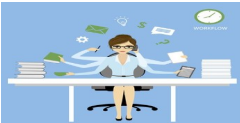
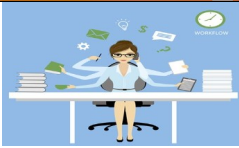


NOVEMBRE 2025

dim.	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	sam.
	Badminton - Lundi 18h30 3 - 17 et 24 novembre					
2	9h à 11h Création de chandail Tie dye 13h à 15h Sondage avec François Winter	9h à 11h Planification des activités 13h à 16h Expression par l'art	10h15 à 11h15 Viniyoga 11h à 15h Soupe + salon de barbier et manucure	 13h à 16h Sortie épicerie à La Pocatière	Départ à 10h Musée de la civilisation + souper au Thomas Tam	
9	Fermé pour la semaine					
16						
17	9h à 11h Gym 13h à 15h30 Fait vécu: L'impossible / Groupe soutien	 13h à 16h Expression par l'art	10h15 à 11h15 Viniyoga 11h à 15h Soupe + Activité sur l'estime de soi	 13h à 15h Quilles 19h - Cinéma St-Pamphile	9h à 11h Conciergerie / Journal 13h à 15h Bingo	19h30 Pièce de théâtre « Et si c'était la canicule »
23	9h à 11h Activité physique 13h à 15h Comité 30e anniversaire	9h à 16h Cuisine collective Groupe 1	10h15 à 11h15 Viniyoga 11h à 15h Soupe + Bricolage de Noël	9h à 11h Comité prévention 13h à 15h Comité des membres	Coordination Pas d'activité	
30						

Transport des membres:

3.00\$ à l'intérieur de la MRC de L'Islet

4.00\$ à l'extérieur de la MRC

Transport non-membres:

4.00\$ à l'intérieur de la MRC

5.00\$ à l'extérieur de la MRC

Cuisine collective: (Offert à tous ceux en logement, maison)

3,00\$ par portion

Soupe + activités à Tourville: Gratuit, contribution volontaire

Création de chandail Tie dye: 5,00\$

Sondage avec François Winter: Gratuit

Viniyoga: 5,00\$ / cours

Planification des activités : Gratuit

Expression par l'art: 5,00\$ / cours

Musée de la civilisation et souper au Thomas Tam: 25,00\$, transport inclus

Fait vécu: L'Impossible: Gratuit

Quilles: 6,00\$, souliers inclus

Groupe soutien: Gratuit

Cinéma St-Pamphile: 7,00\$

Bingo: 2,00\$

Badminton : Gratuit

Comité 30e anniversaire: Gratuit

Comité prévention: Gratuit

Pièce de théâtre « Et si c'était la canicule » : 15\$ transport inclus

Les Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet

183 rang Terrebonne

Ste-Perpétue

GOR 3Z0

Téléphone : 418-359-3348

Télécopieur : 418-359-3348

Sans frais: 1-877-359-3348

Messagerie : nouveauxsentiers@globetrotter.net

Site internet: www.nouveauxsentiers.org

Pour informations, contactez
Angèle Chouinard, Stéphanie Dubé,
Gina Duval ou Alyson Anctil (stagiaire).

Membres sympathisants
Activités permises:

5 - Friperie

7 - Musée de la civilisation +
souper au Thomas Tam

19 - Friperie / Cinéma St-
Pamphile

20 - Quilles

21 - Bingo

26 - Friperie



Bonne
Fête!!

Ruth Laurendeau

Nicole Pelletier

Mélanie Gaudreau

Doris St-Pierre

Kevin Gagnon-Mansau

Murielle St-Pierre

01 novembre

11 novembre

12 novembre

16 novembre

24 novembre

28 novembre