

Avril 2026

dim.	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Badminton - le 13, 20 et 27 avril, de 18h30 à 19h30, école secondaire La Rencontre			1 10h15 à 11h15 Viniyoga 11h à 15h Soupe + Mouvement « Communautaire à boutte »	2 Départ 9h de St-Jean Manifestation à Québec	3 Fermé Vendredi Saint	4
5 Pâques	6 Fermé Lundi de Pâques	7 9h à 11h Planification des activités 	8 11h à 15h Soupe + partie de sucre *Inscription Accès-loisirs	9 8h à 15h Journée économique à Rivière-du-Loup	10 Coordination Pas d'activité	11 Départ à 9h30 Sortie cabane à sucre « Érablière du Cap » à Lévis
12	13  13h à 15h30 Autogestion de l'anxiété	14 9h à 11h Série « Empathie » 13h à 15h Préparation Fort Boyard	15 11h à 15h Soupe + Jeux cognitifs avec Darlène	16 9h à 11h Série « Empathie » 	17 9h à 11h Comité Halloween 13h à 15h Comité 30e	18
19	20 9h à 11h Gym 13h à 15h30 Autogestion de l'anxiété	21 9h à 11h Série « Empathie » 13h à 15h Chanter pour le plaisir	22 9h à 11h Conciergerie / Journal 11h à 15h Soupe + D'où vient la spiritualité?	23 9h à 11h Série « Empathie » 13h à 15h Bingo 19h - Cinéma St-Pamphile	24 Coordination Pas d'activité	25 10h Brunch des bénévoles à St-Adalbert
26	27 9h à 11h Marche + activités physiques 13h à 15h30 Autogestion de l'anxiété	28 9h à 16h Cuisine collective Groupe 2	29 11h à 15h Soupe + Ma chanson préférée	30 9h à 15h Recherche sur les déplacements en région	Il est temps de renouveler votre carte de membre pour l'année 2026-2027 au coût de 8,00\$.	

Important!

Lorsque vous vous désistez d'une activité où l'on doit faire des réservations, vous devez payer l'activité puisque nous devons quand même payer votre place.

Transport des membres:

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

4.00\$ 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

Viniyoga: 5,00\$ / cours

Manifestation à Québec: Gratuit, apportez un lunch froid

Série « Empathie »: Gratuit

Carnet créatif: Gratuit

Journée économique à Rivière-du-Loup Gratuit, apportez de l'argent pour vos achats. N'oubliez pas d'apporter vos sacs. Possibilité d'aller manger au restaurant chinois pour ceux qui le désirent.

Sortie cabane à sucre: 20,00\$ transport inclus membre, 45,00\$ transport inclus membre sympathisant, 59,00\$, transport inclus non-membre.

Gym: 3,00\$ / séance

Autogestion de l'anxiété: 4,00\$ / atelier

Préparation Fort Boyard: Gratuit

Marche + activités physiques : Gratuit

Comité Halloween: Gratuit

Comité 30e : Gratuit

Brunch des bénévoles: Gratuit pour tous ceux qui ont fait du bénévolat. Vous recevrez une invitation.

Chanter pour le plaisir: Gratuit

Recherche sur les déplacements en région: Gratuit, dîner offert

Cinéma St-Pamphile: 7,00\$

Bingo: 2,00\$



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

Facebook: Les Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet

Pour informations, contactez
Angèle Chouinard, Stéphanie Dubé,
Gina Duval.

Annette Leblanc	1 avril
William Léger	8 avril
Alyson Fortin-Anetel	13 avril
Martine Blouin	14 avril
Karen Poitras	19 avril
Madison Bernier	20 avril
Isabelle Fournier	21 avril
Daniel Bernier	21 avril
Kathy Lévesque	24 avril
Francine Bois	29 avril

BONNE FÊTE

