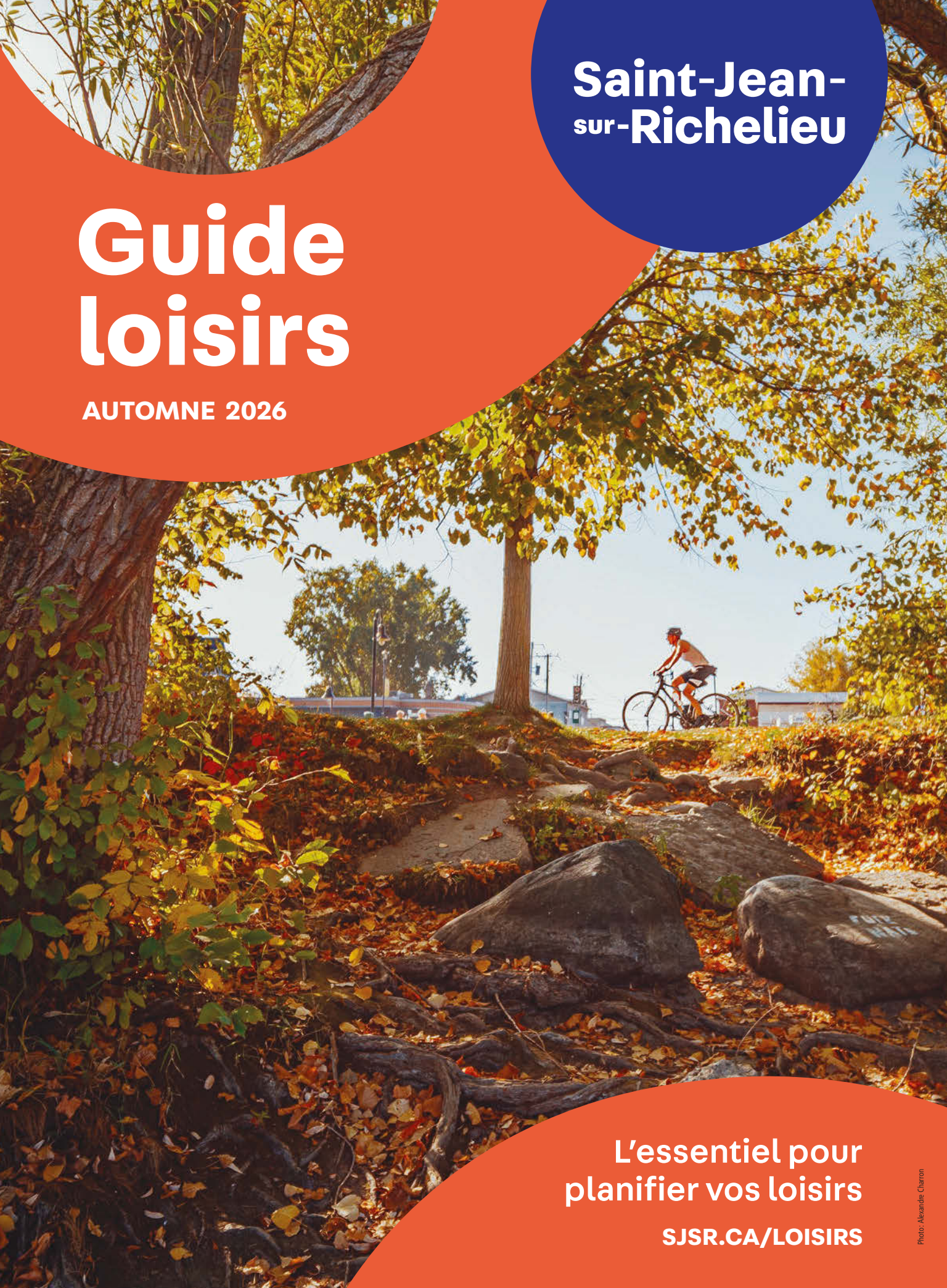




**Saint-Jean-
sur-Richelieu**

Guide loisirs

AUTOMNE 2026

**L'essentiel pour
planifier vos loisirs**

[SJSR.CA/LOISIRS](https://sjsr.ca/loisirs)

**Saint-Jean-
sur-Richelieu**



Événement gourmand
et hautement familial

Présenté par **IGA**
GLADU

Vieux-Saint-Jean

22-23 août
gratuit

**Zone familiale
Saint-Jean-sur-Roues
Zone gourmande
Et plus**



LaBoomDery.ca



 **Sun Life** **Benoit Girard**
Directeur de district



DÉBUT DES INSCRIPTIONS aux activités municipales

Recherchez « Ville » dans les activités!

Heures de service prolongées
en période d'inscription:

**Mardi et mercredi
18-19 août de 8 h 30 à 17 h**

RÉSIDENTS

-  **BIBLIOTHÈQUES:**
dès le **lundi 17 août, 9 h 30**
-  **ATELIERS DE MISE EN FORME:**
dès le **mardi 18 août, 9 h 30**
-  **ATELIERS CULTUREL,
SPORT ET RÉCRÉATIF:**
dès le **mercredi 19 août, 9 h 30**

NON-RÉSIDENTS

dès le **mardi 25 août, 9 h 30**



INDEX

INSCRIPTIONS	4
Ateliers aquatiques	6
Baignade libre	7
Bibliothèques	9
Culturel	14
Communautaire	18
Récréatif	21
Sport et activité physique	26
Activités pour personnes handicapées	29
Mise en forme	30
Services continus - organismes	36



**PROCHAINE PARUTION
DU GUIDE LOISIRS:**

10 NOVEMBRE 2026

Photo: Alexandre Charbon

INFO 
LIGNES

Culture, développement social et loisir 
450 357-2157

Bibliothèques 
450 357-2111

Toute l'information au  sjsr.ca/loisirs

INSCRIPTIONS



Activités offertes par les bibliothèques

* Les coupons ne sont pas acceptés pour les activités des bibliothèques.

PAR INTERNET[†]

RÉSIDENTS: dès le
lundi 17 août à 9 h 30

[†] Voir instructions dans l'encadré en page 5.

PAR TÉLÉPHONE

RÉSIDENTS:
450 357-2111

Dès le **lundi 17 août à 9 h 30**

EN PERSONNE

Dès lundi 17 août
Sur les heures d'ouverture régulières des bibliothèques:

- Bibliothèque Adélar-Berger (180, rue Laurier)
- Bibliothèque Saint-Luc (347, boul. Saint-Luc)
- Bibliothèque L'Acadie (1161, ch. du Clocher)

Activités offertes par les loisirs (Ville)

PAR INTERNET: sjsr.ca/loisirs

Voir instructions dans l'encadré en page 5.

- Mise en forme: dès le **mardi 18 août, 9 h 30**
- Culturel, sport et récréatif: dès le **mercredi 19 août, 9 h 30**
- **NON-RÉSIDENTS:** dès le **mardi 25 août, 9 h 30**

ANNULATION:

- **Jusqu'à 24 h avant le 1^{er} cours de la session:** avec frais d'administration de 15 % (maximum 10 \$).
- **Après le 1^{er} cours de la session:** aucun remboursement, ni transfert de cours.
- **Inscription tardive:** aucun remboursement.

* Certains ateliers pourraient ne pas avoir lieu si le minimum de participants n'est pas atteint.

PAR COUPON

Voir instructions dans l'encadré en page 5.

Dès la sortie du Guide loisirs, faites-nous parvenir votre coupon complété (3 options):

- **Par la poste (chèque seulement):**
190, rue Laurier, C.P. 1025,
Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J3B 7B2
- **Dépôt dans la chute à livres de la bibliothèque Adélar-Berger* (chèque seulement):** 180, rue Laurier
- **En personne à la réception (chèque, débit, crédit ou argent comptant):** **75, rue Saint-Jacques***.
Du lundi au jeudi: 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h 45.
Vendredi: 8 h 30 à 12 h.

* Mesures temporaires durant les travaux au Centre culturel Fernand-Charest.

Pour tous les détails sur chaque atelier (descriptifs et directives), visitez le SJSR.CA/LOISIRS

- 1 Cliquez sur le bouton «**Inscription loisirs**»
- 2 Cliquez sur «**S'inscrire aux activités et ateliers**»
- 3 Recherchez l'activité désirée

NOUVEAU!

Système d'envoi de messages téléphoniques automatisés: permet de prévenir plus rapidement les participants lors d'annulation ou du report d'une séance (tempête, professeur malade, etc.).

Toute autre communication continuera de se faire par courriel.

Vérifiez toujours votre boîte de courrier indésirable!

Matériel à prévoir par le participant

Le participant doit prévoir le matériel requis pour l'atelier lorsqu'applicable, détaillé sur le reçu d'inscription et le site Internet.

Liste d'attente

Si un cours est complet, n'hésitez pas à vous inscrire sur la liste d'attente!

Information ou soutien

450 357-2157 ou ateliers@sjsr.ca

Loisirs, bibliothèques et organismes



Sur Internet

Transaction financière sécurisée

* sjsr.ca/loisirs/inscription-loisirs

Cliquez sur « S'inscrire aux activités et ateliers »

* **Accessible seulement sur ordinateur ou portable (aucune tablette ni cellulaire)**

■ **Activités des loisirs et des bibliothèques:**
consultation et inscriptions

Vous devez obligatoirement avoir:

- La **CARTE CITOYEN de chaque personne à inscrire** (ne doit pas être expirée, doit être renouvelée aux deux ans)
- La **CARTE CITOYEN du payeur** (pour l'inscription d'un enfant)
- Une adresse courriel (où vous sera envoyé le reçu d'inscription à conserver)
- Une carte de crédit (Visa ou MasterCard)

■ **Activités des organismes:**
en consultation seulement



Par coupon (activités de la Ville)

- Remplir un coupon pour chaque participant
- **Faire un chèque par activité**
Ne jamais envoyer d'argent comptant
- **Faire le chèque daté du jour de l'envoi à l'ordre de la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu.**
- Inscrire le nom du participant ainsi que le nom de l'atelier au dos du chèque
- **Indiquer tous les choix souhaités**

* Les inscriptions par coupon seront traitées manuellement en même temps que les inscriptions par Internet. Un coupon reçu avant le jour de l'inscription **ne donne pas priorité**, mais nous permet de le traiter à l'ouverture des inscriptions.

N.B. : Le reçu d'inscription est envoyé par courriel dans les 10 jours suivant votre inscription par coupon.

Besoins particuliers ?

INFORMEZ-NOUS !



Afin de faciliter l'intégration des personnes handicapées et/ou des personnes ayant des besoins particuliers, nous vous invitons à nous faire part de vos besoins. Rappelons que la Ville reconnaît la gratuité à l'accompagnateur du participant si requis.

INFORMATION: 450 357-2157, poste 2157

COUPON D'INSCRIPTION

IDENTIFICATION DU PARTICIPANT

Sexe: ☐ F ☐ M

N° Carte citoyen (ville): QSTJA _____

Nom du participant _____ Prénom du participant _____

Tél. (résidence) _____ Tél. (travail du participant) _____

Adresse du participant _____ App. _____

Ville ☐ Saint-Jean-sur-Richelieu

Code postal _____ Date de naissance (année, mois, jour) _____

Adresse courriel du participant _____

Note de santé (au besoin, ex.: allergie, blessure, etc.) _____

IDENTIFICATION DU PAYEUR (obligatoirement la personne qui émet le chèque)

Mêmes informations que le participant: ☐

Lien avec le participant: ☐ père ☐ mère ☐ conjoint ☐ autre

N° Carte citoyen (ville): QSTJA _____

Nom du payeur _____ Prénom du payeur _____

Tél. (résidence) _____ Tél. (travail du payeur) _____

Adresse du payeur _____ App. _____

Ville ☐ Saint-Jean-sur-Richelieu

Code postal _____ Date de naissance (année, mois, jour) _____

Adresse courriel du payeur _____

*** FAIRE UN CHÈQUE PAR ACTIVITÉ ***

1^{er} CHOIX

Activité: _____

Code: _____

Coût: _____

Jour: _____

Heure: _____

OU ☐

ET ☐

2^e CHOIX

Activité: _____

Code: _____

Coût: _____

Jour: _____

Heure: _____

ATELIERS AQUATIQUES



Pour apprendre à nager, se perfectionner ou garder la forme !

CÉGEP 
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU



AUTOMNE 2026

Inscriptions en ligne dès le lundi 24 août 2026

- Mise en forme (adultes et aînés): **19h**
- Cours de natation et formations (tous): **20h**

WWW.CSTJEAN.QC.CA

> Services offerts au public > section « Activités aquatiques »

* Programmation en ligne à partir du 14 août pm pour consultation.

Coupons d'inscription disponibles à la piscine Aurélie-Rivard ou à l'entrée des vestiaires de la piscine du Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu. Les coupons d'inscription reçus par la poste ou déposés dans les boîtes seront traités le soir des inscriptions. Veuillez libeller votre chèque à l'ordre du Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu.

* **Aucune inscription par téléphone**

ASSISTANCE À LA CLIENTÈLE (pour information)

- Lundi 24 août, de 19h à 21h
- Courriel: communautaires@cstjean.qc.ca
- Téléphone : 450 347-5301, poste 2335

DÉBUT DE LA SESSION : 14 septembre

Durée > -Natation: 10 semaines **-Mise en forme:** 13 semaines

Note: cours maintenus à l'Action de grâce (12 oct.) et à l'Halloween de jour (31 oct.)

Ajout de nouveaux groupes : durant la période d'inscription, il se peut que nous ajoutions de nouveaux groupes à notre programmation initiale. Consultez régulièrement notre portail d'inscription en ligne au www.cstjean.qc.ca

Baignade libre

7

Règles s'appliquant à toutes les piscines

- Le port du bonnet de bain est obligatoire pour tous dans toutes les piscines intérieures.
- Les enfants de 7 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte dans l'eau.
- L'usage d'un cadenas est fortement recommandé pour les vestiaires.
- La douche est obligatoire pour tous avant la période de baignade.

- **Baignade libre pour tous**: périodes majoritairement fréquentées par les enfants et leurs parents. Vêtements de flottaison individuels (VFI) disponibles.
- **Baignade libre et longueurs pour tous**: périodes où la piscine est divisée en deux sections. La première section est réservée à la baignade libre et la deuxième section est divisée en couloirs de nage en longueur.
- **Longueurs**: périodes exclusives pour la nage en longueur dans les couloirs. Ces périodes sont généralement fréquentées par des adultes.
- **Baignade libre et longueurs aînés**: périodes de baignade libre et de longueurs pour les 60 ans et plus.
- **Baignade parents/bébés**: périodes de baignade réservées exclusivement aux parents accompagnant leur bébé de quatre ans et moins. Deux parents maximum par enfant.

HORAIRE BAINADES ET LONGUEURS LIBRES

Horaires sujet à modification sans préavis.

PISCINE AURÉLIE-RIVARD - Complexe sportif Claude-Raymond

955, rue Choquette / Horaire du 14 septembre au 20 décembre 2026 inclusivement

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Longueurs matinales (tous) 6 h 15 à 7 h 40		Longueurs matinales (tous) 6 h 15 à 7 h 40		Longueurs matinales (tous) 6 h 15 à 7 h 40		
Longueurs libres (tous) 12 h à 12 h 55		Baignade libre et longueurs libres (tous) 12 h à 12 h 55		Longueurs libres (tous) 12 h à 12 h 55		
Baignade libre et longueurs (aînés 60+) 13 h à 13 h 55		Baignade libre et longueurs (aînés 60+) 13 h à 13 h 55		Baignade libre et longueurs (aînés 60+) 13 h à 13 h 55		Baignade libre (tous) 13 h à 15 h 55
					Baignade libre (tous) 14 h à 15 h 55	
Baignade libre et longueurs libres (tous) 20 h 30 à 21 h 55	Longueurs libres (tous) 20 h 30 à 21 h 55		Longueurs libres (tous) 20 h 30 à 21 h 55			

Ajouts lors des congés scolaires de la CSSDHR: baignade libre pour tous de 14 h 15 à 16 h 40

18 septembre, 5 octobre, 12 octobre, 13 novembre, 27 novembre et 4 décembre.

ÉCOLE MARIE-RIVIER (511, rue Pierre-Caisse)

Horaire du 14 septembre au 20 décembre 2026 inclusivement

Horaire à venir, surveillez notre site sjsr.ca/baignade

Piscine du centre sportif du Fort Saint-Jean

15, rue Jacques-Cartier Nord

Infos : cfsj.qc.ca/sports-aquatiques ou 450 358-6604

TARIFICATION

BAIGNADE LIBRE - Piscines Aurélie-Rivard et Marie-Rivier

Baignade libre	Résident	Non-résident	Carte annuelle	Résident	Non-résident
0-2 ans	GRATUIT	GRATUIT	0-2 ans	GRATUIT	GRATUIT
3 à 17 ans	3,00 \$	5,00 \$	3 à 17 ans	83 \$	125 \$
18 à 59 ans	4,50 \$	6,75 \$	18 à 59 ans	150 \$	225 \$
Aînés et personnes handicapées	3,50 \$	5,25 \$	Aînés et personnes handicapées	111 \$	167 \$
			Famille	255 \$	338 \$

Gratuit

Événement familial
d'éveil culturel
pour les 0-5 ans



Premier pas vers la culture

Parce que la curiosité
commence tôt

26 et 27 septembre

9 h à 14 h 30

Domaine Trinity - 360, rue McGinnis



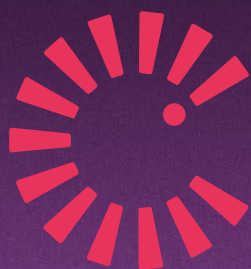
Famille
à Cœur



Québec

Entente de développement culturel

25-26-27 SEPTEMBRE



Les journées de la culture

**La culture fait dire wow!
La culture fait du bien**

GRATUIT!

* sjsr.ca/journees-de-la-culture

CET AUTOMNE DANS VOS *bibliothèques**



En partenariat avec la Division environnement et développement durable

10 septembre
Décarbinez votre quotidien

22 octobre
Gestion des matières résiduelles

12 novembre
Je mange de façon durable

10 décembre
Les Fêtes autrement

Cafés littéraires



18 octobre
Dominic Arpin



6 décembre
Véronique Marcotte



Récits biographiques de la Franco-Amérique

25 octobre
Far west

22 novembre
Exilés

Nouveau!

Jeux et objets à partager



À emprunter dans vos bibliothèques

**Adélar-Berger
Saint-Luc**



* Consultez la programmation complète pour plus de détails.

biblio.sjsr.ca

BIBLIOTHÈQUES
 **VILLE DE
SAINT-JEAN-
SUR-RICHELIEU**

Bibliothèques

Familles, recherchez ce logo 

ACTIVITÉ	ÂGES MIN/MAX	SITE	DATE	HEURE	TARIF ABONNÉ	TARIF NON- ABONNÉ	INFORMATION
JEUNES							
Spectacle : Mission Poivron, avec Ariane Labonté	4 / 9	Domaine Trinity (IBER)	29 août	sam. 10:30-11:20	Gratuit		Entrée libre
Club de lecture, avec Audrey	8 / 12	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	17 septembre 15 octobre 19 novembre	jeu. 18:30-19:30	Gratuit	10 \$	CLUB-01 Inscriptions p. 4 Série de trois rencontres
Pédago On joue à quoi ?	6 / 12	Domaine Trinity (IBER)	18 septembre	ven. 14:00-15:30	Gratuit		Entrée libre
Bébés-contes, avec Madame Sylvie 	18-36 mois	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	22 septembre au 27 octobre	mar. 10:00-10:30	Gratuit	10 \$	BBCO-01 Inscriptions p. 4 Série de six rencontres
Kiosque musical, avec Les Petits Ménestrels 	4 / 9	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J)	26 septembre	sam. 13:00-16:00	Gratuit		Entrée libre
Atelier-spectacle : À l'unisSON, avec Chantal Girard	4 / 8	Domaine Trinity (IBER)	3 octobre	sam. 10:30-11:15	Gratuit	10 \$	SONS-01 Inscriptions p. 4
J'apprends à tricoter	8 / 12	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	7 octobre au 25 novembre	mer. 15:15-16:15	Gratuit	10 \$	TRICOT-01 Inscriptions p. 4 Série de huit rencontres
Ateliers : - Zoo-lecture Petites Pattes - Zoo-lecture	3 / 5 6 / 12	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J)	10 octobre	sam. 14:00-14:30 sam. 14:45-15:45	Gratuit	10 \$	Inscriptions p. 4 ZOOLEC-01 ZOOLEC-02
Spectacle : Une Halloween remplie de gratouilles	2 / 8	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J)	31 octobre	sam. 10:30-11:15	Gratuit	10 \$	HALL-01 Inscriptions p. 4
Pédago-Brico	6 / 12	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	13 novembre	ven. 14:00-15:00	Gratuit	10 \$	PEDAGO-02 Inscriptions p. 4
Bingo Pome et Diana, avec Caroline Barber	7 / 11	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	14 novembre	sam. 10:30-11:30	Gratuit	10 \$	BINGO-01 Inscriptions p. 4
Heure du conte en pyjama : Sssssss	4 / 7	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J) Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	25 novembre 26 novembre	mer. 18:30-19:15 jeu. 18:30-19:15	Gratuit	10 \$	HPYJ-01 Inscriptions p. 4 HPYJ-02
Pédago Jeux vidéos	6 / 12	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J)	27 novembre	ven. 14:00-15:30	Gratuit		Entrée libre
Initiation au monde animal, avec Éducazoo	4 / 8	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J)	28 novembre	sam. 11:00-12:00	Gratuit	10 \$	EZOO-01 Inscriptions p. 4
Brico des Fêtes	5 / 12	Domaine Trinity (IBER)	5 décembre	sam. 10:30-11:30	Gratuit	10 \$	BRICO-01 Inscriptions p. 4
Spectacle : Le chat du Père Noël	2 / 8	Bibliothèque Adélar-Berger (ST-J)	12 décembre	sam. 10:30-11:15	Gratuit	10 \$	NOEL-01 Inscriptions p. 4

ACTIVITÉ	ÂGES MIN/MAX	SITE	DATE	HEURE	TARIF ABONNÉ	TARIF NON-ABONNÉ	INFORMATION
ADULTES							
Les Rendez-vous durables : - Décarbonez votre quotidien - Atelier-discussion sur la gestion des matières résiduelles - Je mange de façon durable - Les Fêtes autrement	16 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	10 septembre 22 octobre 12 novembre 10 décembre	jeu. 19:00-21:00	Gratuit	10 \$	Inscriptions p. 4 DURABLES-05 DURABLES-06 DURABLES-07 DURABLES-08
Atelier : Prolongez la vie de votre ordi, avec Insertech	16 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	20 septembre	dim. 14:00-16:00	Gratuit	10 \$	ORDI-01 Inscriptions p. 4
Si aujourd'hui pour demain : Exposition de photos sonores	16 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	25 sept. au 25 oct.	Heures d'ouverture	Gratuit		Entrée libre
Québec : Territoire de tous les possibles, avec Angèle Courville et Philippe-Emmanuel David	16 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	1 ^{er} octobre	jeu. 19:00-20:30	Gratuit	10 \$	VOYART-01 Inscriptions p. 4
Café littéraire, avec Dominic Arpin Café littéraire, avec Véronique Marcotte	16 +	Bibliothèque Adélard-Berger (ST-J) Domaine Trinity (IBER)	18 octobre 6 décembre	dim. 10:30-12:00	Gratuit	10 \$	CAFEL-01 Inscriptions p. 4 CAFEL-02
Belliard raconte : - Far West - Exilés	16 +	Bibliothèque Adélard-Berger (ST-J)	25 octobre 22 novembre	dim. 10:30-11:45	Gratuit	10 \$	Inscriptions p. 4 BELLIARD-01 BELLIARD-02
Saint-Jean-sur-Richelieu : Lieu riche de vie, causerie avec Stéphane Kirouac	16 +	Domaine Trinity (IBER)	1 ^{er} novembre	dim. 14:00-16:00	Gratuit		Entrée libre
Semaine québécoise des rencontres interculturelles : Prendre racine : récits de néo-Johannais.es	16 +	Domaine Trinity (IBER)	7 novembre	sam. 13:00-16:00	Gratuit	10 \$	Inscriptions par téléphone 450 357-2111
Globe-trotteur : Brésil	16 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L)	29 novembre	dim. 14:00-15:30	Gratuit	10 \$	BRESIL-01 Inscriptions p. 4



Service de la culture,
du développement
social et du loisir

GUIDE LOISIRS - AUTOMNE 2026

- **Coordonnatrice à l'information:** Janie Boudreau
- **Collaboration:** Fanny Leblanc, Francine Lavallée et Marie-Hélène Loiseau
- **Conception et infographie:** Service des communications
- **Impression:** Solisco – Tirage: 47 500
- **Administration:** Centre culturel Fernand-Charest – 190, rue Laurier – 450 357-2157



On se rejoint à Trinity?

Animation culturelle

- Jeux, contes et animation pour enfants
- Café littéraire et activités créatives
- Expositions artistiques
- Rendez-vous interculturel

NOUVEAU!

Comptoir bibliothèque

- Abonnement, emprunt et retour de documents
- Espace de lecture et détente
- Activités familiales et bien plus!

**Saint-Jean-
sur-Richelieu**

GRATUIT | ✱ sjsr.ca/trinity | 360, rue McGinnis

Thématique d'automne
Les arts et la technologie



24 ET 25 OCTOBRE

Entre 10h et 16h

**Courts-métrages
One SKY**

Les forges d'Artémis



Projections immersives
d'astronomie culturelle
sous dôme 360°

Suivies d'une rencontre avec le cinéaste
Sébastien Gauthier et l'artiste Pascale Hébert



SÉBASTIEN GAUTHIER
360 STUDIO

NEST
IMMERSION



Photo : SG 360 studio

Exposition numérique

10 AU 20 SEPTEMBRE

En traverse

Présentée par La Cargaison
en collaboration avec Exposit 8



NOUVEAU!

Série en trois temps

30 AOÛT

Rencontre > Les arts et la technologie

11 OCTOBRE

Spectacle > Vibrations microscopiques

15 NOVEMBRE

Atelier d'art numérique

Culturel

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
NOUVEAU! Aquarelle : démarche créative par Nancy Charbonneau	Ville	16 +	Pavillon J.-Paul-Beaulieu (ST-J)	lun. 13:45-16:30	28 septembre	9	217 \$	195 \$	325 \$	AQUA2-10 Inscriptions p. 4 Préalable : expérience en aquarelle. Matériel requis : détails sur le reçu.
Atelier : Gribouillage	Art[o] la coop créative	Tous	37, rue Saint-Jacques (ST-J)	mar. 19:30-21:30	8 septembre 13 octobre 10 novembre	1 1 1	Gratuit			450 346-9036 administration@cooparto.com www.cooparto.com
Ateliers créatifs (familial) par Cindy Van Hooren 	Ville	6 / 8	Pavillon J.-Paul-Beaulieu (ST-J)	mer. 17:30-18:45	16 septembre	12	147 \$		221 \$	ARTF-30 Inscriptions p. 4 L'inscription inclut celle du parent.
Ateliers créatifs (enfant) par Cindy Van Hooren	Ville	9 / 12	Pavillon J.-Paul-Beaulieu (ST-J)	mer. 19:00-20:30	16 septembre	12	176 \$		264 \$	ARTE-31 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Pré-ballet à ballet avancé	Ballet classique du Haut-Richelieu	5 +	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	Contactez l'organisme pour tous les détails						450 348-3945 info@ballethautrichelieu.ca www.ballethautrichelieu.ca
Ballet débutant à ballet avancé (adulte)	Ballet classique du Haut-Richelieu	18 +	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)							
Big-Band et Orchestre	Cercle Philharmonique de St-Jean	Tous	Église Baptiste 116, ch. des Patriotes E. (IBER)	lun. et/ou jeu. 19:30-22:00	En continu		Adulte: 100 \$ / session Étudiant: 90 \$ / session			450 376-7767 - info@cpsj.org www.cpsj.org
Céramique (cours) - Adulte	Musée du Haut-Richelieu	18 +	Centre culturel F.-Charest (ST-J) Local Céramique	Contactez l'organisme pour tous les détails						450 347-0649 - www.museeduhaut-richelieu.com ceramique@museeduhaut-richelieu.com
Chorale pour adulte	Choeur du Richelieu	18 +	Résidence Samuel-de-Champlain Entrée rue Provost (ST-J)	mar. 19:15-21:30	1 ^{er} septembre		100 \$	100 \$	100 \$	514 778-9810 - choeurrichelieu@gmail.com www.choeurdurichelieu.qc.ca
Chorale pour enfant	Choeur Les Nénuphars	7 / 17	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	jeu. 18:30-20:00	17 septembre	14	125 \$			choeurlesnenuphars@outlook.com
Cinéma - Ciné-club	SPEC du Haut-Richelieu	Tous	Théâtre des Deux Rives (ST-J)	lun. 15:15 ou 19:30	21 septembre	2x/sem.	Gratuit		8 \$	450 358-3949 - billetterie@spec.qc.ca spec.qc.ca/programmation
Club de lecture en anglais	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 19:00-20:00	24 septembre 22 octobre	1 1	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Danse contemporaine (adulte)	Ballet classique du Haut-Richelieu	17 +	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	mer. 19:35-20:35	9 septembre	13	325 \$			450 348-3945 - info@ballethautrichelieu.ca www.ballethautrichelieu.ca
Danse contemporaine (débutant et intermédiaire)	Ballet classique du Haut-Richelieu	7 / 16	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	Contactez l'organisme pour tous les détails						450 348-3945 - info@ballethautrichelieu.ca www.ballethautrichelieu.ca
Danse Country (débutant et intermédiaire)	Loisirs St-Gérard	18 +	École Saint-Gérard (ST-J)	dim. 14:15-15:30	20 septembre	12	120 \$			loisirsstgerard@gmail.com
Danse Country (premier pas)	Loisirs St-Gérard	18 +	École Saint-Gérard (ST-J)	dim. 13:00-14:00	20 septembre	12	110 \$			
Danse créative	Ballet classique du Haut-Richelieu	4 / 5	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	sam. 9:10-9:55	12 septembre	13	230 \$			450 348-3945 - info@ballethautrichelieu.ca www.ballethautrichelieu.ca
Danse parent/enfant	Ballet classique du Haut-Richelieu	3 / 3	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	sam. 9:00-9:45	12 septembre	13	230 \$			
Danse parent/enfant par Stéphanie Lachance 	Ville	3 / 4	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	dim. 9:30-10:15	20 septembre	11	79 \$		119 \$	DAPE-70 Inscriptions p. 4 L'inscription inclut celle du prent.
Danse 4-5 ans par Stéphanie Lachance	Ville	4 / 5	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	dim. 10:30-11:15 dim. 11:30-12:15	20 septembre	11	79 \$		119 \$	DAMUL-70 Inscriptions p. 4 DAMUL-71

Culturel (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Danse 6-8 ans par Stéphanie Lachance	Ville	6 / 8	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	dim. 12:30-13:15	20 septembre	11	79 \$		119 \$	DAMUL-72 Inscriptions p. 4
Danse 9-12 ans par Stéphanie Lachance	Ville	9 / 12	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	sam. 12:15-13:15	19 septembre	11	105 \$		158 \$	DAMUL-60 Inscriptions p. 4
Danse 50+ : multidanses (doux) par Stéphanie Lachance	Ville	50 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 14:55-15:55	14 septembre	10	96 \$	86 \$	144 \$	DAMUL60-10 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Danse énergie (express) par Stéphanie Lachance	Ville	55 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 14:00-14:45	14 septembre	10	72 \$	65 \$	108 \$	DAEN-10 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Dessin enfant (initiation à la créativité) par François Guillet	Ville	8 / 10	Pavillon J.-Paul-Beaulieu (ST-J)	sam. 9:00-10:00	19 septembre	11	97 \$		146 \$	DEEN-60 Inscriptions p. 4 Matériel requis : détails sur le reçu.
Dessin pour ados (introduction) par François Guillet	Ville	11 / 16	Pavillon J.-Paul-Beaulieu (ST-J)	sam. 10:15-11:45	19 septembre	11	145 \$		218 \$	DESSADO-60 Inscriptions p. 4 Matériel requis : détails sur le reçu.
Écriture (atelier)	Art[o] la coop créative	16 +	37, rue Saint-Jacques (ST-J)	mar. 13:00-15:00	22 septembre	10	Membre: 175 \$ Non-membre: 200 \$			450 346-9036 - administration@cooparto.com www.cooparto.com
Écriture libre	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mar. 13:30-15:30	8 septembre	5 (1x/2 sem.)	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Guitare (débutant et intermédiaire)	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	290, av. des Conseillers (IBER)	mer. 13:30-15:00	16 septembre	7 (1x/2 sem.)	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 - www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
Guitare enfant (débutant) par Mathieu Roy	Ville	6 / 12	Édifice Benoit-Lussier (L'AC)	mer. 18:00-19:00	16 septembre	10	156 \$		252 \$	GUIT1-30 Inscriptions p. 4 Matériel requis : détails sur le reçu.
Guitare enfant (intermédiaire) par Mathieu Roy	Ville	6 / 12	Édifice Benoit-Lussier (L'AC)	mer. 18:00-19:00	16 septembre	10	138 \$		207 \$	GUIT2-31 Inscriptions p. 4 Matériel requis : détails sur le reçu.
Guitare ado et adulte (débutant) - par Mathieu Roy	Ville	12 +	Édifice Benoit-Lussier (L'AC)	mar. 18:30-19:30	15 septembre	10	138 \$	124 \$	207 \$	GUIT3-20 Inscriptions p. 4 Matériel requis : détails sur le reçu.
Guitare ado et adulte (intermédiaire 1) par Mathieu Roy	Ville	12 +	Édifice Benoit-Lussier (L'AC)	mer. 19:00-20:00	16 septembre	10	138 \$	124 \$	207 \$	GUIT3-32 Inscriptions p. 4 Préalable : être capable de jouer au moins d'un accord barré.
Guitare ado et adulte (intermédiaire 2) par Mathieu Roy	Ville	12 +	Édifice Benoit-Lussier (L'AC)	mar. 19:30-20:30	15 septembre	10	138 \$	124 \$	207 \$	GUIT3-21 Inscriptions p. 4 Préalable : connaître tous les accords barrés de base (majeurs et mineurs).
Improvisation théâtrale	Art[o] la coop créative	16 +	37, rue Saint-Jacques (ST-J)	jeu. 19:00-21:00	24 septembre	10	Membre: 175 \$ Non-membre: 200 \$			450 346-9036 - administration@cooparto.com www.cooparto.com
Instrument à vent (cours privés)	Union musicale d'Iberville	Tous	Église Baptiste 116, ch. des Patriotes E. (IBER)	À déterminer avec l'enseignant	24 août		40 \$/h Frais uniques d'inscription: 20 \$			450 334-0521 - umi1927@yahoo.ca www.unionmusicale.org
Lancement de la programmation 2026-2027	Art[o] la coop créative	Tous	37, rue Saint-Jacques (ST-J)	jeu. 17:00-19:00	3 septembre	1	Gratuit			450 346-9036 - administration@cooparto.com www.cooparto.com

Culturel (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Lancement de la saison 2026-2027	Capteurs D'Images	Tous	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	mar. 19:00-22:00	1 ^{er} septembre	1	Adhésion: 100 \$/Membre: Gratuit Non-membre: 10 \$			514 550-8110 - info@capteursdimages.ca www.capturesdimages.ca
Modèle vivant (atelier)	Art[o] la coop créative	17 +	37, rue Saint-Jacques (ST-J)	sam. 9:00-12:00	10 octobre 24 octobre 7 novembre	1 1 1	Membre: 20 \$ Non-membre: 25 \$			450 346-9036 administration@cooparto.com www.cooparto.com
Musique - Jeudis Shows Hydro-Québec	SPEC du Haut-Richelieu	Tous	Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean (ST-J)	jeu. 18:00-22:00	24 septembre	1x/sem.	Membre: 10 \$ Non-membre: 17 \$			450 358-3949 - billetterie@spec.qc.ca www.spec.qc.ca/programmation
Musique en harmonie	Union musicale d'Iberville	Tous	Église Baptiste 116, ch. des Patriotes E. (IBER)	mar. ou ven. 18:30-22:00	1 ^{er} septembre	10 (1x/sem.)	100 \$	100 \$	100 \$	450 334-0521 - umi1927@yahoo.ca www.unionmusicale.org
Peinture acrylique : démarche créative par Nancy Charbonneau	Ville	16 +	Pavillon J.-Paul-Beaulieu (ST-J)	lun. 9:30-12:30 jeu. 9:30-12:30 jeu. 13:30-16:30	28 septembre 1 ^{er} octobre	9 10	179 \$ 263 \$	161 \$ 237 \$	269 \$ 394 \$	PEIN2-10 Inscriptions p. 4 PEIN2-40 Préalable : expérience en peinture. PEIN2-41 Matériel requis : détails sur le reçu.
Photo avec cellulaire par Ian Gagné	Capteurs D'Images	Tous	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	mar. 19:00-22:00	27 octobre	1	Adhésion: 100 \$ Membre: Gratuit Non-membre: 10 \$			514 550-8110 info@capteursdimages.ca www.capturesdimages.ca
Photo de randonnée par David Boutin	Capteurs D'Images	Tous	Lieu à confirmer	mar. 18:00-22:00	13 octobre	1				
Photo exposition extérieure: Les petits bonheurs par Tzara Maud	Capteurs D'Images	Tous	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	mar. 19:00-22:00	29 septembre	1				
Photo : Langage couleur par Carlos Richer Visionnement du même titre	Capteurs D'Images	Tous	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	mar. 19:00-22:00	15 septembre 10 novembre	1 1				
Poésie (atelier)	Collectivement Elles	15 +	Domaine Trinity (IBER)	jeu. 14:00-16:00	20 août	1	Gratuit			450 346-0662 - registrarat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Théâtre (atelier)	Théâtre de Grand-Pré	8 / 9 10 / 12 16 +	Pav. de la jeunesse Yvan-Viens (ST-L)	sam. 9:00-10:30 sam. 10:45-12:15 mar. 19:00-22:00	12 septembre 12 septembre 15 septembre	10 10 12	100 \$ 100 \$ 250 \$			450 348-7199 theatregrandpre@gmail.com www.theatregrandpre.ca
Théâtre (atelier) - Impro	Théâtre de Grand-Pré	12 / 15	Bibliothèque Saint-Luc Espace culture	mer. 18:30-20:30	16 septembre	10	100 \$			
Théâtre (atelier) Lectures théâtralisées	Théâtre Loup-Garou	55 +	À déterminer	mer. 13:00-15:30	9 septembre	11	100 \$			450 684-0817 theatreloupgarou@gmail.com Facebook
Théâtre - Exploration de contes et légendes d'ici et d'ailleurs	Théâtre Loup-Garou	9 / 12	À déterminer	sam. 9:30-11:00	12 septembre	11	100 \$			
Visites guidées	Patrimoine L'Acadie	Tous	Presbytère de L'Acadie (L'AC)	mer. au dim. 10:00-16:00	En continu		10 \$			450 357-2378 - patrimoinelacadie@gmail.com www.patrimoinelacadie.com

8^e édition

16 octobre 2026

17 h à 22 h

LA NUIT DES SANS-ABRI

Rendre visible l'invisible



Illustration ANCRE | Agence Créative
© Fanny Gonzalez Gozalbes

itinerance.ca/nsa



Parc des Éclusiers à Saint-Jean-sur-Richelieu

* facebook.com/NSAHautRichelieuRouville



Communautaire

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif	Information
Accompagnement à la naissance	Famille à Cœur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	En continu			Adhésion: 25 \$ Membre: Modulé	450 346-1734 - www.familleacoeur.qc.ca servicedientelee@familleacoeur.qc.ca
Alliances à soi et aux relations	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mar. 9:30-12:00	8 septembre 13 octobre 10 novembre	1 1 1	Adhésion: 5 \$ Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$	450 346-0662 registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Atelier SEM parental : Solidifier vos habiletés parentales	Mouvement S.E.M.	18 +	À déterminer	mer. 9:00-12:00 ou 18:00-21:00	9 septembre	7	Adhésion: 25 \$ Membre: Gratuit	450 348-0209, poste 227 marie-claude@mouvementsem.com
Atelier : Roue de médecine autochtone	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mar. 13:30-17:00	29 septembre	1	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$	450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Atelier-conférence : Accueillir un 2^e enfant (ou plus !)	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	4 novembre	1	Gratuit	450 895-3554 info@lactea.org www.lactea.org
Atelier-conférence : Développement moteur 0-6 mois, par Sandra Désormiers	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	lun. 10:00-12:00	14 septembre	1		
Atelier-conférence : Développement moteur 6-18 mois, par Sandra Désormiers	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	lun. 10:00-12:00	9 novembre	1		
Atelier-conférence : Être parent sans s'oublier	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	28 octobre	1		
Atelier-conférence : La charge mentale (le repère des parents)	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	jeu. 10:00-12:00	15 octobre	1		
Atelier-conférence : la parentalité positive (le repère des parents)	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	jeu. 10:00-12:00	17 septembre	1		
Atelier-conférence : Le sommeil des 0-3 mois : Mythes et réalités	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	16 septembre	1		
Atelier-conférence : L'introduction des aliments	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	9 septembre	1		
Atelier-conférence : Parents modernes, bébé cro-magnon, se comprendre	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	11 novembre	1		
Atelier-conférence : Portage avancé, par Christine Duhaime	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00 lun. 10:00-12:00	19 août 19 octobre	1 1		
Atelier-conférence : Portage débutant, par Christine Duhaime	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	lun. 10:00-12:00	21 septembre	1		
Atelier-conférence : Sommeil des 4-12 mois	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	14 octobre	1		
Atelier-conférence : Stimulation par le jeu (0-1 an)	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	21 octobre	1		
Atelier-conférence : Voyage au centre de bébé	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mer. 10:00-12:00	23 septembre	1		

Communautaire (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif	Information
Café-rencontre dont vous êtes l'héroïne	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 18:00-20:00	17 septembre 5 novembre	1 1	Adhésion: 5 \$ Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$	450 346-0662 registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Café-rencontre: Ce que les Centres de femmes nous apporte	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	lun. 13:30-15:30	5 octobre	1		
Discutons élections provinciales	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 9:30-11:30	24 septembre 1 ^{er} octobre	1 1		
Groupe de soutien	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	lun. 13:30-15:30	28 septembre 19 octobre 9 novembre	1 1 1		
Groupe de soutien : L'éveil en douceur	Famille à Coeur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	jeu. 9:00-11:30	17 septembre	12	Adhésion: 25 \$ Membre: Gratuit	450 346-1734 serviceclientele@familleacoeur.qc.ca www.familleacoeur.qc.ca
Groupe Espoir	Famille à Coeur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	jeu. 19:00-20:30	17 septembre 22 octobre 19 novembre	1 1 1		
Hypnose à la naissance	Famille à Coeur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	En continu			Adhésion: 25 \$ Membre: Modulé	
Les matinées Lactéa parent/enfant (0-5 ans) 	Soutien Lactéa	16 +	640, rue Dorchester, local 404 (ST-J)	mar. 9:30-12:00	En continu		Gratuit	450 895-3554 - info@lactea.org www.lactea.org
Petits déjeuners-causeries	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mer. 9:00-11:00	2 septembre	11	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$	450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Préparation prénatale de groupe	Famille à Coeur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	mar. 18:30-20:30	8 septembre	6	Adhésion: 25 \$ Membre: Modulé	450 346-1734 - www.familleacoeur.qc.ca serviceclientele@familleacoeur.qc.ca
Programme Cibl'Emploi	Quartier de l'emploi	50 +	165, rue Saint-Paul (ST-J)	lun. au jeu. 9:00-16:00	En continu		Gratuit	450 347-6101 st-jean@quartierdelemploi.ca www.quartierdelemploi.ca
Programme conciliation retraite-travail	Quartier de l'emploi	50 +	165, rue Saint-Paul (ST-J)	mar. au jeu. 13:00-16:00	En continu			
Programme Nouv'Elles Avenues +	Quartier de l'emploi - COFFRE	18 +	165, rue Saint-Paul (ST-J)	lun. au jeu. 9:00-16:00	En continu			450 347-6101 st-jean@coffre.ca www.coffre.ca
Programme Options Compétences +	Quartier de l'emploi - COFFRE	18 +	165, rue Saint-Paul (ST-J)	lun. au jeu. 9:00-16:00	En continu			
Rencontre dans le cadre de la Journée mondiale de sensibilisation au deuil périnatal	Famille à Coeur	18 +	À déterminer	jeu. 18:30-20:30	15 octobre	1	Gratuit	450 346-1734 www.familleacoeur.qc.ca serviceclientele@familleacoeur.qc.ca
Rencontre LGBTQ+	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 18:00-20:00	24 septembre 8 octobre	1 1	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$	450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Soutien à l'allaitement	Famille à Coeur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	En continu			Gratuit	450 346-1734 serviceclientele@familleacoeur.qc.ca www.familleacoeur.qc.ca
Soutien au deuil périnatal individuel	Famille à Coeur	18 +	Maison de la famille 130, rue St-Georges (ST-J)	En continu			Adhésion: 25 \$ Membre: Gratuit	



Activités gratuites pour les personnes à faible revenu

INSCRIPTIONS CONTINUES

Selon les périodes d'inscriptions
des fournisseurs d'activités

C'est quoi ?

- Des places gratuites dans des activités sportives, culturelles et de loisirs;
- Une offre accessible pour toute personne vivant sous le seuil du faible revenu, dans le respect et la confidentialité.

Comment s'inscrire ?

1 Vérification d'admissibilité:

Présentez-vous à la billetterie de la SPEC du Haut-Richelieu (30, boul. du Séminaire Nord, porte extérieure 3), du lundi au samedi de 10h à 18h.

Vous devez apporter:

- **Preuve de revenu** (carnet de réclamation pour les prestataires de la sécurité du revenu ou avis de cotisation gouvernemental)
- **Preuve de résidence** (certaines activités sont limitées aux résidents de Saint-Jean-sur-Richelieu)

2 Obtention du code promotionnel:

Une fois l'admissibilité confirmée, on vous remettra un code promotionnel (valable 1 an) qui vous permettra de vous inscrire.

3 Inscription à une activité: 3 façons de faire

- En ligne: [acces-loisirs.ca](https://www.acces-loisirs.ca)
- En personne au 30, boul. du Séminaire Nord (porte extérieure 3)
- Par téléphone: 450 358-3949

Pour être admissible, votre revenu familial avant impôt doit être inférieur au seuil indiqué, selon le nombre de personnes dans votre famille.



1 personne	31 906\$
2 personnes	39 721\$
3 personnes	48 832\$
4 personnes	59 288\$
5 personnes	67 244\$
6 personnes	75 839\$
7 personnes ou +	84 436\$

Source : Statistiques Canada 2025

INFORMATION

SPEC du Haut-Richelieu / Théâtre des Deux Rives - 30, boul. du Séminaire N. (porte extérieure 3)
450 358-3949 | info@acces-loisirs.ca | [acces-loisirs.ca](https://www.acces-loisirs.ca)

Récréatif

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Atelier sur les araignées	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 9:00-12:00	10 septembre	1	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 - registrariat@cfr.ca www.collectivementelles.ca
Cadets de la marine	Corps de cadets de la Marine Richelieu (CCMRC 168)	12 / 18	Base des Forces Canadiennes (ST-J)	mer. 18:00-21:00	En continu		Gratuit			st-jean@liguenaवादucanada.qc.ca www.cadetsstjean.com
Chanter pour chanter (style karaoké)	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	mer. 13:30-15:00	16 septembre	10	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 - www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
Chasse découverte: Trésor perdu de Napoléon Bourassa	Patrimoine L'Acadie	Tous	Presbytère de L'Acadie (L'AC)	mer. au dim. 10:00-16:00	En continu		5 \$			450 357-2378 - patrimoinelacadie@gmail.com www.patrimoinelacadie.com
Conférence : Les insectes, les acariens et les nématodes bénéfiques à l'horticulture urbain, par Claude Robert	Société d'horticulture Haut-Richelieu	16 +	Complexe funéraire H.-R. 86, ch. des Patriotes E. (IBER)	mer. 19:00-21:30	28 octobre	1	Adhésion: 20 \$ Membre: 5 \$ Non-membre: 10 \$			514 746-4774 societehorticulture@gmail.com Facebook
Conférence : Restructuration de plates bandes par Hélène Baril	Société d'horticulture Haut-Richelieu	16 +	Complexe funéraire H.-R. 86, ch. des Patriotes E. (IBER)	mer. 19:00-21:30	23 septembre	1				
Cuisine (initiation) par Katleen Mikula	Ville	10 / 15	Carrefour jeunesse d'Iberville 375, avenue Bessette (IBER)	lun. 17:30-19:00	14 septembre	11	165 \$		182 \$	CUAD-10 Inscriptions p. 4 Matériel requis : détails sur le reçu.
Cuisine collective	Comité de dépannage de L'Acadie	10 +	Chalet des loisirs 106, rue Desranleau (L'AC)	ven. 9:00-15:30	4 septembre	1x/mois	Variable selon les quantités			514 566-8009 briget25@hotmail.com
Cuisine collective	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	En continu			Adhésion: 5 \$ Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 registrariat@cfr.ca www.collectivementelles.ca
Cuisine collective	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 17:30-20:30	8 octobre	4 (2x/mois)				
Cuisine collective (partage des cuillettes)	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mer. 13:30-16:30	9 septembre	3 (1x/sem.)				
Cuisine collective (végé dirigée)	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mer. 13:30-14:30 mer. 13:00-16:30	14 octobre 21 octobre	1 1				
Dégustation 101 : Pour mieux apprécier le vin par Serge Leduc	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	jeu. 19:00-21:30	24 septembre	1	60 \$	54 \$	90 \$	DEV1-40 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Dégustation de vins : Les Côtes du Rhône septentrionale - par Serge Leduc	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	jeu. 19:00-21:30	8 octobre	1	70 \$	63 \$	105 \$	DEVICO-40 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Dégustation de vins : Découvrons la Savoie, région française au pied des Alpes par Serge Leduc	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	jeu. 19:00-21:30	29 octobre	1	65 \$	59 \$	98 \$	DEVISA-40 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
NOUVEAU ! Dégustation de vins : Beaujolais et ses crus par Serge Leduc	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	jeu. 19:00-21:30	19 novembre	1	65 \$	59 \$	98 \$	DEVIBJ-40 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription Préalable : avoir suivi 3 ateliers de vins à St-Jean

Récréatif (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Dégustation de vins : Les mousseux et le Champagne par Serge Leduc	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	jeu. 19:00-21:30	3 décembre	1	68 \$	61 \$	102 \$	DEVIM-40 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Discussion anglaise	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	ven. 13:00-14:00	18 septembre	10	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 - www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
Échecs en plein air	Club d'échecs de Saint-Jean-sur-Richelieu	Tous	Centre-de-Plein-Air-Ronald-Beauregard (ST-J)	sam. 13:00-17:00	8 août 15 août	1 1	Adhésion: Selon l'âge Membre: Gratuit Non-membre: Gratuit			450 900-1144 info@echecs-sjsr.com www.echecs-sjsr.com
Échecs : Formation pour débutant	Club d'échecs de Saint-Jean-sur-Richelieu	7 +	28, rue Saint-Georges (ST-J)	lun. 18:00-19:15	7 septembre	10	Adhésion: Selon l'âge Membre: 70 \$ Non-membre: 100 \$			
Échecs : Parties libres	Club d'échecs de Saint-Jean-sur-Richelieu	7 +	28, rue Saint-Georges (ST-J)	lun. 19:15-22:30	En continu		Adhésion: Selon l'âge Membre: Gratuit Non-membre: 1 visite			
Échecs : Parties libres	Club d'échecs de Saint-Jean-sur-Richelieu	7 +	L'Oasis 420, ch. Grand-Bernier N. (ST-J)	mer. 18:30-22:30	12 août	14				
Échecs : Un expert joue contre le public	Club d'échecs de Saint-Jean-sur-Richelieu	Tous	28, rue Saint-Georges (ST-J)	sam. 19:00-22:00	19 septembre	1	Adhésion: Selon l'âge Membre: 25 \$ Non-membre: 25 \$			
Halloween : Mystère au presbytère	Patrimoine L'Acadie	Tous	Presbytère de L'Acadie (L'AC)	sam. 14:00-20:00	31 octobre	1	Gratuit			450 357-2378 - patrimoinelacadie@gmail.com www.patrimoinelacadie.com
Informatique - Apprivoiser votre iPad et iPhone	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	290, av. des Conseillers (IBER)	À déterminer	16 septembre	6	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
Informatique - Initiation cellulaire et tablette	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	290, av. des Conseillers (IBER)	À déterminer	15 septembre	6				
Informatique Ordinateur portable	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	290, av. des Conseillers (IBER)	lun. 13:30-15:00	14 septembre	6				
Jeux de société	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	jeu. 13:30-16:00	17 septembre	10				
Musclez vos méninges (infos, jeux et astuces)	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	mer. 9:30-11:30	23 septembre	5 (1x/2 sem.)	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 - www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
Radioamateur (formation de base)	Club radio-amateur de la Vallée du Richelieu	15 +	Se référer à l'organisme	lun. et mer. 19:00-22:00	21 septembre	20 (2x/sem.)	Adhésion: Se référer à l'organisme Membre: 150 \$			450 348-9425 - www.ve2cvr.org robertsondack@videotron.ca
Scouts : Castors, Éclaireurs, Louveteaux et Pionniers	5 ^e Groupe Scout de Saint-Jean-sur-Richelieu	7 / 17	Écoles variées	Contactez l'organisme pour tous les détails						819 609-9662 - tresor5e@icloud.com www.5e-scout-sjsr.ca/
Tricot	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	mar. 13:30-16:00	15 septembre	10	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 - www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org

Récréatif (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Tricot (atelier lavette sur bâton)	Cercle de Fermières Saint-Jean-sur-Richelieu	16 +	485-3, rue Saint-Jacques (ST-J)	sam. 9:00-12:00	12 septembre 19 septembre	1 1	Adhésion: 38 \$ Membre: 10 \$ Non-membre: 15 \$			450 347-8007 Facebook
Tricot (atelier tampon à récurer)	Cercle de Fermières Saint-Jean-sur-Richelieu	16 +	485-3, rue Saint-Jacques (ST-J)	mar., mer. ou sam. 9:00-12:00	8 août					
Tricot (les tricoteuses)	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	mar. 13:00-15:30	1 ^{er} septembre	11	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Tricot / Crochet (aide)	Cercle de Fermières Saint-Jean-sur-Richelieu	12 +	485-3, rue Saint-Jacques (ST-J)	sam. 9:00-12:00	En continu		Adhésion: 38 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 347-8007 Facebook
Tricot / Crochet (base)	Cercle de Fermières Saint-Jean-sur-Richelieu	14 +	485-3, rue Saint-Jacques (ST-J)	mar., mer. ou sam. 9:00-12:00	En continu		Adhésion: 38 \$ / Membre: 10 \$ Non-membre: 15 \$			
Visite: Jardins Bonsai Gros-Bec	Société d'horticulture Haut-Richelieu	16 +	Départ: Carrefour Richelieu (ST-J)	sam. 8:00-17:00	15 août	1	Adhésion: 20 \$ / Membre: 60 \$ Non-membre: 108 \$			514 746-4774 - Facebook societehorticulture@gmail.com

Envie de découvrir une nouvelle activité ?

Pour en savoir plus: sjsr.ca/inscription et cliquez sur le titre des ateliers pour leur descriptif.

Aquarelle

Planche à roulettes

Étirements et respiration

Dégustation de vins

Et plus encore!



Boulodrome des Deux Rives

Pour le plaisir
de la pétanque intérieure



**JOURNÉE
PORTE
OUVERTE**

**Dimanche 13 septembre
10 h 30 à 15 h**

**ENEZ JOUER À
LA PÉTANQUE SUR
10 ALLÉES INTÉRIEURES**

Blé d'inde et breuvages
offerts sur place

Peu importe la météo,
la fête continue!

**Début de la saison
2026-2027**
Dès lundi le
14 septembre

Horaire
Lundi, mercredi, vendredi
et dimanche : dès 13 h
Mardi : dès 18 h 30

Activités de groupes
Réservez le Boulodrome pour
vos événements. Plaisir garantie!

287, 12^e avenue, Saint-Jean-sur-Richelieu (secteur Iberville)
450 346-0505 / boulodromedeuxrives@hotmail.com / boulodromedeuxrives.com

CONCERT À LA CHANDELLE

Une expérience musicale unique dans un lieu exceptionnel



PRÉSENTÉ PAR



ISABELLE BOULAY

29 OCTOBRE 20H

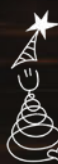
Cathédrale Saint-Jean-l'Évangéliste
215, rue Longueuil, Saint-Jean-sur-Richelieu

RÉSERVEZ VOS PLACES :
LETOILEHR.ORG

OU



Événement-bénéfice
au profit des enfants de



L'Étoile
PÉDIATRIE SOCIALE EN COMMUNAUTÉ
DU HAUT-RICHELIEU



Nouveaux citoyens, bienvenue!

Pour profiter pleinement
des attraits et services
de votre ville:

* sjsr.ca/nouveau-citoyen



Sport et activité physique

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Athétisme - Cross-Country	Club d'athlétisme St-Jean Olympique	12 / 18	Contactez l'organisme pour tous les détails				252 \$			stjeannolympique@gmail.com www.stjeanolympique.ca
Athlétisme - Club-école (débutant-intermédiaire)	Club d'athlétisme St-Jean Olympique	3 / 13	Piste d'athlétisme Pierre-Larose (ST-J)	Contactez l'organisme pour tous les détails			252 \$			
Athlétisme compétitif Puissance	Club d'athlétisme St-Jean Olympique	10 / 20	Piste d'athlétisme Pierre-Larose (ST-J)	mar. ou jeu. 17:30-19:00	15 septembre	14 ou 28	Contactez l'organisme pour plus d'informations			
Badminton	Association de badminton du Haut-Richelieu	16 +	Polyvalente Armand-Racicot (ST-J)	Contactez l'organisme pour tous les détails						info@abhr.org www.abhr.org
Badminton	Loisirs St-Gérard	12 / 17 18 +	École Saint-Gérard (ST-J)	lun. 18:30-19:30 lun., mar. ou mer. 19:30-22:00	21 septembre	12	50 \$ 70 \$			loisirsstgerard@gmail.com
Badminton familial (parent/enfant-ado) *Activité libre*	Ville	8 +	École Marie-Derome (ST-J) École Marie-Derome (ST-J) École N.-D.-de-Lourdes (ST-J) École N.-D.-de-Lourdes (IBER) École Marie-Derome (ST-J)	lun. 18:30-19:30 lun. 19:30-20:30 jeu. 18:30-19:30 sam. 11:00-12:00 dim. 10:00-11:00	14 septembre 17 septembre 19 septembre 20 septembre	9 11 10	34 \$ 42 \$ 38 \$		51 \$ 63 \$ 57 \$	FABAF-10 Inscriptions p. 4 FABAF-11 Chaque participant doit s'inscrire. FABAF-40 L'enfant/ado doit être accompagné d'un parent et vice versa. FABAF-60 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Badminton adulte *Activité libre*	Ville	18 +	École N.-D.-de-Lourdes (ST-J)	jeu. 19:30-20:30	17 septembre	11	60 \$	54 \$	90 \$	BADM-40 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Badminton - Location d'un terrain pour la session *Activité libre*	Ville	18 + (pour la réservation)	École N.-D.-de-Lourdes (ST-J) École N.-D.-de-Lourdes (ST-J) École N.-D.-de-Lourdes (IBER) École Marie-Derome (ST-J)	mer. 18:30-19:30 mer. 19:30-20:30 sam. 10:00-11:00 dim. 11:00-12:00	16 septembre 19 septembre 20 septembre	11 10	239 \$ 217 \$	215 \$ 195 \$	358 \$ 325 \$	LOBADM-30 Inscriptions p. 4 LOBADM-31 1 terrain par réservation. LOBADM-60 Matériel requis : détails sur le reçu. LOBADM-70 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Course à pied	Courailleurs Saint-Jean-sur-Richelieu	12 +	Piste d'athlétisme Pierre-Larose (ST-J)	lun. et jeu. 18:30-19:30	7 septembre	2x/sem.	Individuel: 70 \$ Familial: 100 \$			courailleurs@gmail.com www.lescourailleurs.com
Escrime (cours) Débutant	Club d'escrime Fleuret de Lys de St-Jean	10 / 13 13 / 17 18+	École Saint-Lucien (ST-J)	lun. 18:00-19:30 lun. 19:30-21:00 mar. 18:00-19:30	7 septembre 8 septembre	10 (1x/sem.)	150 \$			438 491-1668 francis@clubfleuretdelys.com www.clubfleuretdelys.com
Escrime (cours) Débutant au sabre	Club d'escrime Fleuret de Lys de St-Jean	13 / 17	École Saint-Lucien (ST-J)	mar. 19:30-21:00	8 septembre	10 (1x/sem.)	150 \$			
Escrime (cours) Intermédiaire	Club d'escrime Fleuret de Lys de St-Jean	12 / 15	École Saint-Lucien (ST-J)	lun. 18:00-19:30	7 septembre	10 (1x/sem.)	150 \$			
Escrime (cours) Perfectionnement	Club d'escrime Fleuret de Lys de St-Jean	Tous	École Saint-Lucien (ST-J)	mar. 18:00-19:30	8 septembre	10 (1x/sem.)	150 \$			
Football: camp d'entrainement	Association du football civil de St-Jean	6 / 12	Polyvalente Armand-Racicot (ST-J)	mar. et jeu. 18:00-20:00	4 août	28	450 \$ à 470 \$		670 \$	514 209-5985 - Facebook info@afcsjfootball.com
Football: Camp entraînement Élite	Association du football civil de St-Jean	13 / 17	Complexe sportif Cégep (ST-J)	lun. et mer. 17:00-19:00	3 août	28	670 \$		670 \$	514 209-5985 - Facebook info@afcsjfootball.com

Sport et activité physique (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Hockey cosom mixte par Denis Hébert	Ville	12 / 15 8 / 11	École des Savanes, édifice Providence (ST-L)	lun. 18:30-20:00 mar. 18:30-20:00	14 septembre 15 septembre	8 9	64 \$ 72 \$		96 \$ 108 \$	HOCO-10 Inscriptions p. 4 HOCO-20 Matériel requis : détails sur le reçu.
Judo	Club de Judo du Haut-Richelieu	4 +	Complexe sportif Vivacité (ST-L)	Contactez l'organisme pour tous les détails						450 529-1146 - info@clubjudohautrichelieu.com www.clubjudohautrichelieu.com
Karaté Shotokan (tous les niveaux) par Martin Boileau et David Bureau 	Ville	7 +	École Napoléon-Bourassa (L'AC)	jeu. 19:00-19:45	17 septembre	12	49 \$		74 \$	KASHO1-40 Inscriptions p. 4 Facebook : Karaté L'Acadie
Karaté Shotokan (intermédiaire et avancé) par Martin Boileau et David Bureau 	Ville	10 +	École Napoléon-Bourassa (L'AC)	jeu. 19:55-20:40	17 septembre	12	49 \$		74 \$	KASHO2-41 Inscriptions p. 4 Préalable : être inscrit au KASHO1-40 (19 h). Ceinture orange en montant. Facebook : Karaté L'Acadie
Karaté Shotokan (débutant) par David Bureau et Martin Boileau 	Ville	5 +	École secondaire Beaulieu (ST-J)	sam. 10:30-11:15	19 septembre	11	45 \$		68 \$	KADE-60 Inscriptions p. 4 Ceinture blanche et jaune. Facebook : Karaté L'Acadie
Karaté Shotokan (intermédiaire et avancé) par David Bureau et Martin Boileau 	Ville	8 +	École secondaire Beaulieu (ST-J)	sam. 9:00-10:15	19 septembre	11	75 \$		113 \$	KAHV-60 Inscriptions p. 4 Ceinture orange en montant. Facebook : Karaté L'Acadie
Kin-Ball récréatif	Association régionale de Kin-Ball de la Rive-Sud	7 / 12 11 / 15 16 +	À déterminer	lun. 18:30-19:30 lun. 19:30-20:30 mer. 19:45-21:30	21 septembre 23 septembre	10 (1x/sem.)	85 \$ 85 \$ 100 \$			450 994-7779 rive-sud@kin-ball.qc.ca Facebook
Kin-Jo-Do (Art martial du bonheur) par Lise Dextrateur	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mar. 10:30-11:30	15 septembre	11	132 \$	119 \$	198 \$	KIJO-20 Inscriptions p. 4 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Natation (cours)	Club de natation du Haut-Richelieu	6 / 13	Contactez l'organisme pour tous les détails							info.cnhr@gmail.com www.cnhr-natation.org
Pickleball	Association de Pickleball du Haut-Richelieu	16 +	Contactez l'organisme pour tous les détails							ass.pickle.hr@gmail.com www.aphr.ca
Pickleball - Location d'un terrain pour la session *Activité libre*	Ville	18 + (pour la réservation)	École des Prés-Verts (ST-L)	lun. 18:45-19:45 lun. 19:45-20:45 dim. 9:30-10:30 dim. 10:30-11:30 dim. 11:30-12:30	14 septembre 20 septembre	9 10	195 \$ 217 \$	176 \$ 195 \$	293 \$ 325 \$	LOPICK-10 Inscriptions p. 4 LOPICK-11 1 terrain par réservation. LOPICK-70 Matériel requis : détails sur le reçu. LOPICK-71 Descriptif : sjsr.ca/inscription LOPICK-72
Planche à roulettes (initiation) par Method skateboard	Ville	6 +	Parc de planche à roulettes Vieux-Saint-Jean* (ST-J)	sam. 13:00-14:00	19 septembre	6	145 \$		218 \$	SKATE-60 Inscriptions p. 4 *Si pluie : école Bruno-Choquette

Sport et activité physique (suite)

Familles, recherchez ce logo 

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Planche à roulettes (progression) par Method Skateboard	Ville	6 +	Parc de planche à roulettes Vieux-Saint-Jean* (ST-J)	sam. 14:05-15:05	19 septembre	6	145 \$		218 \$	SKATE2-61 Inscriptions p. 4 *Si pluie : école Bruno-Choquette Expérience requise : voir sjsr.ca/inscription
Planche à roulettes (freestyle) par Method Skateboard	Ville	6 +	Parc de planche à roulettes Vieux-Saint-Jean* (ST-J)	sam. 15:10-16:10	19 septembre	6	145 \$		218 \$	SKATE3-62 Inscriptions p. 4 *Si pluie : école Bruno-Choquette Expérience requise : voir sjsr.ca/inscription
Qi gong par Daniel Bélanger	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	mar. 9:15-10:15	15 septembre	12	144 \$	130 \$	216 \$	QIGO-20 Inscriptions p. 4
Soccer	Soccer Haut-Richelieu	4 +	Stade Dupont-Ford (ST-L)	Contactez l'organisme pour tous les détails						450 349-5545 - info@celtix.ca - www.celtix.ca
Tai chi (débutant) par Daniel Bélanger	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	lun. 10:55-11:55	14 septembre	10	120 \$	108 \$	180 \$	TACH-10 Inscriptions p. 4
Tai chi (2^e partie) par Daniel Bélanger	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	mar. 10:25-11:55	15 septembre	12	216 \$	194 \$	324 \$	TACH2-20 Inscriptions p. 4 Préalable : niveau débutant
Tai chi (3^e partie) par Daniel Bélanger	Ville	18 +	Bibliothèque Saint-Luc (ST-L) Espace culture	lun. 9:15-10:45	14 septembre	10	180 \$	162 \$	270 \$	TACH2-10 Inscriptions p. 4 Préalable : 2 ^e partie
Tai chi (continu) par Daniel Bélanger	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	jeu. 10:25-11:55	17 septembre	12	216 \$	194 \$	324 \$	TACHC-40 Inscriptions p. 4 Préalable : 3 ^e partie
Tai chi (débutant) par Suzanne Lorrain	Ville	16 +	École N.-D.-de-Lourdes (ST-J)	mar. 18:30-19:30	15 septembre	11	132 \$	119 \$	198 \$	TACH-20 Inscriptions p. 4
Tai chi (intermédiaire) par Suzanne Lorrain	Ville	16 +	École N.-D.-de-Lourdes (ST-J)	mar. 19:40-20:40	15 septembre	11	132 \$	119 \$	198 \$	TACH2-21 Inscriptions p. 4 Préalable : niveau débutant
Tai chi (avancé) par Suzanne Lorrain	Ville	16 +	École N.-D.-de-Lourdes (ST-J) Centre N.-D.-de-Lourdes (ST-J)	mar. 19:40-21:10 mer. 9:30-11:00	15 septembre 16 septembre	11 12	198 \$ 216 \$	178 \$ 194 \$	297 \$ 324 \$	TACH3-22 Inscriptions p. 4 TACH3-30 Préalable : connaître 1 ^{re} -2 ^e -3 ^e parties
Tennis junior	Association de tennis junior du Haut-Richelieu	6 / 8 8 / 10 10 / 13	École Marguerite-Bourgeoys (ST-J)	dim. 9:00-10:30 dim. 10:45-12:15 dim. 12:30-14:00	20 septembre	10 (1x/sem.)	140 \$			514 833-4015 info@atjhr.qc.ca www.atjhr.qc.ca
Volleyball (débutant) *Activité libre*	Ville	18 +	École Marie-Rivier (ST-J)	lun. 18:30-20:30 mer. 18:30-20:30 mer. 20:30-22:30	14 septembre 16 septembre	10 12	105 \$ 126 \$	95 \$ 113 \$	158 \$ 189 \$	VOLL-10 Inscriptions p. 4 VOLL-30 Descriptif : sjsr.ca/inscription VOLL-31
Volleyball (intermédiaire) *Activité libre*	Ville	18 +	École Marie-Rivier (ST-J)	lun. 20:30-22:30 mar. 18:30-20:30 mar. 20:30-22:30 jeu. 18:30-20:30 jeu. 20:30-22:30 dim. 12:30-14:30	14 septembre 15 septembre 17 septembre 20 septembre	10 12 11	105 \$ 126 \$ 116 \$	95 \$ 113 \$ 104 \$	158 \$ 189 \$ 174 \$	VOCO-11 Inscriptions p. 4 VOCO-20 Descriptif : sjsr.ca/inscription VOCO-21 VOCO-40 VOCO-41 VOCO-70

Activités pour personnes handicapées

TCC: Traumatisme craniocérébral / TSA: Trouble du spectre de l'autisme / DI: Déficience intellectuelle / DP: Déficience physique

Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Aquaforme	Société luçoise des personnes handicapées actives	18 +	Complexe sportif Cégep (ST-J)	lun. 14:00-15:00	14 septembre	12	À déterminer			450 359-2000
Exercices en douceur	Société luçoise des personnes handicapées actives	18 +	114, rue Jean-Talon (ST-J)	lun. 8:45-10:00	14 septembre	12				
Sports variés	Olympiques spéciaux Québec du Haut-Richelieu	8 +	Contactez l'organisme pour tous les détails							514 781-2306 – boumarcel@outlook.com Facebook
Yoga en douceur	Société luçoise des personnes handicapées actives	18 +	À déterminer	mer. 14:00-15:30	9 septembre	16	À déterminer			450 359-2000

La Carte citoyen, complice de vos loisirs

Pour l'obtenir ou la renouveler :

- **EN LIGNE :** complétez le formulaire au sjsr.ca/carte-citoyen
- **EN PERSONNE :** présentez-vous dans l'une des trois bibliothèques



CONSERVEZ VOTRE CARTE ACTUELLE !

La carte citoyen s'est refait une beauté, mais votre carte actuelle est toujours valide ! Présentez-la à votre renouvellement pour y apposer sa nouvelle date d'expiration.

Votre CARTE CITOYEN doit être valide pour:



S'inscrire aux activités et ateliers de loisirs municipaux



Profiter des services des bibliothèques



Inscrire vos enfants au camp de jour



Mise en forme

Inscriptions p. 4

♥ Cardiovasculaire 🏋️ Musculaire ⚙️ Routine avec coordination 🔥 Intense ☀️ Extérieur 👤 Adapté aux personnes ayant des limitations										
Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Abdos de fer par Pierre-Olivier Champagne	Ville	18 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 19:10-20:10	15 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFABEX-20 
Activités physiques sur chaise	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	mar. 9:30-10:30	15 septembre	10	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
Atelier : Ayurveda au féminin	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	jeu. 9:00-12:00	17 septembre 15 octobre	1 1	Adhésion: 5 \$ / Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 - registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Bootcamp - par Mélanie Boucher	Ville	16 +	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	lun. 18:10-19:10	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MFBOOT-11 
Bootcamp par Pierre-Olivier Champagne	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 18:00-19:00	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MFBOOT-10 
BoxeFit par Pierre-Olivier Champagne	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 19:10-20:10	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MFCBOXE-10 
Cardio et entraînement doux par Stéphanie Lachance	Ville	55 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mar. 12:40-13:40	15 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MFCADO-20 
Cardio-danse	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	mer. 10:00-11:00	16 septembre	10	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
NOUVEAU! Cardio-musculation (express) - par Katleen Mikula	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mar. 19:10-19:55	15 septembre	12	84 \$	76 \$	126 \$	MFCAMU-20 Descriptif : sjsr.ca/inscription 
Danse et exercices (express) par Stéphanie Lachance	Ville	18 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 16:05-16:50	14 septembre	10	70 \$	63 \$	105 \$	MFDAEX-10 
Énergie vitale par Daniel Bélanger	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	jeu. 9:15-10:15	17 septembre	12	144 \$	130 \$	216 \$	ENERGIE-40 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Étirements classiques par Essentrics	Ballet classique du Haut-Richelieu	18 +	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	mer. ou jeu. 10:00-11:00	9 septembre	13	290 \$			450 348-3945 info@ballethautrichelieu.ca www.ballethautrichelieu.ca
Étirements et détente par Stéphanie Lachance	Ville	18 + 16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J) Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 17:00-17:45 sam. 10:10-11:10	14 septembre 19 septembre	10 11	70 \$ 103 \$	63 \$ 93 \$	105 \$ 155 \$	MFETIR-12 MFETIR-60
Étirements et détente sur chaise par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 12:40-13:40	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MFETIR-11
NOUVEAU! Étirements et respiration par Annie Morris	Ville	18 +	Pavillon Mille-Roches (IBER)	jeu. 17:20-18:20	17 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MFRESP-40 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Fesses de feu (express) par Pierre-Olivier Champagne	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	jeu. 18:00-18:45	17 septembre	12	84 \$	76 \$	126 \$	MFFEUE-40 
Fitness (express) par Pierre-Olivier Champagne	Ville	9 + 18 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 16:00-16:45 jeu. 18:55-19:40	16 septembre 17 septembre	12	84 \$	76 \$	126 \$	MFFITEX-30 MFFITEX-40 

Mise en forme (suite)

Inscriptions p. 4

 Cardiovasculaire  Musculaire  Routine avec coordination  Intense  Extérieur  Adapté aux personnes ayant des limitations										
Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
Fitness mix (cours variés) par Mélanie Boucher	Ville	16 +	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	mer. 18:25-19:25	16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MF MIX-30   
Gym douce sur chaise par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	ven. 9:00-10:15	18 septembre	12	141 \$	127 \$	212 \$	MFGYM-50
HIIT - par Pierre-Olivier Champagne	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	dim. 9:45-10:45	20 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MF HIIT-70   
Marche et mise en forme sur la bande du canal (extérieur) par Diane Daigneault	Ville	60 +	Bande du canal (ST-L) Départ : Parc Docquier, Île Ste-Thérèse*	jeu. 15:20-16:20	17 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MF CPM-40   *Si pluie: pavillon Gérard-Morin
Marche Nordique (extérieur) par Annie Morris	Ville	18 +	Parc Pierre-Lemoyne-D'Iberville (IBER) Parc naturel des Parulines (L'AC)	mar. 10:00-11:00 jeu. 10:00-11:00 sam. 10:30-11:30	15 septembre 17 septembre 19 septembre	12 11	122 \$ 112 \$	110 \$ 101 \$	183 \$ 168 \$	MF MANO-20 MF MANO-40 MF MANO-60  
Mise en forme et abdos sur chaise par Diane Daigneault	Ville	50 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	jeu. 12:20-13:20	17 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MF ABCH-40  
Mise en forme (express) par Diane Daigneault	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 12:00-12:45 lun. 16:30-17:00	14 septembre	10	70 \$ 47 \$	63 \$ 42 \$	105 \$ 71 \$	MF EXP-10 MF EXP-11  
Mise en forme (perte de poids) par Diane Daigneault	Ville	16 +	Pavillon Mille-Roches (IBER)	mar. 18:45-19:45	15 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MF PEPO-20   *Des séances auront lieu à l'école NDL Iberville
Mise en forme 25+ par Pierre-Olivier Champagne	Ville	25 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 18:00-19:00	15 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MF 25-20  
Mise en forme 40+ par Pierre-Olivier Champagne	Ville	40 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 9:00-10:00 jeu. 10:05-11:05	14 septembre 17 septembre	10 12	94 \$ 112 \$	85 \$ 101 \$	141 \$ 168 \$	MF 40-10 MF 40-40  
Mise en forme 50+ par Pierre-Olivier Champagne	Ville	50 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J) Pavillon Gérard-Morin (ST-L) Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 13:30-14:30 mer. 9:00-10:00 mer. 14:40-15:40	15 septembre 16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MF 50-20 MF 50-30 MF 50-31  
Mise en forme 55+ par Diane Daigneault	Ville	55 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 9:25-10:25	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MF 55-10  
Mise en forme 60+ par Diane Daigneault	Ville	60 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mer. 11:45-12:45	16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MF 60-30  
Mise en forme 60+ par Pierre-Olivier Champagne	Ville	60 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 9:00-10:00 jeu. 13:30-14:30	15 septembre 17 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MF 60-20 MF 60-40  
Mise en forme 65+ par Diane Daigneault	Ville	65 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 10:35-11:35 mer. 9:25-10:25	14 septembre 16 septembre	10 12	94 \$ 112 \$	85 \$ 101 \$	141 \$ 168 \$	MF 65-10 MF 65-30  
Mise en forme avec chaise par Diane Daigneault	Ville	55 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 12:55-13:55 mer. 10:35-11:35	14 septembre 16 septembre	10 12	94 \$ 112 \$	85 \$ 101 \$	141 \$ 168 \$	MF CHA55-10 MF CHA55-30  
Mise en forme combo par Pierre-Olivier Champagne	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	ven. 13:30-15:00	18 septembre	12	169 \$	152 \$	254 \$	MF COMBO-50  

Mise en forme (suite)

Inscriptions p. 4

♥ Cardiovasculaire ✚ Musculaire ⚙ Routine avec coordination 🏃 Intense ☀ Extérieur 👤 Adapté aux personnes ayant des limitations										
Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
NOUVEAU! Mise en forme débutant par Mélanie Boucher	Ville	16 +	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	mer. 17:15-18:15	16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFDEB-30 Descriptif : sjsr.ca/inscription  
Mise en forme et étirements par Diane Daigneault	Ville	55 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 8:15-9:15	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MFETIR-10  
Mise en forme et musculation par Diane Daigneault	Ville	55 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mer. 12:55-13:55	16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFMUSCU-30 
Mise en forme et pilates par Diane Daigneault	Ville	18 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 15:00-16:00	15 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MFPILA-20  
Mise en forme et stations (express) par Diane Daigneault	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 16:55-17:25	16 septembre	12	56 \$	50 \$	84 \$	MFSTAT-30 
Musculation avec chaise par Diane Daigneault	Ville	50 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	jeu. 11:10-12:10	17 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MFMUCH-40 
Musculation stretching par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 10:20-11:35 jeu. 8:45-10:00	15 septembre 17 septembre	12	141 \$	127 \$	212 \$	MFMUST-20 MFMUST-40 
Musculation yoga par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 11:15-12:30	14 septembre	10	117 \$	105 \$	176 \$	MFMUYO-10  
Musculation yoga sur chaise par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 9:00-10:15	16 septembre	12	141 \$	127 \$	212 \$	MFMUYO-30  
Pilates au sol	Ballet classique du Haut-Richelieu	18 +	385, boul. St-Luc, local 101 (ST-L)	mar. 19:35-20:35	8 septembre	13	290 \$			450 348-3945 info@ballethautrichelieu.ca www.ballethautrichelieu.ca
Pilates au sol (express) par Stéphanie Lachance	Ville	40 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mar. 11:45-12:30	15 septembre	11	77 \$	69 \$	116 \$	MFPILA-21 Descriptif : sjsr.ca/inscription 
Pilates - par Diane Daigneault	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 17:35-18:35	16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFPILA-30  
Pilates Core - par Diane Daigneault	Ville	16 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 17:10-18:10	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	MFPIILAC-10  
Pilates débutant par Annie Morris	Ville	18 +	Pavillon Mille-Roches (IBER) Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	jeu. 18:30-19:30 sam. 9:00-10:00	17 septembre 19 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	MFPILA-40 MFPILA-60 
Pound® fitness par Solveig Charest	Ville	13 +	École des Savanes, édifice Sacré-Cœur (ST-L)	lun. 18:30-19:15 mer. 19:45-20:30	14 septembre 16 septembre	11	99 \$	89 \$	149 \$	MFPOUNDA-10 MFPOUNDA-30   
Relaxation et stretching par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Centre N.-D.-de-Lourdes (ST-J) Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 8:45-9:45 mer. 11:50-12:50 ven. 10:25-11:25 ven. 11:35-12:35	14 septembre 16 septembre 18 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFRELA-10 MFRELA-30 MFRELA-50 MFRELA-51
Renforcement de l'équilibre (express) par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	lun. 10:20-11:05	14 septembre	10	70 \$	63 \$	105 \$	MFRENF-10 
NOUVEAU! S'asseoir au sol et se relever - par Sandrine Nakache	Ville	18 +	Centre N.-D.-de-Lourdes (ST-J)	mar. 9:00-9:45	15 septembre	12	84 \$	76 \$	126 \$	MFSOL-20 Descriptif : sjsr.ca/inscription

Mise en forme (suite)

Inscriptions p. 4

 Cardiovasculaire  Musculaire  Routine avec coordination  Intense  Extérieur  Adapté aux personnes ayant des limitations										
Activité	Organisme	Âges min/max	Site	Horaire	Date de début	Nombre séances	Tarif résident	Tarif 60 +	Tarif non-résident	Information
NOUVEAU! Step par Katelyn Mikula	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	mar. 18:00-19:00	15 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFSTEPF-20   
Synergik par Pierre-Olivier Champagne	Ville	40 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 13:30-14:30	16 septembre	12	112 \$	101 \$	168 \$	MFSYN-30
Yoga (Hatha) - par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 10:25-11:40	16 septembre	12	211 \$	190 \$	317 \$	YOHAT-30
Yoga (matinée)	Collectivement Elles	15 +	390, rue Georges-Phaneuf (ST-J)	ven. 9:30-11:30	11 septembre 25 septembre 16 octobre	1 1 1	Adhésion: 5 \$ Membre: Gratuit Non-membre: 5 \$			450 346-0662 registrariat@cfhr.ca www.collectivementelles.ca
Yoga avec chaise et étirements par Diane Daigneault	Ville	60 +	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	jeu. 13:50-14:50	17 septembre	11	154 \$	139 \$	231 \$	YOCHEIR-40
Yoga détente - par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Domaine Trinity (IBER)	jeu. 10:30-11:45	24 septembre	10	176 \$	158 \$	264 \$	YODE-40
Yoga doux - par Diane Daigneault	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mer. 18:45-19:45	16 septembre	12	168 \$	151 \$	252 \$	YODO-30
Yoga doux - par Sandrine Nakache	Ville	16 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 11:45-13:00	15 septembre	12	211 \$	190 \$	317 \$	YODO-20
Yoga et stretching-relaxation par Diane Daigneault	Ville	16 +	Pavillon Mille-Roches (IBER)	mar. 19:55-20:55	15 septembre	11	103 \$	93 \$	155 \$	YOSTRETCH-20 *Des séances auront lieu à l'école NDL Iberville
Yoga parent/enfant par Stéphanie Lachance 	Ville	6 / 10	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	sam. 11:20-12:05	19 septembre	11	116 \$		174 \$	YOGAPE-60
NOUVEAU! Yoga flex par Diane Daigneault	Ville	18 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 18:20-19:20	14 septembre	10	140 \$	126 \$	210 \$	YOFLEX-10 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Yoga sur chaise	Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	55 +	1095, boul. d'Iberville (IBER)	ven. 10:00-11:00	18 septembre	5 (1x/2 sem.)	Adhésion: 10 \$ Membre: Gratuit			450 347-1172, poste 225 www.cabiberville.org soutien@cabiberville.org
NOUVEAU! Yoga sur chaise par Mélanie Boucher	Ville	18 +	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	lun. 17:00-18:00	14 septembre	10	140 \$	126 \$	210 \$	YOCHE-10 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Yoga tonus par Mélanie Boucher	Ville	16 +	Pavillon Gérard-Morin (ST-L)	lun. 19:20-20:20	14 septembre	10	94 \$	85 \$	141 \$	YOTO-10 Descriptif : sjsr.ca/inscription  
Yoga-entraînement sur chaise par Pierre-Olivier Champagne	Ville	40 +	Pavillon René-Lévesque (ST-J)	jeu. 14:40-15:40	17 septembre	12	168 \$	151 \$	252 \$	YOCHE-40 Descriptif : sjsr.ca/inscription
Zumba	Loisirs St-Gérard	6 +	École Saint-Gérard (ST-J)	mar. 18:30-19:30	22 septembre	12	120 \$			loisirsstgerard@gmail.com
Zumba Gold® par Marinela de Medeiros Pires	Ville	50 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L) Pavillon Pierre-Benoit (ST-L) Pavillon René-Lévesque (ST-J)	mar. 9:00-10:00 mer. 14:30-15:30 sam. 9:45-10:45	15 septembre 16 septembre 19 septembre	11 12	132 \$ 144 \$	119 \$ 130 \$	198 \$ 216 \$	MFZUGO-20 MFZUGO-30 MFZUGO-60  
Zumba Fitness® par Marinela de Medeiros Pires	Ville	13 +	Pavillon Pierre-Benoit (ST-L)	lun. 15:00-16:00 jeu. 18:00-19:00	14 septembre 17 septembre	11 12	132 \$ 144 \$	119 \$ 130 \$	198 \$ 216 \$	MFZUMB-10 MFZUMB-40  
Zumba® par Solveig Charest	Ville	13 +	École des Savanes, édifice Sacré-Cœur (ST-L)	lun. 19:30-20:30 mer. 18:30-19:30	14 septembre 16 septembre	11	132 \$	119 \$	198 \$	MFZUMB-11 MFZUMB-30  

CENTRE DES SPORTS DE LA GARNISON SAINT-JEAN

Ouvert à tous !

- **Cours de groupe :**
spinning, yoga, Zumba, bootcamp, et plus encore !
- **Mur d'escalade**
- **Tir à l'arc intérieur**
- **Camp de jour estival**
- **4 salles d'entraînement (musculature et cardio) et 4 gymnases**
- **Location d'équipements plein air pour toutes les saisons**

Nous sommes fiers de travailler en collaboration avec de nombreux partenaires, dont : le Centre de plein air l'Estacade, l'Assistance and Referral Centre (ARC), Loisirs et Sports Montérégie, l'Association de kinball de la Rive-Sud, Le Club d'échecs de Saint-Jean et Service des loisirs de la Ville de St-Jean.

**NOTRE OFFRE DE
SERVICES PSP**



POUR INFORMATION ET INSCRIPTION
450 358-7099 # 7262 • info@loisirs-st-jean@forces.gc.ca



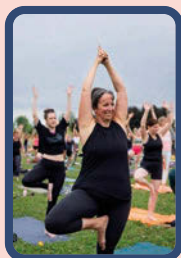
**Utilisation / Location de
plateaux sportifs :**

Intérieurs : pickleball,
badminton, volleyball,
basketball, pistes de course

Extérieurs : soccer, baseball,
volleyball de plage, deck
hockey

**Destination
50+**
L'incontournable
des 50 ans et plus !

LES ACTIVITÉS "COUP DE COEUR"



YOGA avec
Marie-Julie Ménard

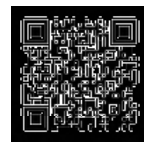


ZUMBA avec
Marinela de Medeiros Pires



PICKLEBALL

Consultez la
programmation
complète sur
Facebook :



LES NOUVEAUX RENDEZ-VOUS

Sortie culturelle

Janette en rappel chez Ducape
Mercredi 9 décembre 2026
Montréal - Place des arts - Départ à 18h00
60\$ taxes et transport inclus

Cerveaux Entr'AÎNÉS

Exercices variés pour faire travailler la
mémoire, l'attention, le raisonnement et le
langage, tout en s'amusant. **Dès septembre**

... et bien d'autres
activités à découvrir !

INFORMATIONS | INSCRIPTIONS



450 347 4500



info@destination50plus.org



125 Jacques-Cartier Nord
Saint-Jean-sur-Richelieu



ALLAITER PARTOUT. ÊTRE SOUTENU ICI.

SEMAINE MONDIALE DE
L'ALLAITEMENT MATERNEL

• 1ER AU 7 OCTOBRE 2026 •



WWW.LACTEA.ORG



Commerces locaux
participants



Activités pour
toute la famille



Soutien et
accompagnement

Les graffitis, c'est par ici !

Emplacements des murs légaux



Sous le pont du chemin de fer
du parc des Éclusiers, dans le
Vieux-Saint-Jean : accessible
tous les jours de 7 h à 3 h.



Piste multifonctionnelle au bout
de la rue Riendeau, à l'angle de
la 10^e Avenue, dans le **secteur
Iberville** : accessible tous les
jours de 7 h à 23 h.

Sinon, ce n'est
PAS PERMIS !

Signalez les graffitis illégaux :



sjsr.ca/graffitis

Rendons notre ville
encore plus belle !



VILLE DE
SAINT-JEAN-
SUR-RICHELIEU



Découvrez la programmation consacrée à l'interculturel

Plusieurs activités partout dans la région



Découvrir

Vivre

Socialiser



Des activités bien diversifiées

Ateliers spécifiques pour personnes issues
de l'immigration | Webinaire, outils et
formations en lien avec l'interculturel
| Activités de sensibilisation | Activités
interculturelles et sportives...

Bienvenue à tous : personnes issues de l'immigration ainsi que la communauté d'accueil

L'ANCRE
Immigration en région

lancre.ca/evenements



Services continus offerts par les organismes

Bottin complet des organismes au : * organismes.sjsr.ca

ORGANISMES DE LOISIRS, SPORTS ET CULTURELS			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
5 ^e Groupe Scout de Saint-Jean-sur-Richelieu	Permet aux jeunes de 7 à 25 ans de créer des projets à hauts défis favorisant le développement du leadership et l'implication dans la communauté. Rencontres hebdomadaires, camps d'été et d'hiver.	819 609-9662	tresor5e@icloud.com www.5e-scout-sjsr.ca
Amis de Trinity d'Iberville (Les)	Promotion et animation du site patrimonial du Domaine Trinity, avec une programmation d'expositions et d'activités culturelles animées.	450 346-1830	trinityiberville@yahoo.ca www.lesamisdetrinity.com
Art[o] la coop créative	Coopérative d'artistes amateurs et professionnels de la région. Événements et activités culturels (expositions en art visuel, spectacles de musique, littérature, métiers d'art, etc.). [Salle d'exposition : 37, rue Saint-Jacques]	450 346-9036	administration@cooparto.com www.cooparto.com
Association de badminton du Haut-Richelieu	Pratique du badminton pour tous les niveaux (débutant à élite).		info@abhr.org – www.abhr.org
Association de basketball de Saint-Jean-sur-Richelieu	Pratique du basketball pour les jeunes, niveau débutant à élite. Concentration sport.		abstjr@gmail.com – www.basketballstjean.ca
Association de Moto-Tourisme du Haut-Richelieu	Randonnées (tous types de motos) et activités pour les membres dans un environnement convivial et sécuritaire.	450 357-3138	info@amthr.com – www.amthr.com
Association de patineurs artistiques de Saint-Jean (CPA)	Cours de patinage (initiation), patinage artistique et synchronisé, cours privés et compétitions pour les jeunes.		info@cpastjean.com – www.cpastjean.com
Association de Pickleball du Haut-Richelieu	Club promouvant la bonne pratique du sport. Jeu extérieur ou intérieur, pour tous les niveaux (débutant à élite).		ass.pickle.hr@gmail.com – www.aphr.ca
Association de tennis junior du Haut-Richelieu	Cours de tennis pour les jeunes (débutant à élite) en intérieur et extérieur. Concentration sport.	514 833-4015	info@atjhr.qc.ca – www.atjhr.qc.ca
Association des loisirs de St-Edmond	Loisirs de quartier offrant diverses activités (cartes, sacs de sable, baseball poche, pétanque, etc.). Patinoire et fête de quartier.	438 873-9224	adessureault@hotmail.com
Association du football civil de St-Jean-sur-Richelieu	Pratiques et parties (intérieur et extérieur) pour les jeunes de 6 à 17 ans des niveaux : Atome, Moustique, Peewee, Bantam et Midget.	514 209-5985	afcsjfoot@gmail.com www.afcsjfootball.com
Association Québec-France Vallée-du-Richelieu	Activités culturelles et sociales pour développer les liens d'amitié et de coopération entre membres des nations québécoise et française.	450 658-4887 ou 438 525-4171	richardnolet@videotron.ca www.quebecfrancecvr.org
Association régionale de Kin-Ball de la Rive-Sud	Pratique du Kin-Ball pour tous les âges. Initiation au sport, tournois, ligue, cours et événements.	450 748-1388	rive-sud@kin-ball.qc.ca
Ballet classique du Haut-Richelieu	Offre variée de cours pour enfants, adultes et parents-enfants : ballet classique (tous les niveaux), initiation à la danse, danse contemporaine, essentrics et pilates. Présentation de spectacles. Camp de jour.	450 348-3945	bchr@videotron.ca www.balletehautrichelieu.ca
Boulodrome des Deux Rives	Jeux de pétanque intérieur comptant dix allées permettant d'accueillir simultanément 60 joueurs. Le site est ouvert de septembre à août, plusieurs jours par semaine.	450 346-0505	boulodromedeuxrives@hotmail.com www.boulodromedeuxrives.com
Cadets de l'air du Canada Escadron 613 de St-Jean/Iberville	Activités destinées aux jeunes de 12 à 18 ans en matière d'aviation et d'aérospatiale. Promotion des bienfaits d'une vie active et saine au travers d'une variété d'activités.	450 358-7301	613.president@cadetsair.ca www.cadetsair.ca/accueil
Capteurs D'Images	Regroupement de passionnés de photographie, pour tous les âges et tous les niveaux. Diverses activités offertes (ateliers, défis, conférences, expositions et sorties).	514 550-8110	info@capteursdimages.ca www.capteursdimages.ca
Cargaison (La)	Collectif créatif en arts multidisciplinaires et en art numérique. Création d'œuvres ou de projets artistiques et activités de médiation culturelle.	514 825-6625	info@lacargaison.org www.lacargaison.org
Centre des œuvres St-Jean	Club social proposant diverses activités de loisir pour ses membres (jeux de cartes, ligue de dards, soirées récréatives, etc.).	450 347-8585	
Cercle de Fermières de L'Acadie	Regroupements de femmes partageant leur savoir sur le tissage et les métiers d'arts (tricot, broderie, couture, courtpointe, artisanat, etc.). Chaque groupe propose une gamme d'activités variées, autant liées à l'artisanat qu'à des activités de loisir ou des actions communautaires.	514 268-6624 ou 514 704-2285	cfqlacadie.comrec@gmail.com
Cercle de Fermières de Saint-Jean-sur-Richelieu		450 347-8007	cfqstjean@hotmail.com
Cercle de Fermières de Saint-Luc		514 924-7613	sbachand22@gmail.com
Cercle de Fermières d'Iberville		450 359-9284	labelle@feyr.com – Page Facebook
Cercle philharmonique de St-Jean		450 376-7767	info@cpsj.org – www.cpsj.org
Chemins du Québec Compostelle	Chemin de rando-communautaire de 1 200 km de Montréal à Gaspé passant à Saint-Jean-sur-Richelieu. Communauté de randonneurs qui marchent librement en groupe ou individuellement sur l'un des nombreux tronçons proposés.	1 844-644-3249	coordination@cheminduquebec.ca www.quebeccompostelle.com/Chemin-du-Quebec

Services continus offerts par les organismes (suite) Bottin complet des organismes au : *organismes.sjsr.ca

ORGANISMES DE LOISIRS, SPORTS ET CULTURELS			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Chevaliers de Colomb du Conseil de Iberville, no : 3206	Activités de financement destinées à soutenir des organismes locaux travaillant auprès de personnes dans le besoin. Activités sociales et rencontres destinées aux membres.	450 346-6575	bollecdec@gmail.com Page Facebook
Chevaliers de Colomb du Conseil de St-Jean, no : 1145	Activités de financement destinées à soutenir des organismes locaux travaillant auprès de personnes dans le besoin. Activités sociales et rencontres destinées aux membres.	579 362-1145	ruet.c@videotron.ca
Chœur les Nénuphars (Le)	Chorale pour les jeunes de 7 à 17 ans. Apprentissages du chant de tous genres et styles, ainsi que la théorie musicale. Concerts.		choeurlesnenuphars@outlook.com
Chœur du Richelieu (Le)	Chorale composée de chanteurs amateurs, ouvert à tous les groupes d'âges. Répertoire varié et concerts.	450 291-3153	choeurrichelieu@gmail.com www.choeurdurichelieu.qc.ca
Club BMX Haut-Richelieu	Pratique du BMX d'avril à octobre sur piste. Différents niveaux offerts (débutant à élite). Entraînements et compétitions. Jeunes et adultes.	514 887-2465	comite.bmxhr@gmail.com bmxhr.com
Club cycliste du Haut-Richelieu	Activités de randonnée pour les amateurs de vélos de route de tous les niveaux. Clientèle adulte.		club.cyclistehaut.richelieu@gmail.com www.clubcyclisteduhautrichelieu.com
Club d'athlétisme St-Jean Olympique	Pratique de différentes disciplines de l'athlétisme. Différents niveaux offerts (débutant à élite). Compétitions (adultes).		stjeanolympique@gmail.com www.stjeanolympique.ca
Club d'échecs de Saint-Jean-sur-Richelieu	Activités d'initiation, de formation et de perfectionnement, séances amicales et activités compétitives pour différents groupes d'âges (enfants, ados, adultes et aînés).	450 900-1144	info@echecs-sjsr.com www.echecs-sjsr.com
Club d'escrime Fleuret de Lys de St-Jean	Cours d'escrime pour jeunes et adultes. Différents niveaux offerts (débutant à perfectionnement).	438 491-1668	info@clubfleuretdelys.com www.clubfleuretdelys.com
Club d'ornithologie du Haut-Richelieu	Excursions guidées et observation des oiseaux, conférences, implication dans la protection des milieux fragiles et la sauvegarde des espèces menacées.		communication@clubornithohr.com www.clubornithohr.com
Club de bridge des Richelains	Sessions quotidiennes, cours et activités sociales, pour les joueurs de bridge de tous les niveaux.	450 347-5577	bmongeau@videotron.ca www.bridgemontréal.ca/fr/clubs/des-richelains
Club de Judo du Haut-Richelieu	Cours de Judo et de Judo-Jujitsu pour tous les groupes d'âges, dont parents-enfants. Différents niveaux offerts (débutant à élite). Services complémentaires (physiothérapie, aide aux études, etc.). Concentration sport.	450 529-1146	gerald@judohr.com www.clubjudohautrichelieu.com
Club de motoneige Les Sabres région d'Iberville	Regroupement de motoneigistes de tous les âges. Sorties hebdomadaires dans les sentiers du Haut-Richelieu couvrant une distance d'un peu plus de 160 kilomètres, activités de groupes et entretien des sentiers.	514 715-6823	cmsabres@hotmail.com Page Facebook
Club de natation du Haut-Richelieu	Cours de natation de différents niveaux (initiation à or-sénior) pour les jeunes et maîtres-nageurs pour les adultes. Compétitions. Concentration sport.		conseiladm.cnhrr@gmail.com www.cnhrr-natation.com
Club de volley-ball du Haut-Richelieu	Pratique du volley-ball de plage de tous les niveaux, pour adultes. Camp jeunesse de volley-ball de plage et volley-ball intérieur pour les jeunes de niveau élite.		info.cvbhaurichelieu@gmail.com www.cvbhaurichelieu.com
Club radio-amateur de la Vallée du Richelieu	Cours pour l'obtention des certificats fédéraux de compétence, certificat de base et supérieur de radioamateur. Réunions mensuelles, conférences, concours en onde, communications en situation d'urgence et ateliers techniques.	514 712-4912	info@ve2cvt.org www.ve2cvt.org
Corps de cadets royaux de l'armée canadienne 2595 - SJ	Activités destinées aux jeunes de 12 à 18 ans afin de vivre des expériences enrichissantes et formatrices en plein air (cartes et boussoles, survie et camping en forêt, randonnées, etc.). Activités reliées aux traditions des cérémonies militaires et de civisme.		2595.comite@lccac.qc.ca cadetsstjean.com
Courailleurs Saint-Jean-sur-Richelieu (Les)	Pratique de la course à pied pour tous les niveaux dans une approche accessible et favorisant la participation. Clientèle adulte.		courailleurs@gmail.com – www.lescourailleurs.com
École de gymnastique artistique du Haut-Richelieu (Imagym)	Cours de gymnastique destinés aux jeunes offert dans un contexte d'apprentissage récréatif ou compétitif. Différents niveaux offerts (débutant à élite). Concentration sport.	450 358-6546	info@imagym.ca www.imagym.ca

Services continus offerts par les organismes (suite) Bottin complet des organismes au : *organismes.sjsr.ca

ORGANISMES DE LOISIRS, SPORTS ET CULTURELS			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Ensemble pour la Communauté	Organisation d'activités pour la communauté (soirée de jeux de table, planifier des sorties culturelles, etc.) et levées de fonds destinées au soutien des jeunes.	450 347-5454	info@st-eugene.club
Escadrille nautique Fort St-Jean	Cours de sécurité nautique accrédité par Transports Canada pour l'obtention de la carte de conducteur d'embarcation de plaisance.	450 348-0811	nadeaubernard@hotmail.com www.cps-ecp.ca
Légion royale canadienne filiale Richelieu (Québec 79)	Au service de tous les vétérans et leur famille. Réalisation de divers services communautaires (représentation, accompagnement, services essentiels, etc.), activités commémoratives, levées de fonds, activités sociales, programmes d'éducation pour les jeunes.-	450 357-1390	filiale79@videotron.ca www.filialerichelieu79.com
Ligue de balle-molle mineure Saint-Jean-sur-Richelieu	Pratique de la balle-molle pour les jeunes de niveau débutant.		lbmsjsr@gmail.com - www.lbmsjsr.ca
Ligue de baseball mineur de Saint-Jean	Pratique du baseball pour les jeunes de niveau débutant à élite.		president@lbms-jean.com – www.lbms-jean.com
Ligue de hockey mineur de Saint-Jean (La)	Pratique du hockey pour les jeunes de niveau débutant à élite. Concentration sport.	450 347-1113	info@lhmsj.com – www.lhmsj.com
Ligue navale du Canada Succursale de St-Jean-sur-Richelieu [Corps de cadets de la Marine Richelieu (CCMRC 168 Richelieu)]	Activités destinées aux jeunes de 12 à 18 ans en matière de matelotage et de navigation visant à acquérir des connaissances et compétences.		st-jean@liguenaaveducanada.qc.ca www.cadetsstjean.com
Loisirs St-Gérard (Les)	Association de loisirs de quartier (citoyens bénévoles) proposant diverses activités récréatives et sociales. Organisation d'événements et fête de quartier.	514 746-4345	loisirsstgerard@gmail.com Page Facebook
Musée du Haut-Richelieu	Diffusion de l'histoire régionale et promotion de la céramique québécoise ancienne et contemporaine. Visites guidées, expositions et activités variées, ateliers pour enfants et adultes, boutique cadeaux. [Expositions : 182, rue Jacques-Cartier N.]	450 347-0649	info@museeduhaut-richelieu.com www.museeduhaut-richelieu.com
Patrimoine L'Acadie	Promotion et animation du site patrimonial de l'église Sainte-Marguerite de Blainville, son presbytère, le calvaire, en plus de souligner la contribution du peuple acadien à notre héritage culturel. Diverses activités : Fêtes patrimoniales, visites guidées, rallyes, concerts, conférences etc.	450 357-2378	patrimoineacadie@gmail.com www.patrimoineacadie.com
Randonneurs du Haut-Richelieu (Les)	Activités de randonnée pour les adultes amateurs de vélos de route de tous les niveaux, qui partagent le plaisir de rouler en peloton de façon sécuritaire, dans un esprit de respect et d'entraide.		lesrandonneursduhautrichelieu@gmail.com www.lesrandonneursduhautrichelieu.ca
Soccer Haut-Richelieu (Celtix)	Pratique du soccer pour tous les groupes d'âges. Différents niveaux offerts (débutant à élite). Concentration sport.	450 349-5545	info@celtix.ca – www.celtix.ca
Société d'horticulture Haut-Richelieu	Regroupement de passionnés d'horticulture et d'écologie. Ateliers pratiques, conférences, partage de plantes (printemps), visites de jardins publics et privés, projets spéciaux, etc.	514 746-4774	societehorticulturehr@gmail.com www.fsheq.com/societe-1547
Société nationale des Québécois, région Richelieu-Saint-Laurent	Activités en lien avec la promotion de l'identité québécoise (Mérite en histoire, concours de musique Floredelys, activités pour souligner la journée nationale des Patriotes, etc.).	450 346-1141	information@snqsl.quebec www.snqsl.quebec
Société pour la promotion d'événements culturels du Haut-Richelieu (SPEC)	Promotion d'événements, d'artistes et de musiciens de tous les genres. Conférences, ciné-clubs et théâtre. [Théâtre des Deux Rives : 30, boul. du Séminaire N. / Cabaret-Théâtre du Vieux-Saint-Jean : 190, rue Laurier.]	450 346-6060	info@spec.qc.ca www.spec.qc.ca
Théâtre de Grand-Pré	Productions théâtrales annuelles et billets de saison. Ateliers de théâtre pour tous groupes d'âge. Concentration Arts-Études.	Billetterie : 450 358-4978	theatregrandpre@gmail.com www.theatregrandpre.ca
Théâtre Loup-Garou	Productions en intervention sociale et de milieu. Ateliers d'écriture et d'improvisation; ateliers en francisation et alphabétisation (adultes). Une production théâtrale en avril-mai. Théâtre sur mesure offert à tout organisme qui désire aborder un ou plusieurs thèmes, de l'écriture à la représentation.	450 684-0817	theatreloupgarou@gmail.com Page Facebook
Tribut Triathlon	Pratique du triathlon (vélo, course, natation) de niveau débutant à élite. Clientèle jeune, famille et adultes.		info@tributtriathlon.ca – www.tributtriathlon.ca
Ultimate St-Jean	Pratique de ultimate frisbee pour les jeunes et les adultes. Différents niveaux offerts (débutant à élite).	514 929-3053	info@ultimatestjean.com – www.ultimatestjean.com
Union musicale d'Iberville (L')	Orchestre à vents de musique d'harmonie formé de musiciens de tous âges (relève et senior). Enseignement sur mesure, cours en groupe ou individuel.	450 334-0521	umi1927@yahoo.ca www.umusicalediberville.org

Services continus offerts par les organismes (suite) Bottin complet des organismes au : * organismes.sjsr.ca

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Actions dépendances	Volet prévention des dépendances : promotion de la santé et prévention des dépendances auprès des jeunes et des adultes, à travers des ateliers, formations et conférences. Volet itinérance : recherche de logement et accompagnement à la stabilité résidentielle pour adultes vivant une situation d'itinérance ou à risque de le devenir; hébergement d'urgence temporaire et divers services d'accompagnement.	450 346-6472	info@actionsdependances.org www.actionsdependances.org
Alternative Aliment-Terre	Soutien à la création d'initiatives collectives visant la réduction du gaspillage et l'autonomie alimentaire.	438 378-9109	coordination@aliment-terre.org www.aliment-terre.org
Association de la fibromyalgie région Montérégie (AFRM)	Aide et soutien aux personnes atteintes de cette maladie ; information, écoute (sur place ou par téléphone), activités et support aux membres (groupes de soutien et d'entraide), sensibilisation du grand public.	450 928-1261	info@fibromyalgiemonteregie.ca www.fibromyalgiemonteregie.ca
Carrefour Jeunesse-Emploi comtés Iberville/St-Jean	Accompagnement et soutien aux jeunes adultes de 16 à 35 ans dans l'élaboration de leur projet de vie en lien avec le retour aux études, l'intégration en emploi, la persévérance scolaire, l'autonomie sociale, le développement d'un projet personnel ou toute autre initiative visant à améliorer les conditions de vie des jeunes de la communauté.	450 347-4717	cje-st-jean@cje-isj.com www.cje-isj.com
Centre d'action bénévole d'Iberville et de la région	Recrutement, formation et références de bénévoles pour des organismes locaux. Projets et services à la communauté : boutique familiale, épicerie sociale Épi'Soc, activités de loisirs, soutien à domicile (popote roulante, transports médicaux, etc.) et divers services à la population (jardins communautaires, clinique d'impôts, rédaction, etc.).	450 347-1172	info@cabiberville.org www.cabiberville.org
Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu	Recrutement, formation et références de bénévoles pour des organismes locaux. Projets et services à la communauté : dépannage alimentaire, répit et soutien aux aidants naturels, soutien à domicile (transports médicaux, aide aux courses, visites amicales, etc.) et divers services à la population (clinique d'impôts, conférences, rédaction de formulaires, etc.).	450 347-7527	info@cabstjean.org www.cabstjean.org
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes - Montérégie (CAAP)	Assistance et accompagnement pour porter plainte concernant : - les soins et services offerts dans le réseau de la santé et des services sociaux; - les problèmes et litiges relatifs aux baux des locataires en RPA (résidences privées pour aînés).	450 347-0670	caap@caapmonteregie.ca www.caapmonteregie.ca
Centre de crise et de prévention du suicide du Haut-Richelieu-Rouville (CCPSHRR)	Services d'aide, de soutien, d'intervention et d'hébergement temporaire aux personnes qui font face à une situation de crise ou de crise suicidaire et qui désirent entreprendre une démarche visant leur rétablissement. Intervention téléphonique 24 h/7 j, groupe de soutien, services-conseils aux professionnels, formations et activités de sensibilisation.	450 348-6300 1 866-277-3553	administration@ccpshrr.ca www.ccpshrr.ca
Centre de Partage Communautaire Johannais (C.P.C.J.)	Vente d'articles usagés, collecte de meubles à domicile et dépannage ponctuel aux personnes vivant une situation d'urgence. [Friperie : 280, rue Mercier. Meublerie : 150, rue Foch.]	450 347-6711	info@cpcjohannais.com www.cpcjohannais.com
Club Richelieu St-Jean	Aide à la jeunesse et l'épanouissement de la personnalité ainsi que promotion de la langue française et de la francophonie. Activités de financement et événements (Dictée Richelieu, Fête de la pêche).	514 602-2950	jacques@charette.ca Page Facebook
Collectivement Elles	Centre d'éducation populaire en condition féminine. Activités et services variés : cuisine collective, conférences, cafés-rencontres, intervention, groupe autogéré, cliniques juridiques, ateliers culinaires, jardins collectifs, etc.	450 346-0662	registrariat@cfhr.ca collectivementelles.ca
Comité chômage du Haut-Richelieu et du Suroît	Défense et promotion des droits des chômeurs et chômeuses (assurance emploi). Sessions d'information; préparation et suivi des demandes d'appel; accompagnement dans les démarches de révision d'appel devant le tribunal de la sécurité sociale.	450 357-1162 1 877-357-1162	info@cchr.ca www.comitechomagehrs.org
Comité de dépannage de L'Acadie	Dépannage alimentaire d'urgence ou occasionnel (personnes seules ou familles du secteur) et collecte de nourriture (ex. Guignolée annuelle). Services offerts à la communauté : cuisine collective, jardin collectif, transport médical, activités sociales, etc.	450 347-8169 (cuisine)	gilbertproulx@videotron.ca www.lacadiehautrichelieu.com
Entourage Santé Mentale	Soutien et services aux membres de l'entourage d'une personne présentant un trouble de santé mentale. Écoute, interventions psychosociales et accompagnement personnalisé vers les ressources du milieu.	450 346-5252	info@entouragesamentale.ca www.entouragesamentale.ca
Étoile pédiatrie sociale en communauté du Haut-Richelieu (L')	Soutien aux enfants (0-18 ans) du centre-ville du Vieux-Saint-Jean et d'Iberville vivant en situation de vulnérabilité. Soins médicaux, psychosociaux, thérapeutiques et conseils juridiques. Activités de soutien au développement global.	450 346-7288	info@letoilehr.ca www.letoilehr.org
Famille à Cœur	Maison de la famille soutenant le mieux-être individuel et familial. Services et ateliers pour parents ou membre de la famille : conférences, accompagnement prénatal et postnatal, halte garderie et services de répit, soutien au deuil périnatal, etc.	450 346-1734	familleacoeur@familleacoeur.qc.ca www.familleacoeur.qc.ca

Services continus offerts par les organismes (suite) Bottin complet des organismes au : * organismes.sjsr.ca

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Fondation pour l'art thérapeutique et l'art brut au Québec (La) [Les Impatients]	Vient en aide aux personnes ayant des problèmes de santé mentale par le biais de l'expression artistique, en offrant des ateliers de création qui favorisent les échanges avec la communauté, par la diffusion des réalisations produites en atelier.	514 842-1043	info@impatients.ca www.impatients.ca
Grands Frères et Grandes Sœurs de St-Jean-sur-Richelieu	Jumelage et mentorat inspirants d'un adulte bénévole auprès d'un jeune (6-17 ans) afin qu'il révèle son plein potentiel et s'outille positivement pour l'avenir.	450 774-8723	info.monteregie@grandsfreresgrandessoeurs.ca www.gfgsm.org
Groupe d'Entraide pour un Mieux-Être (G.E.M.E.)	Contribuer au mieux-être de la collectivité en venant en aide aux adultes de 18 ans et plus souffrant de troubles anxieux. Sa mission est de faire connaître et de démystifier la problématique liée à l'anxiété en général : communiquer de l'information, des outils concrets et offrir des services à ses membres pour apprendre à diminuer l'intensité et la durée de leur anxiété, dans le but de mieux se sentir.	450 332-4463 1 866-443-4363	info@groupegeme.com www.groupegeme.com
Inclusion	Promotion des droits, intérêts et devoirs des personnes bénéficiaires de la sécurité du revenu et à faible revenu, prévention de certains abus et formes de discrimination dans la communauté et formation.	450 346-7369	inclusion@videotron.ca www.organismeinclusion.org
Jeunes adultes gai.e.s (JAG)	Sensibilisation, soutien et référencement liés à la diversité affective, sexuelle et de genre. Rencontres individuelles ou de groupe, ateliers et formations adaptés aux milieux scolaires et professionnels, éducation à la santé sexuelle et services adaptés aux aîné.e.s.	450 774-1349	info@lejag.org www.lejag.org
Justice alternative du Haut-Richelieu	Activités éducatives et accompagnement dans la résolution de conflits entre citoyens (médiation citoyenne). Projet estival d'enlèvement de graffitis impliquant les jeunes (Degraf).	450 347-1799	direction@jahr.ca www.jahr.ca
Maison d'Accueil Le Joins-Toi	Services de réinsertion sociale et de maintien dans la communauté de contrevenants adultes.	450 358-6334	administration@maisonjointoi.org www.maisonjointoi.org
Maison des jeunes - Secteur Saint-Jean Maison des jeunes le Dôme inc.	Lieux de rencontre animés où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes significatifs, peuvent se regrouper et se développer positivement par diverses activités récréatives et sociales.	450 346-2147	mdjledome@qc.aira.com https://mdjledome.godaddysites.com
Maison des jeunes - Secteur St-Luc Action Jeunes St-Luc «L'Adothèque»		450 359-4334	adotheque_mdjst_luc@hotmail.com
Maison des jeunes - Secteur Iberville Carrefour-jeunesse d'Iberville		450 347-4419	mdjiberville@hotmail.com www.mdjiberville.org
Maison Hina	Maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale, avec ou sans enfants. Soutien et écoute téléphonique, accueil et suivi individuel en dévictimation, ateliers de groupe, intervention jeunesse, suivi mère-enfants et accompagnement juridique.	450 346-1645	info@maisonhina.com www.maisonhina.com
Maison Le Point commun	Ressource de soutien dans la communauté aux personnes adultes volontaires et ayant des troubles persistants de santé mentale. Consultations individuelles, groupes de soutien et activités variées.	450 346-5706	info@pointcommun.ca www.maisonlepointcommun.org
Mère en action	Services adaptés aux besoins des mères et de leurs enfants dans le but d'améliorer leurs conditions de vie. Centre de jour, ateliers et activités variés (avec halte-garderie gratuite), soutien et accompagnement, rencontres individuelles, sorties et références.	450 348-4330	info@mereenaction.ca www.mereenaction.ca
Mouvement S.E.M. (sensibilisation pour une enfance meilleure)	Promotion du respect de l'enfant par des activités de prévention, d'éducation et d'intervention (aide aux devoirs, stimulation préscolaire, intervention auprès des familles, etc.).	450 348-0209	reception@mouvementsem.com www.mouvementsem.org
Parents-Secours Saint-Jean-sur-Richelieu	Réseau de foyers refuges sécuritaires destinés aux enfants et aînés. Activités de prévention et d'éducation : visite d'écoles et CPE, cours de premiers soins.	450 349-4681	parents-secours.saint-jean-sur-richelieu@hotmail.com www.parents-secours.jimdo.com
Passe-moi la puck	Intervention, sensibilisation et accompagnement, par le biais du travail de rue, auprès des personnes vulnérables et marginalisées. Services personnalisés d'aide de première ligne, d'écoute, d'accompagnement, de dépannage, de renseignement et de référence.	438 399-0190	direction@passemoilapuck.ca Page Facebook

Services continus offerts par les organismes (suite) Bottin complet des organismes au : * organismes.sjsr.ca

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Porte Ouverte (La)	Centre d'alphabétisation, de francisation et d'éducation populaire offrant des activités éducatives et sociales. [Centre du livre usagé (collecte et vente) : 81, rue Frontenac.]	450 346-3283	directionlaporteouverte@gmail.com www.laporteouvertedahautrichelieu.com
Quartier de l'emploi - COFFRE (Centre d'orientation et de formation pour femmes en recherche d'emplois)	Accompagnement à l'intégration au marché du travail destiné aux femmes adultes. Recherche d'emploi, orientation professionnelle, élaboration de CV, préparation aux entrevues, formations, etc.	450 347-6101	st-jean@coffre.ca www.coffre.ca
Quartier de l'emploi - L'ANCRE (L'accueil, Accompagnement des Nouveaux arrivants et Conseils en Recherche d'Emploi)	Accompagnement à l'intégration des personnes issues de l'immigration et soutien aux entreprises ou organismes dans leur recherche et intégration de celles-ci en milieu de travail. Services d'accueil, de conseil et de recherche variés (logement, écoles, garderies, emploi, etc.).		info@lancre.ca www.lancre.ca
Société Alzheimer du Haut-Richelieu	Groupes de soutien pour aidants et service de répit. Consultations individuelles et familiales, conférences, prêt de documents, vidéos, etc. Accompagnement dans les démarches auprès du réseau. Activités et stimulation pour les personnes atteintes.	450 347-5500	info@sahr.ca www.sahr.ca
Société de St-Vincent-de-Paul (Conseil particulier de Saint-Jean)	Soutien aux personnes en situation de pauvreté. Dépannage alimentaire, aide matérielle et visites à domicile. [Service de banque alimentaire : 150, rue Laurier. Comptoir vestimentaire : 747, rue Saint-Jacques.]	450 358-1222	direction@ssvpstjean.org www.ssvpstjean.org
Conférence St-Vincent-de-Paul de Saint-Luc	Soutien aux personnes en situation de pauvreté. Dépannage alimentaire, aide matérielle et visites à domicile. [Comptoir familial : 55, rue des Échevins.]	450 349-1553	ssvpluc@gmail.com www.ssvp-st-luc.org
Santé mentale Québec - Haut-Richelieu	Sensibilisation et promotion de la santé mentale. Centre de jour offrant des activités de créativité, récréatives et psychoéducatives. Service de transport médical/thérapeutique et programme d'insertion socio-professionnelle.	450 346-5736	direction.smq-hr@bellnet.ca www.smqhr.ca
Soutien Lactéa	Soutien en allaitement et accompagnement des mères. Ateliers thématiques, groupes de rencontre, jumelage, consultation, conférences et boutique. Activités de promotion et de sensibilisation à la population en général.	450 895-3554	info@lactea.org www.lactea.org
Soutien Spécialisé aux Ressources Communautaires (SSARC)	Dédié à aider et à habiliter les personnes de tous âges à accéder aux services de santé et sociaux, à l'information, aux ressources, aux programmes et aux activités en anglais sur la Rive-Sud.	514 605-9500	stjean@arc-hss.ca www.arc-hss.ca



✓ Répertoire de ressources
✓ Blogue communautaire
✓ Guides de ressources
✓ Offres d'emploi

Pour vous orienter, vous soutenir et vous conseiller selon vos besoins.
Découvrez un outil de recherche qui répertorie les ressources des secteurs communautaire, scolaire, municipal, politique, de la santé et des services sociaux ainsi que de l'économie sociale.

Services continus offerts par les organismes (suite) Bottin complet des organismes au : * organismes.sjsr.ca

ORGANISMES POUR PERSONNES ÂÎNÉES			
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Aînés de L'Acadie (Les)	Variété d'activités sociales, de loisir, sportives et culturelles destinées aux 50 ans et plus (danse, cartes, pétanque, sorties, jeux, etc.). Pour nouer de nouvelles amitiés ou consolider les anciennes.	450 357-2386	gilbertproulx@videotron.ca www.aineslacadie.com
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées, section des Forts et des Jardins (A.Q.D.R.F.)	Promotion et défense des droits par diverses actions : participation citoyenne, consultations, manifestations publiques, campagnes, etc. Séances d'information, de formation et de sensibilisation favorisant le développement des aînés et de leurs proches (dîners-conférences).	450 357-9545	desfortsdesjardins@aqdr.org www.aqdr.org/desfortsdesjardins
Club de l'Âge d'Or Saint-Luc	Lieu de rencontres, de sorties, d'activités et de cours divers destinés aux personnes de 50 ans et plus.	450 349-6223	Page Facebook
Club des 3 fois 20 ans de Saint-Jean	Lieu de rencontres, de sorties, d'activités et de cours divers destinés aux personnes de 60 ans et plus.	450 359-5855	suzannebricault@hotmail.com
Club FADOQ Iberville	Variété d'activités sociales, de loisir, sportives et culturelles destinées aux 50 ans et plus (danse, cartes, pétanque, sorties, jeux, etc.). Pour nouer de nouvelles amitiés ou consolider les anciennes.	450 346-8783	secretaire@fadoqiberville.org
Club FADOQ Île Ste-Thérèse Talon		514 710-6126	jeannadon@hotmail.com – www.cfistt.blogspot.com
Club FADOQ Saint-Jean-sur-Richelieu		450 358-0404	fadoqstjean@gmail.com – www.club.fadoq.ca/N023
Comité AUTAM Haut-Richelieu (Université du 3e âge)	Variété d'activités pédagogiques (cours, conférences, ateliers) favorisant l'acquisition de connaissances, l'intégration sociale et culturelle, l'épanouissement, la convivialité et ce, tout en valorisant le plaisir d'apprendre des personnes de 50 ans et plus.	438 523-7835	francine.boisvert3@usherbrooke.ca www.usherbrooke.ca/uta
Cyclo Action	Regroupement de passionnés de vélo de différents niveaux, dont les excursions ponctuelles s'étendent à différents secteurs de la Montérégie. Promouvoir la pratique de ce sport principalement sur pistes cyclables, favoriser la socialisation et briser l'isolement par des sorties en groupes, et encourager un mode de vie actif.	514 776-5114	cyclo.action@gmail.com www.cycloaction.org
Destination 50+	Lieu d'activités et de rencontres sociales destiné aux 50 ans et plus. Offre une programmation diversifiée et accessible par le Centre ou des organismes présents (ex. quilles virtuelles, curling sur tapis, Viactive, etc.).	450 347-4500	info@destination50plus.org

Trouvez des ressources destinées aux aînés

www.sjsr.ca/bottin-aines

Dans le répertoire
« Au cœur de vos besoins »



ORGANISMES POUR PERSONNES HANDICAPÉES

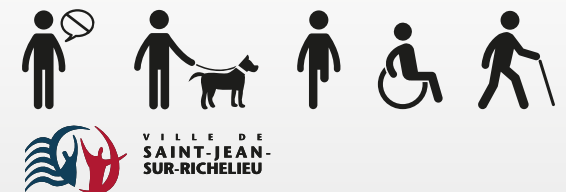
Organisme	Activités	Téléphone	Site Web / Courriel
Association des traumatisés cranio-cérébraux de la Montérégie (ATCCM)	Soutien aux personnes ayant subi un traumatisme cranio-cérébral (TCC) et/ou un accident vasculaire cérébral (AVC), ainsi qu'à leurs proches. Services de soutien psychosocial, activités de maintien et développement des acquis, répit, conférences et références.	1 877-661-2822 450 446-1111	atcc@atccmonteregie.qc.ca www.atccmonteregie.qc.ca
Association PAUSE (Pour l'Accessibilité Universelle, le Soutien et l'Engagement)	Soutien et activités pour les personnes âgées de 5 ans et plus ayant une déficience intellectuelle (DI) ou un trouble du spectre de l'autisme (TSA) associé ou non à une déficience physique : répit par le loisir, camp de jour, intégration sociale, soutien, référence et défense des droits.	450 347-2324	info@associationpause.org Page Facebook
Autismopolis	Activités de socialisation pour les 13 ans et plus ayant un trouble du spectre de l'autisme (TSA) sans déficience intellectuelle afin de favoriser les habiletés sociales. Programme de préparation à l'emploi destinés aux adultes avec TSA, afin de soutenir l'intégration et le maintien d'un emploi.	450 895-1470	administration@autismopolis.com www.autismopolis.com
Centre Éducatif et de Loisirs en Déficience Intellectuelle (Centre ELODI)	Centre de jour offrant aux personnes adultes vivant avec une déficience intellectuelle et à leurs familles ou substituts, diverses activités éducatives, sociales, culturelles et de loisir dans le but de développer leurs habiletés et de maintenir leurs acquis.	450 347-7472	direction@lecentrelodi.org lecentrelodi.org
Olympiques spéciaux Québec du Haut-Richelieu	Activités sportives pour les personnes ayant une déficience intellectuelle : athlétisme, basketball, boccia, gymnastique rythmique, natation, quilles, raquette et soccer.	514 781-2306	boumarcel@outlook.com Page Facebook
Parrainage civique du Haut-Richelieu	Jumelage entre bénévoles et personnes ayant une déficience (intellectuelle et/ou physique, trouble du spectre de l'autisme, santé mentale) dans une approche d'inclusion. Formation pour les bénévoles. Offre variée d'activités sociales, événements et sorties.	450 347-8091	info@parrainageciviquehr.com www.parrainageciviquehr.com
Regroupement des personnes handicapées région du Haut-Richelieu	Représentation et offre de services pour personnes handicapées (logements adaptés, chambres de répit, transport adapté, etc.). Offre variée d'activités socioculturelles et récréatives.	450 347-6041	olalonde@rphrhr.com www.rphrhr.com
Regroupement des usagers du transport adapté et collectif du Haut-Richelieu (RUTACHR)	Défense et promotion des droits collectifs et individuels des personnes handicapées utilisant le transport adapté. Accompagnement et soutien pour obtenir un statut d'admissibilité ou lors de plaintes à formuler.	450 542-9635	direction@rutachr.ca www.rutachr.ca
Réseau Surdité Montérégie	Promotion de l'autonomie des personnes sourdes et malentendantes en offrant des services accessibles en LSQ (Langue des signes québécoise). Activités variées, accompagnement, conférences, cuisine collective, etc.		info@reseausurditemonteregie.org www.reseausurditemonteregie.org
Société luçoise des personnes handicapées actives	Intégration sociale des personnes handicapées, défense de leurs droits et sensibilisation de la communauté à leurs besoins et intérêts. Rencontres sociales, activités physiques et culturelles pour les membres.	514 577-5822	societe_luçoise@hotmail.com

DU LOISIR POUR TOUS!

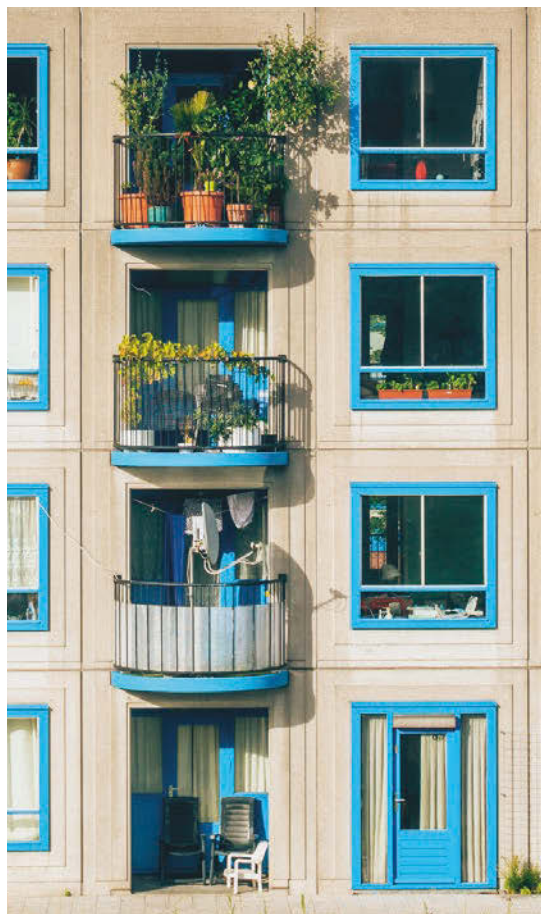
Parce que le **loisir** est un élément **essentiel** à la qualité de vie et au bien-être de tous!



Vous avez des besoins particuliers?
Faites-nous en part. **450 357-2157**



**VILLE DE
SAINT-JEAN-
SUR-RICHELIEU**



SERVICE D'AIDE À LA RECHERCHE DE LOGEMENT

Vous êtes à risque de perdre votre logement ou vous devez le quitter?
On peut vous aider!

Composer le
450 348-3831, poste 2

sarl@omhhr.com



Office municipal d'habitation
HAUT-RICHELIEU



PARTAGE-DON TA BOUFFE! FRIGO PARTAGE

Accès par la rue Honoré-Mercier
290 avenue des Conseillers

Aliments acceptés

Fruits et légumes
frais entiers
Oeufs et produits
laitiers
Denrées sèches
dans l'emballage
scellé d'origine
Conserves
commerciales



Nouveau!
Disponible jusqu'au
30 septembre

Aliments refusés

Plats cuisinés
maisons
ou restants
Viandes et
poissons



Un projet du

Centre d'action
bénévole
d'Iberville
et de
la région



en partenariat avec



Déposez des aliments lorsque vous avez des surplus. Prenez-en lorsque vous en avez envie. Le frigo partage est un espace libre-service, gratuit accessible à tous.

Ensemble, réduisons le gaspillage alimentaire et nourrissons la solidarité!

Des questions? Info@cabiberville.org 450 347-1172

BALLET 45

DU HAUT-RICHELIEU

PORTES OUVERTES

DIMANCHE 30 AOÛT 2026

📍 385, Boul. St-Luc, # 101, St-Jean

🕒 10h à 10h45 | Danse créative pour les 4 ans

🕒 11h à 11h45 | Ballet pour les 5-7 ans

🕒 12h à 12h45 | Ballet pour les 8-10 ans

🕒 13h à 13h45 | Ballet pour adultes

🕒 14h à 14h45 | Jazz pour les 10 à 15 ans

Venez danser

📧 Inscrivez-vous dès maintenant à : info@ballethautrichelieu.ca

FABRIQUE TON AIMANT EN
ARGILE SUR

LE GRAND FEU DE 1876

26 ET 27 SEPTEMBRE

Exposition du 4 juin au 11 octobre

Musée du Haut-Richelieu
182, rue Jacques-Cartier Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu

museeduhaut-richelieu.com



soirée **Ès Arts**

Saint-Jean-sur-Richelieu et région

PRIX ÈS ARTS

Un gala renouvelé
pour *rayonner!*

**PROPOSEZ UNE CANDIDATURE
OU SOUMETTEZ LA VÔTRE.**

CATÉGORIES

Hommage

Artiste de l'année

Relève

Patrimoine

Culture et éducation

Projet / événement

Engagement / Contribution au milieu



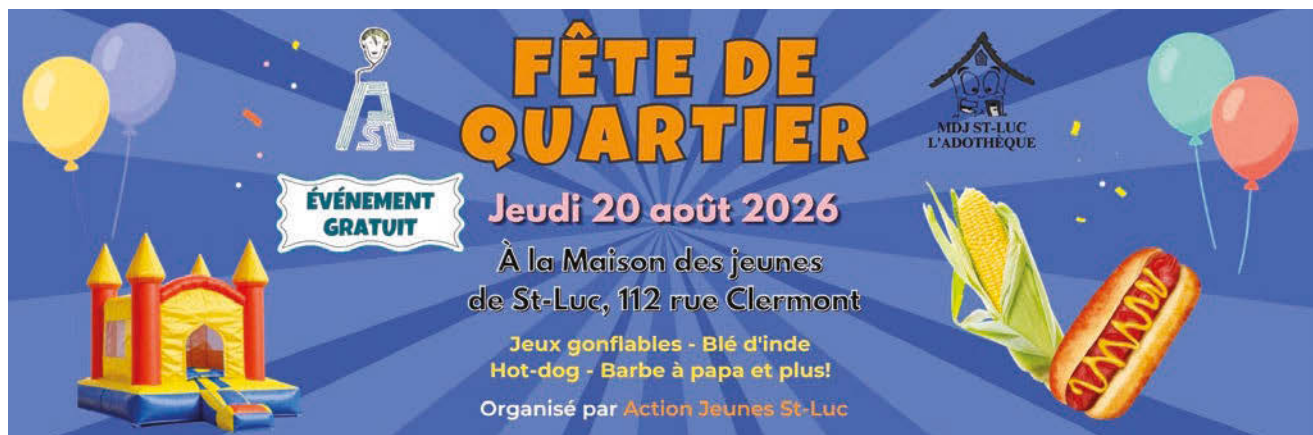
La sélection des lauréates
et lauréats sera confiée
à un jury indépendant.



Détails et formulaire
de mise en candidature
Maculture.ca



DATE LIMITE
20 septembre



FÊTE DE QUARTIER

ÉVÉNEMENT GRATUIT

Jeudi 20 août 2026

À la Maison des jeunes de St-Luc, 112 rue Clermont

Jeux gonflables - Blé d'inde
Hot-dog - Barbe à papa et plus!

Organisé par Action Jeunes St-Luc



FÊTE DES RÉCOLTES

26 SEPTEMBRE – 10 H À 14 H

Distribution d'arbres fruitiers (sur inscription)
Dégustations – Visites guidées

Apportez vos surplus de jardin à partager!

Forêt nourricière - 347, boul. Saint-Luc | **GRATUIT** | sjsr.ca/foret-nourriciere



20 octobre
9 h
VIRTUEL OU PRÉSENTIEL

Rendez-vous d'embauche





 quartierdelemploi.ca  450 347-6101

Quartier
LEMPLOI

COFFRE **CONNEXION EMPLOI** **L'ANCRE**

Bal des Sorcières

Collectivement Elles



2026



Domaine Trininy
29 octobre, 18h
Gratuit
pour toustes

L'ADOTHEQUE HANTÉE

OSEREZ-VOUS ?

31/10 2026 | 17H00 - 20H00

POUR TOUTE LA FAMILLE
ENTRÉE GRATUITE

À LA MAISON DES JEUNES
DE ST-LUC
112 RUE CLERMONT
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

6^e ÉDITION

Marché de Noël

des artisans et produits locaux

7 et 8 novembre au Carrefour Richelieu

Plus de 70 artisans

Besoin de plus d'informations?
Contactez-nous au 450-347-5500 poste 215
ou à evenements@sahr.ca | www.sahr.ca

Au profit de la
Société Alzheimer
HAUT-RICHELIEU

**Saint-Jean-
sur-Richelieu**

Crédit photo : Laurianne Gervais

MON VIEUX- SAINT-JEAN **LA NUIT**

17 octobre 2026 | 18 h à 2 h

Vieux-Saint-Jean

Le temps d'une soirée, le Vieux-Saint-Jean se transforme en un immense terrain de jeu où musique électro, arts numériques et performances immersives se rencontrent dans une ambiance complètement éclatée. **Événement gratuit.**



Découvrez ce que la
nuit vous réserve.

mvsjln.com

Réalisé par
SPEC
HAUT-RICHELIEU

Partenaires
**TOURISME
MONTÉRÉGIE** Québec