

MARCHE SP

Célébrons le pouvoir de la collectivité de la SP!



FAITES VOTRE INSCRIPTION POUR 2025
DÈS MAINTENANT

MARCHE SP.CA

Blainville ou St-Jérôme

BESOIN D'AIDE ?

COMMUNIQUEZ AVEC

LYNE 450 436-4469 p.3, lyne.quesnel@spcanada.ca

Le 1^{er} avril, 18 h 30

LANCEMENT MARCHE SP 2025

de St-Jérôme et Blainville et
Remerciements aux champions 2024

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

450 436-4469 p.3 ou lyne.quesnel@spcanada.ca

**VOUS DÉSIREZ ATTEINDRE
VOTRE OBJECTIF DE
COLLECTE DE FONDS!**

**RÉSERVEZ VOS
BILLETS DE TIRAGE**

450 436-4469 p.3

lyne.quesnel@spcanada.ca

MARCHE SP 2025

- | | | |
|--|--|-----------------|
| 1 ^{er} prix : | Balayeuse bâton Samsung intelligente, portable et légère, filtre HEPA, batterie Lithium-ion rechargeable, 100 minutes d'utilisation | Valeur 1 265 \$ |
| 2 ^e à 6 ^e prix : | 5 Certificats cadeaux de 5 billets de ski, Les Sommets, saison 2025-2026, 5 tirages d'une valeur de 495 \$ | Valeur 2 475 \$ |
| 7 ^e prix : | Certificat cadeau Origine artisans hôteliers ORIGINE artisans hôteliers offert par Desjardins <small>Créneau de la Région du Nord</small> | Valeur 350 \$ |
| 8 ^e prix : | 1 Ronde de golf pour 2 personnes, Station Mont-Tremblant, valide du dimanche au vendredi | Valeur 320 \$ |
| 9 ^e à 12 ^e prix : | Écouteurs SHOKZ OpenFit Air ouverts sans fil, résistants à l'eau microphone intelligent intégré Bluetooth jusqu'à 6 heures d'autonomie 4 tirages de 196 \$ | Valeur 784 \$ |
| 13 ^e à 17 ^e prix : | 5 Cartes cadeaux non monnayables, échangeables seulement dans les IGA Extra Daigle participants, 5 tirages de 100\$ | Valeur 500 \$ |

TIRAGE Le 3 juillet 2025 à 13 h au bureau de la SP Canada—Laurentides - et diffusé en visioconférence 500 boul. des Laurentides, local 28, St-Jérôme QC J7Z 4M2 • Tél. : 450 436-4469 Les noms des gagnants seront affichés sur le site web <https://spcanada.ca/sp-canada-laurentides>. Réclamation des prix au 500 boul. des Laurentides, local 28 avant le 2 oct. 2025. 4 000 billets numérotés de 0001 à 4 000.

Coût : 5 \$ le billet / 5 (1 livret) pour 20 \$

Remise des billets au plus tard le lundi, 19 juin 2025 au bureau de la SP Canada—Laurentides
Tous les prix sont non monnayables, non transférables et non échangeables

SP Canada
Laurentides

Valeur 1 265 \$

TECHNITRONIQUE
Spécialiste en électronique

Valeur 2 475 \$

7^e prix :	Certificat cadeau Origine artisans hôteliers **ORIGINE** artisans hôteliers offert par **Desjardins** Créneau de la Région du Nord	Valeur 350 \$
8^e prix :	1 Ronde de golf pour 2 personnes, Station Mont-Tremblant, valide du dimanche au vendredi	Valeur 320 \$
9^e à 12^e prix :	Écouteurs SHOKZ OpenFit Air ouverts sans fil, résistants à l'eau microphone intelligent intégré Bluetooth jusqu'à 6 heures d'autonomie 4 tirages de 196 \$	Valeur 784 \$
13^e à 17^e prix :	5 Cartes cadeaux non monnayables, échangeables seulement dans les **IGA Extra Daigle** participants, 5 tirages de 100\$	Valeur 500 \$

Simmets

TREMBLANT

IGA
Depuis 1952

La meilleure choix
Depuis 1952

RACI N° : L-01073

#0001

Impression
du billet :
IMPRIMERIE
LEONARD J



Le programme de soutien

**COMMUNIQUEZ AVEC SYLVIE THIBAUT AU 450 436-4469 OPTION 1
 POUR RÉSERVER VOTRE PLACE CAR LES PLACES SONT LIMITÉES**

Veuillez noter que certaines activités peuvent être modifiées sans avis préalable.

Mont-Laurier

Activités de locomotion - Aquaforme adapté	Piscine municipale 300 boul. Albiny-Paquette Mont-Laurier	Lundi	13 h 40 à 14 h 40	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 24 mars, relâche 21 avril, 19 mai
--	---	-------	-------------------	--

Saint-Jérôme

Activités de locomotion - Aquaforme adapté			Recherche d'un bassin	
Activités de motricité fine - Atelier de peinture	Au bureau de l'organisme	Lundi	13 h à 15 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 24 mars, relâche 21 avril, 19 et 26 mai
Activité d'aide à la mémoire, cognitive - Chorale	Au bureau de l'organisme 500, boul. des Laurentides St-Jérôme, LOCAL 28 Accès porte 2, escalier mécanique ou ascenseur	Vendredi	13 h 15 à 14 h 45	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 28 mars, relâche 18 avril, 23 mai
Activité d'aide à la mémoire, cognitive - Danse en ligne	Au bureau de l'organisme	Mardi	10 h 30 à 11 h 30	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 1 avril, relâche 20 et 27 mai
Activités de rééducation posturale et de gestion de la douleur chronique - Pilates	Au bureau de l'organisme	Vendredi	11 h à 12 h 15	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 8 semaines Début 28 mars, relâche 18 avril, 23 mai
Activités de maintien et de renforcement musculaires ; kinésiologie - SP en mouvement	Au bureau de l'organisme	Mardi	13 h 30 à 15 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 1 avril, relâche 20 et 27 mai
Activités pour le mieux-être psychologique - Yoga adapté	Au bureau de l'organisme	Jeudi	15 h à 16 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 27 mars, relâche 17 avril, 22 mai
Café-causerie	Au bureau de l'organisme	Jeudi	10 h à 11 h 30	2025 : 16, 30 janv. - 13, 27 fév. - 13, 27 mars 17, 24 avr. - 8, 29 mai - 12 juin
Matinée Quiz	Au bureau de l'organisme	Jeudi	10 h à 12 h	23 janv. - 20 fév. - 20 mars - 10 avr. - 15 mai - 19 juin

ACTIVITÉS VIRTUELLES

Neuro Équilibre	Virtuellement	Mercredi	14 h 15 à 15 h 05 à compter du 1 ^{er} mai 15 h 15 à 16 h 05	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 26 mars
Activités de maintien et de renforcement musculaires ; kinésiologie - SP en mouvement	Virtuellement	Lundi	10 h 30 à 11 h 45	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 31 mars, relâche 21 avril., 19 mai
Activités pour le mieux-être psychologique - Yoga adapté	Virtuellement	Mardi	15 h à 16 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 25 mars

ACTIVITÉS PARTAGÉES

Activités de motricité fine - Ateliers de dessin, aquarelle	Virtuellement	Mercredi	10 h à 12 h	Début en janvier
- Neuro-Cardioflex	Virtuellement	Jeudi	13 h à 13 h 50	À suivre



Le programme de soutien

Saint-Eustache, Blainville et Sainte-Thérèse

Activités de locomotion - Aquaforme adapté	Centre récréoaquatique 190, rue Marie-Chapleau Blainville	Lundi	15 h à 16 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 8 semaines Début 31 mars, relâche 21 avril, 19 mai
Activités de rééducation posturale et de gestion de la douleur chronique - Pilates	Chalet Dubreuil 80, rue Dubreuil Blainville	Jeudi	10 h à 11 h 15	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 27 mars
Activités de maintien et de renforcement musculaires ; kinésiologie - SP en mouvement	Pavillon Olivier Chénier 315, rue Albert St-Eustache	Mercredi	10 h à 11 h 30	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 2 avril
Activités pour le mieux-être psychologique - Yoga adapté Blainville	Chalet Dubreuil 80, rue Dubreuil Blainville	Jeudi	13 h à 14 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 27 mars
Activités pour le mieux-être psychologique - Yoga adapté St-Eustache	Maison du Citoyen 184, rue St-Eustache St-Eustache QC J7R 2L7	Lundi	11 h à 12 h	SESSION PRINTEMPS, gratuite / 10 semaines Début 24 mars, relâche 21 avril, 19 mai



Repas rencontre 2025

St-Jérôme	255, rue Martigny <u>Restaurant Scores</u>	Mercredi 5 mars et 4 juin	11 h 30
St-Eustache	413, boul Arthur-Sauvé <u>Restaurant Scores</u>	Mercredi 19 mars et 18 juin	11 h 30
Rosemère	399 boul. Labelle <u>Restaurant Pacini</u>	Mercredi 26 mars et 25 juin	11 h 30
Ste-Agathe-des-Monts	550, rue Principale <u>Restaurant Le Fumet</u>	Mercredi 12 mars et 11 juin	11 h 30
Mont-Tremblant	330, rue St-Jovite <u>Restaurant St-Hubert</u>	Jeudi 13 mars et 12 juin	11 h 30
Mont-Laurier	457, boul. Albiny-Paquette <u>Pizzeria Place Mont-Laurier</u>	Jeudi 6 mars et 5 juin	11 h 30

RECHERCHE BÉNÉVOLES

Plusieurs postes ponctuels à combler

Ainsi que, pour la **MARCHE SP** de Blainville et St-Jérôme : accueil, inscriptions, table à café ou articles promotionnels, sécurité des lieux, aide au montage et démontage des lieux...

Communiquez avec nous au 450 436-4469 p.3
ou splarentides@spcanada.ca



CABANE À SUCRE 2025

Vous êtes cordialement invités

le 5 avril prochain de 11 h 30 à 13 h au
2 570, rang de la Fresnière à Mirabel



MENU

Soupe aux pois,
hors-d'œuvres et creton maison, omelette au lard,
saucisse et jambon dans le sirop d'érable,
fèves au lard, grillade de lard, pommes de terre,
pain et beurre

DESSERT

Crêpe, œuf dans le sirop,
pouding chômeur, tarte au sucre

TIRE SUR LA NEIGE
café et thé

Tarif :

Personne atteinte et son accompagnateur:
28 \$ chacun

Adultes : 35\$

Enfants 3 à 5 ans : 10 \$

6 à 12 ans : 22 \$

Taxes et services inclus

Pour réserver :

avant le 27 mars

450 436-4469 p.1

sylvie.thibault@spscanada.ca



Vous êtes cordialement invités

le 12 avril prochain de 11 h 30 à 13 h au
1443, ch. de la Lièvre Sud, Mont-Laurier



MENU

Soupe aux pois,
hors-d'œuvres et creton maison, omelette au lard,
saucisse et jambon dans le sirop d'érable,
fèves au lard, grillade de lard, pommes de terre,
pain et beurre

DESSERT

Crêpe, œuf dans le sirop,
pouding chômeur, tarte au sucre

TIRE SUR LA NEIGE
café et thé

Tarif :

Personne atteinte et son accompagnateur:
30 \$ chacun

Adultes : 39\$

Enfants 2 à 5 ans : 8,50 \$

6 à 12 ans : 17 \$

Taxes et services inclus

Pour réserver :

avant le 2 avril

450 436-4469 p.0

carole.dugas@spscanada.ca

AVIS DE CONVOCATION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Ouvert à tous, droit de vote aux membres (adhésion gratuite) inscrits 3 mois avant cette date

Vous êtes cordialement invités à participer à notre
assemblée générale annuelle *en présentielle ou en virtuelle* qui se tiendra le:

Vendredi 21 mars 2025 à 11 h

au bureau de l'organisme
500, boul. des Laurentides, local 28 au sous-sol à Saint-Jérôme,
accès porte 2, ascenseur et escalier mécanique

Ou virtuellement via l'application TEAMS

VOUS DEVEZ FAIRE VOTRE RÉSERVATION AVANT LE 14 MARS

450 436-4469 p.0 ou à splarentides@spscanada.ca

Au plaisir de vous rencontrer et de partager avec vous, Christian Fournier, président