



Saint-Thomas

COUP D'OEIL

Saint-Thomas

ENTREZ DANS LA DANSE

Informations pratiques

Informations municipales

Loisirs et culture

Communauté



Mai 2023 ▲ Édition 2 de 4

sainthomas.qc.ca



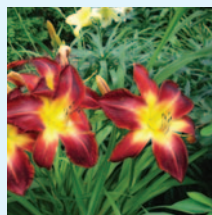
 450 759-3405

MAIRIE DE SAINT-THOMAS

Bureau de l'administration municipale
et adresse de correspondance
1240, route 158, Saint-Thomas (Québec) J0K 3L0

Horaire régulier

Du lundi au vendredi 9 h à 12 h – 13 h à 16 h



HORAIRE D'ÉTÉ DE LA MAIRIE

Du 1^{er} mai au 1^{er} septembre
Du lundi au jeudi : 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h
Vendredi : 8 h 30 à 12 h

*Notez que le service des loisirs et la bibliothèque
maintiennent le même horaire à l'année

CENTRE COMMUNAUTAIRE

Bureau du service des loisirs
941, rue Principale, 2^e étage

Horaire du service des loisirs

Lundi, mardi, mercredi : 8 h 30 à 12 h - 12 h 30 à 15 h 30
Jeudi : 12 h 30 à 18 h
Vendredi 8 h 30 à 12 h - 12 h 30 à 15 h 30

BIBLIOTHÈQUE JACQUELINE-PLANTE

941, rue Principale, sous-sol

Heures d'ouverture

Lundi : 13 h à 17 h
Mardi : 13 h à 19 h 30
Mercredi : 13 h à 19 h 30
Samedi : 10 h à 12 h

Danielle Lambert, B.A.A.

Directrice générale et greffière-trésorière
dlambert@saintthomas.qc.ca | poste 224

Pierre Désy

Directeur du service des travaux publics
pdesy@saintthomas.qc.ca | poste 223

Florence Paré

Directrice du service d'urbanisme et de l'environnement
urbanisme@saintthomas.qc.ca | poste 225

Karine Marois

Directrice du service des loisirs
kmarois@saintthomas.qc.ca | poste 222

Janie Audet

Adjointe au service des loisirs
loisirs@saintthomas.qc.ca | poste 228

Diane Camplone

Coordonnatrice à la bibliothèque
biblio@saintthomas.qc.ca | poste 230

Martine St-André

Secrétaire-réceptionniste
reception@saintthomas.qc.ca | poste 221

Linda Généreux

Technicienne comptable
lgenereux@saintthomas.qc.ca | poste 226

Dates de parution du Coup d'œil - 2023

Semaine du 14 mars - * 23 février

Semaine du 9 mai - * 20 avril

Semaine du 15 août - * 27 juillet

Semaine du 14 novembre - * 26 octobre

Ces dates peuvent être sujettes à des changements. * Date de tombée

Distribution gratuite dans toutes les résidences

Révision et correction : Service des loisirs et Martine St-André

Réalisation et impression : Kiwi - Le centre d'impression

Illustrations et photographies : Mélanie Émond photographie, Pixabay,
service des loisirs et gracieuseté de citoyens



ADRESSES

Terrain des loisirs	941, rue Principale
Parc Ruisseau-des-Vents	rue L.M. Drainville
Salle Saint-Joseph	854, rue Principale
Parc Henri-Mondor	rue Domaine-Lafortune
École des Brise-Vent	760, rue Principale
Clinique médicale	830A, rue Principale
Bureau de poste	851, rue Principale
Église	830, rue Principale

ORGANISMES LOCAUX

AFEAS

2^e étage du centre communautaire
 Danièle G. Marcil, présidente, 450 759-5806
 Ginette Roy, secrétaire, 450 753-7191
 Local 450 759-3405, poste 242

CLUB FADOQ GERBE D'OR

Richard Forget, président
 450 753-3056 | ca.gerbedor@live.ca

COMITÉ D'ENTRAIDE SAINT-THOMAS

Sous-sol, salle Saint-Joseph
 450 759-3405, poste 241

JUMELAGE SAINT-THOMAS-LA ROQUE-GAGEAC

Stéphane Benny, Président 450 803-4221
 Geneviève Henry, Secrétaire 450 365-4200

OÙ VOUS INFORMER



Municipalité de Saint-Thomas – service des loisirs

✓ Abonnez-vous



Infolettres municipales

Envoyées mensuellement par courriel, ces infolettres rappellent aux abonnés les diverses activités à venir dans le mois.

✓ Inscrivez-vous



CITAM

Logiciel d'alertes et de notifications de masse pour rejoindre rapidement, massivement et efficacement nos citoyens. Surtout utilisé pour des messages rapides et urgents.

✓ Inscrivez-vous



Site Internet : www.saintthomas.qc.ca

Pour tout savoir sur les services municipaux offerts, les actualités et les événements.

✓ Consultez-le



COUP D'ŒIL – le bulletin municipal

Quatre éditions du bulletin municipal distribuées annuellement par la poste.

✓ Gardez-le comme référence



Calendrier annuel

Avez-vous votre calendrier? Il reste des copies à la mairie et au Centre communautaire.

✓ Notez-y vos activités municipales préférées

LOCATION ET RÉSERVATION DES SALLES ET DES INSTALLATIONS MUNICIPALES • 450 759-3405

Salle Saint-Joseph, poste 221
 Infrastructures loisirs et Centre communautaire, poste 228



CONSEIL MUNICIPAL D'UN JOUR

De gauche à droite : Danielle Lambert, directrice générale, Marie Ouellette et Félix Morand (conseillères du district 3), André Champagne et Manu Riopel Perreault (maires), Maurice Marchand et Félix Tranchemontagne (conseillers du district 1), Jacques Robitaille et Philippe Coutu (conseillers du district 5), Geneviève Henry et Maëlle Bérard (conseillères du district 6), Agnès Derouin et Zika Émeraude Bogui (conseillères du district 4), Claudia Rioux et Jasmine Bellerose (conseillères du district 2).

MOT DU MAIRE

Salutations à vous toutes et tous chers concitoyennes et concitoyens,

Le vendredi 24 mars, j'ai assisté à la conférence « Bouger pour vieillir en santé » portant sur les bienfaits de l'activité physique et les adaptations du domicile. La conférence était offerte par Amélie Corriveau, physiothérapeute d'expérience. Un merci particulier à la Clinique de physiothérapie de Joliette, partenaire de cette conférence.

À la séance du conseil du 3 avril, nous avons reçu les élèves de 4^e année, élus-es au conseil d'un jour de leur classe de 4^e année. Voici le nom des heureux élue-es : Manu Riopel Perreault (maire), Félix Tranchemontagne, Jasmine Bellerose, Félix Morand, Zika Émeraude Bogui, Maëlle Bérard, Philippe Coutu tous en tant que conseillers-ères. Ce fut une belle rencontre et merci à Mme Annie-Kim Gravel, enseignante pour cette belle activité ainsi qu'à Mme Mélanie Soulières, directrice de l'école pour son appui.

La Municipalité a demandé des soumissions pour l'achat d'un tracteur à quatre roues motrices neuf en 2023 avec chargeur et godet.

Il y aura réfection à la station de pompage sur la rue des Érables ce printemps.

Enfin l'arrivée du printemps, voilà le retour des vélos, planches à roulettes, patins à roues alignées, poussettes et autres dans nos rues. C'est à nous tous, automobilistes, de partager la rue en ralentissant notre vitesse. Soyons courtois, c'est peut-être un de nos enfants qui se promène dans le quartier. C'est à nous tous de sensibiliser notre voisinage à la prudence, ceci est pour toutes les rues de notre municipalité.

Je profite de l'occasion pour souhaiter une bonne saison à nos producteurs et à toutes les mamans. Bonne fête des Mères.

André Champagne, maire

PROCHAINES SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL

- ▲ Lundi 5 juin 2023
- ▲ Lundi 3 juillet 2023

- ▲ Lundi 14 août 2023
- ▲ Mardi 5 septembre 2023
- ▲ Lundi 2 octobre 2023

- ▲ Lundi 6 novembre 2023
- ▲ Lundi 4 décembre 2023

LE SAVIEZ-VOUS?

- ▲ Vous pouvez assister aux séances du conseil municipal.

- ▲ Les séances sont enregistrées. Elles peuvent être visionnées dès le lendemain sur le site web.

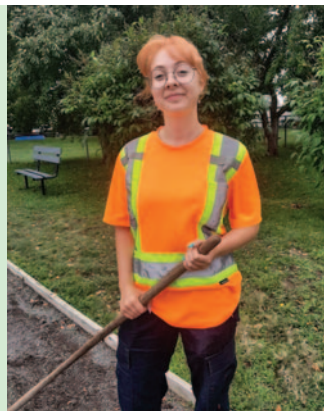
- ▲ L'ordre du jour ainsi que les procès-verbaux peuvent être aussi être consultés. www.saintthomas.qc.ca



URBANISME ET ENVIRONNEMENT

BIENVENUE ANGE!

Le service d'urbanisme souhaite saluer le retour Mlle Ange Castilloux pour la période estivale. Mlle Castilloux agira à titre d'agente à l'environnement, à l'urbanisme et à l'arrosage. En plus de participer aux différentes inspections du service d'urbanisme, elle s'occupera également de faire respecter le règlement d'arrosage pour la période estivale.



RAPPEL – PROCESSUS D'ÉMISSION DE PERMIS

Voici un rappel de comment procéder pour recevoir un permis de construction

- 1. Remplir le formulaire qui va avec le bon permis, soit en contactant le service d'urbanisme soit en consultant le site Internet de la municipalité
- 2. Faire parvenir le formulaire avec les plans et croquis pour bien expliquer votre projet
- 3. Analyse de la demande de permis par le Service d'urbanisme
- 4. Modification de la demande suite à l'analyse (si applicable)
- 5. Émission du permis et début des travaux

En cette période achalandée de demande de permis, prévoir un minimum de 2 semaines de délai entre la transmission du formulaire et l'émission du permis.

RÈGLEMENT SUR L'UTILISATION ET LA GESTION DE L'EAU POTABLE

Du 1^{er} mai au 1^{er} octobre, vous devez respecter le règlement d'arrosage

L'arrosage est permis entre **20 h et 23 h 59**

- Numéro civique pair : les lundis et jeudis
- Numéro civique impair : les mardis et vendredis

Pour connaître les détails du règlement, informez-vous ici : <https://www.saintthomas.qc.ca/services/Environnement/reglement-sur-l'utilisation-et-la-gestion-de-leau-potable>



RAPPORT FINANCIER 2022

En vertu des dispositions de l'article 176.2.2 du Code municipal, je fais rapport aux citoyens des faits saillants du rapport financier et du rapport du vérificateur externe.

REVENUS	5,746,888\$
CHARGES ET AFFECTATIONS	4,798,007\$
EXCÉDENT DE FONCTIONNEMENT DE L'EXERCICE À DES FINS FISCALES	407,864\$

La firme comptable Martin Boulard s.e.n.c.r.l. mandatée pour l'audit des états financiers 2022 a émis son opinion selon laquelle les états financiers donnent, dans tous les aspects significatifs, une image fidèle de la situation financière de la Municipalité de Saint-Thomas au 31 décembre 2022, ainsi que des résultats de leurs activités, de la variation de leurs actifs financiers nets (de leur dette nette) et de leurs flux de trésorerie pour l'exercice clos à cette date, conformément aux normes comptables canadiennes pour le secteur public.

André Champagne, maire



SERVICE DE PRÉVENTION DES INCENDIES UN ÉTÉ EN TOUTE SÉCURITÉ!

ATTENTION AUX MÉGOTS DE CIGARETTE

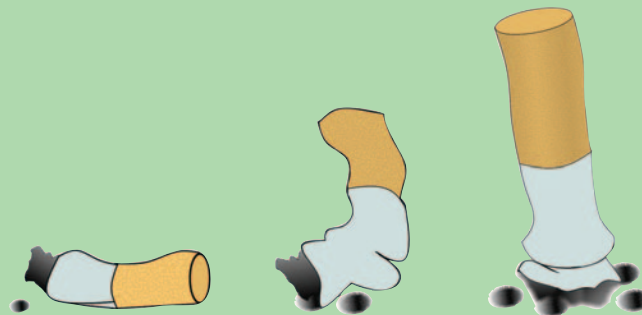
Eh non! Les pots de fleurs, le terreau et les plates-bandes ne sont pas des cendriers! Souvent, ces éléments sont placés près ou collés à notre résidence. Sachant que les mégots de cigarette peuvent se consumer jusqu'à trois heures après avoir été écrasés dans le terreau ou les pots de fleurs et peuvent être assez chauds pour créer un début d'incendie... nous n'osons pas imaginer le résultat.

Quelques conseils pour éviter de déclencher un incendie :

- Utilisez des cendriers ou des contenants non combustibles remplis de sable ou d'eau (ex. : boîte de conserve);
- Placez le cendrier sur une surface stable, loin de tout objet inflammable;
- Assurez-vous que tous les mégots sont bien éteints avant de vider le cendrier.

FEUX D'ARTIFICE INTERDITS

La tentation peut être forte pour certains qui planifient de s'organiser de petites pétarades pour festoyer en groupe réduit. Sachez que selon le règlement des nuisances, il est strictement interdit à quiconque d'utiliser des pièces pyrotechniques à risques faibles et de déployer un feu d'artifice de type familial sur le territoire. L'utilisation inadéquate de feux d'artifice peut s'avérer un danger pour les utilisateurs, et ainsi être à l'origine d'un incendie de bâtiment.



SÉCURITÉ PUBLIQUE PLAISIRS DE L'ÉTÉ

UNE ATTENTION TOUTE PARTICULIÈRE POUR NOS ENFANTS !

Lorsque la saison estivale arrive, plusieurs noyades surviennent soit dans les piscines privées ou publiques, dans les rivières ou mêmes dans des accidents impliquant des embarcations de plaisance. La noyade est la deuxième cause de décès accidentel chez les enfants. La Sûreté du Québec tient donc à sensibiliser les gens aux comportements sécuritaires à adopter lors d'activités aquatiques ou nautiques afin de réduire de nombre d'accidents.

Parfois, les noyades se produisent dans des piscines familiales et ce, même sous la supervision des parents. Les piscines résidentielles devraient être inaccessibles non seulement aux enfants de la résidence, mais également aux enfants du voisinage. Plusieurs noyades surviennent lorsque les clôtures ou portes-patio sont déverrouillées et/ou lorsque l'échelle de la piscine est baissée.

Voici également quelques conseils supplémentaires afin de prévenir les noyades dans les piscines résidentielles concernant les enfants:

- Les noyades peuvent survenir dans n'importe quel endroit où il y a de l'eau : lac, rivière, piscine, spa, bain, pataugeoire, etc. Seuls quelques centimètres d'eau suffisent afin qu'une noyade survienne.
- Lorsqu'il y a des enfants dans la piscine, il faut qu'il y ait sans arrêt la surveillance d'un adulte. En 15 secondes seulement, une noyade peut survenir !



- Enseignez à vos enfants à se servir des équipements de sécurité et de sauvetage, tel que ; le VFI, serviette, etc.
- Mettez en place des règles lorsque les enfants sont autour de la piscine. Faites en sorte que même les adultes les respectent. Vous verrez, après un certain temps, même les enfants le feront. Par exemple : ne pas plonger, ne pas courir autour de la piscine, ranger tous les jouets après la baignade.
- Il est important de reconnaître les signes de noyade. Cela passe souvent inaperçu puisque par ses gestes, on pourrait croire que l'enfant joue dans l'eau. En voici quelques exemples :
 - Généralement, l'enfant n'appelle pas à l'aide ;
 - Le corps est en position verticale ;
 - Les bras font des mouvements vigoureux sur les côtés et en avant ;
 - L'enfant regarde vers le haut ;
 - Le visage et les yeux révèlent la panique ;
 - L'enfant semble jouer dans l'eau.
- Si vous avez une pataugeoire ou une piscine portative, elles devraient être vidées après leur usage.

Pour de l'information supplémentaire il est possible de visiter le site www.sauvetage.qc.ca. Un accident est si vite arrivé ! Ayez toujours sous surveillance vos enfants lorsqu'ils jouent dans l'eau !



LA CDÉJ – BRAS ÉCONOMIQUE DE LA MRC DE JOLIETTE PRÉSENTE SES RÉSULTATS POUR 2022

La Corporation de développement économique de la MRC de Joliette (CDÉJ) a présenté son rapport d'activité 2022. Cet exercice annuel permet à l'organisation de faire la synthèse des orientations et des actions prises par son conseil d'administration et son équipe, tout en démontrant les retombées de leur implication auprès des entreprises pour favoriser le dynamisme économique de la MRC de Joliette.

MOBILISATION ET RETOMBÉES

2022 aura été une autre année d'adaptation pour les entreprises de la MRC de Joliette et l'équipe de la CDÉJ. D'abord, la première moitié de l'année placée encore sous le signe de la COVID-19, a nécessité à nouveau une mobilisation importante de l'équipe pour la gestion du programme d'aide d'urgence aux petites et moyennes entreprises (PAUPME). Au total, de sa création en 2020 à sa fermeture en juin 2022, ce sont 188 dossiers qui auront été traités dans le PAUPME. Cela représente un total 5,3 M \$ octroyés à 114 entreprises de la MRC et plus de 6 000 heures investies par l'équipe dans la gestion de ce programme.

En parallèle, avec le retour à une certaine normalité, l'équipe de conseillers et conseillères a repris le déploiement des services en retournant sur le terrain.

Rappelons qu'avec le Living Lab Lanaudière et les nouvelles ressources embauchées dans le cadre du financement d'Accès Entreprise Québec, la CDÉJ a été en mesure d'élargir ses interventions auprès des entreprises du secteur commercial, mais aussi à tout ce qui touche la transition numérique et technologique.

Aussi, au-delà des interventions directes auprès des entreprises, la CDÉJ a de nouveau coordonné plusieurs projets comme les Matinées Lanaudoises, la Journée de l'Emploi à Joliette ou encore la mise sur pied d'un Laboratoire vivant sur la thématique du vieillissement de la population, conjointement avec l'UQTR.

Chacune des actions effectuées par les membres de l'équipe s'inscrit dans les orientations de la planification stratégique 2021-2024 de la CDÉJ qui s'articule autour de 4 axes : Développement local; Entrepreneuriat, attraction et rétention d'investissement; Performance des entreprises et Une CDÉJ Performante. C'est avec un sentiment de fierté que les résultats présentés démontrent tout le travail de l'équipe dont l'objectif est de stimuler la croissance économique de la MRC de Joliette.

DES RETOMBÉES RÉELLES DES SERVICES!

En 2022 :

- 490 promoteurs rencontrés
- 203 entreprises soutenues
- + de 130 projets soutenus par l'un de nos conseillers
- + de 60 références vers des programmes techniques ou financiers de partenaires
- 66 projets d'entreprises concrétisés 178 960 \$ de subventions octroyées
- 49.5 M\$ – Investissements générés
- 1 060 – emplois créés ou maintenus



Tous sont invités à consulter le rapport d'activité 2022 complet sur la cdej.ca. Beaucoup plus que des statistiques, l'impact des services se mesure par des témoignages d'entrepreneurs accompagnés, la déclinisation des partenaires entourant l'organisation, les retombées des conférences et formations offertes, etc.

« Mes collègues du conseil des maires et moi-même tenons à remercier et féliciter l'équipe pour tout le travail accompli sur le terrain. Cela, dans le contexte que l'on connaît, encore teinté durant une grande partie de l'année par la pandémie.

Bravo pour le soutien offert à nos entreprises. Les échos qui nous remontent de leur implication ainsi que leurs analyses sont toujours positives et nous rendent fiers des résultats. Bravo aussi pour leur capacité à générer des réflexions autour de projets à valeur ajoutée pour notre territoire qui permettront à notre MRC de rayonner dans notre région et au-delà. » Alain Bellemare, préfet de la MRC de Joliette.

« 2022 représente ma première année à titre d'administrateur et de président du conseil d'administration de la CDÉJ et j'ai découvert une organisation et une équipe dévouée, qui intervient dans de nombreux dossiers et projets de développement économique local.

Je salue le travail de l'ensemble de l'équipe et du conseil d'administration. Nous travaillons toujours à nous adapter et à répondre aux nouveaux besoins de nos entreprises, à soutenir et coordonner des projets structurants et à faire rayonner notre MRC par son leadership économique. » Nicolas Préville-Ratelle, président de la CDÉJ.

À PROPOS

La CDÉJ offre un support de premier plan à toutes les entreprises de la région en leur proposant un accompagnement personnalisé pour la planification et la réalisation de leurs projets d'entreprises. Financement, formation, transition numérique et technologique, support à l'implantation, à l'expansion, à l'exportation, à la relocalisation et la consolidation sont des services qu'offre gratuitement l'équipe d'experts qui compose à la CDÉJ. N'hésitez pas à nous contacter! <https://www.cdej.ca/equipe> - 450 752-5566



PROGRAMMATION LOISIRS

TROIS FAÇONS FACILES POUR S'INSCRIRE

ÉTÉ 2023

INSCRIPTION DU 5 AU 9 JUIN

EN LIGNE

- Via le logiciel Sport-Plus*
- Vous devez avoir un code d'utilisateur de Sport-Plus* que le service des loisirs peut vous fournir.

EN PERSONNE

- Centre communautaire : 941, rue Principale, 2^e étage
- Lundi, mardi, mercredi et vendredi (8 h 30 à 15 h 30), jeudi (12 h 30 à 18 h)

PAR TÉLÉPHONE

- 450 759-3405, postes 228 et 222
- Lundi, mardi et mercredi (8 h 30 à 15 h 30), jeudi (12 h 30 à 18 h)

CONTRIBUTION MUNICIPALE, MAINTENANT À 40 %

SAVIEZ-VOUS QUE LE RABAIS FAMILIAL S'APPLIQUE SUR LE MONTANT TOTAL DE VOTRE FACTURE, DONC À TOUTE LA FAMILLE? VOUS ÊTES EN SITUATION DE FAIBLE REVENU, PAS DE SOUCIS, LE COMITÉ ENTRAIDE PEUT AUSSI VOUS AIDER. POUR TOUTES CES RAISONS, POURQUOI SE PASSER DE VOS ACTIVITÉS DE LOISIRS?

POLITIQUES ADMINISTRATIVES PROGRAMMATION LOISIRS

Une preuve de résidence est obligatoire lors d'une première inscription et peut être exigée ou demandée à la suite des inscriptions.

CONTRIBUTION MUNICIPALE SELON L'ÂGE

La Municipalité de Saint-Thomas assume **40 %** du coût d'inscription pour les personnes âgées de 17 ans et moins, les étudiants de moins de 25 ans et les 55 ans et plus (article 1.1). Les rabais sont déjà appliqués dans les prix affichés.

RABAIS FAMILIAL

Une réduction sur le montant total des inscriptions est accordée aux familles, pour une même session: 2 membres: 15 %, 3 membres: 20 %, 4 membres et plus: 25 %. Si une ou plusieurs activités sont annulées, la réduction appropriée ne s'applique plus (article 1.2).

NON-RÉSIDENTS

Les citoyens de Saint-Thomas seront d'abord privilégiés selon le nombre de places disponibles. S'il reste de la place, l'inscription pour les non-résidents sera faite, sans rabais applicable et sans frais supplémentaires (article 1.3).

ANNULATION ET REMBOURSEMENT

Consultez la politique de tarification aux activités de loisirs en ligne.

MODE DE PAIEMENT

Les modes de paiement sont les suivants : carte de crédit, chèque, argent comptant, carte de débit.

TAXES

Conformément à la loi, les taxes sont ajoutées au coût des activités offertes aux 14 ans et plus. Elles sont déjà appliquées dans les prix affichés.

LÉGENDE DES ICÔNES

	DURÉE		TARIF MOINS CONTRIBUTION MUNICIPALE SELON L'ÂGE
	JOURNÉE		TARIF RÉGULIER
	HEURES		MATÉRIEL
	PROFESSEUR		
	LIEU		

* LOGICIEL D'INSCRIPTION EN LIGNE SPORT-PLUS

Sport-Plus est le logiciel utilisé par le service des loisirs pour gérer les inscriptions, les réservations de locaux et plateaux sportifs et les réservations d'activités.

Que vous fassiez votre inscription en personne, par téléphone ou en ligne, nous vous créerons un dossier dans Sport-Plus.

Pour votre première utilisation, le service des loisirs vous fournira un code d'utilisateur. Vous vous créerez ensuite un mot de passe.







En ayant accès à votre dossier Sport-Plus, vous pourrez faire vos inscriptions aux activités (activités, camp de jour, événement...), télécharger vos reçus et relevés, réserver des plages horaires lorsque possible.

Consultez la politique complète : www.saintthomas.qc.ca





PROGRAMMATION ÉTÉ 2023

INSCRIPTION DU 5 AU 9 JUIN 2023

COURS DE SKATE
6 ANS ET PLUS

-  60 minutes – 6 semaines
-  Samedi 8 juillet
-  9 h 30 à 10 h 30
-  Frederic Bernier
-  Terrain des loisirs - skate parc
-  72 \$




ENTRAÎNEMENT AU PARC
ADOLESCENTS (14 ANS ET PLUS) – ADULTES

-  45 minutes – 6 cours
-  4 11 et 18 juillet
- 15, 22 et 29 août
-  Mardi 18 h à 18 h 45
-  Magalie Dudemaine

GRATUIT

PICKLEBALL







Respects des joueurs! Faites des rotations raisonnables pour permettre à tous les joueurs d'en profiter.

-  Lundi, jeudi et vendredi à partir du 15 mai
-  18 h 15 à 19 h 15 à partir du 15 mai
-  Le filet sera monté sous la patinoire couverte

GRATUIT








TENNIS

TENNIS 5 À 8 ANS

-  60 minutes - 8 semaines
-  Mardi 27 juin
-  17 h 45 à 18 h 45
-  Sophie Dion
-  Terrains tennis
-  51 \$

TENNIS 13 ANS ET PLUS – DÉBUTANT







Le participant échange moins de 10 balles consécutives en fond de terrain.

-  90 minutes – 8 semaines
-  Mardi 27 juin
-  19 h 45 à 21 h 15
-  Sophie Dion
-  Terrains tennis
-  144 \$  86 \$

TOURNOI DE FIN DE SAISON








*Ouvert à tous, pas seulement les joueurs inscrits!
Les informations suivront pendant la session.*

TENNIS 9 À 12 ANS

-  60 minutes - 8 semaines
-  Mardi 27 juin
-  18 h 45 à 19 h 45
-  Sophie Dion
-  Terrains tennis
-  51 \$








TENNIS 14 ANS ET PLUS, ADULTE - INTERMÉDIAIRE

Être capable d'échanger 10 balles consécutives en fond de terrain.

-  90 minutes – 6 semaines
-  Lundi 26 juin
-  19 h 30 à 21 h
-  Sophie Dion
-  Terrains tennis
-  144 \$  86 \$





CARDIO TENNIS

Accessible à tous! Pas besoin de connaître le tennis. Le but premier est de bouger sur le terrain!







-  60 minutes - 8 semaines
-  Lundi 26 juin
-  18 h 30 à 19 h 30
-  Sophie Dion
-  Terrains tennis
-  98 \$  59 \$

COURS À LA PISCINE!







MAITRE-NAGEUR

-  60 minutes – 8 semaines
-  Mardi 26 juin - 18 h à 19 h
ou Jeudi 29 juin – 20 h à 21 h
-  87 \$
-  52 \$







AQUAFORME

-  60 minutes – 6 cours
-  Mardi, 4 11 et 18 juillet
15, 22 et 29 août
-  19 h à 20 h
-  Magali Dudemaine
-  89 \$  53 \$

YOG'EAU

-  60 minutes – 8 semaines
-  Mercredi 28 juin
-  9 h 30 h à 10 h 30
-  En Corps
-  116 \$  70 \$

AQUAZUMBA

-  60 minutes – 8 semaines
-  Mercredi 28 juin
-  17 h 30 à 18 h 30
-  Emmanuelle Théroux
-  122 \$  73 \$




COURS DE NATATION

COQUILLAGE (3 MOIS À 3 ANS)


L'enfant doit se tenir la tête droite. Acclimatation à l'eau. Eau dans le visage. Adaptation à l'immersion sur le dos avec les oreilles dans l'eau. Un adulte doit accompagner l'enfant dans l'eau (30 min.)



-  Jeudi 17 h 45 - 18 h 15
- Samedi 8 h 45 - 9 h 15


HIPPOCAMPE (3-4 ANS)

Sauts dans l'eau avec aide. Coordination par des jeux. Initiation aux battements de jambes et rotation des bras avec la planche. Initiation à l'étoile sur le dos et le ventre (visage dans l'eau). Un adulte doit accompagner l'enfant dans l'eau (45 min.)

-  Samedi 9 h 15 - 10 h
- Jeudi 18 h 15 - 19 h

SIRÈNES ET PIRATES (4 À 5 ANS)

Début de l'apprentissage de certains styles de nage. L'enfant doit être capable d'être seul dans l'eau pour passer au niveau suivant. (45 min.)


-  Samedi 10 h - 10 h 45
- Jeudi 19 h - 19 h 45



DAUPHIN (4 À 5 ANS)


Début de l'apprentissage des quatre styles de nage (papillon, brasse, crawl, dos).

Augmentation de l'endurance selon les capacités de l'enfant (45 min.)

-  Samedi 11 h - 11 h 45
- Jeudi 18 h 30 à 19 h 15


CLUB 1 (6 À 8 ANS)





Début de l'apprentissage des quatre styles de nage. Maîtrise de la synchronisation du crawl pour passer au prochain niveau (45 min)

-  Samedi 9 h 15 - 10 h
- Jeudi 18 h 15 - 19 h

CLUB 2-3 (6 ANS ET PLUS)

Coordination du crawl, du dos crawlé, de la brasse et du papillon. Augmentation de l'endurance, la correction du style, les départs et les virages. Perfectionnement des styles de nage (45 min.)

-  Samedi 11 h 45 à 12 h 30
- Jeudi 19 h 15 à 20 h

Semaine 26 juin / 8 semaines * semaines de la construction incluses
Coquillage :  15 \$  25 \$ • Autres cours :  25 \$  42 \$ régulier
Faites votre choix entre le samedi ou le jeudi



PISCINE SAINT-THOMAS

Terrain des loisirs au 941, rue Principale, derrière le Centre communautaire.

Les résidents et non-résidents peuvent profiter gratuitement de la piscine municipale couverte d'un dôme. La température de la piscine est maintenue à 83 degrés Fahrenheit en période estivale et à 88 degrés Fahrenheit au printemps.

Ouverture le 20 mai!

HORAIRE DU 20 MAI AU 23 JUIN

Vendredi : 18 h à 20 h

Samedi : 13 h à 17 h

Dimanche : 13 h à 17 h

CALENDRIER DE LA PISCINE

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
			YOG'EAU 9 h 30 - 10 h 30 BAIN LIBRE 50 ANS + 10 h 30 - 12 h	AQUAFORME FADOQ 10 h - 11 h BAIN LIBRE 50 ANS + 11 h - 12 h		COURS DE NATATION 8 h 45 - 12 h 30
BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h	BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h	BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h	BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h	BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h	BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h	BAIGNADE LIBRE 13 h - 17 h
	BAIGNADE LIBRE 18 h - 20 h	MAÎTRE-NAGEUR 18 h - 19 h AQUAFORME 19 h - 20 h	AQUAZUMBA 17 h 30 - 18 h 30 BAIGNADE LIBRE 18 h 30 - 20 h	COURS DE NATATION 17 h 45 - 20 h	BAIGNADE LIBRE 18 h - 20 h	
	CORRIDOR DE NAGE 20 h - 21 h		CORRIDOR DE NAGE 20 h - 21 h	MAÎTRE-NAGEUR 20 h - 21 h		

N'hésitez pas à consulter la page de la piscine pour en savoir plus :

<https://www.saintthomas.qc.ca/loisirs-culture-communaute/sport-et-plein-air/piscine-municipale>

LES RÈGLES À LA PISCINE - C'est une question de sécurité!

- Les moins de 10 ans doivent être accompagnés d'un adulte –
- Avoir du plaisir dans le respect des autres
- Douche obligatoire avant la baignade
- Soulier d'extérieur et sacs interdits autour du bassin
- Couche étanche obligatoire pour les 2 ans et moins
- Cheveux longs attachés
- Interdit de courir et de se bousculer
- Pas le droit de plonger, sauf du tremplin
- Vêtements amples interdits dans la piscine
- Nourriture, alcool et drogues interdits
- Contenant de verre interdit
- Interdiction de photographier ou filmer
- Interdiction de fumer
- L'usage d'un cadenas est fortement suggéré dans les vestiaires
- L'admission à la piscine sera refusée 10 minutes avant la fin de la période de bain libre
- Tout individu affecté par des plaies cutanées, des maladies contagieuses ou présentant des signes de facultés affaiblies se verra interdire l'accès au bassin

BIBLIOTHÈQUE JACQUELINE-PLANTE

Le bonheur est la seule chose qui se multiplie lorsque vous le partagez.

- Albert Schweitzer

HEURES D'OUVERTURE

Lundi de 13 h à 17 h

Mercredi de 13 h à 19 h 30

Mardi de 13 h à 19 h 30

Samedi de 10 h à 12 h

GUIDE PRATIQUE DE LA RANDO: UNE CONFÉRENCE 360 SUR LE SPORT LE PLUS POPULAIRE AU CANADA

Mercredi 24 mai 2023 à 19 h

Alexis "le Randonneur" Nantel vous partage des trucs et conseils pratiques pour vous adonner en toute confiance à la randonnée pédestre! Quelques items de matériel sur place et photos spectaculaires de ses randonnées en altitude en prime!



La conférence est suivie d'une séance de signatures du livre disponible au coût de 25 \$ (comptant seulement).

Quelques items utiles pour la randonnée seront également en vente sur place.

Alexis Nantel anime l'émission Alexis le Randonneur à TVA Sports et chronique plein air à Salut Bonjour week-end et QUB Radio. Plus de renseignement sur l'auteur à www.alexislerandonneur.com

Inscription auprès du service des loisirs

CONCOURS ÉTÉ 2023 : GAGNE TON SAC À DOS

La belle saison est synonyme de "VACANCES" donc avant de partir : S.V.P., retourner vos livres via la chute à livres sur le côté du centre communautaire.

Elle est disponible 24h/24 et 7j/7.

C'est extraordinaire ça!



BIBLIOTHÉCAIRES EN HERBE 13 À 15 ANS

Tu as entre 13 et 15 ans, tu aimes la lecture, tu aimes les tout-petits et tu es responsable.

Le travail proposé exige enthousiasme, passion et générosité. Prêt et retour de livres, préparation du bricolage, aider pendant les activités pour les enfants, motiver les enfants à lire, classement et tri de documents.

Animation pour le projet « la bibliothèque prend l'air »

Pour les mois de juin, juillet et août sur les heures d'ouverture de la bibliothèque.

Communique avec Diane au 450 759-3405 poste 230 ou biblio@saintthomas.qc.ca

Tu pourras inscrire cette expérience à ton C.V. Un certificat sera remis à chaque animateur pour son bon travail.

LA BIBLIOTHÈQUE PREND L'AIR !

Nous allons profiter de la belle saison. Un animateur sera sur place pour lire des histoires aux tout-petits avant d'aller au dodo.

Les mercredis du 28 juin au 9 août de 17 h 30 -19 h 30

ATTENTION-ATTENTION

Comment : en visitant et en empruntant un livre à la bibliothèque

S'adresse aux jeunes inscrits à l'école des Brise-Vent

Quand : entre le 26 juin et le 12 août 2023

Tirage : le 14 août à 14 h 30

CONCOURS : LA PREMIÈRE FLEUR : C'EST UNE BOUFFÉE D'AIR PUR ET DE BONHEUR

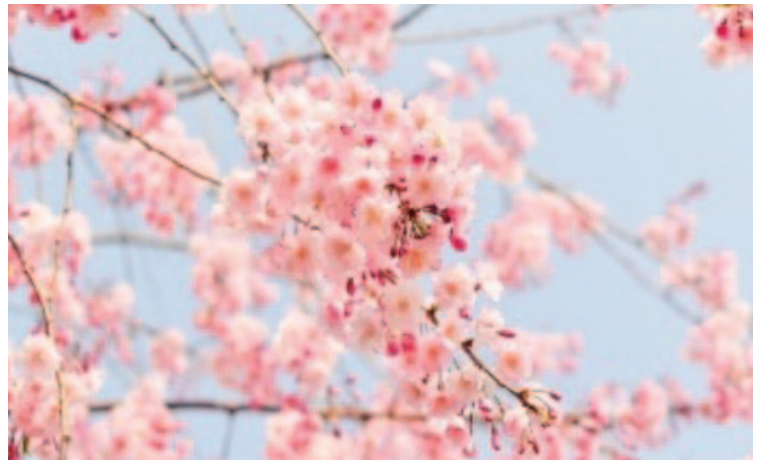
Du 1^{er} au 22 mai 2023

Promenez-vous dans Saint-Thomas et repérez les plus belles fleurs!

Un clic et hop vous envoyez la photo à la bibliothèque à l'adresse biblio@saintthomas.qc.ca

Prix : carte cadeau dans une pépinière de 25 \$

Les photos seront affichées lors de la Journée Verte le samedi 27 mai de 10 h à 12 h. Tirage à midi.



FÊTE NATIONALE

Entrez dans la danse des légendes du Québec.

OÙ : à la bibliothèque

Quand : Le mardi 20 juin 18 h 30 pour les jeunes de 5 à 8 ans

Animatrice : Mélanie Champagne

Vous aurez droit aux plus belles légendes du Québec, de la musique TRAD et nos super mini-gâteaux aux couleurs de notre Fête Nationale.

Réservation auprès du service de loisirs.

FÊTE DES VOISINS

Quand : La semaine du 29 mai au 3 juin

OÙ : La bibliothèque

La Fête des Voisins est une superbe occasion de partager. On vous met au défi d'amener un voisin pour lui faire découvrir notre bibliothèque.

PARCOUREZ LE SENTIER DES CONTES TD



Un livre géant en plein air

En suivant le Sentier des contes TD, les enfants et leurs familles pourront parcourir un livre jeunesse page par page, sur les panneaux placés le long du sentier.

Le livre choisi cette année est Trésor de Mireille Messier.

Le livre sera installé au :

- Terrain des loisirs : mercredi 28 juin de 15 h et 19 h
- Parc Ruisseau des Vents : mercredi 5 juillet de 10 h à 12 h
- Terrain des loisirs : mercredi 12 juillet de 10 h à 12 h



LA JOUJOUTHÈQUE FARFOUILLE



La plus grande
bibliothèque de jouets
de la région!

25.00\$ pour l'année, 3 jouets
par enfant pour 1 mois

Pour plus d'informations, visitez
www.joujouthequerfarfouille.org



450 752-2587
845, St-Louis, Joliette (entrée
rue Lavaltrie)

EMBELLISSEMENT ET ENVIRONNEMENT

SAINT-THOMAS, 4 FLEURONS!

Avec l'arrivée du beau temps, nous avons envie de souligner à nouveau que Saint-Thomas a reçu son 4^e fleuron (sur un maximum de 5) en novembre dernier. Ce qui fait que les efforts soutenus du comité d'embellissement et de la municipalité dans ces efforts de verdissement ont été reconnus.



ON JARDINE AVEC DIANE

Atelier : Un potager sans jardin

Comment cultiver ses propres légumes même sans jardin. Même si l'idée est un peu folle!

Mercredi le 19 juillet de 10 h à 11 h
ou mercredi le 9 août de 18 h 30 à 19 h 30

Parc Ruisseau-Des-Vents

Nous invitons les familles et les aînées de Saint-Thomas.



Atelier : Initiation au jardinage

Explications sur le jardinage le plus simplement possible.

Mardi le 18 juillet de 10 h à 12 h
ou mardi le 8 août de 10 h à 12 h

Parc Ruisseau-Des-Vents

Nous invitons les garderies de Saint-Thomas à participer à cette activité.

Réservation obligatoire auprès du Service des loisirs@loisirs@saintthomas.qc.ca ou 450-759-3405 poste 228

VENTE DE GARAGE

Samedi 20 et dimanche 21 mai

Que ce soit pour désencombrer ou trouver la perle rare (à bas prix), la vente de garage est la solution!

Quelques places seront accessibles au centre communautaire sur réservation avant le 16 mai au 450 759-3405, poste 228 ou par courriel à l'adresse loisirs@saintthomas.qc.ca.

Inscrivez votre vente

Une publication Facebook - Municipalité de Saint-Thomas | Service des loisirs vous permettra d'afficher votre vente de garage une semaine avant l'événement : www.facebook.com/saintthomas.qc.ca



CONFÉRENCE STYLE 5 À 7 AMÉNAGER AUTREMENT EN UTILISANT LES PLANTES COMESTIBLES

Vous souhaitez en apprendre davantage sur les aménagements intégrant les plantes comestibles? Le sujet d'actualité du « foodscaping » peut facilement se réaliser chez les particuliers, les commerces et les institutions. Présentation et démonstration. Avec Christian Dufresne agronome enseignant au Centre de formation horticole de Laval



Une soirée décontractée en perspective!

18 mai, au Centre communautaire

Ouverture des portes à 17 h 30 - Conférence 18 h 30

Cocktail et bouchées sur place!

Inscription recommandée auprès du service des loisirs.

Tirages de prix de présence: billets pour la conférence de Marthe Laverdière et deux compositions avec des fleurs comestibles.

Invitation particulière aux commerces et industries

Cette conférence est rendue possible grâce au prix de reconnaissance en verdissement Fleurons du Québec

AMÉNAGEMENTS EN BANDE RIVERAINE AU PARC RUISSEAU-DES-VENTS



10 aménagements types, ça vaut le détour!

Parc Ruisseau-des-Vents (Situé entre les rues L.M Drainville et Josaphat-Adam).

Ce projet innovateur a un mandat d'éducation sur les valeurs environnementales reliées à la protection de l'eau et à la préservation de sa qualité en proposant des aménagements efficaces en bande riveraine. Ce projet vient aussi démystifier la perception que nos plantes indigènes ou autres espèces propices à occuper une bande riveraine peuvent présenter un caractère ornemental. Ce printemps des panneaux d'identification seront installés devant chacune des parcelles pour en faire l'éducation auprès de la population.

Vous êtes curieux d'en savoir plus sur les aménagements en bande riveraine, les sujets environnementaux vous intéressent ou vous habitez près d'un cours d'eau? Venez visiter ce parc, en période estivale idéalement.

Ces aménagements ont reçu le Prix de reconnaissance en verdissement au gala des Fleurons du Québec en 2023

EMBELLISSEMENT ET ENVIRONNEMENT

RDD, SAVEZ-VOUS COMMENT VOUS EN DÉPARTIR SÉCURITAIREMENT

Les citoyens peuvent se départir gratuitement de leur RDD (résidus domestiques dangereux) à l'Écocentre du dépôt Rive-Nord de Saint-Thomas, et ce à l'année. Consultez leur site Internet pour en savoir plus : ebiqc.com

NICHOIR À HIRONDELLE

Dès la fin mai, le service des loisirs aura à nouveau des nichoirs à hirondelles en vente au coût de 15 \$.

Merci à M. Brousseau, bénévole responsable du projet



JOURNÉE VERTE

Le samedi 27 mai de 8 h 30 à 14 h

Garage municipal situé au 695 rue Monique

Participer
aux différents
TIRAGES



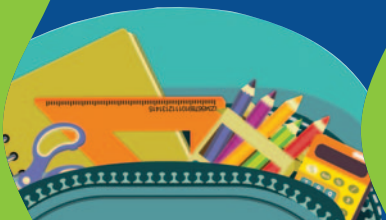
Lors de cette journée, les citoyens pourront :

Venir chercher un **ARBRE** gratuitement
Venir chercher leur **COMPOST**
(Apportez vos contenants)

Se débarrasser de leurs
BOUTEILLES CONSIGNABLES
au profit d'Entraide Saint-Thomas

Venir chercher leur
POUSSE DE FINES HERBES
ou **TOMATES**
(quantité limitée)

Participer
au **CONCOURS**
de coloriage



Participer
à l'**ÉCHANGE**
DE **VÉGÉTAUX**

*Fonctionnement sur le site Web



Pour les résidents
de Saint-Thomas
seulement!



Les arbres sont fournis gratuitement par le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs grâce à la collaboration de l'Association forestière de Lanaudière.

SOFTBALL ADULTE 35 ANS ET +

Tu as plus de 35 ans,
Tu désires jouer au softball dans une atmosphère des plus conviviale et devant des centaines de partisans?
Oui oui, softball et non pas balle donnée!
Nous sommes à la recherche de joueurs à temps plein pour la saison 2023 soit une fois semaine, le lundi.
Par contre le nombre de place est limité.
Bienvenue aux lanceurs!

Pour plus d'infos, on communique avec:

Marc Généreux
579 960-4141

CAMP D'ÉVALUATION DE BASKETBALL PERSÉVÉRANCE SAISON 2023-2024



L'Association de basketball Persévérance invite toutes les athlètes féminines intéressées à s'aligner avec ses équipes pour la saison 2023-2024 qui débutera en septembre prochain à se présenter au camp d'évaluation.

Le camp d'évaluation se tiendra les samedis 3, 10 et 17 juin au gymnase de l'école Sacré-Cœur-de-Jésus de Crabtree. Le camp d'évaluation s'adresse à toutes les filles et est gratuit. Les filles doivent se présenter, si possible, à l'ensemble des trois pratiques pour nous permettre de les évaluer pleinement! Pour accéder à l'ensemble des informations et au formulaire d'inscription, rendez-vous sur le site Facebook (@basketballperseverance) ou site WEB de l'Association.
(<https://www.associationbasketballperseverance.com>).

L'Association de basketball Persévérance est un organisme sans but lucratif. Sa mission est de développer la pratique du basketball dans la région du grand Joliette et les alentours, en permettant aux jeunes passionnés de s'épanouir dans leur sport.

SUBVENTION POUR LES COUCHES LAVABLES

La Municipalité rembourse 50 % du coût d'achat de couches lavables jusqu'à un maximum de 100\$ par enfant. La demande doit être déposée par un parent qui habite Saint-Thomas.



Faites la demande : <https://www.saintthomas.qc.ca/services/Environnement/programme-de-couches-lavables>

VENTE DE LÉGUMES FRAIS AU TERRAIN DES LOISIRS

La Ferme au Coeur de Terre, située à Saint-Thomas, vendra de bons légumes frais Terrain des loisirs à partir du 24 juin tous les jeudis de 15 h à 18 h. Une belle occasion d'encourager une jeune entreprise d'ici et de manger des produits frais.

ÉCHANGE ÉTUDIANTS SAINT-THOMAS LA ROQUE GAGEAC : DEUX MOIS AVANT LE GRAND DÉPART!

Tout vient à point à qui sait attendre. Le moins que l'on puisse dire, c'est que les jeunes Thomassiens, qui participeront à l'échange étudiant avec la communauté de La Roque Gageac, auront vu leur patience être récompensée. Après trois ans d'attente, la 7^e cohorte prendra enfin son envol pour la France en juin prochain.

Depuis déjà plusieurs semaines, les membres du comité organisateurs, quelques accompagnateurs ainsi que les jeunes voyageurs se rencontrent afin de planifier les visites et les différentes activités qui seront au programme lors de leur voyage tant attendu.

« Étant donné la pause de trois ans, nos voyageurs ont gagné en maturité et leurs intérêts ont changé. Il fallait donc ajuster le tir. Malgré les embûches, la fébrilité est palpable et les jeunes ont bien hâte de partir à l'aventure! »

- Johanne Lacombe, membre du comité organisateur.

Par ailleurs, après avoir communiqué en virtuel avec leur correspondant durant plus de trois ans, ce sera enfin le moment des retrouvailles à compter de la fin juin 2023. Pour l'occasion, à travers les activités au programme, les Thomassiens auront la chance de vivre des moments inoubliables tout en partageant le quotidien de leur famille d'adoption, le temps d'une quinzaine de jours.

C'est donc avec beaucoup de fierté que le comité d'échange est satisfait de rendre à terme cet échange qui a débuté en novembre 2019. Que nous réserve l'avenir pour ceux qui voudraient à leur tour vivre pareil périple? Sachez que le comité organisateur planche déjà sur un projet d'échange étudiants dès l'automne 2023. Plus de détails seront publiés à ce sujet au cours des prochains mois.



VIELLIR À SAINT-THOMAS RETOUR SUR LES DERNIÈRES CONFÉRENCES



Le 24 mars la conférence portait sur les bienfaits de l'activité physique et les adaptations du domicile. Offerte par Amélie Coriveau, physiothérapeute d'expérience, cette conférence a été hyper pertinente, vulgarisée et

dynamique. Les participants sont repartis avec une multitude d'outils pour les soutenir dans leur désir de rester le plus longtemps dans leur domicile.

Merci à Clinique de physiothérapie Joliette partenaire de cette conférence!

LES ÉVÉNEMENTS ET SPECTACLES DU BEL-ÂGE À VENIR

AÎNÉ-AVISÉ

26 mai de 10 h à 12 h, suivi d'un repas
Ouverture des portes 9 h 30
Centre communautaire, accessible aux personnes à mobilité réduite

Geneviève Jeté, police communautaire à la Sureté du Québec et la Fadoq régionale, présenteront Aîné-Avisé, ce programme qui vise à sensibiliser les aînés et le public en général à la maltraitance et diverses stratégies de fraudes envers les aînés à l'aide de 5 capsules vidéo. Séance d'information riche en renseignements utiles, dynamique et adaptée.

Réservation obligatoire auprès du service des loisirs 450 759-3405, poste 228 (5 \$)



MICHEL LEFEBVRE, MUSICIEN

21 juillet * Ouverture des portes à 11 h 30, dîner servi à midi (buffet chaud), représentation 13 h
Salle Saint-Joseph, 854, rue Principale

Michel vous fera chanter sur les succès des années 50 à nos jours. Il a une banque de trames sonores de plus de 100 000 chansons québécoises, françaises et anglaises. Le spectacle se construira au goût des gens sur place, car il prend les demandes spéciales! Les paroles seront diffusées sur un écran. Pour celles qui veulent danser, apportez vos souliers!



Résident : 5 \$ (inclus repas et spectacle)
Non-résident : 19,25 \$ (inclus repas et spectacle)

Réservation obligatoire auprès du service des loisirs 450 759-3405, poste 228
Inviter vos amis de l'extérieur!

THIERRY GOULET FORGUE - CONTEUR

Vendredi 18 août * Ouverture des portes à 11 h 30, dîner servi à midi (buffet chaud), représentation 13 h.
Salle Saint-Joseph, 854, rue Principale

Fier Lanaudois, Thierry Goulet Forgues est né au cœur d'une culture remplie de cabanes à sucre, de traîneaux à chiens, de chansons à répondre, d'airs endiablés et d'histoires à dormir debout. Thierry travaille ses histoires comme l'on travaille un reel, une valse ou une gigue. Véritable passionné de traditions, d'histoires et de musique, il fusionne avec ingéniosité les airs, les chansons et les danses qui le font vivre à travers ses contes.



Réservation obligatoire auprès du service des loisirs 450 759-3405, poste 228
Inviter vos amis de l'extérieur!

GRUPE D'ENTRAIDE PARKINSON LANAUDIÈRE



L'Association des personnes handicapées physiques et sensorielles, secteur Joliette (APHPSSJ) offre, pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs proches, un groupe de discussion sous forme de café-rencontre qui se tient à raison d'une fois par mois. Les cafés-rencontres, qui abordent un thème différent

chaque mois, peuvent prendre plusieurs formes soit : un groupe de discussion, une conférence ou une activité extérieure. Faire partie de ce groupe est un bon moyen de venir chercher du réconfort, de l'écoute et des petits trucs pour apprendre à vivre avec la maladie. <https://www.aphpssj.com/services/groupe-entraide/groupe-parkinson/>.

GRUPE D'ENTRAIDE APHASIE LANAUDIÈRE



L'Association des personnes handicapées physiques et sensorielles, secteur Joliette (APHPSSJ) offre, pour les personnes aphasiques résidant dans Lanaudière, un groupe d'entraide. Ce groupe permet aux membres de se réunir via un café-rencontre mensuel. Lors de ces rencontres, plusieurs thèmes entourant

la maladie sont mis de l'avant et des activités sont créées afin de favoriser le développement du langage et apprendre à vivre avec ce trouble. De plus, il est prévu, au cours de l'année, que certains spécialistes viennent faire des conférences sur des thèmes choisis au préalable par le comité organisateur.

<https://www.aphpssj.com/services/groupe-entraide/groupe-aphasie/>



FÊTE DES VOISINS EST LANCÉE, RENDEZ-VOUS LE 3 JUIN 2023!

17^e édition de la Fête des voisins propulsée sur tout le territoire québécois par Espace MUNI. Saint-Thomas est heureuse d'encourager sa population et ses organismes locaux à profiter de cette occasion pour organiser une activité festive afin d'y réunir leur voisinage en toute convivialité.

En participant à la Fête des voisins, Saint-Thomas cherche à susciter la création de liens de solidarité entre les voisines et les voisins sur son territoire et ainsi agir en faveur de la vitalité de son milieu de vie. Il est observable dans les collectivités qui prennent part à cet événement que la tenue de fêtes de voisinage favorise l'entraide, l'inclusion, un sentiment accru de sécurité et d'appartenance à son milieu de même que le rapprochement des personnes de toutes les générations.

À titre d'ambassadrice de la Fête des voisins, Saint-Thomas s'engage à promouvoir la Fête des voisins à faciliter l'organisation de fêtes citoyennes en mettant à disposition son soutien si nécessaire.

Que ce soit lors d'un 5 à 7, d'une activité sportive ou autour d'un repas, la Fête des voisins permet aux gens d'un même quartier de développer des liens entre eux. Le concept est simple : ce sont les citoyennes et citoyens eux-mêmes qui organisent une fête à leur image dans leur voisinage.

Afin de démontrer leur appui à cette initiative, les personnes intéressées à organiser une Fête des voisins sont invitées à communiquer avec le service des loisirs et à compléter une inscription sur le site d'Espace MUNI à l'adresse suivante : espacemuni.org.



AVRIL, MOIS DE L'AUTISME

Les aînés en support aux Répits de Gaby!

Pendant le mois de l'autisme, de magnifiques tattoos ont circulé un peu partout afin de sensibiliser la population aux besoins des familles vivant avec une ou des personnes ayant un TSA (Trouble du Spectre de l'Autisme).

Les Répits de Gaby est un organisme qui soutient ses familles et les aide à recevoir des services de répits spécialisés! Il offre actuellement des services adaptés à plus de 220 familles de Lanaudière et travaille très fort pour mettre sur pied un projet d'une seconde maison de répit.

De tout coeur avec Les Répits de Gaby!

ANIMATIONS AU PARC *Cet été*

Spectacles, cinéma en plein air, animation
Terrain des loisirs

Surveillez la programmation

www.saintthomas.qc.ca

<https://www.facebook.com/saintthomas.qc.ca>

ENTREZ
DANS LA DANSE



24 juin

**Terrain des loisirs
941, rue Principale Saint-Thomas**

ENTREZ DANS LA DANSE DÈS 13 H

Animation, jeux gonflables – amuseurs publics

Les Petits Jean – initiation à la danse callée
École de danse Symbiose – ateliers de danse variés

Kiosques sur place!



19 H

ÉLISABETH RIVEST ET SES INVITÉS

Participante à la Voix

Un spectacle 100 % Québec à ne pas manquer
Discours patriotique avec Simon Robitaille

SOUPER BBQ

Commandez votre boîte de poulet
Places limitées, réservez votre place à 17 h 30, 18 h 15, 19 h
Billets en vente en ligne ou en personne au service des loisirs
à partir du 10 juin. En vente aussi sur le site de la fête.



22 H

Place de stationnement très limitée, favoriser le covoiture et les déplacements à pied et à vélo,
aucun contenant de verres acceptés, parc sans fumé

INFORMATIONS :
WWW.SAINTTTHOMAS.QC.CA



BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

C'est le temps de nous donner votre nom pour faire partie de l'équipe de bénévoles. Remplissez le formulaire "J'aimerais bénévoler" pour ma municipalité sur le site web sainthomas.qc.ca ou appelez-nous au 450 759-3405, poste 222 ou 228

PUMPTRACK

Circuit en boucle fermée



ACCESSIBLE TOUS LES JOURS DE 7 H À 23 H




AUCUN SURVEILLANT SUR LES LIEUX, SOYEZ PRUDENT !

L'accès au parcours **est interdit** en dehors des heures permises et en cas de forte pluie, de fort vent, de noirceur, de neige, de dégel, de dommage ou de débris.

RÈGLEMENTS

Pour la sécurité et le respect de tous

- Le **port du casque** protecteur et de souliers fermés est **OBLIGATOIRE**.
- Le port d'équipement de protection des genoux, des mains, des coudes et des poignets **est recommandé**.
- La **supervision d'un adulte** est obligatoire pour les **enfants de 10 ans et moins**.
- Interdiction de pratiquer un autre sport que la planche à roulettes, le patin à roues alignées, la trottinette ou le vélo et de circuler à pied sur l'aire de pratique.
- Interdiction de circuler avec des équipements de trois roues et plus, tels que les poussettes, vélos à petites roues...
- Obligation de rouler dans le sens des flèches et de maintenir une distance sécuritaire en tout temps.
- Le respect des autres usagers est obligatoire, peu importe leur niveau d'habileté.
- Interdiction d'effectuer du remodelage des obstacles existants ou de modifier la piste et de dessiner des graffitis.
- **Aucun véhicule motorisé ne sera toléré sur la piste.**
- Interdiction de consommer de l'alcool, des drogues, **de fumer ou de vapoter.** 
- Les spectateurs doivent rester en dehors des zones de roulage.
- Les contenants en verre sont interdits.
- La courtoisie et le respect sont primordiaux.

Tous les règlements du parc sont aussi applicables.



AVERTISSEMENTS

- Toute personne qui ne respecte pas ces règlements pourra être expulsée du site.
- L'utilisation du parcours est à vos propres risques, elle se fait sous l'entière responsabilité des usagers, soyez-en avisé.
- La Municipalité n'assume aucune responsabilité.



En cas d'urgence, composez le 9-1-1.

En cas de dommage ou de bris, composez le 450 759-3405, poste 228.

