

Mars 2024

dim.	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	Badminton Le 4, 18 et 25 mars 18h30 à 19h30		Autogestion de l'anxiété 13, 20 et 27 mars 18h30 à 21h		1 Coordination Pas d'activité	2
3	4 9h à 11h Activité physique 13h à 15h30 Expression par l'art	5 9h à 11h Comité des membres 13h à 15h Randonnée de raquettes	6 10h15 à 11h15 Viniyoga 13h à 15h Café et jasette	7 9 à 11h Jeux Wii / Jeux société 13h à 16h Sortie épicerie à Montmagny 19h - Cinéma St-Pamphile	8 Coordination Pas d'activité	9
10	11 10h à 15h Journée plein air avec la Traversée à St-Philippe-de-Néri	12 9h à 11h Planification des activités / groupe soutien 13h à 15h Conciergerie / Journal	13 10h15 à 11h15 Viniyoga 13h à 15h Voyage autour du monde : la Suisse	14 Coordination Pas d'activité	15 9h à 15h Journée carnaval	16
17	18 9h à 11h Activité physique 13h à 15h30 Expression par l'art	19 9h à 16h Cuisine collective	20 10h15 à 11h15 Viniyoga 13h à 15h Peinture aux diamants	21 9h à 11h Comité prévention / Groupe soutien 13h à 15h Spiritualité 19h - Cinéma St-Pamphile	22 Coordination Pas d'activité	23 16h Souper des bénévoles
24	25 9h à 11h Gym 13h à 15h30 Expression par l'art	26 9h à 11h Comité Halloween 13h à 15h Comité voyage	27 10h15 à 11h15 Viniyoga 13h à 15h Le monde des aveugles	28 9h à 11h Conciergerie / Journal 13h à 15h Bingo	29 Fermé Vendredi Saint	30
31	Joyeuses Pâques					

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

Activités physiques: Gratuit

Gym: 3,00\$

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

Sortie épicerie: Gratuit, apportez votre argent et vos sacs pour vos commissions.

Viniyoga: 5,00\$ / fois

Activités à Tourville: Gratuit

Jeux de wii / jeux de société: Gratuit, si vous avez des jeux de société, vous pouvez les apporter!

Randonnée de raquettes: Gratuit, apportez vos raquettes si vous en avez sinon nous ferons le prêt d'équipement. Habillez-vous chaudement, selon la température.

Journée plein air à St-Philippe-de-Néri: Gratuit, apportez votre lunch, un habit de neige et des collations.

Journée carnaval: Gratuit, apportez votre lunch mais on s'occupe du dessert! Habillez-vous convenablement selon la température. Activités à l'extérieur.

Spiritualité: 2,00\$

Souper des bénévoles: Gratuit, offert à ceux qui ont fait du bénévolat durant l'année 2023-2024. Une invitation sera envoyé par la poste.

Bingo: 2,00\$

Groupe soutien: Gratuit

Comité prévention: Gratuit

Badminton: Gratuit

Cinéma St-Pamphile: 7,00\$ pour tous

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.



Christian Chouinard

14 mars

Guy Laprise

28 mars