

ÉCHO LOISIRS L'Islet

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE LA SESSION HIVER 2026



Dates importantes à retenir pour inscription Voir page 2



POUR ME DIVERTIR CET HIVER !

Modalités d'inscription	p. 2
Activités du Service des loisirs	p. 3
Bibliothèques municipales	p. 9
Activités des organismes	p. 10

Quand et comment s'inscrire?

INSCRIPTION :

Du mercredi 10 décembre (à midi) au mercredi

17 décembre 2025

L'inscription aux activités se fait uniquement en ligne. 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 avant 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 en temps.

Demande d'assistance pour l'inscription en ligne

Si vous éprouvez certaines difficultés ou que vous n'êtes pas familier avec Internet, contactez-nous. Il nous fera plaisir de vous aider.

Téléphone : 418 247-3060 poste 228 ou 234

Heures d'ouverture du bureau municipal

Lundi-mercredi-jeudi : 8 h à midi et 13 h à 16 h

Mardi-vendredi : 8 h à midi

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

Modalités de paiement

- Tous les coûts 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.

Pour toutes les activités 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 coût total des frais d'inscription est retenue pour couvrir certains frais administratifs.

Prise de photos

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 attitré pour ces événements. Soyez conscient que ces photos peuvent être utilisées pour des fins de publicité, de promotion ou d'autres événements éventuels.

À la recherche d'idées

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, d'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!

La Carte accompagnement loisir (CAL)

La CAL a été mise sur pied afin de permettre à une personne handicapée qui en nécessite le besoin, d'être accompagnée sans frais supplémentaires chez nos partenaires pour y effectuer une activité de sport, de loisir ou de culture. L'accompagnateur peut ainsi assurer une réponse aux besoins de la personne handicapée qui ne pourraient être comblés par le personnel en place. La CAL donne donc la possibilité à une personne handicapée de vivre une expérience qui lui serait difficile, voire impossible, sans la présence de son accompagnateur.



LÉGENDE

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

	DATE & DURÉE		CLIENTÈLE
	HEURE		NOTE
	COÛT		ÉQUIPEMENT REQUIS
	LIEU		NOUVEAU



Samedi 6 décembre 2025

Entre 9 h et midi

AU PARC LES CABRIOLES

(282, boulevard Nilus-Leclerc)

AU PROGRAMME :

- Ferme Napolie
- Feu de camp
- Animation musicale
- Cadeau aux 100 premiers enfants
- Nouveauté et concours au rendez-vous!
- Chocolat chaud et café



Grands et petits, avec enfant ou non, venez prendre un bon breuvage chaud et profiter de cette belle ambiance festive autour du feu, en écoutant un duo de violoniste/guitariste jouant de grands classiques de Noël.





ACTIVITÉ DE BRICOLAGE THÉMATIQUE DE NOËL

À quelques jours de Noël, joins-toi à nous et viens fabriquer ta lanterne de Noël!

Simple à réaliser pour les plus grands (6 ans et +) et avec un peu d'aide pour les plus petits.



Samedi 20 décembre 2025



9 h



Pour tous les enfants (les 5 ans et moins doivent être accompagnés)



Gratuit



Salle Chanoine-Martel (7, rue Chanoine-Martel)



Inscription au www.lislet.com du 1^{er} au 12 décembre 2025



SOIRÉES DANSANTES



31 janvier 2026
7 février 2026
28 février 2026
14 mars 2026
28 mars 2026
11 avril 2026

Christian Paquet
Gino
Yanick Lavoie
Johnny
Yanick Lavoie
Phil et La rousse



19 h 30



Gratuit



Salle municipale (79, rue Mgr-Bernier)

Vive l'hiver à L'Islet

Une initiative du comité de la famille et des aînés. Restez à l'affût sur notre page Facebook pour la programmation complète.

SAMEDI 10 JANVIER 2026 DÈS 13 H

Activité de Pâques

Programmation à venir








GARDIENS AVERTIS N

Ce programme te permettra de développer des compétences essentielles pour prévenir les urgences et intervenir efficacement en cas de besoin. Tu apprendras à reconnaître les situations dangereuses, à faire des choix sécuritaires et à promouvoir des comportements responsables.

Tu y découvriras aussi :

- Comment nourrir, habiller et changer un bébé ou un jeune enfant
- Des façons de jouer et interagir de manière sécuritaire
- Des stratégies pour gérer des comportements complexes
- Des conseils pour faire valoir tes services de gardiennage dans ta communauté






Le cours aborde également les stades de développement des enfants, des notions de base en secourisme, et t'aide à te préparer à offrir tes services de façon professionnelle et sécuritaire.

-  Lundi 2 février 2026 (pédagogique)
-  8 h à 16 h 30
-  11 à 15 ans ou 6^e année complétée
-  80 \$
-  Salle du conseil
(284, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet, au 2^e étage)
-  À fournir par l'enfant :
 - Papier pour prendre des notes
 - Crayon de plomb et gomme à effacer
 - Crayon à colorier (optionnel)
 - Repas froid et collations
 - Une poupée ou un toutou
-  Inscription au www.lislet.com du 10 décembre 2025 au 19 janvier 2026



ATELIER D'ÉCHECS N

Atelier d'échecs offert en 2 parties: théorie et pratique.
Professeure: Lise Fournier, formée par la Fédération québécoise des échecs.

-  Du lundi 19 janvier au lundi 20 avril 2026
-  13 h 30 à 15 h 30
-  120 \$
-  Salle des Habitants (50, chemin des Pionniers Est)
-  Inscription au www.lislet.com du 10 décembre 2025 au 17 décembre 2025










PRÊTS À RESTER SEULS N

Cette formation d'une journée s'adresse aux enfants âgés de 9 à 13 ans qui commencent à passer du temps seuls à la maison, ou qui se préparent à le faire sous peu. À travers des ateliers interactifs, des mises en situation concrètes et un cahier d'activités stimulant, les jeunes acquièrent les connaissances, les réflexes de sécurité et la confiance nécessaires pour gérer différentes situations du quotidien en toute autonomie.

Ils apprendront à reconnaître les dangers potentiels dans leur environnement, à réagir adéquatement en cas d'urgence, à structurer leur routine et à faire des choix éclairés lorsqu'ils sont seuls. Le tout, dans une ambiance dynamique et rassurante, où ils sont valorisés dans leur capacité à prendre soin d'eux-mêmes et de leur milieu de vie.

Le cours inclut également une initiation aux techniques de premiers soins, adaptées à leur âge.

-  Lundi 9 mars 2026 (pédagogique)
-  8 h à 14 h 30
-  9 à 13 ans ou 3^e année complétée
-  80 \$
-  Salle du conseil
(284 boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet, au 2^e étage)
-  À fournir par l'enfant :
 - Papier pour prendre des notes
 - Crayon de plomb et gomme à effacer
 - Crayon à colorier (optionnel)
 - Repas froid et collations
-  Inscription au www.lislet.com du 10 décembre 2025 au 19 janvier 2026

DESSIN - PEINTURE N

6 cours d'une durée de 1 h 30. Cours d'introduction au dessin d'observation et à la peinture acrylique. Exploration des techniques de base, mélange des couleurs, perspective et composition, ombre et lumière, jeux de textures et expression libre.

Professeure : Camille-Zoé Castonguay

-  Du mardi 10 mars au mardi 14 avril 2026
-  13 h à 14 h 30
-  160 \$
-  Salle du Conseil (284, boulevard Nilus-Leclerc)
-  Inscription au www.lislet.com du 10 décembre 2025 au 19 février 2026



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

📅 Les lundis du 12 janvier au 13 avril 2026

🕒 18 h 30 à 19 h 30

💰 125 \$

🏠 École secondaire Bon-Pasteur
(166, chemin des Pionniers Ouest)

✍ Inscription : www.lislet.com
du 10 au 17 décembre 2025

Pas de cours le lundi 2 mars 2026, en raison de la semaine de relâche scolaire et le 6 avril 2026 en raison du lundi de Pâques.



ZUMBA

Programme d'entraînement physique combinant des éléments d'aérobie et différents styles de danse. Professeur : Xavier Bernier

📅 Les mercredis du 14 janvier au 8 avril 2026

🕒 18 h 30 à 19 h 30

💰 125 \$

🏠 École secondaire Bon-Pasteur
(166, chemin des Pionniers Ouest)

✍ Inscription : www.lislet.com
10 au 17 décembre 2025

Pas de cours le mercredi 4 mars 2026, en raison de la semaine de relâche scolaire.



BOXE RÉCRÉATIVE

Profitez des bienfaits de la boxe récréative aussi bénéfique pour le corps que pour l'esprit : mise en forme, discipline, rigueur et concentration ne sont que quelques-uns des acquis possibles grâce à ce sport. Chacun y va à son rythme, selon son état de santé et sa capacité physique en intégrant peu à peu les notions de base de la boxe, tout en s'amusant.

Dans ce cours, vous apprendrez comment vous déplacer, frapper, bloquer les coups et les esquiver. Soyez sans crainte, ça ne vous engage pas à faire de combats. Professeure : Mélissa Pelletier

📅 Les mardis du 13 janvier au 7 avril 2026

🕒 18 h 30 à 19 h 30

💰 35 \$

🏠 École secondaire Bon-Pasteur
(166, chemin des Pionniers Ouest)

✍ Inscription : www.lislet.com
du 10 au 17 décembre 2025

🎒 Bandage (tapping) de boxe, 120 pouces de long minimum

Pas de cours le mardi 3 mars 2026, en raison de la semaine de relâche scolaire.



CLUB DE COURSE

Tu as envie de bouger? Voici l'occasion parfaite pour rejoindre le club de course à pied de L'Islet. Animé par des coureuses passionnées, viens découvrir la course ou encore partager tes connaissances. Le club est ouvert à tous les niveaux. Bouger et socialiser feront-ils partie de ton hiver cette année?

📅 Les dimanches du 11 janvier au 26 avril 2026

🕒 9 h à 10 h

💰 80 \$

🏠 Stationnement de l'école secondaire Bon-Pasteur
(166, chemin des Pionniers Ouest)

✍ Inscription : www.lislet.com
du 10 au 17 décembre 2025



BOUGEZ ZEN!

Mouvements rythmés, alignement corporel, étirement, exercices énergétiques, automassage. Avec le vocabulaire de ces approches, elle vous guidera dans le mouvement. Nul besoin d'être en forme. Le désir de bouger est l'essentiel. Professeure : Linda Litalien



Les jeudis du 15 janvier au 26 mars 2026



10 h à 11 h



115 \$



Salle Chanoine-Martel (7, rue Chanoine-Martel)



Inscription : www.lislet.com
10 au 17 décembre 2025

Pas de cours le jeudi 5 mars 2026, en raison de la semaine de relâche scolaire.



HATHA YOGA

Recherche du mieux-être individuel : posture, respiration et méditation. Professeure : Jacinthe Pelletier Couillard



Les mardis du 13 janvier au 28 avril 2026



13 h 30 à 14 h 45 ou 17 h à 18 h 15 ou 18 h 45 à 20 h



150 \$



Salle Chanoine-Martel (7, rue Chanoine-Martel)



Inscription : www.lislet.com
10 au 17 décembre 2025

Pas de cours le mardi 3 mars 2026, en raison de la semaine de relâche scolaire.



SALLE D'ENTRAÎNEMENT



Du lundi au mercredi, du 12 janvier au 4 mai 2026



18 h 30 à 22 h



École secondaire Bon-Pasteur
(166, chemin des Pionniers Ouest)



5 \$ / fois. Gratuit pour les étudiants de l'École
secondaire Bon-Pasteur (sous présentation de la
carte d'étudiante)

LOCATION DE PLATEAUX SPORTIFS (Gymnase de L'Islet)

École secondaire Bon-Pasteur (166, chemin des Pionniers Ouest)

Badminton



Du lundi au mercredi
Du 12 janvier au 4 mai 2026 inclusivement



18 h à 22 h



Un soir (1 h) :	16.25 \$
Un soir (1 h 30) :	25.50 \$
14 semaines (1 h) :	188 \$
14 semaines (1 h 30) :	284 \$



Réservation au 418 241-8591 ou au 418 247-3060
poste 228

**Le gymnase sera fermé durant la semaine de relâche scolaire
du 2 au 6 mars 2026 inclusivement ainsi que le lundi 6 avril
2026 en raison du lundi de Pâques.**



Pickleball



Les mardis du 13 janvier au 28 avril 2026



20 h à 22 h



Un soir (1 h) :	16.25 \$
Un soir (1 h 30) :	25.50 \$
14 semaines (1 h) :	188 \$
14 semaines (1 h 30) :	284 \$



Réservation au 418 241-8591 ou au 418 247-3060
poste 228

Escalade



Les mardis du 13 janvier au 28 avril 2026



20 h à 21 h 30



**Gens qui désirent être accrédités et recevoir
la formation**

Vous devez suivre la formation d'une durée de
3 heures, sur deux jours. La formation vous donne,
par la suite, accès au mur d'escalade sans frais
pour le reste de la session (jusqu'au 28 avril 2026).

Formation sur demande 175 \$

AIRES DE GLACE EXTÉRIEURES

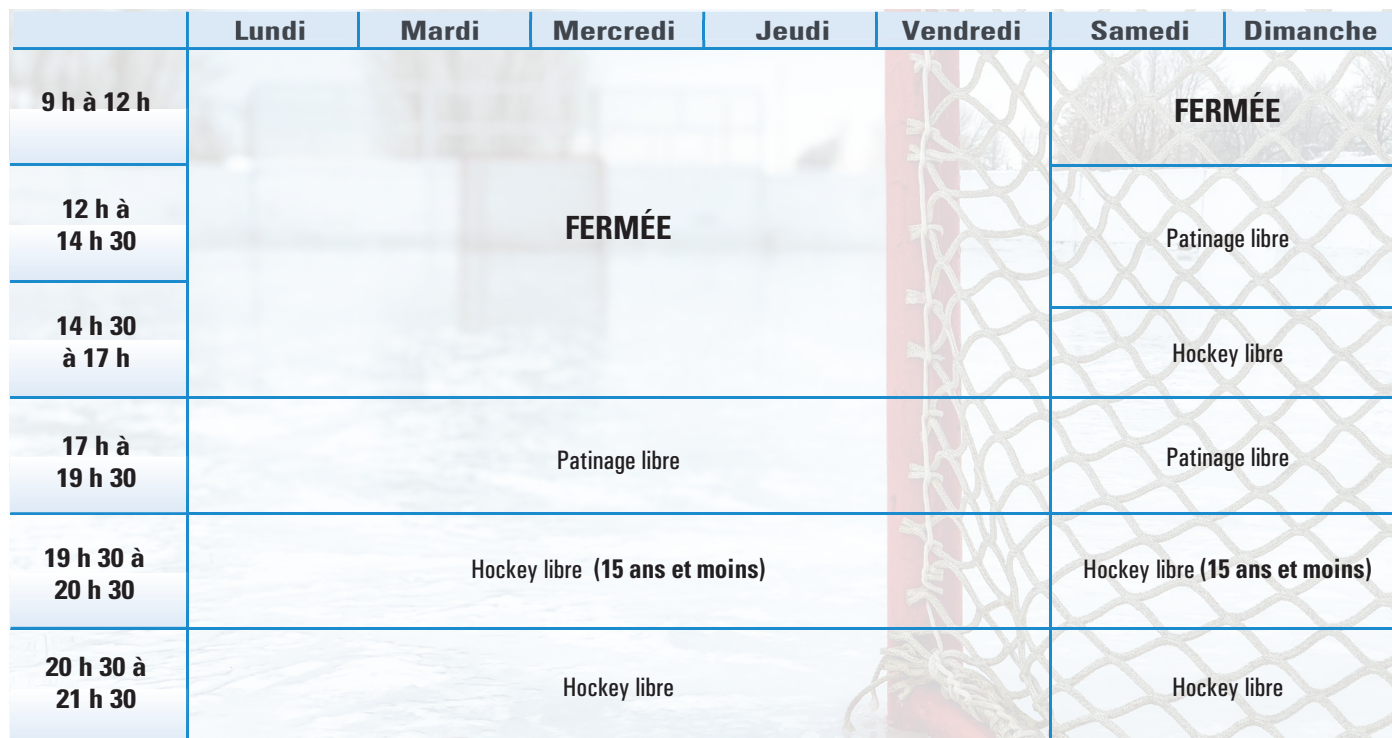
PATINOIRE DU CENTRE RÉCRÉATIF BERTRAND-BERNIER



Centre récréatif Bertrand-Bernier (7, rue Chanoine-Martel)



Mi-décembre (selon la température) / Mi-mars (selon la température)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9 h à 12 h	 FERMÉE					FERMÉE	
12 h à 14 h 30						Patinage libre	
14 h 30 à 17 h						Hockey libre	
17 h à 19 h 30	Patinage libre					Patinage libre	
19 h 30 à 20 h 30	Hockey libre (15 ans et moins)					Hockey libre (15 ans et moins)	
20 h 30 à 21 h 30	Hockey libre					Hockey libre	

Horaire période des Fêtes

PÉRIODES DES FÊTES

Du 22 décembre 2025 au 5 janvier 2026 inclusivement

DATES	HEURES D'OUVERTURE	
	JOURNÉE	SOIRÉE
24 décembre 2025	12 h à 16 h	Fermé
25 décembre 2025	Fermé	
31 décembre 2025	12 h à 16 h	Fermé
1 ^{er} janvier 2026	Fermé	

SEMAINE DE RELÂCHE

2 au 9 mars 2026 inclusivement : de 12 h à 21 h 30 (conditionnel à la température)

JOURNÉES PÉDAGOGIQUES

Lundi 2 février 2026, vendredi 20 février 2026 : 12 h à 21 h 30

ANNEAU DE GLACE - Parc les Cabrioles



282, boulevard Nilus-Leclerc



Tous les jours de 10 h à 22 h*



* Verrouillage du bloc sanitaire à 22 h



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
Livres numériques			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), *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 mercredi 24 décembre 2025 au mercredi 7 janvier 2026. Réouverture le jeudi 8 janvier 2026 à 18 h 30.



Nouveauté dès le mardi 13 janvier 2026. Ouverture de la bibliothèque de 14 h à 15 h (à l'essai).

Nouvel horaire :

Dimanche 9 h 30 à 11 h
Mardi 14 h à 15 h
18 h 30 à 20 h
Jeudi 18 h 30 à 20 h



50, chemin des Pionniers Est



418 247-7576 | hors heures d'ouverture : 418 247-5769
www.reseaubibliodubec.qc.ca/l'islet-sur-mer
@ : biblio.jeanpaulbourque@lislet.com



Facebook : Biblio Jean-Paul-Bourque

Visite des résidences d'ânés



Les mardis en après-midi
- 16 décembre 2025
- 13 janvier 2026
- 10 février 2026
- 10 mars 2026
- 14 avril 2026



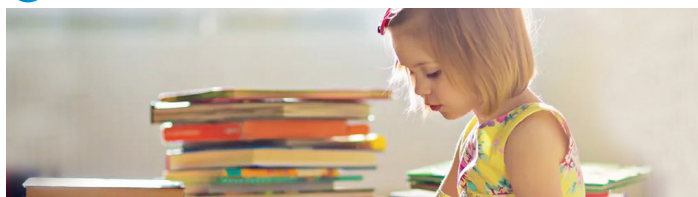
Gratuit

Adoptez un âné

Vous avez le goût de lire, mais avez des problèmes de transport? Contactez-nous et nous vous apporterons des livres!



Gratuit



BIBLIOTHÈQUE LAMARTINE

Prêt de livres pour tous âges, de DVD pour enfants, de casse-têtes pour enfants et adultes ainsi que de coffres à contes, Kamishibai et autre matériel d'animation pour les éducatrices et éducateurs à l'enfance. LEGO (utilisation sur place). Casque de réalité virtuelle (10 ans et plus, réservation 24 heures à l'avance par courriel ou sur Facebook), utilisation sur place.

Nouveauté : prêt de jeux de société pour familles, enfants et ados.



Fermeture du 21 décembre 2025 au 3 janvier 2026 inclusivement



Mardi : 18 h 30 à 20 h - Mercredi : 18 h 30 à 20 h
Dimanche : 10 h à 11 h 30



79, rue Monseigneur-Bernier



418 247-5052
www.reseaubibliocnca.qc.ca/client/saint-eugene
@ : biblio.lamartine@lislet.com
Suivez-nous sur Facebook et Instagram  

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.



Enfants de tous les âges



Les dimanches 7 décembre 2025, 11 janvier, 22 février, 15 mars, 26 avril et 3 mai 2026. Consultez le Hublot, Facebook ou Instagram de la bibliothèque pour connaître le titre du conte et la thématique de l'activité.



16 h



Gratuit

Bibliothèque de semences

Service communautaire de partage de semences. Empruntez un sachet de semences et rapportez-en deux. Vous contribuerez à la pérennité de la grainothèque et bonifierez la diversité de graines offertes dans la collection.



En continu



Gratuit



Pour informations et formation, contactez Serge Quenneville au 438 356-2699

BIBLIOTHÈQUE LÉON-LABERGE



Tous les mercredis. Fermée du 18 décembre 2025 au 13 janvier 2026



13 h à 14 h 30 et 18 h à 19 h 30



284, boulevard Nilus-Leclerc



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

Tricot-jasette

Tu aimes tricoter, crocheter et jaser en bonne compagnie? Joins-toi à nous!



Pour tous les âges



Les derniers lundis du mois



19 h à 21 h



Gratuit



284, boulevard Nilus-Leclerc



Apportez votre matériel!



Madeleine Gagnon 418 247-5368


CHEVALIERS DE COLOMB – CONSEIL 3454 L'ISLET



BRUNCH FAMILIAL

Déjeuner familial pour socialiser et fraterniser entre les membres de la communauté de L'Islet et des environs.

 Dimanche 7 décembre 2025 (Spécial père Noël)
Dimanche 25 janvier 2026 - Dimanche 22 février 2026
Dimanche 29 mars 2026 - Dimanche 26 avril 2026

 8 h à midi

 Adulte : 15 \$ / Enfant de 6 à 12 ans : 10 \$
Enfant et moins de 5 ans : Gratuit

 247, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet


 Responsables : Michel St-Pierre : 418 955-3321
Roland Fortin 418 247-3092



VISITES DE RÉSIDENCES POUR ÂÎNÉS

Visite et chants pour les personnes âgées en RPA afin de leur apporter un peu de bonheur avant les Fêtes.

 12 décembre en soirée. 13 décembre en après-midi.

 Pour vous joindre à l'activité, contactez
Gilbert Lemieux au 418 247-3087 ou
Michel St-Pierre au 418 955-3321



VENTE DES BILLETS DES ŒUVRES CHARITABLES DU QUÉBEC

Vente de billets des Chevaliers pour les œuvres charitables du Québec.
60 % des ventes reviendront directement dans la communauté.

 1^{er} décembre 2025 au 7 mars 2026

 10 \$ pour le livret (6 \$ remis à la société de la région)
Demi-livret 3 billets pour 5 \$

 18 ans et +

 Information : Gilbert Lemieux 418 247-3087

CONCOURS DE DESSINS

Concours de dessin sur deux thèmes.

Thème 1 : Substances toxiques – Alcool – Drogue

Thème 2 : Milieu scolaire – Intimidation – Décrochage scolaire

But : Inciter les jeunes à réfléchir sur ces thèmes. Des prix de 15 \$ à 100 \$ peuvent être gagnés par les participants.

 Dépôt dès maintenant et fin au plus tard lors de la 2^e semaine de janvier 2026.

 Enfants de 9 à 14 ans

 Information : Gilbert Lemieux 418 247-3087



INVITATION AUX NOUVEAUX PARENTS

Invitation à tous les nouveaux parents dont le bébé est né entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre 2025, à communiquer avec nous pour recevoir une invitation gratuite pour un brunch familial (gratuit pour toute la famille).

 Information / inscription : Gilbert Lemieux 418 247-3087





CLUB DE MOTONEIGES L'ISLET

Plusieurs activités à venir.

Suivez notre page Facebook : Club de motoneiges L'Islet

FABRIQUE

NOTRE DAME DE BONSECOURS

TIRAGE DE LA LOTERIE

 Premier dimanche de mars à décembre ainsi qu'à la fête des Mères et des Pères

 Après la célébration de 9 h

 Pour nous joindre : 418 247-5103
ou feuillelet.notre-dame@hotmail.com

 Suivez-nous sur Facebook :
Fabrique Notre-Dame de Bonsecours, L'Islet

HORAIRE DES CÉLÉBRATIONS

 Mardi et dimanche

 9 h

 Église Notre-Dame de Bonsecours
(45, chemin des Pionniers Est, L'Islet)



Maison des Jeunes
de L'Islet-Nord

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 : <https://www.mdj-lislet-nord.com/> ou sur Facebook : <https://www.facebook.com/mdjst-jeanportjoli>.

La MDJ 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.

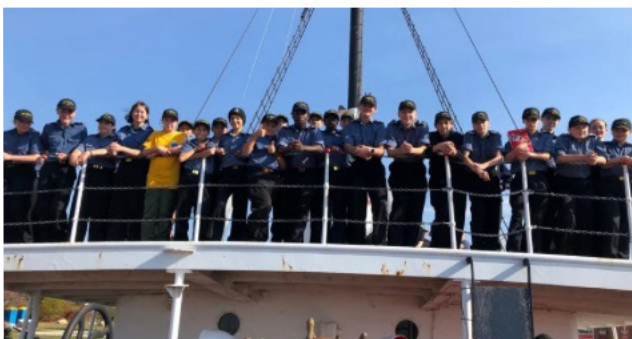
C'est un local animé et équipé spécialement pour les jeunes de 12 à 17 ans.





OSEZ

PRENDRE
PART



À
L'AVENTURE

Cadets de la Marine J.E. Bernier de L'Islet

Programme entièrement gratuit

Pour plus d'informations, contactez Ltv Vincent Desrosiers commandant ou
Sylvie Cloutier présidente de la Ligue.

Vincent.Desrosiers@cadets.gc.ca ou 418 241 8959

sylviecloutier8@hotmail.com ou 418 234-2430

Café CULTUREL L'ILETTE



50, chemin des Pionniers Est, L'Islet



JOURS FIXES : jeudi de 8h à variable et dimanche de 10h à 16h

JOURS VARIABLES : selon les événements.



Surveillez la page Facebook Arts et Culture L'Islet pour la programmation des spectacles et événements.



Argent comptant seulement
Contribution volontaire



Accès à la mobilité réduite.



ARTS
& Culture L'Islet

418 247-3331



Club Sportif **APPALACHES** **SKI DE FOND & RAQUETTE**

Taxes incluses dans les prix.

BILLETS

Accès en tout temps à la salle de fartage avec billet de saison (carte magnétique).

Chariot pour bébés gratuit avec billet de saison (sur réservation).

	Saison	Journée
6-16 ans	48 \$	6 \$
Adulte	126 \$	16 \$
Famille	264 \$	36 \$
Raquette	48 / 108 \$ Individu / Famille	6 / 18 \$ Individu / Famille

LOCATION ÉQUIPEMENTS

Équip. récents | Remisés au Club à chaque jour.

	Saison	Journée
Individu	60 \$	14 \$
Famille	-	42 \$



ADRESSE & HORAIRE

121, ch. des Appalaches Est, L'Islet
418 247-3271 | info@clubsportifappalaches.com
clubsportifappalaches.com

Lundi - Vendredi: 9h30-16h
Fin de semaine: 8h-17h

Boucle d'entraînement éclairée de 16h à 23h.

51 km en style classique

6 km réservés au pas de patin

22 km pour la raquette

800 m. éclairés pour le ski de soirée

Pistes entretenues régulièrement et conditions mises à jour sur notre site web chaque jour.

ÉCOLE DE SKI



GROUPES RÉCRÉATIFS 5-16 ANS

8-10 séances, dès le 10 janvier. Accès sentiers + équip. pour la saison.

Jeannot Lapin | 5 à 6 ans | Samedi 10h30 à 11h30 | 115\$

Je sais tenir sur mes skis, tomber, me relever et me promener sans bâtons. J'apprends à monter en canard et à me laisser glisser sur les pentes douces.

Garolou | 7-8 ans | Samedi 10h30 à 12h00 | 115\$

Je skie avec des bâtons et je maîtrise le chasse neige. Je monte et descends des pentes plus raides. J'apprends à skier sécuritairement et à m'orienter.

Jack Rabbit | 9-10 ans | Samedi 10h15 à 11h45 | 115\$

Je maîtrise les techniques du ski classique et je fais de plus longues randonnées. Je découvre le ski de patin et m'initie au fartage. Je peux participer à quelques compétitions.

Viking | 11-16 ans | Sam. 8h30 à 10h00, Mer. 18h à 19h30 | 175\$

Je m'entraîne avec le groupe développement les samedis et, si je le souhaite, les mercredis soirs. Je participe aux compétitions qui m'intéressent et à quelques sorties de ski à l'extérieur de la ville.

GROUPE DÉVELOPPEMENT 11+ ANS

20 séances, dès le 7 janvier. Accès sentiers + équip. pour la saison.

Samedi 8h30 à 10h00 et mercredi 18h à 19h30 | 175\$

Participation aux compétitions (\$).

5h de bénévolat demandées aux parents.

COURS TECHNIQUES POUR ADULTES

3 séances de 1h30 en petits groupes, équipement inclus. (95 \$)

	Mardis 13 & 27 janv., 10 fév. (reprise 17 fév.)	Samedis 10 & 24 janv., 7 fév. (reprise 21 fév.)
Pas classique débutant	12h30	9h
Pas classique intermédiaire	14h15	10h45
Pas classique avancé	-	13h
Pas de patin (tous niveaux)	-	14h45

RANDONNÉES POUR 55+ ANS (Entraîneuse: Mélissa Fournier)

8 séances de ski de fond en forêt, équipement inclus. (165\$)

Tous les vendredis à 9h, dès le 9 janvier 2026.

Durée variable: 1h30 à 2h selon les semaines.

Exercices musculaires, techniques de ski, randonnées à ski en forêt.



4 À 7 APRÈS-SKI

Les samedis de janvier et février, on garde le bistro-lounge ouvert jusqu'à 19 h! Complétez une belle journée de plein air devant un bon feu, avec des amis et une bière froide. Nouveauté cette année : On ajoute des thématiques! Le premier 4 à 7 du 10 janvier, sera sous le thème bières et saucisses. Thématiques à venir : récits de voyage, jeux de société et plus encore.

 Les samedis du 10 janvier au 28 février 2026 (si la température le permet), de 16 h à 19 h.

 Gratuit (consommation en vente)

 121, chemin des Appalaches Est



SORTIE AU CLAIR DE LUNE

Venez skier ou faire de la raquette dans le secteur familial du club à la Petite Maison (nouvelle piste de raquette) à la lueur de la pleine lune. Musique, gâteries et surprises au programme. Une belle activité pour tous!

 Vendredi 6 février 2026 en soirée

 Accès et location d'équipement à 50 % (7 \$)

 121, chemin des Appalaches Est

 Détails sur la page Facebook du Club

Inscription à l'avance requise pour groupes de 10 personnes et +



ESSAI DE BIATHLON

En partenariat avec le Corps de cadets de la Marine royale canadienne J.E Bernier de L'Islet, venez essayer le biathlon au Club! Le biathlon est une discipline sportive qui jumelle le ski de fond à du tir à la carabine laser, complètement sécuritaire pour tous. Une occasion unique d'essayer un nouveau sport, encadré par les membres du corps de cadets!

 Dimanche 11 janvier 2026

 121, chemin des Appalaches Est

 Heure et coûts à venir sur notre page Facebook et sur notre site Internet

 Équipements de ski, location disponible sur place (\$)

LOPPET DES APPALACHES N

Skiez 50 km en une journée, soit toutes les pistes du Club – un aller-retour de l'Auberge des Glacis au bout du lac Trois-Saumons. L'activité se fait en autonomie, à votre rythme – des ravitaillements en eau et en barres tendres ponctuels seront offerts.

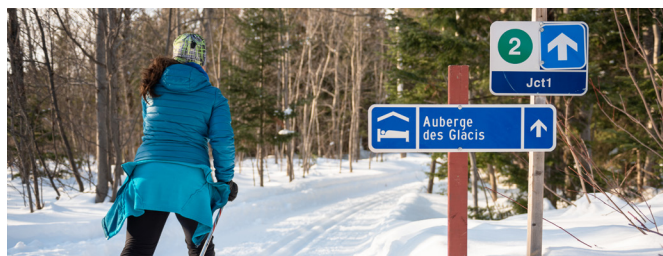
 Dimanche 1^{er} février 2026

 121, chemin des Appalaches Est

 30 \$ (inclut l'accès aux pistes, la sécurité et les ravitaillements ponctuels)

 Consultez notre site Internet pour l'inscription

 Équipements de ski, location disponible sur place (\$)



FÊTE DU SKI

On termine les cours de ski en grand avec la traditionnelle fête du ski! Un moment festif rempli d'activités ludiques et de belles surprises.

 Samedi 14 mars 2026, dans la matinée (durant les plages horaires de cours habituels)

 121, chemin des Appalaches Est

 Ouvert aux jeunes des cours de ski et leur famille

 Équipements de ski, location disponible sur place (\$)



SKI DE PRINTEMPS AU LAC N

Terminez la saison en beauté en venant skier avec nous au Lac Trois-Saumons, à la fin mars. Une belle sortie en plein air pour profiter des derniers flocons!

 À confirmer selon les conditions météorologiques

 121, chemin des Appalaches Est

 Accès et location d'équipements au prix régulier

 Suivez notre page Facebook ou site Internet pour la date et les détails





Fierté locale!

Pratte Paysage primé par l'AAPC pour le parc fluvial du Musée maritime du Québec



Le Musée remercie ses visiteurs et visiteuses, son équipe et ses bénévoles pour une année mémorable et vous souhaite de très *joyeuses fêtes!*

Ouvert toute l'année pour les groupes sur réservation.
Planifiez dès maintenant votre sortie scolaire.

Réouverture en mars 2026

Jusqu'au 31 mai, découvrez gratuitement le Musée et ses expositions grâce à la carte MUSÉO, disponible dans votre bibliothèque municipale.



L'Écho-Loisirs L'Islet est un périodique publié trois fois par année (automne, hiver, été) par le Service des loisirs de L'Islet.

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 à but non lucratif du milieu. Pour transmettre votre information promotionnelle, contactez le Service des loisirs aux coordonnées mentionnées ci-dessous.



INFORMATION

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

Laurie Bélanger-Paré - Coordonnatrice 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



MUNICIPALITÉ
de

