



Inscriptions 5 au 11 janvier 2026 via Qidigo ou payable sur place au Complexe sportif au 105, rue Sainte-Anne, le 5 janvier de 18h30 à 19h30.

PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS - HIVER 2026

| ENFANT | Activité | Âge | Jour | Heure | Coût (\$) | Durée |
|--------|--|-----------|-------|-------------|-----------|---|
| | Hockey Cosom au Gymnase de l'école Via Qidigo | 5-6 ans | Lundi | 15h15-16h00 | 20,00 \$ | À partir du 26 janvier 2026 10 cours |
| | | 7-9 ans | | 16h00-17h00 | | |
| | | 10-12 ans | Mardi | 15h15-16h15 | | |

| POUR TOUS | Activité | Âge | Jour | Heure | Coût (\$) | Durée |
|-------------------------|--|----------------|----------------|---|---|---|
| | Yoga et pilates Via Qidigo | Pour tous | Mer. | 9h15-10h15 | 70,00 \$ | À partir du 21 janvier 2026 10 cours |
| | Cardio-muscu Payable aux loisirs le 5 janvier | Pour tous | Lundi ou jeudi | 18h30 | 105,00 \$ | 15 janvier au 30 mars 2026 12 semaines |
| | Pickelball Payable sur place pour à la fois ou via Qidigo pour la session | Pour tous | Mardi | 18h00-20h00 | Résident: 45,00 \$ 5,00\$/à la fois 75,00 \$/2x semaine | 12 janvier au 1er mai 2026 16 semaines |
| Vend | | | 9h00-11h00 | Non-résident: 65,00 \$ 10,00\$/à la fois 105,00 \$/2x semaine | | |
| Intermédiaire et avancé | | Mardi et Jeudi | 13h00-16h00 | | | |

| POUR TOUS | Activité | Âge | Jour | Heure | Coût (\$) | Durée |
|-----------|--|-----------|-------|---------------|--|---|
| | Basket-ball récréatif Payable lors du premier cours | Pour tous | Jeudi | 20h-21h30 | Résident: 45,00 \$ Non-résident: 65,00 \$ | 15 janvier 2026 au 30 avril 2026 16 semaines |
| | Club de marche Informations: fgb1972@hotmail.com | Pour tous | Lundi | 18h30-19h30 | Gratuit | À partir du 19 janvier 2026 |
| | Cours de danse country Informations: Michael Brouillard 450-502-8945 Payable sur place pour à la fois | Pour tous | Jeudi | 19h00 à 20h15 | 10,00 \$/ à la fois | À partir du 8 janvier 2026 à la salle des Chevaliers de Colomb de St-Damase |

| AINÉS | Activité | Âge | Jour | Heure | Coût (\$) | Durée |
|-------|--|-----------------|-------------------|-------------|--|---|
| | Jeux intérieur FADOQ | | Mardi et jeudi | 13h00-16h00 | Gratuit | À partir du 6 janvier 2026 |
| | Cours de danse en ligne Info Gaétane Boulet 450-501-7864 ou gaetane.boulet@hotmail.fr Payable sur place pour à la fois | Débutant 2 | Mercredi | 17h30-18h30 | 7,00\$/ à la fois 11,00\$/ 2x semaine | À partir du 7 janvier 2026 au Complexe sportif Desjardins |
| | | Intermédiaire | Mercredi | 18h45-20h00 | | |
| | Viactive, programme PIED Informations: fgb1972@hotmail.com | | Lundi et Mercredi | 13h00-14h30 | Gratuit | 12 janvier au 18 mars 2026 |
| Bingo | | 3e mer. du mois | | Gratuit | À partir du 21 janvier 2026 | |

AUTRES

| Activité | Âge | Jour | Heure | Coût (\$) | Durée |
|--|---|--|---------------|--|---|
| Ligue volley-ball compétition (inclus l'arbitre) Payable au premier cours le 12 janvier | Intermédiaire et avancé | Lundi | 19h00-22h00 | Résident: 65,00 \$ Non-résident: 85,00 \$ | À partir du 12 janvier 2026 au Complexe sportif Desjardins |
| Bibliothèque | Pour tous | Horaire disponible sur notre site, facebook, journal | | Gratuit | |
| Journée tricot au crochet | | Lundi | 13h00 à 15h00 | Gratuit | Pour plus d'informations contacter Ghislaine Lussier, responsable du comité d'artisanat de l'AFEAS St-Damase: 450-797-2971 au local de l'AFEAS au 54 rue Principale, Saint-Damase |
| Couture pour débutant | | Mercredi | 13h00 à 16h00 | Gratuit | |
| Soirée libre, tricot, crochet, broderie, couture et plus! | | Mercredi | 18h30 à 20h30 | Gratuit | |
| Cours de tissage | | Samedi | 9h30 à 12h00 | Gratuit | |
| Cuisine collective | Informations en ligne: www.lamoissonmaskoutaine.qc.ca ou 450-261-1110 | | | 15 \$/fois | |
| Cours de chant Annie Messier 450-278-0596 au 216 rue Blanchard Payable sur place pour à la fois | Pour tous | | | | 30 à 60 min. |

Toutes les activités seront au Complexe Sportif sauf exception

N.B. Tous les prix inclus les taxes.

Pour information, contacter Jacob McDuff, coordonnateur des loisirs (450) 797-3341 poste 4013/ loisir@st-damase.qc.ca

Visiter notre site web : www.st-damase.qc.ca ou notre page facebook des loisirs et Qidigo

