

ÉCHO LOISIRS *L'Islet*

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE LA SESSION AUTOMNE 2021

Dates importantes à retenir pour inscription Voir page 2

MUNICIPALITÉ
de



POUR ME DIVERTIR CET AUTOMNE!

Modalités	2
Activités du service des loisirs	3
Bibliothèques municipales	4
Activités des organismes	5
Activités de la CACLI	8

Quand et comment s'inscrire ?

INSCRIPTION :

Du mercredi 25 août au mercredi 1^{er} septembre 2021

L'inscription aux activités cet automne se fera de 2 façons seulement : en ligne ou au comptoir ! **Aucune inscription ne sera prise par téléphone. Pour créer votre compte en ligne, rendez-vous dès maintenant au www.lislet.com et cliquez sur inscription en ligne. Prenez-note qu'à la suite de la création de votre compte, il peut y avoir un certain délai avec l'approbation de celui-ci.**

Une fois votre compte approuvé, vous pourrez procéder à l'inscription de votre choix. Il est donc préférable de créer votre compte avant la date prévue d'inscription afin que celui-ci soit approuvé à temps.

Demande d'assistance pour l'inscription en ligne

Si vous éprouvez certaines difficultés ou que vous n'êtes pas familier avec Internet, présentez-vous à l'Hôtel de Ville aux heures d'ouverture et nous pourrions vous aider à créer votre compte.

Heures d'ouverture - Bureau municipal

Lundi – mercredi – jeudi : 8 h à 12 h et 13 h à 16 h

Mardi – vendredi : 8 h à 12 h

Notes : les modalités d'inscription aux activités des organismes peuvent différer de celles du service des loisirs.

Modalités de paiement

- Tous les couts des activités du Service des loisirs incluent les taxes.
- *Aucune inscription n'est acceptée sans le paiement **complet**.*
- *À l'inscription, vous devez acquitter la facture en payant par carte de crédit, en argent comptant ou par chèque (postdaté si désiré). Cependant, la date maximale des paiements postdatés doit être antérieure à la date de début des cours.*

Pour toutes les activités de la **CACLI** et des autres organismes les modalités sont inscrites dans chaque annonce. Notez que les politiques de remboursement des organismes peuvent différer de celle du Service des loisirs.

Remboursement

Selon la politique de remboursement du Service des loisirs de L'Islet, adoptée le 5 février 2007 (résolution # 062-02-2007).

Aucun remboursement ne sera accordé, sauf dans le cas où l'activité ne peut être réalisée en raison d'un nombre insuffisant d'inscriptions. Dans ce cas, il y a remboursement complet.

Lorsque le participant ne peut débiter l'activité pour des raisons de santé (présentation d'un billet du médecin obligatoire), un remboursement de 90 % pourra alors être émis (la Municipalité de L'Islet a établi qu'une somme équivalente à 10 % du cout total des frais d'inscription est retenue pour couvrir certains frais administratifs).

Annulation d'un cours

Un minimum de huit (8) inscriptions * est requis pour réaliser une activité. Dans le cas contraire, le cours sera annulé et tous les participants seront remboursés.

* À moins d'avis contraire inscrit dans la section réservée à l'activité.

Prenez note

- Prenez note que lorsque vous participez à un atelier, un spectacle ou toute autre activité du Service des loisirs de L'Islet vous êtes susceptible d'être pris en photo par notre photographe attiré pour ces événements. Soyez conscient que ces photos peuvent être utilisées pour des fins de publicité, de promotion ou d'autres événements éventuels.

Avis

- Le Service des Loisirs a toujours soif de nouveautés. Vous avez des suggestions de cours, d'ateliers ou des références pour des professeurs. N'hésitez pas à nous le faire savoir!









RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

Le Service des loisirs est constamment à la recherche de bénévoles. En plus d'être un excellent moyen pour rencontrer de nouvelles personnes, avoir du plaisir et de renforcer son sentiment d'appartenance, il contribue également à améliorer la qualité de vie et la santé de la communauté.

Vous voulez vous impliquer pour faire bouger encore plus votre communauté, contactez-nous! Que ce soit pour une heure, une journée ou plus, nous aurons le plaisir de vous accueillir parmi tous ces gens si précieux!

Afin d'améliorer votre lecture, les informations importantes sont identifiées avec des pictogrammes, suivez la légende :

LÉGENDE

	DATE & DURÉE		CLIENTÈLE
	HEURE		NOTE
	COÛT		ÉQUIPEMENT REQUIS
	LIEU		NOUVEAU

ACTIVITÉS SPORTIVES

ENTRAÎNEMENT EN CIRCUIT

Peu importe votre niveau de forme physique, ce cours fortement inspiré de l'entraînement de type « crossfit » saura vous faire sortir de votre zone de confort ! Musculation, pliométrie, mouvements d'haltérophilie seront utilisés pour vous permettre d'améliorer vos capacités musculaires et cardiovasculaires. Professeure : Marie-Josée St-Pierre

 Lundi 13 septembre au lundi 6 décembre 2021

 18 h 30 à 19 h 30

 115 \$

 École secondaire Bon-Pasteur
166, chemin des Pionniers Ouest

 Inscription : www.lislet.com

*Pas de cours le lundi 11 octobre 2021,
en raison de l'Action de grâce.*



ZUMBA

Programme d'entraînement physique combinant des éléments d'aérobic et différents styles de danse.
Professeure : Audrey Claveau

 Mercredi 15 septembre au mercredi 1^{er} décembre 2021

 18 h à 19 h

 115 \$

 École secondaire Bon-Pasteur, 166, des Pionniers Ouest

 Inscription : www.lislet.com





LOCATION DE PLATEAUX SPORTIFS (Gymnase de L'Islet)

Badminton



 Lundi 13 septembre au lundi 20 décembre 2021

 18 h à 22 h

 Un soir (1 h) : 15 \$
Un soir (1 h 30) : 22.50 \$
14 semaines (1 h) : 178.50 \$
14 semaines (1 h 30) : 267.75 \$

*Le gymnase sera fermé le lundi 11 octobre 2021,
en raison de l'Action de grâce*

Volleyball à la fois



 Mercredi 15 septembre au mercredi 15 décembre 2021


 19 h à 20 h 30

 9 \$ / soir

Volleyball Pour votre équipe pour la session Nouveau

 Lundi 13 septembre au lundi 20 décembre 2021

 20 h 30 à 22 h

 1 071 \$ / 14 semaines

*Le gymnase sera fermé le lundi 11 octobre 2021,
en raison de l'Action de grâce*

Basketball à la fois Changement d'horaire



 Jeudi 16 septembre au jeudi 16 décembre 2021

 20 h 30 à 22 h

 9 \$ / soir

Basketball Pour votre équipe pour la session Nouveau

 Mardi 14 septembre au mardi 14 décembre 2021


 20 h 30 à 22 h

 1 071 \$ / 14 semaines

Hockey cosom à la fois Nouveau

 Mercredi 15 septembre au mercredi 15 décembre 2021

 18 h 30 à 22 h

 9 \$ / soir




SERVICES OFFERTS DANS VOS TROIS BIBLIOTHÈQUES :

	SUR PLACE	SUR DEMANDE	EN LIGNE
Livres français ou anglais (enfants, adolescents et adultes)	X	X	X
Livres audio ou à gros caractères	X	X	X
Revue	X		X
Abonnement et renouvellement	X		X
Accès Internet et Wi-Fi	X		

L'abonnement à une bibliothèque vous donne accès à plus de 5 millions de livres grâce aux prêts entre bibliothèques (PEB) ainsi qu'à plusieurs autres services dont Protégez-vous en ligne, Libby (revues numériques), Muséo (accès gratuit à plusieurs musées de la région du 1^{er} octobre au 31 mai), Généalogie Québec, PRDH (Programme de recherche en démographie historique), Biblio-Santé (suggestions de ressources portant sur diverses thématiques telles le deuil, le cancer, la déficience intellectuelle...), toutapprendre.com (des centaines de formations en ligne pour tout apprendre) et kaléidoscope (livres jeunesse pour un monde égalitaire).


BIBLIOTHÈQUE JEAN-PAUL-BOURQUE

 Fermée pour la période des fêtes du 22 décembre 2021 au 5 janvier 2022. Réouverture le jeudi 6 janvier 2022 à 18 h 30.

 Dimanche 9 h 30 à 11 h
Mardi 18 h 30 à 20 h
Jeudi 18 h 30 à 20 h

 16, chemin des Pionniers Est

 418 247-7576 | hors heures d'ouverture : 418 247-5769
www.reseaubibliodisquebec.qc.ca/l'islet-sur-mer

 Biblio Jean-Paul-Bourque
@ : biblio.jeanpaulbourque@lislet.com

Exposition photos Daniel Thibault

 Fin décembre 2021

 Gratuit

Visite des résidences d'ânés

 En après-midi
14 septembre 2021
9 octobre 2021
16 novembre 2021
14 décembre 2021

 Gratuit

BIBLIOTHÈQUE LÉON-LABERGE

 Fermée pour la période des fêtes du 23 décembre 2021 au 11 janvier 2022


 Mercredi 13 h 30 à 14 h 30 et 18 h 30 à 19 h 30

 284, boulevard Nilus-Leclerc

 418 247-3060 poste 233
@ : biblio.leonlaberge@lislet.com

Tricot-jasette

Vous désirez apprendre à tricoter / crocheter, joignez-vous à nous, l'entraide sera au rendez-vous. On tricote, on placote et on rigole!


 Dernier lundi du mois (27 septembre, 25 octobre, 29 novembre et 13 décembre)

 19 h à 21 h

 Gratuit

 Madeleine Gagnon 418 247-5368


BIBLIOTHÈQUE LAMARTINE

 Fermée pour la période des fêtes du mercredi 22 décembre 2021 au mercredi 5 janvier 2022

 Mardi 18 h 30 à 20 h
Jeudi 18 h 30 à 20 h
Dimanche 10 h à 11 h 30

 79, rue Monseigneur-Bernier

 418 247-5052
www.mabibliotheque.ca/st-eugene

 Suivez-nous sur Facebook
@ : biblio.lamartine@lislet.com

 Prêt de DVD pour enfants, de casse-têtes pour enfants et adultes ainsi que de coffres à contes et kamishibaï pour les éducatrices en garderie.

Des trésors de lecture

Se faire raconter une histoire... se laisser transporter dans un monde imaginaire par une animatrice passionnée à l'imagination débordante. Et pour bien terminer l'activité, un bricolage, une dégustation, un chant. Plaisir garanti pour les enfants de tous les âges !

 Enfants de tous les âges

 Dimanche 26 septembre, dimanche 24 octobre, dimanche 21 novembre, dimanche 19 décembre

 10 h

 Gratuit

 Dates et titres des contes disponibles sur notre page Facebook.



MAISON DES JEUNES DE L'ISLET-NORD

La maison des jeunes est un lieu de rencontre pour les jeunes âgés entre 12 et 17 ans. Elle propose deux points de service. Nous avons un local à Saint-Jean-Port-Joli et un local à L'Islet. Pour connaître nos heures d'ouverture, visitez-nous sur notre site internet; www.mdj-lislet-nord.com/ ou sur Facebook; www.facebook.com/mdjstjeanportjoli

Qu'est-ce que c'est une Maison des Jeunes ...





- C'est un environnement sain où les jeunes peuvent se rencontrer, se découvrir, échanger, relaxer, apprendre à vivre ensemble...
- C'est un endroit où ils peuvent aller pour le plaisir, pour répondre à un besoin précis ou réaliser une activité.
- C'est la possibilité de trouver un support centré sur leur réalité, une oreille attentive et une présence bienveillante !
- C'est un local animé et équipé spécialement pour les jeunes de 12 à 17 ans.
- C'est la supervision et l'encadrement d'un animateur qualifié durant les heures d'ouverture.
- C'est un milieu de vie avec des règles à respecter et des consignes claires, pour que tous se sentent les bienvenus et respectés.
- C'est un endroit avec un offre d'activités et de projets ayant des buts de prévention, de sensibilisation, d'implication citoyenne, de promotion en lien avec différents thèmes d'actualité, la thématique jeunesse, les saines habitudes de vie et diverses problématiques psychosociales.
- Et c'est un endroit où tu peux cuisiner, jouer au billard, faire des bricos, participer à un sport, jouer aux jeux vidéo, utiliser les ordinateurs et les tablettes pour tes recherches et proposer une panoplie d'activités.

Pour information; mdj.lislet.nord@gmail.com

CLUB DE MARCHÉ PAS @ PAS

Le Club de marche PAS@PAS vous propose, sur une base hebdomadaire et sans frais, de faire une activité toute simple en plein air. Des personnes de tout âge y participent à leur gré et partagent, dans une atmosphère conviviale, quelques moments bienfaisants pour leur santé tant morale que physique.





Les sorties se font le mardi soir, de 19 h à 20 h, et ce, l'année durant. Surveillez l'horaire mensuel et les lieux de rencontre affichés dans le journal Le Hublot ainsi que sur le site internet de la municipalité. Bienvenue à tous!

-  Pour tous, aucune inscription requise
-  Mardi
-  19 h à 20 h
-  Responsable : Rose Pomerleau : 418 607-0779

FERMIÈRES VILLE L'ISLET

RENCONTRES MENSUELLES

Rencontres mensuelles, le 3e mardi du mois à la Bibliothèque Léon-Laberge. Venez vous joindre à nous, nous parlons patrimoine textile, droits des femmes et tout autre sujet. Nous pourrions aussi vous accueillir lors de nos après-midis à notre local situé à l'édifice municipal. Vous aimeriez apprendre une technique textile, nous pourrions vous initier.

-  21 septembre, 19 octobre, 16 novembre
21 décembre (à confirmer)
-  19 h 30
-  La carte de membre est de 30 \$ ce qui vous donne droit à la revue bimensuelle
-  Pour information Madeleine Gagnon 418 247-5368

SALON DU CADEAU 2021

Veuillez noter qu'en raison de l'incertitude concernant la Covid-19, il n'y aura pas d'édition pour l'automne 2021. Au plaisir de vous retrouver en 2022.




MUSÉE MARITIME DU QUÉBEC


Capitaine J.E. BERNIER



Chantier dans le Parc fluvial du Musée; nouvelle exposition en vue!

Depuis le 16 août, le parc du Musée n'est plus accessible en raison du chantier. Ne vous en faites pas chers résidents, il se refait une beauté et il sera de retour l'été prochain, toujours aussi accessible aux résidents. Restez à l'affût des nouveautés!


 5 septembre au 10 octobre :
du mardi au dimanche de 10 h à 16 h
12 octobre au 5 décembre :
du mercredi au dimanche de 10 h à 16 h


 Adulte : 15 \$
Aînés : 13 \$
Étudiants (18-30 ans) : 12 \$
Enfants (6-17 ans) : 9 \$
5 ans et moins : gratuit
Famille (2 adultes, 2 enfants) : 37 \$


 www.mmq.qc.ca | 418 247-5001


Visites de la réserve des maquettes

Les visites de la réserve des maquettes sont de retour après plus d'un an d'arrêt! Vous n'avez jamais visité cette pièce impressionnante où plus de 200 maquettes sont entreposées? C'est l'occasion parfaite pour le faire en toute tranquillité.

 Les samedis et dimanches

 Départ à 11 h, 13 h, 14 h et 15 h.
Durée de la visite : 45 minutes

 Inclus dans le tarif d'entrée du musée
Gratuit pour les membres

 Activité pour tous

Le passager clandestin

Le brise-glace Ernest Lapointe s'apprête à quitter le port pour une longue mission de déglacage, mais un étrange passager clandestin s'est introduit et il doit à tout prix être retrouvé avant le départ. Accompagnés d'un matelot, les enfants explorent le musée à la rencontre des autres membres de l'équipage l'ayant aperçu, afin de le démasquer.

 Dimanche 28 novembre et 5 décembre*

 Départ 10 h 30 et 15 h

 Inclus dans le tarif d'entrée du musée
Gratuit pour les membres
* Premier dimanche de décembre gratuit

 Activité pour les 3 à 7 ans et les familles





f corporation des arts et de la culture de L'Islet
www.cacli.qc.ca
 Début des cours : à compter du 6 septembre

BRASSAGE DE BIÈRE TOUT GRAIN

Découvrez toutes les facettes du brassage de la bière et apprenez à brasser la bière que vous aimez à la maison et à peu de frais. Théorie : explication des principes du brassage de la bière, ingrédients, matériel nécessaire, style de bière et élaboration de recettes, fournisseurs d'ingrédients et de matériel, embouteillage et enfûtage. Pratique : Assistez au brassage complet d'une bière tout grain de A à Z. 14 heures de cours au total : théorie (5 cours de 2 heures) et un atelier pratique de brassage (6 heures). Une collaboration de Ras L'Bock, artisans brasseurs. Professeur : Alexandre Caron

-  Jeudi 21 octobre au 27 novembre 2021
-  19 h à 21 h
-  170 \$
-  Locaux de la Corporation
250, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca



DESSIN, PEINTURE (TECHNIQUES MIXTES)

Multiplés médiums : fusain, crayon, pastel, huile, acrylique, croquis, portraits, paysages, animaux, etc. Cet atelier favorise le développement individuel. Neuf cours de 3 heures. Professeur : Marcel Litalien

-  Mercredi 15 septembre au 10 novembre 2021
-  13 h à 16 h et 18 h 30 à 21 h 30
-  230 \$
-  Locaux de la Corporation
250, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca

ÉBÉNISTERIE

Survол des outils manuels et mécaniques, essences de bois, reconnaissance des styles de meubles et élaboration d'un plan pour un projet commun (cadre). Dix cours de 2 heures. Professeur : René Cloutier

-  Mercredi 8 septembre au 3 novembre 2021
-  De 14 h à 16 h
-  200 \$
-  142, rue Bonsecours, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca



ESPAGNOL – Avancé

Que ce soit pour votre culture personnelle ou pour vos voyages, ces cours interactifs et divertissants vous permettront d'apprendre l'espagnol à votre rythme et sans pression. La conversation est priorisée. En lien avec l'école de langue Antigua de Guatemala. Matériel scolaire en sus. Douze cours de 2 heures. Professeure : Hélène Bossinotte

-  Lundi 13 septembre au 29 novembre 2021
-  19 h à 21 h
-  240 \$
-  Locaux de la Corporation
250, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca






ESPAGNOL – Débutant

Que ce soit pour votre culture personnelle ou pour vos voyages, ces cours interactifs et divertissants vous permettront d'apprendre l'espagnol à votre rythme et sans pression. La conversation est priorisée. En lien avec l'école de langue Antigua de Guatemala. Matériel scolaire en sus. Douze cours de 2 heures. Professeure : Hélène Bossinotte

-  Mardi 14 septembre au 30 novembre 2021
-  19 h à 21 h
-  240 \$
-  Locaux de la Corporation
250, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca






FERMENTATION DES LÉGUMES – 2 MÉTHODES

Découvrez comment fermenter les légumes selon les 2 méthodes de façon simple et surtout peu coûteuse. Vous serez mis au travail de préparer votre choucroute et vous la fermenterez chez vous. Apportez 1 pot Masson de 500 ml avec son couvercle et un couvercle de yogourt ou crème sure en plastique. Pour la deuxième méthode, elle vous sera démontrée et expliquée. Note de cours et recettes fournies. Dégustation sur place. Professeure : Lise Pelletier, L'Ortie Culte

-  Samedi 2 octobre 2021
-  9 h 30 à 11 h 30
-  25 \$
-  Centre Bertrand-Bernier, 7, rue Chanoine-Martel, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca

HERBORISTERIE






Un atelier d'une journée, accompagné d'une herboriste chevronnée et passionnée. Cet atelier se veut une introduction à l'herboristerie. Nous prendrons le temps de découvrir quelques plantes médicinales accessibles en forêt : identification, monographie et usage thérapeutique. Dégustation en tisane de quelques-unes de ces plantes, transformation surprise et fabrication d'un onguent naturel. Professeure : Jacinthe Pelletier-Couillard

-  Samedi 25 septembre 2021
-  9 h 30 à 11 h 30 et 13 h à 15 h
-  50 \$
-  Centre Bertrand-Bernier, 7, rue Chanoine-Martel, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca








LES BOISSONS FERMENTÉES

Kombucha, Jun, Kvass, Kéfir de lait et Kéfir d'eau, jus de légumes ou de fruits non sucrés et débordants de probiotiques, venez découvrir ce monde de saveur pour les grands et petits. Les boissons fermentées remplacent efficacement les sodas et autres boissons et jus commerciaux sucrés et dévitalisés. Ce cours est plus théorique. Cependant, vous ferez une boisson pour apporter chez vous. Apportez une pot Masson de 500 ml avec son couvercle.

-  Samedi 2 octobre 2021
-  13 h 30 à 15 h 30
-  25 \$
-  Centre Bertrand-Bernier, 7, rue Chanoine-Martel, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca

QI GONG POUR TOUS

Routine présentée en huit mouvements fluides combinant une alternance entre extension et relâchement. Ces exercices aident à renforcer les jambes et les bras, améliorent l'équilibre, l'alignement corporel et la flexibilité des articulations ; ils renforcent le système cardiovasculaire et améliorent le système respiratoire. Huit cours de 60 minutes. Professeure : Marie-Jeanne Brouillette

-  Mercredi 8 septembre au mercredi 27 octobre 2021
-  17 h à 18 h
-  100 \$
-  Centre Bertrand-Bernier, 7, rue Chanoine-Martel, L'Islet
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca

SCULPTURE SUR BOIS

Techniques de base, enseignement personnalisé. Matériel non fourni. Neuf cours de 3 heures. Professeur : Marcel Litalien

-  Mercredi 15 septembre au 10 novembre 2021
-  13 h à 16 h et 18 h 30 à 21 h 30
-  230 \$
-  Locaux de la Corporation (250, boulevard Nilus-Leclerc)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca



TAI CHI POUR TOUS

Ensemble de mouvements continus, souples et précis faits avec lenteur. Grâce à son côté méditatif et à l'extrême précision des gestes, le taïchi permet d'améliorer la concentration, la vivacité d'esprit et la mémoire. Accessible à tous. Maximum de huit participants. Huit cours de 60 minutes. Professeure : Marie-Jeanne Brouillette

-  Mercredi 8 septembre au 27 octobre 2021
-  18 h 30
-  100 \$
-  Centre récréatif Bertrand-Bernier (7, rue Chanoine-Martel)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca



TRICOT AUX AIGUILLES





Apprendre comment monter des mailles, différents points ; rabattre, diminuer et augmenter des mailles. Comment lire un patron avec ses abréviations. Le matériel n'est pas fourni. Utilisez de la grosse laine pour commencer. Sept cours de 90 minutes. Professeure : Sylvie Émond

-  Lundi 6 septembre au 18 octobre 2021
-  13 h à 14 h 30 et 18 h à 19 h 30
-  100 \$
-  Locaux de la Corporation (250, boulevard Nilus-Leclerc)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca



VANNERIE






Cinq ateliers pratiques de 3 heures qui vous permettront de confectionner vous-mêmes des paniers en cornouiller hart-rouge. Le premier atelier est la confection d'une anse, le deuxième est la cueillette du cornouiller et la confection du panier pour les trois derniers ateliers. Professeur : Alfred Gagnon

-  Samedi 9 octobre au 6 novembre 2021
-  9 h à midi
-  150 \$
-  Locaux de la Corporation (250, boulevard Nilus-Leclerc)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca







YOGA DOUCEUR

Recherche du mieux-être individuel : postures, respiration et méditation. Apportez son tapis et une couverture pour la fin de chaque cours. Quinze cours de 75 minutes. Professeure : Jacinthe Pelletier-Couillard

-  Mardi 7 septembre au 14 décembre 2021
-  13 h 30 à 14 h 45
-  230 \$
-  Salle municipale Saint-Eugène (79, rue Monseigneur-Bernier)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca






HATHA YOGA – MARDI 17 H

Recherche du mieux-être individuel : postures, respiration et méditation. Apportez son tapis et une couverture pour la fin de chaque cours. Quinze cours de 75 minutes. Professeure : Jacinthe Pelletier-Couillard

-  Mardi 7 septembre au 14 décembre 2021
-  17 h à 18 h 15
-  230 \$
-  Salle municipale Saint-Eugène (79, rue Monseigneur-Bernier)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca

HATHA YOGA – MARDI 19 H

Recherche du mieux-être individuel : postures, respiration et méditation. Apportez son tapis et une couverture pour la fin de chaque cours. Quinze cours de 75 minutes. Professeure : Jacinthe Pelletier-Couillard

-  Mardi 7 septembre au 14 décembre 2021
-  19 h à 20 h 15
-  230 \$
-  Salle municipale Saint-Eugène (79, rue Monseigneur-Bernier)
-  Pour inscription : 418 247-3331 ou info@cacli.qc.ca



L'Écho-Loisirs L'Islet est un périodique publié trois fois par année (automne, hiver, été) par le Service des loisirs de L'Islet et distribué dans tous les foyers L'Isletois.

Ce document d'information est destiné à la promotion des divers services et activités de loisirs offerts par le Service des loisirs de L'Islet et par les organismes sans but lucratif du milieu. Pour transmettre votre information promotionnelle, contactez le Service des loisirs aux coordonnées ci-dessous mentionnées.



INFORMATION

Véronique Bélanger - Coordonnatrice loisirs et culture
Tél. : 418 247-3060, poste 228 - loisirs@lislet.com

Laurie Bélanger-Paré
Coordonnatrice à la vie communautaire
Tél. : 418 247-3060, poste 234 - laurie.bp@lislet.com

Service des loisirs de L'Islet
284, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet (Québec) G0R 2C0
Télé. : 418 247-5085

 Loisirs L'Islet

IMPRESSION

Impression Rive-Sud

TIRAGE

1895 exemplaires