



Le Saint-Marc...Quoi?



MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-SUR-RICHELIEU
102, rue de la Fabrique, Saint-Marc-sur-Richelieu (Québec) J0L 2E0 • Tél.: (450) 584-2258

Membre de:
Bulletin d'information
Vol. 54 — No 09
Septembre 2024

21 septembre
Fête familiale

(détails en page 11)

13:00
NOMAD FIT
Course à obstacles
Parc André R. Noël

Foodtrucks
Maboule Mobile
Kamio Smoking BBQ

19:30
Rock'N'Roll
Gen et les Malcommodes
Parvis de l'église

BRUNCH DE LA RENTRÉE
29 SEPTEMBRE 2024
de 9h30 à 13h00

Salle municipale
102 rue de la Fabrique
Saint-Marc-sur-Richelieu

Adultes : 15\$
7-12 ans : 10\$
0-6 ans : gratuit

ORGANISÉ PAR LA FABRIQUE
POUR L'ENTRETIEN DU PATRIMOINE

Tournoi de soccer positif pour Saint-Marc-sur-Richelieu
(détails en pages 16 et 17)

ACTIVITÉS Automne 2024
Tous les détails au centre de ce bulletin.

SERVICES PUBLICS

Incendie / urgence:	911
Ambulance:	911
Police:	911
Directeur service sécurité incendie et premiers répondants	(514) 941-2089
Sûreté du Québec: (urg. diverses prov.)	310-4141
Sûreté du Québec: (serv. admin.)	(450) 536-0032
Sûreté du Québec: (cellulaire)	*4141
Info-Crime: (service 24 heures)	1-800-711-1800
École des Trois Temps:	(450) 467-1921
Bureau municipal:	(450) 584-2258
A.I.B.R.: (aqueduc)	(450) 584-3731
Services Animaliers	(450) 638-9698
Info-Santé:	(450) 536-2572
Député de Borduas: (Simon Jolin-Barrette)	(450) 464-5505
Presbytère: (la Fabrique)	(450) 584-2185

ORGANISMES LOCAUX

Association des Saint-Marcois:	info@citsmr.org
Bibliothèque:	(450) 584-2258
Cercle de Fermières:	(514) 949-1481
Société d'horticulture Saint-Marc-sur-Richelieu:	(514) 688-7889
Comité des loisirs:	(450) 584-2258
Comité d'environnement:	(450) 584-3437
Conseil d'établissement:	(514) 476-0606
Fabrique:	(514) 947-1537
Fondation de l'instruction:	(450) 464-4346
Garderie Le Hibou:	(450) 584-3238
Les Habitations St-Marc:	(450) 584-2284
Maison des Jeunes:	(450) 584-2173
Mouvement Réseau FADOQ:	(514) 601-1184
Presbytère:	(450) 584-2185
Société d'histoire de Cournoyer:	(450) 584-3645

AUTRES ORGANISMES

Maison de la Famille:	(450) 446-0852
Centre prénatal Le Berceau:	(450) 446-7760
Centre d'action bénévole:	(450) 467-9373

CONSEIL MUNICIPAL

Sylvie Burelle, directrice générale:

direction@smsr.quebec

Alain Lavallée, maire

John Bradley, conseiller #1

Transport – Réseau routier – MTQ
Conseiller de proximité secteur 3 et conseiller CCL

Yvon Forget, conseiller #2

Aménagement, urbanisme et développement
Conseiller de proximité secteur 1 et conseiller principal CCU

Ghislain Henri, conseiller #3

Hygiène du milieu – Environnement
Conseiller de proximité secteur 3 et conseiller principal CCE

Réal Déry, conseiller #4

Sécurité publique – SQ – SSI
Conseiller de proximité secteur 4 et conseiller CCU
Maire suppléant

Marie-Claude Racine, conseillère #5

Loisirs, Culture et Tourisme
Conseillère de proximité secteur 2 et conseillère principale CCL

Maurice Rolland, conseiller #6

Administration générale
Conseiller de proximité secteur 5 et conseiller CCE

Conception et impression:

© Les Publications Municipales Inc. 1 (877) 553-1955

ATTRIBUTION DES SECTEURS

CONSEILLERS DE PROXIMITÉ

SECTEUR 1 :

Yvon Forget – courriel : forgetyvon2@gmail.com, 514-755-4612
De l'Anse, Bellevue, Boisselle, de l'Islet, Lafrenière, Préfontaine.

SECTEUR 2 :

Marie-Claude Racine, – courriel: mc.racine@hotmail.com, 450-881-7944
Handfield, de l'Église, des Prés, du Quai, Richelieu (6 à 583), rang du Ruisseau Nord, rang du Ruisseau Sud, rang des Trente (103 à 560).

SECTEUR 3 :

John Bradley, courriel: johnbradley450@gmail.com, 514-299-8014
Ghislain Henri – courriel : ghislainhenri@hotmail.com, 514-824-9229
Jeannotte, Ladouceur, Moreau, Tanguay, Montée Verchères.

SECTEUR 4 :

Réal Déry – courriel: real.dery@hotmail.com, 514-601-1184
Archambault, Comtois, Françoise-Loranger, José, Richelieu (591 à 3010), des Terrasses, rang des Trente (590 à 885).

SECTEUR 5 :

Maurice Rolland – courriel: maumo@videotron.ca, 450-584-3645
Charron, Joli-Bois, rang des Quatorze, rang Saint-Joseph, chemin de la Savane, rang des Soixante, Sous-Bois, Val d'Or.

Les assemblées du conseil municipal ont toujours lieu le deuxième mardi du mois à 19h30.
Une période de questions est réservée aux citoyens à la fin de chaque séance.
Le bureau municipal est ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 16h30.

<http://smsr.quebec>

102, rue de la Fabrique, Saint-Marc-sur-Richelieu, Qué. J0L 2E0
Téléphone: (450) 584-2258 / Télécopieur: (450) 584-2795



Alain Lavallée
Maire
Cell.: (514) 977-3848
alain@agrivallee.com



John Bradley
Conseiller #1
Cell.: (514) 299-8014
johnbradley450@gmail.com



Yvon Forget
Conseiller #2
Cell.: (514) 755-4612
forgetyvon2@gmail.com



Ghislain Henri
Conseiller #3
Cell.: (514) 824-9229
ghislainhenri@hotmail.com



Réal Déry
Conseiller #4
Maire suppléant
Cell.: (514) 601-1184
real.dery@hotmail.com



Marie-Claude Racine
Conseillère #5
Cell.: (450) 881-7944
mc.racine@hotmail.com



Maurice Rolland
Conseiller #6
Rés.: (450) 584-3645
maumo@videotron.ca



MESSAGE DU MAIRE



Bonjour à tous,

Déjà la rentrée. L'été chaud et humide que nous avons connu nous a permis de bien en profiter.

Quelques dossiers prioritaires ont tout de même progressé. Les promoteurs et leurs urbanistes ont rencontré à plusieurs reprises la municipalité afin de préparer un projet qui vous sera présenté cet automne. Cela respecte notre engagement de communication et vise à s'assurer du soutien d'une large majorité de citoyens.

En ce qui concerne le traitement des eaux usées, nous avons été proactifs en proposant des solutions efficaces et économiques, tout en respectant les normes environnementales qui nous régissent.

La prochaine étape sera la mise à niveau du site et l'aménagement du troisième bassin, ce qui permettra une meilleure qualité des eaux déversées dans la rivière, ainsi que la possibilité d'ajouter de nouvelles résidences au réseau, ce qui n'est pas possible aujourd'hui.

Nous avons également entrepris les démarches nécessaires pour avoir une sortie du projet de développement directement sur la rue Richelieu, un élément clé pour obtenir votre soutien au projet "Entre parc et rivière".















Je souhaite à tous une bonne rentrée en ce mois de septembre.

Restez à l'affût, plusieurs activités vous seront proposées !

Alain Lavallée, Maire

AGENDA MENSUEL

SEPTEMBRE 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 1 Célébration de la Parole à 10h00	2 BUREAU MUNICIPAL FERMÉ	 3 Collecte organique	 4 Collecte récupération	Feuilles et chaume 5 Collecte des encombrants (sur réservation)	6	7
 8 Messe à 10h00	9	 10 Collecte organique Assemblée du conseil 	11	12 Tournoi de pétanque Saint-Mathieu-de-Beloil	13	14
 15 Célébration de la Parole à 10h00	16	 17 Collecte organique	 18 Collecte récupération	 19 Collecte d'ordures	20	21 Fête familiale et spectacle
 22 Messe à 10h00	23	 24 Collecte organique	25	26	27	28
 29 Brunch de la rentrée Messe et visite au cimetière	30		CERCLE DE FERMÈRES 3 septembre : Présentation à 10h00 des projets d'automne 10 septembre : Coussin-cœur 17 septembre : Broderie Boutis 24 septembre : Broderie Boutis			

SERVICES ANIMALIERS



HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi: 11h à 17h

Samedi et dimanche: 11h à 16h

SVP téléphoner avant de vous présenter

NOUS JOINDRE

450-638-9698

Courriel: info@spcaroussillon.com

Site: spcaroussillon.com

Refuge principal
80 rue Goodfellow
Delson, QC J5B 1V4



GARDIEN(NE)S AVERTI(E)S



GARDIEN(NE)S	TÉLÉPHONES	SECTEURS
Auréli St-Germain	438-881-5974	Village
Élie Thibodeau	450-464-1742	Rue de l'Anse, chemin Lafrenière, rue Richelieu, rang du Ruisseau Nord, village
Élisabeth Ledoux	438-831-0697	Rue Richelieu
Ève Jodoin	514-250-6235	Camping St-Marc
Evelyn Doré	514-578-6882	Rang des 60
Frédérique Morin	514-531-1161	Village
Jasmine Quintal	514-804-0110	Rue de l'Anse, chemin Lafrenière, rue Richelieu, rang du Ruisseau Nord, village
Kélian Lamarre-Langlois	438-508-1657	Rue de la Savane, Charron et Val d'Or
Laura Simon	450-584-1210	Village
Léa Lemieux	438-393-2678	Rue de l'Anse, chemin Lafrenière
Léonie Gallant	438-465-2607	Tous les secteurs
Léane Thibodeau	450-464-1742	Rue de l'Anse, chemin Lafrenière, rue Richelieu, rang du Ruisseau Nord, village
Zoé St-Laurent	514-717-3668	Village

Les secteurs sont à titre indicatifs. Nous vous invitons à communiquer directement avec ces jeunes pour convenir d'un déplacement à l'extérieur des secteurs mentionnés.

* Mise à jour juin 2024. Pour faire partie de la liste ou pour vous retirer de la liste, faire parvenir un courriel à loisirs@smsr.quebec.

POUR FAIRE PARAÎTRE VOS ARTICLES DANS LE SAINT-MARC... QUOI?

«Le Saint-Marc... Quoi?» est publié et distribué vers le 1er de chaque mois. Les organismes de la municipalité et les responsables d'activités sont invités à transmettre leurs communiqués avant le 14 de chaque mois à 16h30. Il suffit de faire parvenir ses fichiers Word et ses photos en fichiers séparés (JPG ou BMP) par courriel à: info@smsr.quebec

POUR TOUTES INFORMATIONS: (450) 584-2258

ENVIRONNEMENT



COMITÉ CONSULTATIF EN ENVIRONNEMENT

Saint-Marc-sur-Richelieu

Vivre vert à Saint-Marc

**Invitation à la population de Saint-Marc à participer au dernier volet du projet
LEGS DES JARDINS de la Caisse Desjardins de Beloeil-Mont-Saint-Hilaire.**

Célébrons l'équinoxe d'automne!

La municipalité procédera au reboisement du parc Ladouceur. Vous êtes invités, enfants, parents et ami.e.s à vous joindre à nous pour accompagner, encourager et planter quelques arbres. Ces gestes symboliques et porteurs contribuent grandement au maintien et à l'enrichissement du patrimoine naturel de Saint-Marc-sur-Richelieu pour toutes les générations confondues.

Plus de détails suivront... Restez à l'affût !

Bibliothèque Archambault-Trépanier, Saint-Marc-sur-Richelieu

Prendre note que la bibliothèque sera fermée le dimanche 1er septembre pour la Fête du Travail.

Nouveautés de septembre

ROMANS ADULTE

- La Cuisinière des Kennedy / Valérie Paturaud
- La Famille Chevalier t.02 / Jean-Pierre Charland
- La Mentaliste / Nora Roberts
- Morts suspectes / Patricia Cornwell
- Le Nid du coucou / Camilla Lackberg
- Nous nous verrons en août / Gabriel Garcia Marquez
- Sang d'encre / Robert Galbraith

DOCUMENTAIRES

- Élever son chien avec l'éducation positive et complice / Sandrine Nataf-Ostmane
- Le Petit Larousse des vins / Larousse
- La Route / Manu Larcenet (bd adulte)
- Routes des vins en Amérique du Nord / Ulysse

BD JEUNESSE

- Les Légendaires : SAGA T.8 et T.9 / Sobral
- My hero academia T.21 et T.22 / Horikoshi
- Sisters T.8 et T.9 / Cazenove

ROMANS JEUNESSE

- L'Académie des étincelles T.1 à T.4 / Julie Couture
- Charlie à l'école des chauve-souris / Lucie Papineau
- Fou du soccer T.1 à T.3 / Gabriel Ancil
- Le Journal de Dylane T.15 et T.16 / Marilou Addison

- Madie. Concours de bottines / Diya Lim
- Milles pages plus tard T.4 / Marie Potvin
- Moka à l'école des mulots / Lucie Papineau

DOCUMENTAIRES JEUNESSE

- 15 faits rigolos sur le hockey / Alain M. Bergeron

ALBUMS JEUNESSE

- J'adore la bouillie ! / Mo Willems
- Collection Je Lis avec Splat ! / Rob Scotton



LES ATELIERS CRÉATIFS AVEC ROXANE SONT DE RETOUR À PARTIR DU 25 SEPTEMBRE !

Pour connaître l'horaire des séances, se référer à la section de la programmation Loisirs du journal. Inscriptions sur Voilà!

Bande dessinée humoristique

Afin de susciter l'intérêt des jeunes saint-marcois à lire notre journal, Liam Gaudette, 11 ans, a créé une bande dessinée humoristique. Si vous êtes un jeune avec des talents semblables et que vous désirez les partager, nous vous invitons à communiquer avec nous à biblio@smsr.quebec.



IMPORTANT

Nous n'acceptons plus les dons de livres ni de cassettes. Veuillez mettre vos livres dans un sac avant de les glisser dans la chute à livres.

Merci de votre compréhension.



HEURES D'OUVERTURE :

Mardi : 9h à 12h – 18h à 20h
 Jeudi : 14h à 20h
 Samedi : 10h à 12h
 Dimanche : 10h à 12h

Prendre note que la bibliothèque sera fermée dimanche 1er septembre pour la Fête du Travail.

Coordonnées : 450-584-2258
 poste 5 biblio@smsr.quebec

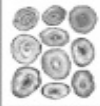


Programmation prévue groupe des petits:


- Géode à l'aquarelle
- Slime pudding
- Brico d'Halloween collectif
- Galaxie en pot
- Dessin sur textile
- Maracas en papier maché

**Programmation
prévue**


Géode à l'aquarelle




Bougie de soya




Peinture abstraite




Bombes de bain




Encre sur textile



Slime pudding



Dessin s'inspirant
de la dia de muertos



Qui dit été, dit Club de lecture TD à la bibliothèque ! Encore une fois cette année, les jeunes inscrits au camp de jour ont pu profiter de nos locaux pour lire et participer à des activités ludiques : bricolages, jeux moteurs et expériences scientifiques ! Ils ont tous reçu un cahier de participation avec des autocollants. Le Club de lecture TD est un programme canadien visant à favoriser le plaisir de la lecture et les visites à la bibliothèque durant la saison estivale, afin de limiter la perte des acquis chez les élèves pendant les vacances.

Trois participants ont remporté un prix par tirage au sort. Les gagnants sont : Morgane Jodoin, 6 ans ; Loukas Plante, 8 ans ; et Luckas Brillon, 10 ans. Félicitations!





RESPECTER LE CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE POUR UNE RENTRÉE SÉCURITAIRE

Partout en province, des centaines de milliers d'élèves reprendront la route vers leurs établissements scolaires. La présence d'autobus scolaires, de piétons, de cyclistes et de brigadiers augmentera nécessairement l'achalandage sur le réseau routier. Dans un but de prévention, du 26 août au 6 septembre prochain, les policiers de la Sûreté du Québec intensifieront leurs interventions aux abords des écoles. Les usagers de la route sont invités à redoubler de prudence afin d'assurer une rentrée scolaire sécuritaire pour tous.

Sécurité routière : quelles sont les règles?

- Respectez les limites de vitesse affichées. Dans une zone scolaire, l'amende est doublée si l'infraction est commise durant la période scolaire. Cette dernière est indiquée par la signalisation routière ou, à défaut d'une telle signalisation, débute à 7 h et se termine à 17 h, chaque jour du lundi au vendredi pendant les mois de septembre à juin.
- Les usagers de la route, incluant les cyclistes, ont l'obligation de s'immobiliser à plus de cinq mètres à l'approche d'un autobus ou d'un minibus dont les feux rouges intermittents sont en marche ou dont le signal d'arrêt obligatoire est déployé.
- Lorsque la circulation est dirigée par un agent de la paix, un brigadier scolaire ou un signaleur chargé de diriger la circulation lors de travaux, toute personne doit, malgré une signalisation contraire, obéir à leurs ordres et signaux.
- Les conducteurs sont dans l'obligation de s'immobiliser à l'approche d'un passage piéton lorsqu'un piéton s'est engagé sur les bandes jaunes ou blanches ou qu'il a manifesté clairement son intention de le faire.

Rappelons également l'importance du respect de la signalisation aux abords des écoles, particulièrement les zones réservées aux autobus, les zones où le stationnement est interdit et les zones de débarcadère. Plusieurs parents déposent leur enfant à l'école; ceux-ci doivent s'assurer de le faire à un endroit sécuritaire afin d'éviter les manœuvres imprudentes telles que le stationnement en double et les virages en « U ».

Pour plus d'informations sur les différentes réglementations, nous vous invitons à consulter le site internet de la Société de l'Assurance Automobile du Québec (SAAQ) au lien suivant : <https://saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere>

En cohérence avec la stratégie en sécurité des réseaux de transport Partenariat, Intervention, Sensibilisation, Technologie, Évaluation (PISTE), la Sûreté du Québec se joint une fois de plus à ses partenaires en sécurité routière pour l'amélioration du bilan routier.

Bonne rentrée scolaire !

Levée de Fonds de la Fondation de l'instruction de Saint-Marc-sur-Richelieu avec les étiquettes personnalisables « Colle à moi »



La rentrée et les inscriptions aux activités parascolaires approchent à grands pas !



Pour bien s'y préparer, la compagnie québécoise Colle à moi propose des étiquettes personnalisables d'excellente qualité permettant d'identifier les effets personnels de chaque enfant. Elles résistent à la laveuse, la sècheuse, au micro-ondes et au lave-vaisselle! En plus, elles sont amusantes, colorées, pratiques et durables!

La Fondation de l'instruction de Saint-Marc-sur-Richelieu (FISMR) effectue présentement une levée de fonds afin de financer des activités liées à l'instruction et au développement culturel et intellectuel des jeunes de notre communauté.

Pour chaque achat effectué sur le site Colle à moi, 15% des ventes sera remis à la FISMR. Vous ne payez pas plus cher vos articles, et vous aidez la Fondation !

Il suffit d'aller sur leur site web, https://colleamoi.com/fr_CA/collecte-de-fonds/supporter

Chercher « Fondation de l'Instruction de Saint-Marc-sur-Richelieu », et magasiner ce dont vous avez besoin! Si simple !

Si non, vous pouvez également inscrire « Fondation de l'Instruction de Saint-Marc-sur-Richelieu » lorsque vous serez rendu à votre panier d'achats sous « Supportez une collecte de fonds. »

Nous vous remercions de supporter la FISMR, vous pouvez commander votre ensemble d'étiquette dès maintenant ! Bonne fin d'été à tous !

Une calculatrice scientifique remise aux élèves de 6e année de l'école des Trois Temps

En juin dernier, la FISMR a remis à chaque élève de 6e année de l'école des Trois Temps une calculatrice scientifique. Ravis de leur nouvelle acquisition, les élèves seront ainsi bien outillés pour la suite de leurs études !





Société d'horticulture
SAINT-MARC-SUR-RICHELIEU



Quelques nouvelles...

Vente de bulbes pour un printemps fleuri 2025.

Quand : jeudi le 3 octobre 2024, 17h00 à 19h00

Lieu : Sous le chapiteau- Stationnement de la mairie :

102 de la Fabrique, Saint-Marc-sur-Richelieu



Un plaisir partagé avec les passionnés (es) de l'horticulture ornementale.

Vente de bulbes d'automne de la SHSMSR _ les choix de Valérie, 4^e édition.

À prix compétitif, pour un choix de superbes variétés de bulbes de grande qualité, surveillez nos parutions sur nos réseaux sociaux afin de pouvoir faire votre sélection. Des conseils de plantation seront fournis sur place lors de la vente. L'atelier se fera en collaboration de la **Ferme Florale Picafllore** de Mme Valérie Goulet.

Pour le plaisir de jardiner et ce, en toute saison....

Profitez-en et surtout embellissez votre printemps 2025.

Prendre note que l'activité aura lieu beau temps mauvais temps sous le chapiteau et que les quantités sont limitées.

Un petit clin d'œil pour un jardin de chez nous... les Jardins Stobert



Coup de cœur du public lors du dernier concours des reconnaissances des maisons fleuries en 2017, les Jardins Stobert se spécialisent dans la culture et la vente d'hémérocalles, de hostas et de divers vivaces complémentaires (tels heuchères, graminées, échinacées, pivoines).

Les jardins Stobert sont le fruit d'un travail acharné de plus de 15 ans de passion pour la beauté horticole. Ce jardin est ouvert au public et chaque saison offre un paysage et des floraisons alternées.

Vous n'avez pu le visiter, il est encore temps de le faire et de planifier vos aménagements prochains.

En plus d'agrémenter votre visite, il vous est possible de vous procurer vos coups de cœur à prix très compétitifs.

431 rue Richelieu, Saint-Marc-sur-Richelieu

<https://stobert.wixsite.com/stobert>

Facebook : Jardin Stobert

Pour information : 514-993-1084

● **Calendrier des activités :**

Octobre : vente de bulbes d'automne par la Ferme horticole Picafllore de Saint-Marc

Octobre : conférence à venir, date et sujet à déterminer

Bonne fin de saison de jardinage.

Vivre dans les fleurs...c'est vivre tout simplement!

Le jardinage coûte moins cher qu'une thérapie...et vous avez des tournesols et des tomates en abondance!



Société d'horticulture
Saint-Marc-sur-Richelieu



shmsr21@gmail.com



514.688.7889

Annie Houle, pour les membres du comité : Marie-Paule Guertin, Raymonde Lachance, Catherine Viger, Maxime Gaudreau et Laura-Ann Fortin



450-584-2185
stmarcparoisse@gmail.com

Journées du patrimoine religieux, 7 et 8 septembre

La paroisse de Saint-Marc participe aux Journées du patrimoine religieux. L'église sera ouverte le samedi 7 septembre de 13 h à 16 h et le dimanche 8 septembre de 11 h à 16 h. Des bénévoles seront sur place pour répondre aux questions des visiteurs.

Organisées par le Conseil du patrimoine religieux du Québec, ces journées ont pour but, entre autres, d'accroître la visibilité du patrimoine religieux pour

sensibiliser la population à son importance, à sa richesse et à sa diversité

La programmation complète des Journées du Patrimoine religieux, se retrouve sur le site <https://www.journeesdupatrimoinereligieux.ca/>

Brunch de la rentrée 29 septembre

Le brunch de la rentrée cette année est le 29 septembre, vous avec bien vu!

Ce sera encore une fois un rendez-vous à ne pas manquer!

Repas servi de 9h30 à 13h00

Coût abordable de 15\$ pour les adultes, 10\$ pour les jeunes de 7 à 12 ans et gratuit pour les 6 ans et moins. Paiement comptant ou par virement interac.

Menu varié et copieux concocté par les pros de l'Érablière Jeannotte, desserts irrésistibles des Fermières, service attentionné de l'équipe de bénévoles. Et des prix à gagner.

Le tout au profit de la fabrique pour l'entretien de l'église. Électricité, chauffage et assurances sont des incontournables pour garder l'édifice en bonne condition.

Visite annuelle au cimetière

Le 29 septembre après la messe de 10 h 00, soit vers 10 h 45, il y aura un temps de prière communautaire au cimetière, au 115 rue de la Fabrique, en mémoire des personnes qui y reposent. Invitation spéciale aux familles des personnes inhumées au cours de la dernière année. En cas de pluie, la cérémonie se déroulera à l'église et chaque famille pourra se rendre au cimetière par la suite.

Bazar de la Fabrique, le 11 août

Merci à toutes les personnes qui ont visité le bazar et ont encouragé les exposants malgré une météo incertaine. Le soleil était pourtant au rendez-vous pour le plus grand plaisir des participantes et participants.

Merci tout spécial aux bénévoles qui ont préparé cette activité et qui ont été à l'œuvre tout au cours de la journée.

À l'an prochain, nous l'espérons!

Bénévoles recherchés.

Vous avez quelques heures à offrir pour le brunch, pour les visites d'église, pour nettoyer le terrain à l'automne, pour le ménage de l'église ou pour toute autre activité ?

Il y a de la place pour vous!

Offre spéciale aux jeunes qui ont des heures de bénévolat à donner en lien avec leur programme d'études.

Faites-vous connaître : Raymonde Lachance 450-709-0752.



**BRUNCH
DE LA RENTRÉE**
29 SEPTEMBRE 2024
de 9h30 à 13h00

Salle municipale
102 rue de la Fabrique
Saint-Marc-sur-Richelieu

Adultes : 15\$
7-12 ans : 10\$
0-6 ans : gratuit

**ORGANISÉ PAR LA FABRIQUE
POUR L'ENTRETIEN DU PATRIMOINE**

Fête familiale

Le 21 septembre prochain, entre 13 et 16 heures, on vous met au défi! Venez faire le parcours Nomad-Fit (nomad-fit.com) composé de 12 obstacles au Parc André R. Noël. Venez vivre cette expérience en famille, seul ou pourquoi ne pas mettre vos voisins au défi?

Ce parcours est ouvert à tous, peu importe votre âge ou votre condition physique. Plaisirs garantis et ambiance de fête seront au rendez-vous pour clôturer la saison estivale. Pour vous sucrer le bec, le bar laitier du Capitaine Maboule sera sur place. En cas de pluie, l'activité sera maintenue.

Pour débiter votre soirée, le foodtruck Kamio – Smoking BBQ sera prêt à vous servir, selon le menu plus bas, dès 16h30. *Attention, paiement par carte seulement. Il sera situé près de l'église, en prévision du spectacle de la soirée offert par la municipalité sur le parvis de l'église.

En vedette, Gen et les Malcommodes, ce groupe que l'on a tant apprécié l'été dernier (hommage aux Beatles) revient avec les succès de Rock 'N'Roll des années 50. Le spectacle devrait débiter autour de 19h30 et en cas de pluie, la représentation aura lieu à la salle communautaire et le service de foodtruck sera maintenu.

En espérant vous voir en grand nombre!

NOMAD*FIT

En famille, entre amis ou voisins, ou même seul, venez relever le défi du parcours à 12 obstacles

13:00 à 16:00

Parc André R. Noël

Au menu

Churros croustillants, crème glacée onctueuse, slush rafraîchissante, café réconfortant, chocolat chaud gourmand et Bubble Tea exotique.

Dès 13:00

LE BAR LAITIER DU
CAPITAINE

MABOULE



Au menu

Poutine régulière ou au porc effiloché, burger de poulet frit, fish and chips, tacos de falafel

Paiement par carte uniquement

16:30 à 20:30



Venez danser au son du Rock 'N' Roll des années 50!

Même groupe que l'hommage aux Beatles de l'an dernier.

19:30

Parvis de l'église

INSCRIPTIONS ACTIVITÉS – AUTOMNE 2024

À PARTIR DU 25 AOÛT - 9h00

Descriptions

Abdos et fesses de fer : Entraînement guidé dans le plaisir, le défoulement et le dépassement de soi. Les mouvements visent particulièrement à muscler les abdos et les fessiers à travers des séries d'exercices fonctionnels diversifiés. De plus, des périodes destinées à la perte de gras, d'endurance et de puissance sont incluses.

Ateliers chocolat Halloween et Noël 1 : Viens apprendre les secrets bien gardés de la Caramilk! Dans ce premier volet, vous apprendrez les bases du chocolat de confiserie. Il vous sera montré comment faire des bouchées de saveurs différentes, des suçons ainsi que des grignotines délicieuses! Atelier clé en main, vous repartez avec vos oeuvres d'art!
** Attention, ces ateliers peuvent contenir des noix! **

Ateliers chocolat Halloween et Noël 2 : Dans ce deuxième cours, viens apprendre les moulages 3D. Découvrez les secrets du chocolat vide ainsi que les coffrets à remplir! Vous n'avez pas besoin d'avoir fait l'atelier Chocolat 1 pour faire celui-ci! Atelier clé en main, vous repartez avec vos oeuvres d'art! ** Attention, ces ateliers peuvent contenir des noix! **

Ateliers créatifs : Projets de bricolage, d'arts ou de peinture sur des thèmes variés pour stimuler la créativité des jeunes. Le cours parfait pour vos artistes en herbe! Plus de détails dans la section Bibliothèque du St-Marc..Quoi?

Ateliers d'artisanat : Petits projets en feutrine, pompons, broderie, tricot, scrapbooking. Le premier cours sera consacré aux choix des projets de la session. Tous ces cours sont offerts aux enfants de la 4^{ième} à la 6^{ième} année, sans frais, par le Cercle de Fermières.

Ateliers informatiques (pour débutants) : Séances animées par les présentateurs du Club Informatique Mont Bruno à distance, diffusées en direct, sur grand écran, via Zoom. Un animateur sera présent à la salle municipale durant le visionnement pour offrir du soutien. Série facile qui s'adresse aux membres qui sont moins familiers avec les divers outils à leur disposition sur les ordinateurs, tablettes ou téléphones intelligents. Séances d'essai gratuites 13 septembre (virus et antivirus) et 20 septembre (hameçonnage). Inclus une période de pratique avec l'animateur d'une durée de 30 minutes. Il n'est pas nécessaire d'avoir son appareil électronique pour suivre les séances (sauf pour la période de pratique). Les notes seront fournies.

Bootcamp mini- parcours : Atelier et parcours stimulants pour avoir du plaisir. Le but principal: bouger! Chaque cours est différent et vise un objectif : musculation, entraide, cardio, coordination, latéralité, coopération ou compétition, et bien d'autres.

Boxe (enfants et adultes) : Sport par excellence pour vous défouler, pour canaliser votre énergie sur un sac de frappes, pour améliorer votre santé cardio-vasculaire, votre estime, et pour développer votre musculature et plus! Cours de mise en forme à travers l'entraînement du boxeur sans contact de combats.

Cross-Training Cardio : Activité physique très complète qui vise à effectuer plusieurs exercices variés de cardio et de renforcement musculaire, avec un de récupération variable. Les exercices sont effectués aux poids du corps ou avec du matériel (kettlebells, haltères, cordes et élastiques). C'est un entraînement qui sollicite tous les groupes musculaires et qui aidera à développer tant le haut que le bas du corps. Avec cross training, vous êtes poussés à dépasser vos limites et donner le meilleur de vous à chaque instant. Ainsi, vous sentirez rapidement les effets de vos efforts sur votre condition physique et profiterez de résultats visibles en un minimum de temps !

Danse en ligne country – niveau débutant : Ce cours permet de s'initier à la danse country et d'apprendre les pas et le vocabulaire des pas de base. Le cours est accessible à tous dans une ambiance amicale et décontractée.

Danse en ligne country – niveau novice : Ce cours s'adresse à toute personne dont les bases de la danse country sont acquises. Vous serez initiés à des chorégraphies un peu plus complexes et variées qui vous apporteront un peu plus de défis.

Dentelle aux fuseaux : Technique ancestrale qui consiste à croiser et à tourner les fuseaux afin de tisser un tissu ajouré qui deviendra une dentelle. Savoir compter jusqu'à 4 et connaître sa gauche et sa droite sont des atouts. Petits projets faciles.

Entrepreneurs de A à Z! : Parcours ludique pour les jeunes qui permettra d'apprendre sur le monde de l'entrepreneuriat et de passer de l'idée à la réalisation de leur projet. Plusieurs thématiques permettront d'avancer pas à pas dans le monde de l'entrepreneuriat et de mettre en œuvre un projet d'entreprise. Ces rencontres seront animées par des personnes (mentors) ayant une expérience dans ce parcours. Pour conclure, nos jeunes entrepreneurs auront la chance de présenter et vendre leurs produits en se regroupant lors du Petit marché qui aura lieu en décembre.

Fitness semi privé (max. 6) : Cours semi-privé en salle. Programme individuel. Chaque participant(e) a ses propres exercices pour relever ses défis personnels et améliorer sa condition actuelle. Tonus, cardio, mobilité, souplesse, équilibre, conscience/connaissance de son corps selon le cas. Une partie du cours permettra de relever quelques défis en groupe. Bienvenue à tous les niveaux, blessé(e) ou retour progressif, de tous les âges.

Mobilité et stretching : Réduire le stress des articulations et des tendons, augmenter la souplesse musculaire et corriger la posture. Étirements et mobilité en bloc ou en routine flow. Faites-vous du bien et prenez du temps pour vous!

Multi-danse enfants : Découvrir différents styles de danse et de musique par l'apprentissage de mouvements techniques, de souplesse, de combinaisons et de chorégraphies: Jazz, Contemporain, Lyrique, Funky et autres. Pour les plus petits, des ateliers de développements à la danse sont ajoutés: coordination, expression corporelle, orientation spatiale, découverte de nouveaux rythmes, et plus.

Pickleball : Accès libre au gymnase pour manier la raquette avec d'autres passionnés. Vous serez responsable, avec les participants inscrits, de monter le filet et de le ranger en fin de partie. Ouvert à tous!

PIYO : Ce cours vous surprendra! Heureux mélange inspiré de Yoga, de Pilates, de danse et de mouvements fitness augmentant la musculation, la souplesse, la mobilité.

Santé / Stretching : Moment de purs plaisirs! 30 à 40 minutes à stimuler cardio, musculation, coordination et équilibre. Le tout suivi de 30 à 45 minutes d'étirements/ mobilité pour améliorer la souplesse musculaire, la posture, la disponibilité du corps et réduire le stress des articulations. Bienvenue aux 60 ans et +

Soccer intérieur 8-9 ans : Entraînement de futsal avec réchauffement et parties amicales.

Strong nation : Entraînement de haute intensité qui permet de brûler des calories et de tonifier tout le corps. Arrêtez de compter les répétitions et commencez à vous entraîner en rythme. Combinaisons de mouvement au poids du corps, cardio, kick boxing et pliométrie explosive sont synchronisés sur une musique des plus entraînante, conçue pour s'adapter à chaque mouvement.

Vie active : Vie active, c'est vieillir activement. Il s'agit simplement d'intégrer l'activité physique à la vie quotidienne, selon ses possibilités physiques. C'est une activité ZEN, au son d'une musique, avec animateur (trice) expliquant les mouvements à effectuer selon la capacité de chacun, et qui permet de socialiser dans une atmosphère détendue. Organisé par la FADOQ. Pour informations et inscriptions 514-601-1184.

Yoga * Nouvelle enseignante : Hatha Yoga centré sur la respiration consciente, la conscience sensitive, l'alignement postural, le confort et le bien-être de chaque individu. Découvrez la poésie du mouvement synchronisé par la respiration consciente et profitez de la détente à travers le yoga.

Zumba : Dansez sur des chorégraphies au son de la musique latine telles que merengue, salsa, etc. Un entraînement cardiomusculaire dynamique où chacun peut suivre son propre rythme.

Pour s'assurer de la tenue des cours et pour maintenir un tarif raisonnable, il est nécessaire d'avoir un minimum de participants. Nous privilégions donc l'inclusion des citoyens des autres municipalités au même tarif que les Saint-Marcois. Toutefois, si un cours devait dépasser son maximum d'inscriptions, les inscrits Saint-Marcois seront priorités et les désinscrits non-résidents seront remboursés.

Il est possible de prendre entente pour payer les frais d'inscription en deux versements. Dans ce cas, vous ne pourrez pas faire votre inscription vous-mêmes et devrez communiquer avec Patricia aux services des loisirs. Il se peut que le prix d'un cours change d'une session à une autre. Le coût est calculé selon le nombre de cours donnés, le nombre de participants minimums exigés et le salaire versé au professionnel qui donne le cours.

Il est possible de louer le gymnase pour pratiquer un sport qui vous intéresse. Les plages horaires disponibles peuvent varier. Le coût de la location du gymnase est de 11\$/heure. Un adulte doit être présent en tout temps durant la période de location et breuvage et nourriture ne sont pas tolérés. Votre réservation peut se faire auprès du service des loisirs de la municipalité.

Activités – Automne 2024

Journée	Activités hebdomadaires	Horaire	Âge / Niveau	Lieu
LUNDI	Bootcamp mini parcours - <i>Par Caroline Allaire</i>	12h05 à 12h35	6 à 12 ans	Gymnase
	Santé / Stretching <i>Par Caroline Allaire</i>	13h00 à 14h15	16 ans et +	Salle des Érables
	Dentelle aux fuseaux <i>Par Mireille Beauchemin</i>	15h00 à 16h30	8 à 12 ans	Salle des Tournesols
	Abdos et fesses de fer <i>Par Caroline Allaire</i>	18h45 à 19h45	16 ans et +	Salle des Érables
	Mobilité et stretching <i>Par Caroline Allaire</i>	19h50 à 20h50	16 ans et +	Salle des Érables
MARDI	Cross-Training Cardio <i>Par Élyse Delage</i>	6h30 à 7h30	14 ans et +	Salle des Érables ou dehors
	Ateliers d'artisanat - <i>Par le Cercle de Fermières</i>	15h15 à 16h30	9 à 12 ans	Salle des Tournesols
	Soccer intérieur - <i>Par parents bénévoles</i>	16h30 à 17h30	8 à 9 ans	Gymnase
	Yoga - <i>Par Isadora Lira</i>	18h30 à 19h30	16 ans et +	Salle des Érables
	Yoga - <i>Par Isadora Lira</i>	20h30 à 19h30	16 ans et +	Salle des Érables
MERCREDI	Vie Active <i>Par FADOQ</i>	9h30 à 11h45	Être membre de la FADOQ	Salle communautaire
	Ateliers créatifs <i>Par Roxan Carrier-Gonthier</i>	15h15 à 16h15	5 à 7 ans	Bibliothèque
	Danse en ligne country – niveau débutant <i>Par Nathalie Toupin</i>	18h30 à 19h30	12 ans et + Débutant	Salle municipale
	Danse en ligne country- niveau novice <i>Par Nathalie Toupin</i>	19h30 à 20h30	12 ans et + Novice	Salle municipale
	Strong Nation - <i>Par Caroline Allaire</i>	18h45 à 19h45	16 ans et +	Salle des Érables
	PIYO - <i>Par Caroline Allaire</i>	19h50 à 20h50	16 ans et +	Salle des Érables
	Cross-Training Cardio <i>Par Élyse Delage</i>	6h30 à 7h30	14 ans et +	Salle des Érables ou dehors
	Ateliers créatifs <i>Par Roxan Carrier-Gonthier</i>	15h15 à 16h15	8 à 12 ans	Bibliothèque
JEUDI	Pickleball - <i>Par motivation de groupe</i>	18h30 à 20h30	Tous	Gymnase
	Zumba - <i>Par Josée Bélisle</i>	19h00 à 20h00	14 +	Salle communautaire
	Boxe- enfant - <i>Par Terry Osias / Ross Alexandre</i>	18h30 à 19h30	7 à 12 ans	Salle des Érables
	Boxe- adulte - <i>Par Terry Osias / Ross Alexandre</i>	19h30 à 20h30	13 ans et +	Salle des Érables
VEND.	Fitness semi-privé - <i>Par Caroline Allaire</i>	9h00 à 10h00	16 ans et +	Salle des Érables
	Bootcamp mini parcours - <i>Par Caroline Allaire</i>	12h05 à 12h35	6 à 12 ans	Gymnase
	Santé / Stretching - <i>Par Caroline Allaire</i>	13h00 à 14h15	16 ans et +	Salle des Érables
	Ateliers informatiques <i>Par Club informatique Mont-Bruno et animateur</i>	13h15 à 16h00	50 ans et +	Salle communautaire
DIM.	Multi-danse enfants - <i>Par Focus Studio</i>	9h00 à 9h55	3 à 5 ans	Salle des Érables
	Multi-danse enfants - <i>Par Focus Studio</i>	10h00 à 10h55	6 à 8 ans	Salle des Érables
	Multi-danse enfants - <i>Par Focus Studio</i>	11h00 à 11h55	9 à 12 ans	Salle des Érables
	Activités à la carte	Horaire	Âge	Lieu
	Atelier conférence Les secrets de la photo avec votre téléphone cellulaire	19h00 à 21h00	18 ans +	Bibliothèque
	Entrepreneurs de A à Z! <i>Par Saint-Marc en affaires</i>	18h15 à 19h30	11 à 15 ans	Salle des Tournesols
	Atelier chocolat Halloween <i>Par Véronique Lamothe</i>	9h00 à 12h00	16 ans +	Salle communautaire
	Atelier chocolat Noël <i>Par Véronique Lamothe</i>	18h30 à 21h30	16 ans +	Salle communautaire

	Date de Début	Date de fin	Nb. de séances	Tarif	Informations
	23 sept.	3 déc.	10	40\$	Pas de cours 14 oct.
	9 sept.	16 déc.	14	140\$	Prévoir tapis de Yoga et eau Pas de cours 14 oct.
	16 sept.	9 déc.	6	90\$	Cours : 16 et 30 sept., 21 oct., 4 et 25 nov., 9 déc. Pas de retour au service de garde
	9 sept.	16 déc.	14	125\$	Prévoir tapis de Yoga Pas de cours 14 oct.
	9 sept.	16 déc.	14	125\$	Prévoir tapis de Yoga Pas de cours 14 oct.
	10 sept.	26 nov.	12	90\$	Autre cours le jeudi matin
	17 sept.	3 déc.	12	GRATUIT	Pas de retour au service de garde
	17 sept.	3 déc.	12	15\$	Pas de retour au service de garde
	17 sept.	3 déc.	12	240\$	Prévoir tapis de yoga
	17 sept.	3 déc.	12	240\$	Prévoir tapis de yoga
	11 sept.	18 déc.	15	Être membre de la FADOQ	
	25 sept.	27 nov.	8	55\$	Pas de cours 23 oct. et 20 nov. - Pas de retour au service de garde - Attente possible à la biblio jusqu'à 16h45
	18 sept.	4 déc.	11	70\$	Prévoir bottes western ou souliers qui glissent 1 semaine de vacances à prévoir
	18 sept.	4 déc.	11	70\$	Prévoir bottes western ou souliers qui glissent 1 semaine de vacances à prévoir
	11 sept.	18 déc.	15	135\$	Prévoir tapis de yoga
	11 sept.	18 déc.	15	135\$	Prévoir tapis de yoga
	12 sept.	28 nov.	12	90\$	Autre cours le mardi matin
	26 sept.	28 nov.	8	55\$	Pas de cours 31 oct. et 21 nov. - Pas de retour au service de garde - Attente possible à la biblio jusqu'à 16h45
	26 sept.	19 déc.	13	30\$	Filets et balles fournis; quelques raquettes de disponibles
	12 sept.	5 déc.	12	105\$	Pas de cours 26 sept.
	19 sept.	5 déc.	12	275\$	Aucun contact physique
	19 sept.	5 déc.	12	275\$	Aucun contact physique
	13 sept.	13 déc.	14	200\$	Prévoir tapis de yoga
	27 sept.	6 déc.	10	40\$	Pas de cours 22 nov.
	13 sept.	13 déc.	14	140\$	Prévoir tapis de yoga et eau
	13 sept.	29 nov.	12	20\$ payable au Club informatique	Séances du 13 et 20 sept. gratuites Appareil électronique non nécessaire pour suivre les séances (voir infos)
	15 sept.	1er déc.	10	120\$	Pas de cours : 13 oct. et 17 nov.
	15 sept.	1er déc.	10	120\$	Pas de cours : 13 oct. et 17 nov.
	15 sept.	1er déc.	10	120\$	Pas de cours : 13 oct. et 17 nov.
	Date	Tarif	Informations		
	21 nov.	Gratuit	Conférencier Michel Proulx, photographe professionnel de 44 ans d'expérience Inscription obligatoire		
	8 et 22 oct., 5 et 19 nov., 3 et 10 déc.	Gratuit	Matériel fourni - Parents peuvent accompagner leur jeune		
	Atelier 1 = 19 octobre Atelier 2 = 26 octobre	80\$ chaque atelier	Ateliers clé en main Vous repartez avec vos confections		
	Atelier 1 = 26 novembre Atelier 2 = 3 décembre	80\$ Chaque atelier	Ateliers clé en main Vous repartez avec vos confections		



Activité pétanque et pique-nique

En lien avec la Journée internationale des aînées, qui aura lieu le 1er octobre, la municipalité de Saint-Mathieu-de-Beloeil invite les citoyens de Saint-Marc-sur-Richelieu âgé de plus de 50 ans à un tournoi de pétanques amical. Un pique-nique vous sera servi sur place. Si vous n'avez pas déjà fait votre inscription, il est toujours temps de le faire auprès des loisirs au 450-584-2258 poste 4.

Matériel requis : Vêtements confortables, bouteille d'eau et boules de pétanque.



Jeudi 12 septembre de 10h30 à 15h00



Parc des Loisirs • Terrain de pétanque

5000 rue des Loisirs, St-Mathieu-de-Beloeil



GRATUIT

Saison de soccer terminée

Cette année encore, ce sont plus de 100 jeunes de la municipalité qui ont joué au soccer de mai à août inclusivement. Saint-Marc avait 8 équipes et chacune a joué 12 parties. Ce sont 20 entraîneurs bénévoles qui ont participé à rendre cette expérience de jeu enrichissante pour les joueurs. Ce sont aussi des parents qui ont accompagné leurs jeunes sur la route pour leur faire profiter de ce sport. Ce sont également des arbitres qui ont travaillé fort à maintenir un jeu propre et à modérer des esprits parfois échauffés. La ligue est composée de 8 municipalités. Saint-Marc a le plus haut taux de participation après la ville de Contrecoeur. Félicitations à l'équipe U6-1 et U10-1 qui ont connu une saison sans aucune défaite. Une mention spéciale au U6-2 et U10-2 qui ont terminés 2ième.

Le tournoi de soccer de la Ligue de soccer des Patriotes a eu lieu le samedi 17 août à La Présentation. Quelle belle organisation, quelle belle participation et quels beaux résultats pour Saint-Marc-sur-Richelieu. Félicitations à toutes les équipes! On a vu des sourires, des pleurs, des cris de joie, des frustrations et beaucoup de sueur. Au final, Saint-Marc-sur-Richelieu a une belle éthique de jeu provenant autant des joueurs, des entraîneurs, des arbitres que des parent spectateurs. On peut être fier! Bravo à tous!

Soulignons les 2 champions de leurs catégories respectives : les U10-2 et les U14 qui se sont mérités d'être les vainqueurs du tournoi (photos ci-jointes). Une mention spéciale doit être faite à l'équipe de U12 qui a livré tout un match et terminé 2ième et à l'équipe U10-2 qui a perdu le match final, contre ses compatriotes, en tir de barrage.

La fête de fin saison sera différente cette année. Il n'y aura pas de sortie pour voir le CF Montréal étant donné l'augmentation flamboyante du prix des billets. Alors, réservez le 5 octobre à votre agenda pour passer une soirée remplie de surprises! Plus de détails suivront.





Joueurs U10-2 : Raphaël Ameha; Izzy Archambault, Joah Baillargeon, Emma Choquet, Gabriel Cloutier Desjardins, Thomas Comtois, Cédric Gaudette, Nolan Gaudette, Anthony Lapierre, Matheo Lemay, Léo Mayrand, Noah Sylvestre, William Viens. **Entraîneurs U10-2 :** Guy Ameha et Rémi Blanchard-Gaudette.



Joueurs U14 : Logan Boulay, Nikolas Desrosiers, Jérémie Fréchette, Charles Gatién, Sébastien Gravel, Nikolas Houle, Talia Huberdeau, Thomas Jean, Zachary Lussier, Guillaume Mercier, Noah Moldes, Christophe Montambault, Thomas Vachon, Joliane Vincent, Éliane Latulippe, Frédéric Duplain Nelson. **Entraîneurs U14 :** Anick Turcotte, Catherine Viger et Patrick Houle.

VIE ACTIVE EN MOUVEMENT (AUCUN FRAIS)

La FADOQ et l'équipe d'animation vous proposent des rendez-vous hebdomadaires tous les mercredis de 9h30 à 11h45 à la salle municipale, du 11 septembre au 11 décembre 2024, pour une durée de 15 semaines. Les activités, adaptées avec de la musique zen, respectent le rythme de chacun. Les nouveaux membres souhaitant se joindre au groupe (sans frais) peuvent se présenter sur place chaque mercredi sans réservation. Pour plus d'informations, contactez Réal Déry au 514-601-1184 ou par courriel ci-dessous.

BIENVENUE À LA SALLE COMMUNAUTAIRE FADOQ (215 des Prés)

Nos activités intérieures : chaque mardi et vendredi à 13 h; Cartes, billard, ping-pong, pickleball sur la patinoire sont toujours disponibles. Les membres intéressés sont invités à participer à ces activités sans frais. Entrée libre.

RENOUVELLEMENT DE VOTRE CARTE DE MEMBRE

La majorité des cartes de membres de la FADOQ Saint-Marc expirent en septembre et octobre 2024. Une lettre vous invitant à renouveler votre adhésion vous parviendra au début du mois, contenant toutes les indications nécessaires selon votre choix de mode de paiement. Coût : 25 \$ pour 1 an ou 45 \$ pour 2 ans. Le paiement peut se faire directement à la FADOQ de notre région (RICHELIEU-YAMASKA, Club Saint-Marc-sur-Richelieu M042) ou via Accès D, même si cette option n'apparaît pas dans la lettre que vous recevrez. Dès réception du paiement, votre adhésion sera validée et votre carte plastifiée vous sera envoyée par la poste à votre domicile. Pour toute question, un membre du conseil, M. Camille Dubé (450-584-3274) ou Réal Déry (514-601-1184), se fera un plaisir d'y répondre.

ÊTRE MEMBRE FADOQ... C'EST UNE FORCE DE SOLIDARITÉ

Être membre de la FADOQ, c'est faire partie d'un réseau de 570 000 membres au Québec qui défend la place et les intérêts des aînés dans la société. Oui, être membre c'est payant, car faire quelque chose ensemble, pour le bien-être collectif, c'est se faire du bien.

CLUB DES CONNECTÉS

Vous avez besoin d'aide pour utiliser un ordinateur, une tablette ou un téléphone cellulaire ? Contactez Annie-Claude, responsable de la bibliothèque, au 450-584-2258 poste 5. Ce service est gratuit.

CITATION : "La vieillesse est la continuité de la jeunesse."

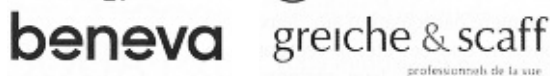
Réal Déry

**LE RÉSEAU FADOQ
REMERCIÉ**

SES GRANDS PARTENAIRES
ET COMMANDITAIRES



Vie • Santé • Investissement
SES COMMANDITAIRES



**POURQUOI
ÊTRE
MEMBRE?**



Comment trouver nos 1 000 rabais?



Fier de regrouper plus de 570 000 membres



Ensemble, continuons à améliorer la qualité de vie
des personnes de 50 ans et plus !
Infos : fadoq.ca

Réal Déry – 514-601-1184
real.dery@hotmail.com



LE CERCLE DE FERMIERES DE ST-MARC

Une nouvelle saison d'activités commence. Les rencontres du mardi seront une belle occasion pour débiter de nouveaux projets ou poursuivre ceux laissés en plan pendant les vacances d'été. D'ailleurs de nouveaux projets seront présentés lors du premier atelier de septembre au local situé au sous-sol de la salle municipale.

En septembre, nous vous proposons les ateliers suivants :

- 3 septembre : Présentation à 10h00 des projets d'automne
- 10 septembre : Coussin-cœur
- 17 septembre : Broderie Boutis
- 24 septembre : Broderie Boutis

Lors de notre première rencontre mensuelle qui se tiendra le 17 septembre à 18h30, à la salle municipale, il y aura la présentation du Plan de travail.

Nous reprenons les activités avec les élèves de l'École des Trois-temps. Les inscriptions se font via la municipalité par l'application : VOILÀ. Nous sommes à la recherche de bénévoles pour compléter notre équipe.

Les cours de dentelles aux fuseaux du mois de septembre se tiendront le 16 et le 30 septembre dès 13h00, à notre local. Pour confirmation de la tenue du cours et plus d'informations, veuillez contacter Mireille Beauchemin au 514-972-7708 ou par courriel : mireille.beauchemin@gmail.com

Brigitte Robidou, Cercle de Fermières St-Marc – Comité Communications

Et, souhaitons un joyeux anniversaire à :

Cécile Rodrigue
Annie Houle
Marie-Paule Beauregard
Françoise Noël
Anne-Marie Préfontaine
Pauline Faucher
Yvette Lamoureux
Marie-Paule Guertin
Martine Girard
Marjolaine Racicot
Diane Truchon



MAISON DES JEUNES

MISSION

MDJ LA TRAVERSÉE

Milieu de vie pour les 10 à 17 ans
Contribuer au bien-être des jeunes de 10 à 17 ans en milieu rural en leur offrant un lieu de rencontre accueillant qui contribuera à leur épanouissement, leur développement et leur participation citoyenne.

C'EST QUOI UNE...

MAISON DES JEUNES

?

une MDJ c'est :

- un milieu de rencontre pour tous les jeunes de 10 à 17 ans
- un endroit où des adultes significatifs sont là pour écouter, aider, accompagner et pour animer le milieu de vie
- un espace favorisant le partage des idées
- une occasion pour développer son sens critique et sa participation citoyenne
- Un lieu de plaisir, de divertissement, d'entraide



VALEURS



OBJECTIFS

Valoriser l'adolescent.e, lui donner confiance en lui et en ses capacités, ainsi que de stimuler son implication communautaire.

Développer chez l'adolescent.e des capacités de partage, de leadership et un sentiment d'appartenance à la MDJ.

Donner des services correspondant à des besoins spécifiques qui ne sont pas comblés par des loisirs organisés, par l'école et le foyer.

Favoriser une perception du monde adulte en s'associant à des organismes locaux comme partenaires dans la réalisation de leurs projets.

Viser une plus grande autonomie des jeunes et développer leur sens de responsabilités par des prises en charge de leurs activités et de leurs apprentissages.

HORAIRE

MARDI 18 h à 21 h	MERCREDI 15 h à 21 h
VENDREDI 15 h à 22 h	SAMEDI 10 h à 14 h

SUIVEZ-NOUS
SUR FACEBOOK /
INSTA POUR
CONNAÎTRE LES
ACTIVITÉS



450.584.2173
opt. 3



138, rue de l'Église
St-Marc-sur-Richelieu

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

Vous avez des difficultés à payer toutes vos factures, vous venez de perdre votre emploi, vous venez de vivre une séparation, vos revenus ne sont pas assez élevés? Nous sommes là pour vous aider à remplir votre frigo : fruits et légumes, produits laitiers, viande, pain.

LE GRAIN
d'SEL

Le Grain d'Sel, situé au 544, boul. Laurier (petite section du Mail Montenach près du Mike's) offre de l'aide alimentaire aux personnes qui en ont besoin, les jeudis de chaque semaine entre 13h00 et 16h00. Contactez-nous les lundis et mardis afin de réserver votre panier du jeudi, qui vous est offert pour la modique somme de 10\$. Une évaluation des revenus et dépenses est nécessaire au premier contact.

Pour information : 450-467-5733
info@graindesel.ca
www.graindesel.ca

CENTRE D'ENTRAIDE
FAMILIALE
DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU

RESTO-POP:

Vous êtes seul et avez besoin de jaser, tout en mangeant une bonne soupe-repas ? Venez manger avec nous tous les mardis midis au « Resto-Pop » du Grain d'Sel, entre 11h30 et 13h00. *C'est gratuit !*



Centraide Opération Septembre 2024

Ce service est offert aux familles à faibles revenus ou vivant des difficultés financières ponctuelles. Il s'agit d'un soutien financier à la rentrée scolaire.

Sous présentation d'une facture d'école ou d'une preuve de fréquentation et à la suite de l'ouverture du dossier, un montant fixe sera octroyé.

Les montants sont déterminés selon l'année d'étude de l'enfant.

Inscription : à partir du 12 août 2024, veuillez laisser vos coordonnées au 450 467-9373 poste 232. Nous vous appellerons pour l'activation de votre dossier. Toute inscription faite avant cette date ne sera pas retenue.

Pour les résidents de

Beloeil, McMasterville, Mont-Saint-Hilaire, Otterburn Park, Saint-Antoine-sur-Richelieu, Saint-Charles-sur-Richelieu, Saint-Denis-sur-Richelieu, Saint-Marc-sur-Richelieu, Saint-Mathieu-de-Beloeil et Saint-Jean-Baptiste



Pour information : 450 467-9373



Centraide
Richelieu-Yamaska



Au cœur des familles agricoles

**Un service gratuit
d'écoute, d'aide,
d'accompagnement et de répit**

Notre mission consiste à offrir des services psychosociaux de première ligne favorisant l'amélioration du bien-être des familles agricoles du Québec

LA référence provinciale en intervention psychosociale pour les familles agricoles

☎ 450 768-6995

✉ acfa@acfareseaux.qc.ca

🌐 www.acfareseaux.qc.ca

Services offerts

- Interventions adaptées aux réalités du milieu agricole : conflits familiaux, surcharge de travail, problème de transfert, communication difficile et plus encore
- Répit à la Maison ACFA
- Service gratuit et confidentiel, offert partout au Québec

Vous avez besoin de parler de manière confidentielle à des travailleurs de rang qui connaissent la réalité des familles agricoles, n'hésitez pas à nous contacter.



☎ 450 768-6995

Maison ACFA

600, Rue Benoît, Saint-Hyacinthe, QC J2S 1L6

PETITES ANNONCES

ANNONCES

SERVICE OFFERT

Couturière mobile. Altérations, bords de pantalons, rideaux, jupes, etc. Sylvie 438 881-3429.

SERVICE OFFERT

Offre de soutien aux personnes âgées ou en perte d'autonomie. Accompagnement et commissions. Personne fiable et avec expérience. 450 787-2735.

À VENDRE

Bois de foyer à vendre. Appelez au 450 584-2884 ou 514 792-2823.

À VENDRE

Téléviseur Insignia Roku TV de 24 pouces LED 720p, avec télécommande, dans sa boîte d'origine, 30.\$ Lecteur DVD Toshiba SD-4100 25.\$ Voir prix sur internet. 450-813-3610.

SERVICE DE GARDE

Service de garde Les Gazelles en folie cherche une remplaçante occasionnelle lesgazellesenfolie@gmail.com

À VENDRE

Bois d'allumage et bûches, livraison. 514-601-1184.

ANNONCES

AVIS DE RECHERCHE DANS VOTRE ENTOURAGE

Homme 70-75 ans partant pour sorties occasionnelles avec saint-marcoise d'apparence soignée et poids santé. Pianiste amateur, aime vélo (tandem) scrabble, lecture, écriture, sorties au resto, cinéma, spectacles etc... Écrire à : saint.marcoise@yahoo.com.

OFFRE D'EMPLOI POUR ÉTUDIANT

Homme de 77 ans recherche étudiant pour m'aider à entretenir l'extérieur de ma maison. Possibilité de 2 jours et plus par semaine d'avril à octobre. Horaire d'étudiant. Conditions à discuter 450-584-3387. Laisser votre message.

À VENDRE

Vélo 10 vitesses équipé de marque Norco Monterey avec roues de 24 pouces aluminium 300\$, banc de massage ou physiothérapie matelassé 4 pouces 73x24 125\$, table de travail 5 pieds x 3 pieds démontable 60\$, raquettes patte d'ours en babiche 125\$, ski de fond Rossignol homme 40\$, exerciceur Firm Workout 80\$, matelas Sears O-Pedic 60x80 très propre 50\$, ensemble sofa-causeuse artisanal pointe à diamant 1,200\$. Pour information: 450-709-0527.

ANNONCES

SERVICE DE GARDE

Place disponible en milieu familial subventionné pour septembre 2024 de 7:00 am à 17:00 pm. lesgazellesenfolie@gmail.com

REMPLAÇANTE

Service de garde Les Gazelles en folie cherche une remplaçante occasionnelle lesgazellesenfolie@gmail.com

À VENDRE

Poêle JENN-AIR, 4 ronds et fourneau incluant le ventilateur. Le poêle fonctionne sans le ventilateur, 95\$. 450 709-0554.

Petites annonces?
Appelez nous!
Ou écrivez nous!
Municipalité de
Saint-Marc-sur-Richelieu
450 584-2258
info@smsr.quebec



MAURICE JEANNOTTE

ÉRABLIÈRE

Nous sommes heureux de vous présenter
le nouveau menu de SÈVE

BISTRO

Menu tapas à partager

Heures d'ouverture :

Mercredi au samedi
12h00 à 20h00

Réservez vos places

450-584-2039

HAUT DE CUISSE DE POULET FRIT Sauce miel épicé, salade de chou crémeuse	\$ 22		
ONGLET DE BOEUF Aligot, jus de boeuf au thé du labrador, radis et miel	\$ 25		
CARPACCIO DE BOEUF Radicchio, vinaigrette de vin rouge, pommes et noix	\$ 20		
TARTARE DE SAUMON Fraises, oignons verts, mayonnaise sésame et riz soufflé	\$ 20		
BURRATA Coulis de tomates fumées, tomates, caramel balsamique et huile verte au basilic	\$ 18		
CARBONARA Rigatonis, jaune d'oeuf, parmesan et bacon fumé maison	\$ 17		
MINI GUÉDILLE Crevettes et homard, mayonnaise au sumac et tobiko, céleri, poivron et oignon	\$ 18		
CHAMPIGNON SAUVAGE Glace érable et miso, labneh, pollen, sumac et pain naan	\$ 17		
MOUSSE DE FOIE DE VOLAILLE Ruban pain, légumes marinés, gel au gin et sapin baumier	\$ 17		
REPAS 6 SERVICES Six services au choix du chef pour deux personnes, comprenant un plateau à partager, quatre tapas et le dessert	\$ 150		
		À PARTAGER	
		PLATEAU DE CHARCUTERIES Sélection de quatre charcuteries accompagnées de moutarde à l'érable, cornichons maison et gel de bière noire	\$ 27
		ANTIPASTO Saumon fumé, fromage à la crème, chips de bagel, câpres d'ici et oignons marinés	\$ 27
		PLATEAU DE FROMAGES Sélection de trois fromages d'ici, gel de fraise, confiture de fraises, crumble de noisettes	\$ 27
		PAIN ET DES RÊVES Accompagné d'un beurre composé	\$ 5
		FRITES Frites servies avec un sel aux algues de Gaspésie et parmesan	\$ 7
		LÉGUMES DU MOMENT Légumes du moment sautés au beurre	\$ 8
		SALADE DU MOMENT Salade composée de légumes de saison	\$ 9
		LES À-CÔTÉS	

AVERTISSEMENT

Certains plats peuvent contenir ou être entrés en contact avec des allergènes. Nous ne pouvons donc pas garantir l'absence d'allergènes dans votre assiette.



Deaudelin Turcot

COURTIERS IMMOBILIERS



Philippe

438-391-5281

pdeaudelin@dtimmobilier.ca

Nicole

514-265-3441

info@nicoleturcot.com

Agence immobilière



PSST...

IL Y A UNE PLACE POUR
VOTRE ANNONCE ICI!



Pour informations:
450 584-2258

Publicité

SDRONE



Découvrez **notre entreprise** spécialisée dans **LA CREATION CAPTIVANTE DE VIDEOS & DE PHOTOS AÉRIENNES** grâce à des drones.

Notre expertise combine l'**innovation technologique** avec une **vision artistique**, pour capturer des perspectives uniques et époustouflantes.

NOS SERVICES

Immobilier - Terres agricoles - Photos et vidéos aériennes de toitures et bâtiments

📍 Saint-Marc-sur-Richelieu, Québec J0L 2E0, Canada
☎ 514-298-4508 ✉ info@s-drone.ca 🌐 s-drone.ca

Vidéos et photos aériennes



Apprendre à apprendre

Êtes-vous découragé et ne savez plus comment aider votre enfant dans ses apprentissages?

Pour voir un changement positif dans ses apprentissages, le jour ou le soir, j'offre du soutien pédagogique dans un environnement chaleureux, accueillant et stimulant.

- Développer les habiletés à apprendre
- Soutien académique
- Matériel pédagogique
- Suivi avec le parent et l'enseignant.e
- Grand choix d'activités de détente et pauses actives
- Développer les forces et les intérêts



Vicky Houle

Entrepreneure et enseignante en adaptation scolaire et sociale

Info@chezvickyhoule.com

357 Rang des Soixante, St-Marc-sur-Richelieu

NOUVEAU enretien paysager ECORESPONSABLE



Estimation gratuite

2014- 1er prix du concours de l'Association des Paysagistes Professionnels du Québec
Catégorie «Le béton à son meilleur»
2014- Le prix Permacon
2015- Le prix Clin d'Œil



Gestion
Pierre-Alain Poirier inc
Services d'aménagement paysager

450.709.0606

papoirier@service-paysager.com
www.service-paysager.com

Audrey Martin Conseillère en Voyages

Téléphone : 514-980-0180
Email :
audrey.martin@terre-monde.com
Facebook:
Audrey Martin Conseillère en
Voyages
terre-monde



MICHEL AUCLAIR
Président

Vente, service et location d'appareil de radiocommunication
(Commercial et CB)

29 Préfontaine, Saint-Marc-sur-Richelieu (Québec) J0L 2E0
Tél. fax : (450) 446-1930 • 1-888-747-3266



*Services informatiques
Lavallée enr.*

Martin Lavallée
Consultant-informaticien

843 Cr. Denis
St-Amable (Québec) J0L 1N0
Tél.: (514) 942-6366

*ℹ Réparation d'ordinateurs
à DOMICILE*

ℹ Entretien & Consultation

ℹ Installation Réseaux

Inscription
en cours

**Activités
pour futurs et
nouveaux parents
et leur bébé**



Rencontres prénatales | Yoga | Cardio mise en forme
Cours de portage | Ateliers, jeux et exercices
Éveil musical | Bébé tricot | Et plus...

INSCRIPTION
450 446-7760 | www.leberceau.org f

Licence: R.B.Q. 8253-8984-45

531, Rang des Tentés
St-Marc sur Richelieu J0L 2E0

Les Constructions
AREER 2000
inc.

Eric Richer
Cel.: (514) 863-2778
Res.: (450) 584-3383
Fax.: (450) 584-2834



ENTREPRENEUR GENERAL

Rénovation
Résidentiel
Commercial

Construction

Entrepreneur général et spécialisé - Rénovation
Résidentiel - Commercial - Industriel



Maxime Fortin

tél.: (514) 863-0745 - fax: (450) 709-0565
Licence R.B.Q.: 8339-3710-04
www.maforc.ca

Coiffure

Coiffure Lise Lavallée

Lise Lavallée

514 974-2618
541 Rang des Trente
St-Marc-sur-Richelieu
lise.fernand@hotmail.com



Coiffure



97, Montée Verchères
St-Marc sur Richelieu
Québec, J0L 2E0

Tél.: (450) 584-3732
Fax: (450) 584-2447

Le souci de votre bien-être...

Coiffure

La Coiffure
d'ANNIE

Sur rendez-vous

450.709.0688

167, rue Jeannotte
Saint-Marc-sur-Richelieu

Courtier automobile



Eric Bessette

Eric Bessette
Courtier Automobile
inc.

Spécialiste Camion

514-892-2852

ericbessettecourtierautomobile@gmail.com

Courtier immobilier

MARIE-EVE Loyer
Courtier immobilier résidentiel

T. 514 293.7436
marie-eve.loyer@remax-quebec.com
remax-extra.ca



Agence immobilière
Permittée indépendante et autorisée
de l'Ordre des Courtiers

170, rue Serge-Pépin, Belœil



Publicité

PSST...
IL Y A UNE PLACE POUR
VOTRE ANNONCE ICI!



Pour informations:
450 584-2258

Député



Xavier Barsalou-Duval
Député de Pierre-Boucher - Les Patriotes - Verchères



1625, boulevard Lionel-Boulet, bureau 202
Varenes (Québec) J3X 1P7

Téléphone : 450 552-4442
Courriel : xavier.barsalou-duval@parl.gc.ca

Député



Simon
JOLIN-BARRETTE
DÉPUTÉ DE BORDUAS

MINISTRE DE LA JUSTICE
LEADER PARLEMENTAIRE DU GOUVERNEMENT

450 264-5505
s.j.bord@assnat.qc.ca



Simon MERCIER

ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN inc.

Tél.: 514 970-6798

RBQ : 5609-4485-01

179, rue Tanguay, Saint-Marc-sur-Richelieu, QC J0L 2E0

Massothérapie Sylvie Miller

Massage Suédois de détente
ou thérapeutique

AMQ Association des
Massothérapeutes
du Québec

514-609-1994 sur rendez-vous

485, rang des 60 St-Marc sur Richelieu J0L 2E0



MAURICE JEANNOTTE

ÉRABIÈRE

RÉCEPTION ▲ CABANE À SUCRE ▲ BIÈRES ARTISANALES ▼ BOUTIQUE

WWW.JEANNOTTE.CA • 450-584-2039 • INFO@JEANNOTTE.CA
200 chemin de la Savane, Saint-Marc-sur-Richelieu, (Québec) J0L 2E0

Massothérapie

Marie-Josée Robichaud
Massothérapeute | Kinésithérapeute

97, montée Verchères, Saint-Marc-sur-Richelieu

514 409.6906

robichaudmj@videotron.ca



Le SEUL et UNIQUE

Va au four
micro-onde et
au congélateur

Sac
Miracle®

CompresseS thérapeutiques avec attaches ajustables

Soulagement rapide pour la plupart des
types de courbatures et de douleurs

AUSSI DISPONIBLE

Cheville/Poignet - Genou/Coude - Épaule/Hanche
- Ceinture lombaire et abdominale

Soulage le stress et favorise la relaxation
(COMMANDER EN LIGNE)

Informations (450) 584-4444 - sacmiracle.com - www.vsexports.com

Recherche distributeur régional

201282

Miel



Château de Cyr

Ferme apicole
Centre d'élevage d'abeilles
Vente à la ferme miel • estival • automnal

Marie-Eve Cyr et Steve Martineau
557, rang des Quatorze
St-Marc-sur-Richelieu
(450) 5131770



Miellerie

LYNE LAMARRE • NOTAIRE



M^e Lyne Lamarre, B.É.A., LL.B., D.D.N.
NOTAIRE ET CONSEILLÈRE JURIDIQUE

90, chemin de la Savane, Saint-Marc-sur-Richelieu (Québec) J0L 2E0
tél : 450 584-3119 cell : 514 978-3119
lynelamarre@notarius.net

Notaires

Les Habitations St-Marc de Verchères Inc.

215, DES PRÉS
ST-MARC
Tél.: 450-584-3170

*Logement pour personne seule
ou en couple*

• 50 ans et plus et autonome

3 1/2 = 522,00 \$

4 1/2 = 624,00 \$



Résidence

Un notaire S.V.P. inc.

- POUR... mon mariage • l'achat de ma maison
- mon testament • mon mandat en cas d'incapacité
- ma nouvelle hypothèque • me partir en affaires
- régler une succession • me conseiller et m'aider



Me Diane Lépine
Notaire et conseillère juridique

630, rue Claude de Ramezay
Marieville (Québec) J3M 1J7
450 460-7101 • 514 817-1080

Notaires

Résidentiel - commercial

RBO: 5815-1150-01



VENTILATION

CÉDRIC VACHON

CÉDRIC

514.776.6189

ventilationcvachon@gmail.com

Système de ventilation



OSTÉOPATHIE

Marie-Ève Côté
sur rendez-vous • reçu disponible

97, montée Verchères, Saint-Marc-sur-Richelieu, J0L 2E0
514 244-6869

Ostéopathe

Une table pour 4

Plats cuisinés maison
livrés à domicile

Nouveau menu chaque semaine
Portion pour 1-2 et 4 personnes

Choix pizzas • Plats savoureux • Option Keto
Pizzas • Poke bowl • Souffles et autres

Commander en ligne au:
vepoirier@videotron.ca

unetablepour4.com

Cette pizzeria est basée au Centre historique et touristique de Québec

Traiteur

OSTÉOPATHIE

Marianne Rémy
Ostéopathe, MROQD015128

St-Marc-sur-Richelieu
514.886.7448

Ostéopathe



DEPUIS 1889

Daniel Jetté

Saint-Hyacinthe:
450-501-7796
Drummondville:
819-445-7796

drtintdrummond

ET PARE-PIERRES

djette@drtint.com
www.drtint.com



Vitre d'auto



JANVIER

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31		

FÉVRIER

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	

MARS

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
				1
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

AVRIL

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30			

MAI

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

JUIN

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24	25	26	27	28

JUILLET

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31		

AOÛT

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

SEPTEMBRE

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
16	17	18	19	20
23	24	25	26	27
30				

OCTOBRE

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30	31	

NOVEMBRE

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
				1
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

DÉCEMBRE

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
16	17	18	19	20
23	24	25	26	27
30	31			