

PROGRAMMATION

Hiver

SALLE COMMUNAUTAIRE SAINT-ROBERT



Atelier créatif : Murale en Macramé

TOUS LES MERCREDIS • 19:00 À 20:00

Initiez-vous à l'art du macramé en créant une jolie murale décorative. Une activité simple et apaisante pour repartir avec une pièce unique. Offert pour les 10 ans et +.

- Début : 7 janvier 2026 - 9 cours /95\$ + 50\$ pour le matériel – Inscription requise.

Pour information ou inscription : Debbie Desmarais , 450-501-0624



Aînés Actifs

TOUS LES JEUDIS • HORAIRE À VENIR

Aînés actifs, c'est des séances toute simple et agréable, pensée pour les aînés, avec des mouvements doux pour rester en forme tout en ayant du plaisir.

- Début : 22 janvier 2026 - GRATUIT – Aucune inscription requise.

Pour information ou inscription : Mélanie Bergeron, 450-794-2087.



Initiation à la peinture

TOUS LES JEUDIS • 13:00 À 15:30

Vous aimez dessiner, peindre ou simplement découvrir de nouveaux médiums ? Joignez-vous à un groupe convivial où chacun explore la créativité à son rythme.

- GRATUIT – Aucune inscription requise.

Pour information : Camille Gagnon, 450-782-3146.



Zumba

TOUS LES JEUDIS • 19:00 À 20:00

Les cours de Zumba conviennent à tous les niveaux de forme physique et tous les âges. Venez vous amuser dans une ambiance dynamique et conviviale!

- Début : 22 janvier 2026 - 12 cours / 110\$ ou 10 \$ du cours – Inscription requise.

Pour information : Mélanie Parenteau, 450-789-5542 ou 450-880-2942 .



Karaté

TOUS LES JEUDIS • 18:00 À 18:50

Une initiation au karaté pour découvrir les bases, bouger en s'amusant et développer confiance et coordination dans une ambiance conviviale. Offert pour tous les âges.

- Début : 8 janvier 2026 - 137\$ + coût fédération + équipement – Inscription requise.

Pour information : Stéphane Gingras, 819-471-3619.

PROGRAMMATION

Hiver

SALLE COMMUNAUTAIRE SAINT-ROBERT



Vie Active

TOUS LES LUNDIS ET MERCREDIS • HORAIRE À VENIR

Viactive s'adresse aux personnes de 65 ans et plus. Ce programme offre des activités variées offertes gratuitement et sont adaptées à tous les niveaux de forme physique!

- Début : 26 janvier 2026 - GRATUIT – Inscription requise.

Pour information ou inscription : Tania Pelletier, 450-782-2844.



Fadoq - Activités

TOUS LES MARDIS • 13:00 À 15:30

Plusieurs activités proposées tels que : jeux de cartes, jeux de société, discussion, ...

- GRATUIT – Aucune inscription requise.

Pour information : Nicole Picard, 450-422-0566.



Yoga

TOUS LES MARDIS • 18:30 À 19:30

Le Yoga vous permettra de bouger en douceur, d'améliorer votre souplesse et de vous détendre grâce à des postures simples, des étirements et une relaxation guidée.

- Début : 20 janvier 2026 - 150\$/ 10 cours – Inscription requise.

Pour information ou inscription : Mélanie Bergeron, 450-794-2087.



Fadoq - Pétanque

TOUS LES MERCREDIS • 13:00 À 16:00

Venez profiter d'un moment convivial pour jouer à la pétanque, que vous soyez débutant ou habitué, dans une ambiance détendue.

- GRATUIT – Aucune inscription requise.

Pour information : Nicole Picard, 450-422-0566.



Atelier créatif : Broderie

TOUS LES MERCREDIS • 18:00 À 18:50

Un moment créatif et relaxant pour apprendre les points de base et réaliser une petite œuvre personnalisée. Accessible à tous enfants 8 ans et plus, adolescents et adultes!

- Début : 7 janvier 2026 - 9 cours / 95\$ + 50\$ pour le matériel – Inscription requise.

Pour information ou inscription : Debbie Desmarais, 450-501-0624