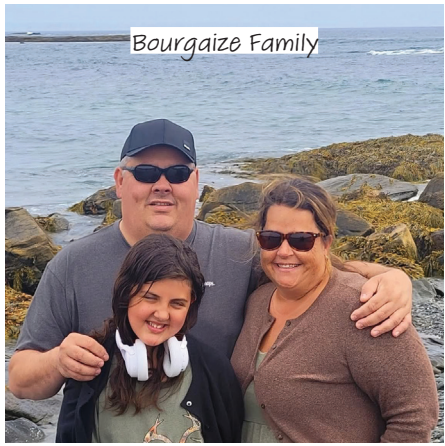




Bourgaize Family



Famille Synnott



Famille Cloutier-Beaudin



Eden Family



Famille Aubut Cotton



Famille Cloutier



Famille Comeau et Ste-Croix



Famille Adams



Famille Cassivi Gaudreau



Famille Cloutier



Famille Denis



Famille Cassivi Valence



Toutes les
feuilles sont
détachables!



Outil de référence pour les familles
Reference guide for families





Famille Deraps et Smith



Famille Kenney-Boudreau



Famille Mathurin-Roy-Richard



Famille Fortin



Famille Goyette-Pariseau-Siphengphanh-Lauzon



Famille Legresley



Famille McCallum



Famille Fournier



Famille Lévesque Côté



Famille McCallum

Notre planificateur familial a 10 ans!

10^e édition

Quelle belle longévité pour cet outil si précieux, qui démontre année après année son utilité en simplifiant la vie des familles de la MRC de La Côte-de-Gaspé avec une foule d'informations pratiques.

Derrière ce projet se mobilise une équipe dévouée, et c'est toujours avec enthousiasme que le conseil de la MRC soutient cette formidable initiative annuelle.

Un immense merci aux familles d'ici! Votre participation est au cœur de ce succès. Vos superbes photos, qui capturent si bien l'essence de notre région, rendent ce planificateur unique et à notre image.



Daniel Côté

Préfet de la MRC de La Côte-de-Gaspé

Our Family Planner is 10 Years Old!

What a great milestone for such a valuable tool, which year after year proves its usefulness by making life easier for families in the Côte-de-Gaspé MRC with a wealth of practical information.

Behind this project is a dedicated team, and the MRC Council is always enthusiastic in supporting this fantastic annual initiative.

A heartfelt thank you to local families! Your participation is at the heart of this success. Your beautiful photos, which so perfectly capture the essence of our region, make this planner truly unique and a reflection of who we are.



Daniel Côté

Prefect of the Côte-de-Gaspé MRC

Depuis 2016, plus de 19 500 copies ont été remises aux familles

Cet outil, apprécié des familles, est remis aux parents ayant des enfants entre 0-12 ans sur tout le territoire de la MRC de La Côte-de-Gaspé. Vous pourrez y retrouver plusieurs informations qui permettront d'enrichir votre quotidien avec vos familles.

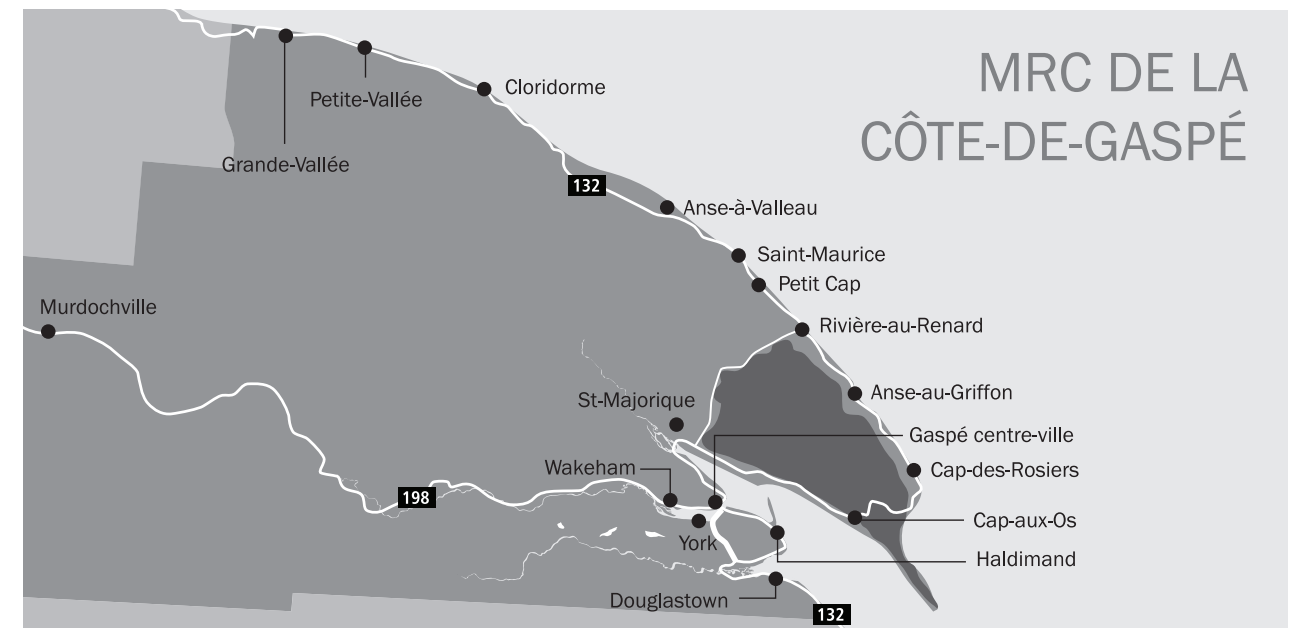
Plusieurs partenaires travaillent à l'élaboration de cet outil en faisant parti du comité de suivi :

- Mélanie Roussy, animatrice en loisirs et culture, Ville de Gaspé
- Geneviève Gagné, conseillère pédagogique, CSSCC
- Marie-Andrée Nadeau, coordonnatrice, Maison de la famille Parenfant de Gaspé
- Marie-Ève Murray, gestionnaire intérimaire des relations externes, Unité de gestion de la Gaspésie, Parcs Canada
- François-Pierre Ménard, directeur intérimaire, Maison des jeunes de Rivière-au-Renard
- Jessica Synnott, executive director, Vision Gaspé Percé Now
- Amie Chicoine, Resource manager, Vision Gaspé Percé Now
- RÉALISATION DU GRAPHISME : Marilou Levasseur, designer graphique
- IMPRESSION : Concept K
- COORDINATION : Julie Pariseau, coordonnatrice au développement social, MRC de La Côte-de-Gaspé

Ce projet a été initié par le comité « Bien partir dans la vie, persévérer et s'épanouir » où nous travaillons plus spécifiquement le développement global 0-5 ans, la persévérance scolaire et le développement des habiletés parentales. Ce comité fait partie de la Démarche intégrée en développement social de la MRC de La Côte-de-Gaspé qui rassemble les acteurs et actrices souhaitant travailler ensemble à l'amélioration de la qualité de vie de notre population.

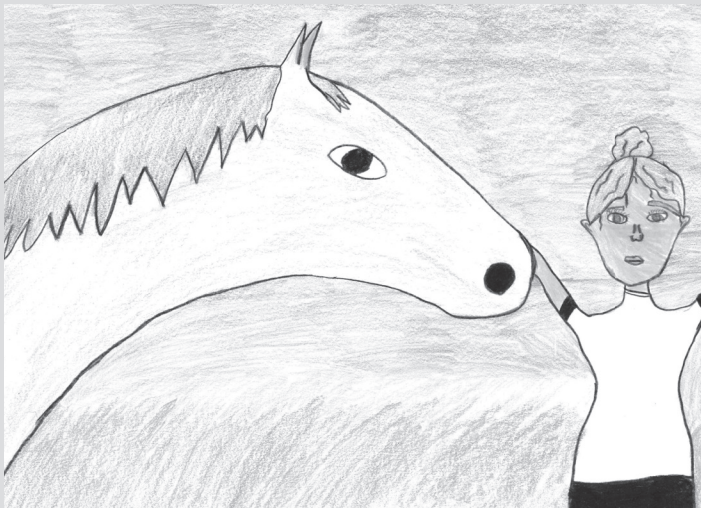
Merci à tous nos précieux partenaires financiers, grâce à vous, nous pouvons remettre le planificateur gratuitement aux familles de notre territoire !

Merci à tous les élèves de 5^e et 6^e année de l'école des Prospecteurs de Murdochville, vos dessins, sous le thème « Ton plus beau souvenir » sont magnifiques!



Septembre September 2025

Feuilles
détachables



Marylou Ross, 5^e année
Quel est ton plus beau souvenir?
Faire de l'équitation.

Le frigo communautaire des familles!

À la Maison de la famille Parenfant de Gaspé,
un frigo bien rempli vous attend!

Des aliments frais et congelés, récupérés grâce à l'Accueil
Blanche-Goulet, sont là pour donner un petit coup de pouce
aux familles qui en ont besoin.

Le frigo est accessible du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h,
de septembre à juin inclusivement.

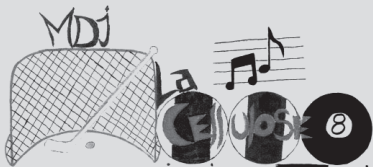
Avant de passer, un petit appel (418 368-6028 poste 0)
pour vérifier s'il n'y a pas une activité en cours.

Merci d'apporter vos sacs!

Maison des jeunes La Cellulose de Murdochville

La Maison des jeunes La Cellulose de Murdochville
est un lieu de divertissement, d'apprentissage et
de découverte que profite cette belle jeunesse
nichée entre mer et montagnes. Notre équipe offre
un lieu de soutien, de partage et d'écoute à la
jeunesse. Nous proposons à chaque semaine
des activités thématiques, des soupers collectifs
et des nuits blanches!!

N'oubliez pas d'adhérer
à notre groupe Facebook
MDJ Cellulose pour
suivre nos activités ou
au 418 784-2703.



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
	1	2	3	4	5	6
	FÊTE DU TRAVAIL CONGÉ				Rassemblement loisir régional Estran 2025 (5 au 7 septembre)	
7	8	9	10	11	12	13
Pleine lune Fête des grands-parents	Journée internationale de l'alphabétisation					

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
14	15	16	17	18	19	20
21	22  Premier jour d'automne	23	24	25	26 Journées de la culture (26 au 28 septembre)	27
28	29	30 Journée nationale de la vérité et de la réconciliation	Vision Gaspé Percé Now Vision Gaspé-Percé Now works on behalf of the Anglophone community from Gaspé to Corner of the Beach! We offer programming and activities for people of all ages! For children and their families, we offer Wiggle, Rhyme and Storytime, Fierce and Proud club for 8–12-year-olds, English prenatal sessions and more! Vision also supports our two elementary schools and the local high school in offering various programming. Vision is always ready to offer the community opportunities to explore new ideas and projects. 		Gaspésie Literacy Council The Gaspésie Literacy Council works to raise awareness of literacy, how it affects us everyday, and how to build habits that lead to lifelong learning. We work closely with partners across the Gaspé Coast, the Magdalen Islands, the North Shore, and the province to provide one-on-one tutoring, workshops for adults and highschool students, and to spread the word about literacy, building libraries and connections to the benefit of the English-speaking communities we serve. 28 rue St-Patrick (Douglastown) 418 368-5611 info@gaspelit.ca www.gaspelit.ca  G A S P É S I E LITERACY COUNCIL And then there was light	

Centre d’action bénévole Les Hauts-Bois

Le Centre d’action bénévole Les Hauts-Bois de Murdochville offre des services variés accessibles à toute la population. Pour les familles nous offrons le dépannage alimentaire et vestimentaire, le service de distribution de récupération alimentaire et des cuisines collectives.

Pour de plus amples informations,
contacter Julie au
418 784-2476, poste 2.

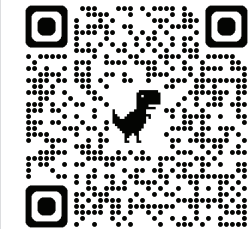


Vous êtes un nouvel arrivant
sur le territoire de la
MRC de La Côte-de-Gaspé?

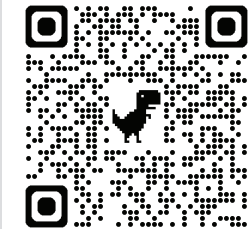
Voici 2 liens qui pourraient vous intéresser

New to the
Côte-de-Gaspé MRC?

Here are 2 links
that might interest you



Guide d'accueil des nouveaux
arrivants de La Côte-de-Gaspé



Site pour les parents
immigrants du CSSCC

Octobre October 2025

Feuilles
détachables



Alyssa Hogan, 5^e année
Quel est ton plus beau souvenir?
Mon voyage à Paris.

Service de soutien

Ma grossesse

Un accès rapide, gratuit et confidentiel aux services offerts aux femmes enceintes.

Inscrivez-vous!

Pour trouver un professionnel,
recevoir des coupons d'aliment,
obtenir de l'information et du support.

Fast, free and confidential
access to services for
pregnant women.

Sign up now!

The registration form
is available in 11 languages.



Pour fêter ses 10 ans,
votre planificateur cache
un concours mensuel
(d'octobre à juillet)!

Ouvrez l'œil, restez curieux....
et ne manquez pas ces
belles surprises à découvrir
au fil des pages!



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
 Marrainons-Lait Côte-de-Gaspé NOTRE MISSION : VOUS AIDEZ À BIEN VIVRE VOTRE ALLAITEMENT ! Maintenant sous la direction de la Maison de la famille, un service de jumelage avec une marraine d'allaitement formée et expérimentée est disponible pour vous offrir soutien, encouragement et réponse à vos questions tout au long de votre expérience d'allaitement. Composez le 418 368-6028 poste 4 / projet@parenfant.com Groupe Facebook : Marrainons Lait CôtédeGaspé			1   Concours mensuel	2 Journée internationale de la non-violence	3	4
5	6	7 Pleine lune	8 Journée internationale du Lionisme	9	10 Journée pédagogique Centre de services scolaire des Chic-chocs (CSSCC) et la Eastern Shores school board (ESSB) Journée mondiale de la santé mentale	11

Octobre October 2025

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
12	13 ACTION DE GRÂCE CONGÉ Semaine des Maisons des jeunes (13 au 19 octobre)	14	15	16 Journée mondiale de l'alimentation	17 Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté	18 Semaine des bibliothèques publiques (18 au 25 octobre)
19	20	21 Nouvelle lune	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31 Halloween	

Envie de tout savoir en un clin d’œil?

Voici ce que vous pouvez découvrir sur vos municipalités

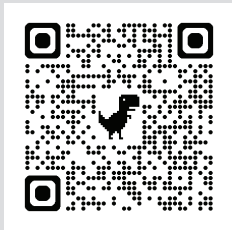
- Une boîte à outils pour les familles : toutes les ressources et services à votre portée
- Une carte aux trésors des activités : les meilleurs attraits à explorer en famille
- Un calendrier futé: pour ne rien rater des journées de collecte (recyclage, déchets, compost (ville de Gaspé seulement))
- Un guide express des écocentres : leurs horaires en un coup d’œil

Want everything at your fingertips?

Here’s what you can access in your municipalities

- A family toolbox: all the resources and services available to you
- A treasure map of activities: the best family-friendly attractions to explore
- A small calendar: never miss a collection day (recycling, garbage, compost (city of Gaspé only))
- A quick guide to ecocentres: hours and locations at a glance

Consulter le lien suivant
Consult the following link



Novembre November 2025

Feuilles
détachables



Jacob Ratté,
5^e année

Quel est ton
plus beau
souvenir?

Mes vacances
à Québec, à
Valcartier.

Et si on bénévolait en famille?

Donner de son temps, c'est bien... mais le faire ensemble, c'est encore mieux !

Le bénévolat en famille, c'est une belle façon de se rapprocher, de partager de belles valeurs avec les enfants et de faire une différence dans la communauté.



En s'impliquant tous ensemble, on développe :

- L'empathie
- La solidarité
- Le sens des responsabilités

Et en bonus? On gagne de la confiance en soi, on apprend plein de nouvelles compétences... et on transforme du temps partagé en souvenirs précieux. Le Centre d'action bénévole Le Hauban est là pour vous aider à trouver le bon endroit, au bon moment, selon vos intérêts et vos horaires. Prêt à vivre une belle aventure humaine en famille?

Vous souhaitez bénévoler en Estran? Contacter le Centre d'action bénévole de l'Estran – 418 393-2689

Vous souhaitez bénévoler à Murdochville? Contacter le Centre d'action bénévole Les Hauts-Bois – 418 784-2476

Formulaire pour
devenir bénévole



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
Maison de Quartier Sandy Beach La Maison de quartier Sandy Beach est un endroit où tu peux venir échanger, discuter avec quelqu'un de confiance et te faire des amis(es). Il y a des activités pour enfants et adultes. Nous offrons un milieu dynamique et nous sommes là pour répondre à tes besoins. Viens nous rencontrer au 55, rue des Grandvillais. PS : Regarde nos activités sur FB (La Maison de quartier de Sandy Beach) Téléphone : 418 360-9067 Courriel : maisondequartier@ohgaspe.ca		Maison des jeunes de Gaspé Créée en 1981, la Maison des jeunes de Gaspé est un organisme communautaire autonome permettant aux jeunes de 12 à 17 ans de prendre leur place dans la communauté, entre autres par la mise en place d'activités destinées aux familles. Pour tout savoir sur les activités communautaires organisées par les jeunes cette année, assurez-vous d'être abonnés à notre page Facebook. Au plaisir! 418 368-1714		ESPACE Gaspésie-les-Îles Notre mission : prévenir toutes les formes de violence faites aux enfants. Vous avez besoin d'aide pour accompagner un enfant qui vit de la violence? Vous avez des doutes sur une situation? Vous cherchez des manières d'aborder la violence ou la cyberviolence avec vos jeunes? Vous voulez des trucs pour faire de l'éducation à la sexualité, ou pour adopter une discipline plus bienveillante? N'hésitez pas à nous contacter! info@espacegim.org 1 866 368-2015		
2	3	4	5	6	7	8
Reculer l'heure et changer les piles des avertisseurs de fumée			Pleine lune		Journée pédagogique CSSCC et ESSB	

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
9	10 Journée pédagogique CSSCC (secteur jeune) et ESSB	11 Jour du Souvenir	12	13	14	15
16	17 Grande semaine des tout-petits (17 au 23 novembre)	18	19	20 Nouvelle lune Journée mondiale de l'enfance	21	22
23	24	25	26	27	28	29

30

Bonne nouvelle pour les écolos dans l'âme !

La Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles de la Gaspésie encourage les gestes verts en offrant aux résident·e·s de la ville de Gaspé des subventions pour l'achat de produits écologiques.

Composteurs, couches lavables, emballages écoresponsables... Il y en a pour tous les goûts (et toutes les réductions de déchets) !

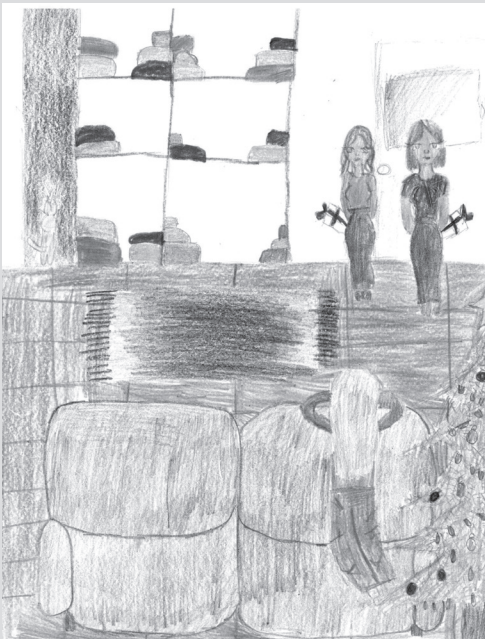
Ce programme a un seul objectif : vous aider à produire moins de déchets, dès la source.

Petits gestes, grands impacts... et un coup de pouce pour votre portefeuille !

A square QR code with a black and white pixelated pattern. In the center of the QR code, there is a small, stylized black silhouette of a bird, possibly a crow or raven, facing right.

Décembre December 2025

Feuilles
détachables ←



Emmylou
Minville,
5^e année

Quel est ton
plus beau
souvenir?

Quand mes
cousines
arrivent
pour Noël.

Surprise à Murdochville!

Tu savais qu'il y a un centre de loisir et d'escalade de bloc intérieur en ville ?
Le Baribal Bloc t'attend à l'école des Prospecteurs pour grimper, bouger et t'amuser !
Pour les horaires et les tarifs, direction leur page Facebook Baribal Bloc.

Des parcs qui se transforment pour votre plaisir!

À Murdochville, ça bouge dans nos parcs! De belles surprises s'en viennent pour petits et grands : des espaces repensés et des modules de jeux rafraîchis!
Restez à l'affût — les travaux de mise à niveau avancent, et vous ne voudrez pas manquer l'ouverture de ces lieux pensés pour le jeu, la détente et les rencontres en plein air.

Parce qu'à Murdochville, on joue, on bouge et on profite de nos espaces verts ensemble!



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
	1  Concours mensuel	2	3	4	5 Pleine lune Journée internationale des bénévoles Journée pédagogique CSSCC (secteur adulte)	6
7	8	9	10 Journée internationale des droits de l'homme	11	12	13

Décembre December 2025

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
14	15	16	17	18	19	20 Nouvelle lune
21  Premier jour de l'hiver	22 CONGÉ – CSSCC et ESSB	23 CONGÉ – CSSCC et ESSB	24 VEILLE DE NOËL CONGÉ – CSSCC et ESSB	25 NOËL CONGÉ – CSSCC et ESSB	26 CONGÉ – CSSCC et ESSB	27
28	29 CONGÉ – CSSCC et ESSB	30 CONGÉ – CSSCC et ESSB	31 VEILLE DU JOUR DE L'AN CONGÉ – CSSCC et ESSB	Centre de formation de La Côte-de-Gaspé Le centre de formation de La Côte-de-Gaspé accueille les personnes âgées de 16 ans et plus en formation générale et en formation professionnelle. Grâce au diplôme d'études secondaires (DES) ou au diplôme d'études professionnelles (DEP) acquis, la clientèle répond aux exigences du marché de l'emploi et répond ainsi au besoin des employeurs qui sont en recrutement constant d'employés qualifiés. 418 269-5381 # 3200 ou 418 368-6117 # 6100  Centre de formation DE LA CÔTE-DE-GASPÉ		

BEIGNETS DE MAÏS, TRUITE ET RELISH DE MER SALAWEG

Cette recette est inspirée des habitudes alimentaires de la communauté mi'gmaque, qui préparait autrefois le beignet en mélangeant de la farine de maïs avec du saumon cuit et le faisait frire dans l'huile de loup-marin ou de baleine.

INGRÉDIENTS (14 beignets)

2 tasses (500 ml) de lait 3,25 % • ½ c. à soupe (9 g) de sel • 1 tasse (250 ml) de farine de maïs • 200 g de truite fumée à froid ou à chaud émincée • Farine de maïs (pour la cuisson) • Huile de tournesol (pour la cuisson) • Fleur de sel • 5 c. à soupe (75 ml) de relish de mer SALAWEG

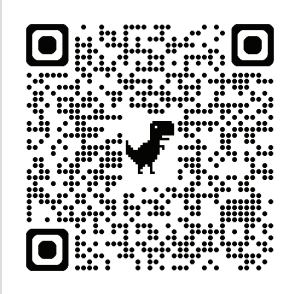
CORN PATTY, TROUT AND
SALAWEG SEA RELISH

This recipe is inspired by the Mi'gmaq community dietary culture. This fritter was once made by mixing corn flour with salmon, and then fried in seal or whale oil.

INGREDIENTS (Makes 14 portions)

500 ml Milk • ½ tbsp. Salt • 1 cup Corn flour • 200 g Minced cold or hot smoked trout • 5 tbsp Sea relish

Pour plus d'informations



Janvier January 2026

Feuilles
détachables



Loïc Lemieux St-Pierre, 6^e année

Quel est ton plus beau souvenir?

La première fois que j'ai fait du ski.

Patins un peu rouillés? On a la solution!

Saviez-vous que vous pouvez faire aiguiser vos patins directement à l'école secondaire C.-E.-Pouliot ?

Oui, oui, pas besoin d'aller bien loin!

- Rendez-vous au bureau du rez-de-chaussée, juste à côté des grandes portes vitrées avec la vue imprenable sur la baie de Gaspé (rien que ça!).
- Le service est offert pendant les heures d'école.
- Et devinez quoi ? Le tout pour seulement 5 \$!

Glissez affûté, patinez stylé!



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
ACEF de la Péninsule L'ACEF de la Péninsule offre des services aux familles en lien avec les finances personnelles. Que ce soit via la consultation budgétaire ou via les ateliers d'éducation financière, nous travaillons dans le but d'améliorer la vie financière des familles qu'on rencontre. Nous travaillons aussi dans une optique de défense des droits du consommateur visant à accompagner les familles dans l'exercice de leurs droits face à un créancier, un commerçant ou même les gouvernements. 1 866 566-7645 / acefpeninsule.ca ACEF DE LA PÉNINSULE		Mille et un morceaux – Association du trouble développemental du langage de La Côte-de-Gaspé Offre des services à toutes les personnes ayant un trouble développemental du langage ou un enjeu au niveau du langage que ce soit au niveau de la compréhension, de l'expression et pouvant causer des difficultés au niveau des apprentissages, (ex : lecture, écriture) 581 887-2710 direction@milleetunmorceaux.ca  Mille et un morceaux Association du trouble développemental du langage de La Côte-de-Gaspé	1		2	3   Concours mensuel Pleine lune
4	5	6	7	8	9	10
	Journée pédagogique CSSCC et ESSB	Fête des Rois				

Janvier January 2026

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
11	12	13	14	15	16	17
18 Nouvelle lune	19	20	21	22	23	24
25	26	27 Journée de l'alphabétisation familiale	28	29	30	31



Avis aux parents (et futurs élèves curieux!)

Vous voulez connaître les dates d'admission pour l'année scolaire 2025-2026 au Centre de services scolaire des Chic-Chocs?

- C'est simple : il suffit de jeter un coup d'œil aux avis publics dans le journal! Vous y trouverez toutes les infos importantes pour bien préparer la rentrée.
- Parce qu'une inscription bien planifiée, c'est déjà un pas vers une super année scolaire!

Hey parents and students!

Planning to attend a school within the Eastern Shores School Board for the 2025–2026 school year?

- Make sure to check the website or our Facebook page regularly to stay in the loop about registration dates and important updates.
- Let's get set for an awesome school year—starting with being registered on time!

Février February 2026

**Feuilles
détachables**Hubert Poirier, 5^e année

Quel est ton plus beau souvenir?

Mon voyage à Cuba.

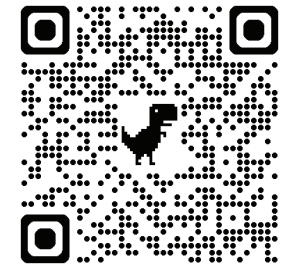
Le Ski-Bus, ça vous dit quelque chose?

C'est LA navette gratuite qui vous amène, vous et vos skis,
du bout de la ville jusqu'au mont Béchervaise...
sans même déneiger votre voiture!

En plus de relier les quartiers éloignés, le Ski-Bus fait plusieurs arrêts pratiques : pour une séance au Pavillon des sports Marcel-Bujold, pour pratiquer votre sport à l'aréna de Gaspé, ou encore pour une petite virée dans les commerces du centre-ville.

Montez, détendez-vous, et laissez le Ski-Bus vous rapprocher de vos activités préférées, en toute liberté!

**Afin de connaître
les trajets, veuillez
consulter le lien suivant**



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
1  Concours mensuel Pleine lune	2 Jour de la marmotte Fête de la Chandeleur	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12 Journée pédagogique ESSB	13 Journée pédagogique ESSB	14 Saint-Valentin

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
15	16 Journée pédagogique CSSCC Journées de la persévérance scolaire (16 au 20 février)	17 Nouvelle lune	18	19	20	21
22	23	24	25 Journée du chandail rose (sensibilisation pour la lutte contre l'intimidation)	26	27	28

Travailleurs et travailleuses de milieu
MRC Côte-de-Gaspé

Les travailleurs et travailleuses de milieu sont des intervenants de confiance disponibles pour les jeunes de 11 à 24 ans.

Ils seront là pour t'écouter, te supporter et t'accompagner, en toute confidentialité. Ils couvrent le grand territoire de la MRC Côte-de-Gaspé, tu peux les croiser dans les lieux publics, les rassemblements et les festivals.



Maison des jeunes de Rivière-au-Renard

La Maison des jeunes de Rivière-au-Renard est un endroit pour les jeunes de 12 à 17 ans où tu peux t'amuser, relaxer et participer à toutes sortes d'activités. C'est aussi un endroit où tu peux rencontrer des personnes de confiance qui ont sincèrement ton bien-être à cœur. Nous serons toujours disponibles pour t'écouter, t'informer et te supporter avec une grande ouverture et aucun jugement.



Petits skieurs, grandes économies!

- Au mont Béchervaise, l'entrée et l'équipement sont gratuits pour les enfants de 5 ans et moins.
- Aux pistes de ski de fond Les Éclairs, l'accès quotidien est gratuit pour les jeunes de 12 ans et moins.
- Au mont Miller, les enfants de 17 ans et moins résidant à Murdochville et fréquentant l'école profitent d'un abonnement annuel gratuit!

Profitez du plein air en famille... sans faire fondre votre budget!

Mars March 2026

Feuilles
détachables



Zack Bujold, 5^e année
Quel est ton plus beau souvenir?
Quand j'ai monté une montagne avec ma famille.

Camps de jour – l'aventure estivale commence ici!

Vous cherchez le camp parfait pour votre petit explorateur cet été?

Découvrez toutes les options qui s'offrent à vous juste ici

Votre enfant a des besoins particuliers?

Parlez-en rapidement avec les gestionnaires du camp!

Ils pourront faire une demande au Programme d'assistance financière loisir pour les personnes handicapées (PAFLPH) afin de mieux répondre à ses besoins.

Attention : la date limite pour faire une demande est le 1^{er} avril!

Un petit geste maintenant pour un été plus inclusif et amusant!

Day Camps – Let the summer fun begin!

Looking to sign your child up for an unforgettable summer adventure?

Check out all the awesome day camp options available in your area right here



Does your child have special needs?

Let the camp managers know as soon as possible so they can apply for the Program of Facilitated Access to Recreation for Individuals with Disabilities.

Deadline to apply: April 1

Because every child deserves a fun and accessible summer!

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
1  Concours mensuel	2 Semaine de relâche CSSCC et ESSB	3 Semaine de relâche CSSCC et ESSB Pleine lune	4 Semaine de relâche CSSCC et ESSB	5 Semaine de relâche CSSCC et ESSB	6 Semaine de relâche CSSCC et ESSB	7
8 Journée internationale des droits des femmes Avancer l'heure et changer les piles des avertisseurs de fumée	9	10	11	12	13	14

Mars March 2026

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
15	16	17 <				



Votre propriétaire a des règles à respecter pour augmenter votre loyer ou modifier les conditions du bail.

Quand vous recevez un renouvellement de bail vous avez 3 choix de réponses :

- 1- J'accepte et je reste dans mon logement
- 2- Je refuse et je quitte à la fin du bail
- 3- Je refuse et je reste dans mon logement

À noter que si votre bail se termine le 30 juin, votre propriétaire a jusqu'au 31 mars pour vous remettre son avis d'augmentation. Vous avez un mois pour y répondre.

Pour plus d'informations, contactez le Comité autonome pour l'accessibilité au logement Côte-de-Gaspé :

581 887-9906,
caal.cotedegaspe@gmail.com
caalcotedegaspe.org

Avril April 2026

Feuilles
détachables



Lukas Boucher, 6^e année
Quel est ton plus beau souvenir?
Allez au cinéma.

Envie de plonger dans un bon livre?

Explorez tout le Réseau BIBLIO GÎM en ligne
et laissez les bénévoles vous guider
dans vos choix de lecture!

Envie de vous impliquer?

Animation, projets littéraires, prêt de livres...

Il y a du bénévolat pour tous les goûts!

**Pour tout savoir, visitez le site
ou parlez à votre bibliothèque
ou votre municipalité locale!**



Catalogue Réseau BIBLIO



Coordonnées des bibliothèques

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
Le centre communautaire La Petite École de Forillon Notre mission est de favoriser le développement global de la personne, soutenir la famille et encourager l'implication des citoyens dans la communauté de Cap-aux-Os et ce, au moyen du loisir, de l'action communautaire ainsi que de l'éducation populaire. Différents bénévoles interviennent dans leurs domaines de compétences et d'intérêt. C'est une occasion unique de vivre des expériences dans la communauté, entouré d'une équipe accueillante et professionnelle. Au plaisir de vous accueillir! info@cdlcapauxos.org 418 892-5451 			1 Poisson d'avril	2 Journée mondiale de la sensibilisation à l'autisme Pleine lune	3 VENDREDI SAINT	4   Concours mensuel
5 PÂQUES	6 CONGÉ DE PÂQUES	7	8	9	10	11

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
12	13 Journée pédagogique CSSCC et ESSB	14	15	16	17 Nouvelle lune	18
19 Semaine de l'action bénévole (19 au 25 avril)	20	21	22 Jour de la Terre	23 Journée mondiale du livre et du droit d'auteur	24	25
26	27	28	29	30	Centre communautaire Douglas – Douglas community Centre  Le centre communautaire Douglas est un Centre de loisirs qui offre aux résident.e.s de Douglastown et des environs des espaces accueillants comme le café communautaire Dougtown ainsi qu'une offre variée d'activités de loisir et de services communautaires, le tout dans nos valeurs d'inclusion, de partage, de solidarité et d'innovation. Suivez-nous pour profiter des cuisines collectives, des locations de salles pour des fêtes d'enfants, et pour suivre notre programmation et nos activités familiales!	

C'est quoi un Croque-livres?

C'est une petite boîte magique remplie de livres pour les enfants de 0 à 12 ans ! Le principe est simple : tu prends un livre, tu en donnes un. Tu peux y déposer les histoires que tu as aimées... et en découvrir de nouvelles offertes par d'autres petits lecteurs comme toi ! Un super moyen de partager, de lire, et de faire voyager les livres !

What's a Book Cruncher?

It's a fun little book-sharing box just for kids aged 0 to 12! Inspired by the "Take a book, leave a book" movement, Book Crunchers are all about sharing stories and sparking the joy of reading in the community. Whether it's adopted by a school, a business, a community group—or even a caring neighbor—each Book Cruncher is a place where families can freely pick up or drop off children's books. A simple idea with a big impact: more books, more smiles, more readers!

Où trouve-t-on ces croque-livres?

Municipalité de Grande-Vallée
Halte-Parents de la Vallée

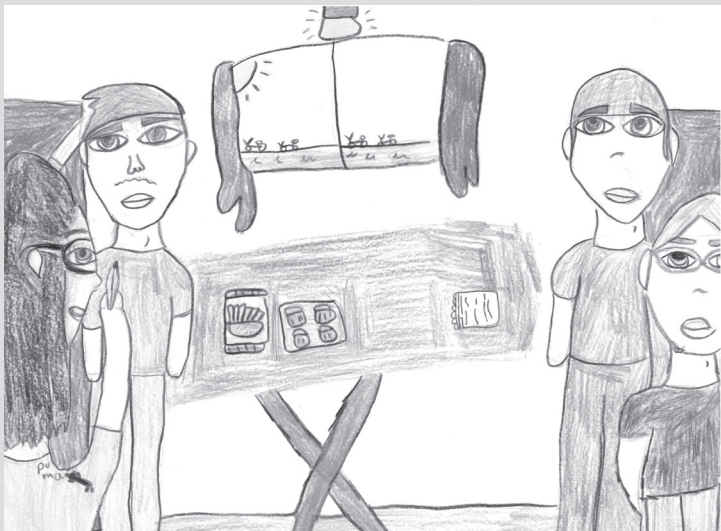
Ville de Gaspé
Berceau du Canada
Café de la Traverse
Maison de quartier de Sandy Beach
École aux Quatre-Vents de Rivière-au-Renard
École Saint-Paul de Saint-Maurice de l'Échourie
Maison de la famille Parenfant de Gaspé
École Elementary School
Douglas Community Centre
Gaspésie Literacy Council
CPE des Butineurs
Centre communautaire de l'Anse-à-Valleau
Petit Café de l'Anse-au-Griffon

Pour plus d'informations, cliquer sur le lien suivant :



Mai May 2026

Feuilles
détachables



Rosalie Gauthier, 5^e année
Quel est ton plus beau souvenir?
Un beau moment entre amis!



Centre de pédiatrie social
en communauté de
La Côte-de-Gaspé
– L'Équipage

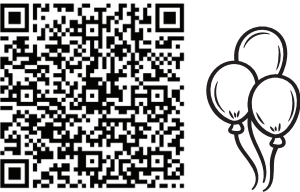
Nos services auprès des familles et notre collaboration avec les partenaires du milieu fait de l'Équipage un maillon important dans le développement du plein potentiel des enfants en situation de vulnérabilité. N'hésitez pas à nous interpeller! Vous serez accueillis selon nos valeurs : bienveillance, ouverture, appartenance et pouvoir d'agir. Appelez-nous : 418-269-1688, visitez notre site internet : www.equipage.org ou suivez-nous sur notre page FB!

Travailleuse de proximité

La famille, ce n'est pas toujours un long fleuve tranquille. Que ce soit une séparation, des difficultés financières, un problème comportemental de l'enfant ou simplement le besoin d'être écouté comme parent, la travailleuse de proximité peut vous lancer une bouée de sauvetage! En toute confidentialité, ce service gratuit, aux familles qui ont des enfants entre 0-5 ans, est là afin de briser l'isolement des familles en les accompagnant et en les référant vers les bonnes ressources du milieu.

À très bientôt les familles!

Pour me rejoindre :
Lucie au 581 887-0760
travailpcpsc@gmail.com

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
Maison de la famille Parenfant Gaspé / Périnatalité sociale La Marée Une maison pour toutes les familles! À travers plusieurs activités et services, que ce soit pour échanger ou partager vos expériences, la Maison de la famille Parenfant est présente pour vous soutenir en tant que parents ou futurs parents. Le service de périnatalité sociale en place vous offre de faire votre suivi de grossesse à la Maison de la famille avec une équipe médicale interdisciplinaire. La Maison de la famille Parenfant se situe au 12, rue de la Cathédrale à Gaspé, toute famille est la bienvenue! Pour plus d'information : www.parenfant.com ou 418 368-6028.					1  Concours mensuel Pleine lune	2 Journée nationale du sport et de l'activité physique
3	4	5	6	7	8 Journée pédagogique Secteur jeune CSSCC	9

Mai May 2026

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
10 Fête des mères	11 Semaine québécoise des familles (11 au 17 mai) Semaine québécoise de la garde scolaire (11 au 15 mai) Journée pédagogique CSSCC (adulte)	12	13	14	15 Journée internationale de la famille	16 Nouvelle lune
17	18 JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES CONGÉ	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

31

Journée mondiale
sans tabac
Pleine lune

C'est la Semaine québécoise des familles!

Chaque mois de mai, partout au Québec, on célèbre la famille dans toute sa diversité! C'est l'occasion parfaite pour souligner à quel point les familles sont précieuses et jouent un rôle essentiel dans notre société.

Et devinez quoi?

Des organismes de la région s'unissent pour concocter une foule d'activités amusantes pour petits et grands.

Garde l'œil ouvert au début mai!

Le site web de la Ville de Gaspé dévoilera un super calendrier d'activités à ne pas manquer!

Gratuité
pour les
17 ans
et moins!

Consulter le site web du
parc Forillon pour connaître
le début des activités



Consult the Forillon Park
website to find out when
activities begin



Join June 2026

**Feuilles
détachables**

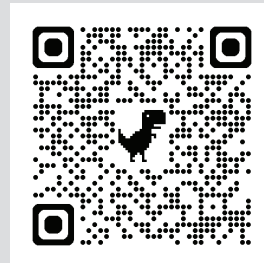
Ludovic Théberge, 5^e année

Quel est ton plus beau souvenir?

Quand je suis allé à la Ronde.

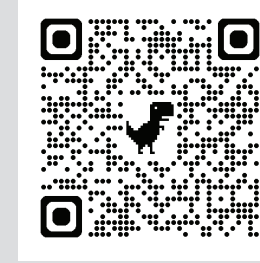
Tu veux savoir quand ton enfant commencera l'école?

Voici comment connaître la date d'entrée scolaire pour les tout-petits de notre belle région!



Curious about when school starts
for the kids in our area?

Here's how to find out the school entry date for children in our region!



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
	1 Journée mondiale des parents	2   Concours mensuel	3	4 Journée de la Gaspésie	5 Journée mondiale de l'environnement	6 Fête de la pêche (Association Chasse et pêche de St-Maurice de l'Échourie)
7	8	9	10	11	12	13

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
14	15 Semaine québécoise de la paternité (15 au 21 juin) Nouvelle lune	16	17	18	19 Dernier jour de classe CSSCC (secteur jeune) et ESSB	20
21  Premier jour d'été Journée nationale des peuples Autochtones Fête des pères	22 Dernier jour de classe CSSCC (secteur adulte)	23	24 FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC (surveiller les activités dans vos municipalités) Ouverture de la plage Haldimand (surveillance)	25	26	27
28	29	30 Nouvelle lune	Aire ouverte Aire Ouverte est un programme qui offre des services pour améliorer la santé et le bien-être. Il est destiné aux jeunes de 12 à 25 ans, à leur famille et à leurs proches. L'équipe compte des intervenant.es psychosocial.es qui interviennent notamment en santé mentale (consommation, questionnements sur l'identité, difficultés relationnelles, anxiété, etc.), ainsi qu'une infirmière clinicienne qui répond aux besoins touchant la santé sexuelle et la santé physique (test de grossesse, contraception, dépistages ITSS, etc.). Les services sont gratuits, confidentiels, faciles d'accès et conçus en collaboration avec les jeunes de la région. Ils sont disponibles six jours par semaine, avec ou sans rendez-vous. Pour en savoir plus et/ou être au courant de nos activités dans la communauté.  Centre intégré de santé et de services sociaux de la Gaspésie Québec			



Une route au naturel!
A natural road!

Le parc national Forillon a ramené la forêt à l’emplacement d’une ancienne route pour que les animaux retrouvent leur habitat. En juin 2025, des élèves ont participé à la plantation d’arbres. Un total de 15 000 ont été plantés dans le projet. Par nos efforts, les animaux se déplaceront plus librement.

Forillon National Park has brought the forest back to the site of an old road so that animals can regain their habitat. In June 2025, schoolchildren helped plant trees. A total of 15,000 trees were planted as part of the project. Thanks to our efforts, animals will be able to move around more freely.

Parmi les choix suivants, quelles espèces d’arbres ont été plantées?

- A Pin blanc
- B Érable rouge
- C Bouleau jaune
- D Toutes ces réponses.

Which of the following tree species were planted?

- A White pine
- B Red maple
- C Yellow birch
- D All of the above.



Réponse : d) Toutes ces réponses / Answer: d) All of the above

Juillet July 2026

Feuilles
détachables



*Lexie Coulombe,
5^e année*
**Quel est ton
plus beau
souvenir?**
Allez à la
Rivière aux
Émeraudes.

Des marchés bien ancrés dans notre communauté!

Depuis 2020, les Marchés Publics Gaspé sont organisés avec soin par la MRC de La Côte-de-Gaspé et le Comité Marchés Publics Gaspé.

De juillet à octobre, ce sont 14 journées de marché animées qui rassemblent en moyenne 13 exposants chaque samedi — et plus de 40 producteurs alimentaires et artisans différents tout au long de la saison!

Chaque semaine, plus de 200 ménages viennent faire le plein de produits alimentaires frais, de découvertes locales... et de bons moments !

Viens vivre l'expérience ! Que ce soit pour savourer, découvrir ou simplement flâner, il y a une place pour toi aux Marchés Publics Gaspé!

Pour connaître
les horaires et le lieu,
consulte le lien suivant



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
Pouvoir des mots Tu veux améliorer tes connaissances en lecture, écriture et informatique afin d'accroître ton potentiel et ton implication dans la communauté? Tu veux te préparer aux tests d'équivalence de niveau secondaire? À Pouvoir des mots Gaspé tu peux apprendre à ton rythme selon un horaire flexible, qui te convient. Cet organisme en alphabétisation te permettra d'acquérir des connaissances dans une ambiance chaleureuse et de développer de nouveaux liens! <i>Pouvoir des mots Gaspé, c'est TON alternative! 418 368-7500</i>		 Pouvoir des mots Gaspé	1 FÊTE DU CANADA	2   Concours mensuel	3	4
5	6	7	8	9	10	11 Fête du nautisme (11-12 juillet)

Juillet
 July 2026

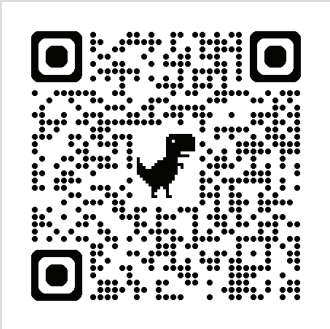
DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
12	13 Journée québécoise des phares	14 Nouvelle lune	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29 Pleine lune	30	31	

Cloridorme en mode été!

Cet été, pas besoin d'aller bien loin pour s'amuser, relaxer et profiter du bon temps ! À Cloridorme, on a tout ce qu'il faut pour un été inoubliable :

- Les après-midi musicaux Desjardins à la Halte de St-Yvon : de la musique en plein air, des sourires et du bonheur garanti!
- Les 2 boutiques sont ouvertes ! Envie d'un souvenir, d'un coup de cœur local ou de louer une planche à pagaie? C'est le moment!
- Le parc municipal au Chalet des sports vous attend pour jouer, pique-niquer ou simplement relaxer au soleil.
- Et pour les zens en herbe (ou en sable) : séances de yoga sur la plage – détente, respiration et vue imprenable sur la mer.

Apportez votre bonne humeur, vos amis et votre crème solaire — l'été est bien installé à Cloridorme!



Août August 2026

Feuilles
détachables



Samuel Côté,
5^e année
Quel est ton
plus beau
souvenir?
Une journée
à la plage.

Envie de bouger en famille à Grande-Vallée? L'aventure vous attend tout près de chez vous!

À Grande-Vallée, l'aventure vous attend
tout près de chez vous !

Les petits moussaillons pourront embarquer à bord du
Bateau pirate pour vivre de grandes aventures!

Les jeunes (et les jeunes de cœur !) feront la course sur le
pumtrack, parfait pour les vélos, trottinettes et patins.

Et quand il fait chaud, direction le jeu d'eau pour se
rafraîchir et rigoler en éclaboussant !

Amenez vos sourires,
vos gourdes et votre
bonne humeur —
c'est l'été, profitons-en !



Un été vibrant à Petite-Vallée!

Cet été, à Petite-Vallée, on mêle culture,
nature et découvertes... le tout à deux pas de chez vous !

- **Le théâtre de la Vieille Forge est présent pour offrir des activités culturelles hautes en couleur!**
- **Un chapiteau prend place au cœur du village pour des spectacles tout l'été — ambiance festive garantie !**
- **Envie de bouger ? Explorez nos sentiers balisés dans l'arrière-pays ou relevez le défi du Mont-Didier — l'endroit parfait pour marier sport et paysages grandioses !**
- **Faites aussi un arrêt au cénotaphe pour un moment de mémoire et de réflexion, ou laissez-vous charmer par la quiétude du parc du Havre.**

Que vous soyez amateur de musique,
de nature ou simplement de beaux
moments, Petite-Vallée vous attend
cet été avec le cœur grand ouvert!



DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
Halte-Parents de la Vallée Depuis 1992, Halte-Parents de la Vallée occupe une place de choix dans la vie des familles du secteur l'Estran. La Maison de la Famille de l'Estran, c'est un milieu de vie, un lieu de rencontres, une place de services, un centre d'activités pour toute la famille. C'est une équipe dévouée aux familles qui reçoivent le soutien et l'aide nécessaires à l'accomplissement du rôle parental.		Halte-Parents de la Vallée	La Maison des jeunes L'Oasis Jeunesse de L'Estran La MDJ, c'est LA place où les jeunes se réunissent et réalisent des projets, ateliers de préventions, activités sportives, culturelles et bien plus. Elle a comme mandat d'accompagner les jeunes afin qu'ils deviennent -critiques-actifs-responsables-. Diverses valeurs dont le respect, l'inclusion sociale, l'entraide, la solidarité et l'engagement etc., sont mises de l'avant. Nos intervenants sont formés et à l'écoute des besoins grandissants des jeunes. Nos coordonnées : 418 393-2455, 1 de la rivière, Grande-Vallée			
2	3	4	5	6	7	8

Août August 2026

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
9	10	11 Journée internationale de la jeunesse	12 Nouvelle lune	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28 Pleine lune	29
30	31	Le saviez- vous ? • Au Club de golf Fort-Prével, les petits golfeurs de 12 ans et moins jouent gratuitement! Parfait pour s'initier sans se ruiner! • Au Club de golf de Murdochville, c'est aussi gratuit pour les jeunes de 12 ans et moins... à condition d'être accompagnés d'un membre du club. Un super moment en famille garanti! • Et pour ceux qui veulent bouger autrement, Univers Loisirs à Gaspé propose un programme d'accompagnement spécialement conçu pour les personnes vivant avec un handicap, pour profiter pleinement des activités de loisirs. > circonflexe Prêt-pour-bouger < pret-pour-bouger.ca LOISIRS Gaspésie SPORT Réseau de la Madeleine  RÉSEAU DES URLS Plus de 50 points de service circonflexe en Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine! 				

>

circonflexe

Prêt-pour-bouger

pret-pour-bouger.ca

LOISIRS Gaspésie SPORT Îles-de-la-Madeleine

RÉSEAU DES URLS

Prêt d'équipement sportif, récréatif et adapté

> pour TOUS

> GRATUIT

> PARTOUT au Québec!

Plus de 50 points de service circonflexe en Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine!

Septembre September 2026

Feuilles
détachables ←

Restez aux aguets!

La 11e édition du planificateur familial arrive tout juste au début de l'année scolaire!
On vous souhaite une super belle année scolaire 2026-2027, remplie de succès et de beaux moments en famille!

Stay tuned!

The 11th edition of the organizer will be coming your way
at the start of the school year!

Wishing you an awesome and successful 2026-2027
school year filled with great moments!

Petit rappel écolo!

L'intérieur du calendrier est compostable, et la couverture
en carton est recyclable.
Alors, faites-le vivre jusqu'au bout... en respectant la planète!

Eco-friendly reminder!

The inside pages of the calendar are compostable,
and the cardboard cover is recyclable.

Let's take care of our planet together!

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
		1	2	3	4	5
6	7 FÊTE DU TRAVAIL CONGÉ Fête des grands-parents	8 Journée internationale de l'alphabétisation	9	10	11 Nouvelle lune	12

DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23  Premier jour d'automne	24	25 Journées de la culture (25 au 27 septembre)	26 Pleine lune
27	28	29	30 Journée nationale de la vérité et de la réconciliation	Le pavillon, c'est aussi... Un lieu de location parfait pour les fêtes d'enfants ou autres événements, grâce à des forfaits pouvant inclure l'accès au gymnase, au mur d'escalade ou à la piscine, à du matériel de jeu (ex. : parcours Wibit) et à une salle avec cuisine. Une programmation diversifiée de cours pour : • Les jeunes (ex. : escalade, mini-gym, mini-Ninja, gymnastique, boxe, natation, sauvetage); • Les adultes (ex. : cours aquatiques et de natation, mise en forme). Surveillez les lancements de programmation, en décembre, en mars et en août!		

Saviez-vous qu'en plus d'être le centre sportif du Cégep de la Gaspésie et des Îles, le pavillon des sports Marcel-Bujold offre aux gens de tous âges de la MRC de La Côte-de-Gaspé une programmation variée d'activités physiques sous forme de cours de groupe ou privés, ou un accès libre à ses installations?

ÉQUIPEMENTS

- Gymnase avec gradins
- Piscine semi-olympique rénovée avec gradins
- Salle d'entraînement bien équipée
- Salle multifonctionnelle
- Mur d'escalade intérieur

Info et inscription à



Cet été, on embarque... gratuitement!

La Régie intermunicipale de transport
Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine
a une super nouvelle :

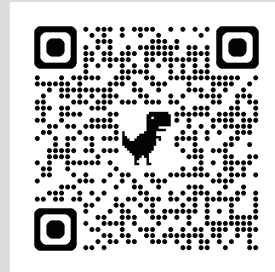
jusqu'à la fin août, le transport collectif est GRATUIT pour :

- Les jeunes de moins de 18 ans
- Les personnes de 65 ans et plus

Que ce soit pour aller à la plage,
au marché ou chez mamie —
montez à bord sans sortir votre portefeuille !

Profitez-en pour explorer la région en toute liberté

**Plus d'infos
sur les horaires et trajets**



Une foule de services vous attend, à deux pas de la maison!

Grâce à une carte interactive, repérez en un clin d'œil les services
de proximité publics, collectifs et privés qui font vibrer votre
communauté gaspécôtoise.

Mais c'est quoi, un service de proximité?

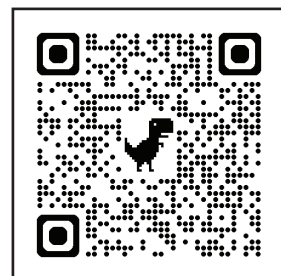
C'est tout ce qui rend votre quotidien plus simple, agréable et connecté!
Qu'il s'agisse de soins, d'éducation, de transport, d'aide alimentaire ou
de loisirs, ces services répondent aux besoins essentiels de votre milieu.

Et ce n'est pas tout, ces services permettent :

- Améliorer la qualité de vie
- Faciliter l'accès aux services;
- Augmenter la vitalité et
l'attractivité du territoire;
- Maintenir et créer de l'emploi;
- Renforcer le lien social.

Bref, les services de proximité,
c'est bon pour tout le monde —
et c'est tout près de chez vous!

Allez-y, explorez la carte!



Prêts pour un défi qui fait du bien?

En mai, on vous lance un super défi :

24 heures sans écrans... en famille!

Télé, tablette, cellulaire, jeux vidéo — on les met de côté pour 1 journée!

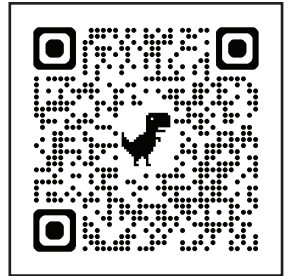
Place aux jeux de société, balades, rires, bricolages,
discussions et moments vrais!

Pourquoi participer?

- Pour reconnecter avec ceux qu'on aime
- Pour ralentir le rythme
- Pour être fiers, ensemble, d'avoir relevé le défi!

Pas besoin d'être parfait : l'idée, c'est d'essayer, de s'amuser... et de découvrir à quel point ça fait du bien!

Inscrivez-vous et faites partie du mouvement #24hPause!



Sur le territoire de la MRC de La Côte-de-Gaspé, quatre associations sont là pour les personnes en situation de handicap... et pour toute leur communauté!

Association des personnes handicapées de Gaspé : 418 368-6585

Association des personnes handicapées de Val-Rosier : 418 269-5606

Association des personnes handicapées de l'Estran : 418 393-2478

Association des personnes handicapées de Murdochville : 418 784-2476, poste 4

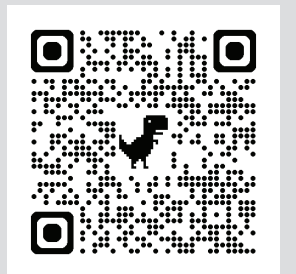
Au menu :

- Des activités pour tous les âges, pour favoriser l'inclusion et créer des liens
- Des équipements adaptés pour bouger, s'amuser et pratiquer des sports, en solo ou en groupe
- Du soutien et des moments partagés pour les familles et les proches aidants
- Et une voix forte pour défendre les droits, sensibiliser et faire avancer l'inclusion!

Ces associations ne sont pas que des ressources : ce sont des acteurs clés d'un milieu plus ouvert,
accessible et solidaire.

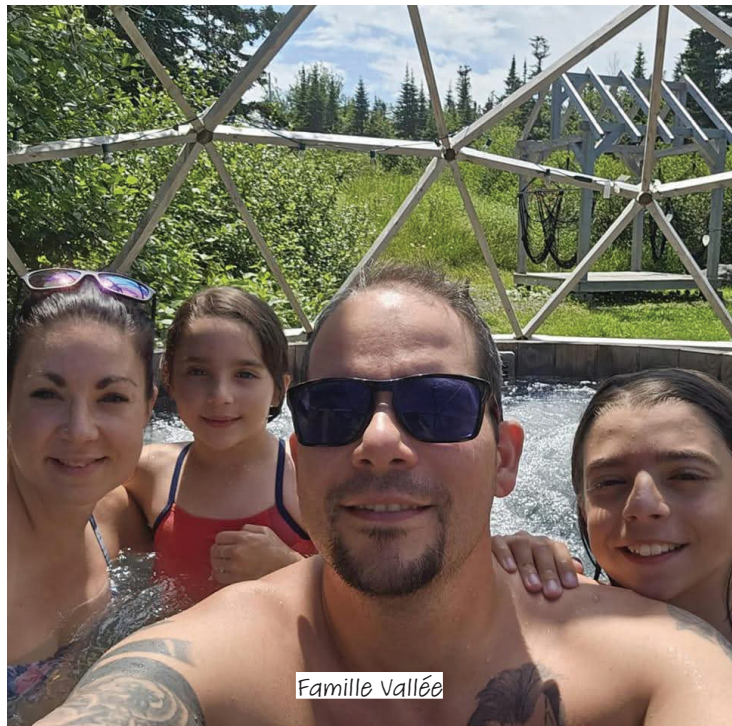
Venez les découvrir et faire partie du mouvement!

Voulez-vous connaître les ressources disponibles sur le territoire ?

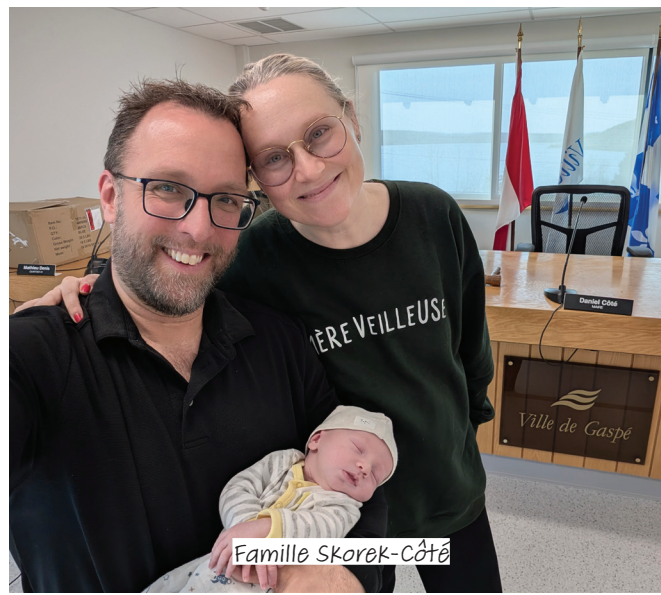




Famille Sinnett et Lacasse



Famille Vallée



Famille Skorek-Côté



Famille Wadham-Gagnon



Famille Côté-Roy



Famille Roy et Richard



Famille Henry Longchamps



Fournier Family



Famille Bourquin-Simpson
et Arseneault Simpson



Famille Vallée-Joncas



Famille Aubut Cotton



Famille Gaudreault



Famille Richard



Famille Minville



Famille Noël



Famille Noël



Famille Simard



Famille Peltier



Famille Pineault Bond



Famille Paré-Parker-Beaudin-Arsenault-Saint-Pierre



Parcs Canada
Parks Canada

