

ACTIVITÉS AUTOMNE 2025

Cet automne, le centre communautaire vous propose une variété d'activités axées sur le loisir, le bien-être et la mise en forme. Certaines de ces activités ont un nombre limité de places disponibles et d'autres seront soumises à des critères spécifiques (voir le descriptif de chaque activité pour plus de détails). Veuillez noter que certaines activités pourraient être annulées en raison d'un nombre insuffisant d'inscriptions.

Pour vous inscrire, contactez la personne responsable de l'activité de votre choix.

PÉRIODE D'INSCRIPTION : À PARTIR DU 8 SEPTEMBRE

JEU DE FLÉCHETTES

Joutes amicales individuelles ou en équipe de jeu de fléchettes. Bienvenue aux débutants.

Les mardis

3 septembre au 17 décembre de 13h30 à 16h30

Coût : gratuit

Contacteur Claude Lefebvre : 819-473-2776

SAGESSE NUMÉRIQUE, TISSONS DES LIENS

Cette activité offre des formations sur tablettes et cellulaires en couvrant les compétences de base en informatique telles que la sécurité en ligne, et l'utilisation d'applications pratiques. En améliorant l'autonomie numérique des participants, il contribue à réduire l'isolement social et à faciliter leur accès à l'information et aux services essentiels.

Les mardis

16 septembre au 16 décembre, en après-midi

Coût : gratuit

Contacteur : Lynda Tétreault 819-571-1057

municipalite.ulverton7@gmail.com

YOGA

Ce cours vous permettra de vous ancrer au sol par la respiration et créera de l'espace dans votre corps grâce à des postures simples pratiquées en pleine conscience. Adapté à toutes les capacités physiques, il vous apportera énergie et calme. L'accent est sur la respiration, les mouvements doux, l'équilibre, et la relaxation.

Les lundis

Du 8 septembre au 10 novembre de 19h à 20h

Coût : 150\$ (10 sessions/15\$)

Places limitées

Les mercredis

10 septembre au 12 novembre de 13h30 à 14h30

Coût : 150\$ (10 sessions/15\$)

Places limitées

Contacteur Louise Jutras : info@louisejutras.com

819-388-5078

POTERIE

Ce cours est destiné aussi bien aux débutants qu'aux avancés. Nous y aborderons les techniques d'apprentissage suivantes : tournage, façonnage, pinçage, galetage et colombin. Âge requis : 12 ans et plus.

Les samedis

4 octobre au 22 novembre de 10h à 12h

Coût : 200\$ (inclus matériel de base et cuisson)

Places limitées

Contacteur Joëlle Hénault : 819-620-8480

Joelleh55@hotmail.com

*Prendre note que les inscriptions doivent nous être parvenus avant le 19 septembre 2025.

CLUB DE LECTURE

Rencontre 1 fois par mois pour partager des impressions sur un roman ou un essai qui sont lus pendant le mois.

Les mardis

16 septembre au 16 décembre à 19H

Coût : gratuit

Contacteur Jocelyn Chouinard : 819-345-0906

Jocelynchouinard1953@icloud.com

FALL 2025 ACTIVITIES

This fall, the community center is offering a variety of activities focused on leisure, wellness, and fitness. Some activities have limited space and others may be subject to specific criteria (see the description of each activity for more details). Please note that some activities may be canceled due to insufficient registration.

To register, please contact the person in charge of the activity of your choice.

REGISTRATION PERIOD: STARTING SEPTEMBER 8

DARTS

Friendly individual or team darts matches. Beginners are welcome.

Tuesdays

September 16 to December 17, 1:30 PM to 4:30 PM

Cost: Free

Contact Claude Lefebvre: 819-473-2776

DIGITAL WISDOM: CONNECTING THROUGH TECHNOLOGY

This activity offers training on tablets and cell phones, covering basic computer skills such as online safety and practical app usage. By improving participants' digital independence, it helps reduce social isolation and facilitates access to information and essential services.

Tuesdays

September 16 to December 16, afternoons

Cost: Free

Contact: Lynda Tétreault, 819-571-1057

municipalite.ulverton7@gmail.com

YOGA

This class will help ground you through breathing and create space in your body with simple postures practiced mindfully. Suitable for all physical abilities, it will bring you energy and calm, focusing on breath, gentle movements, balance, and relaxation.

Mondays

September 8 to November 10, 7:00 PM to 8:00 PM

Cost: \$150 (10 sessions/\$15 each)

Limited spots available

Wednesdays

September 10 to November 12, from 1:30 pm to 2:30 pm

Cost: \$150 (10 sessions/\$15 each)

Limited spots available

Contact: Louise Jutras : : info@louisejutras.com

819-388-5078

POTTERY

This course is suitable for both beginners and advanced students. We will cover techniques including wheel throwing, hand-building, pinching, coiling, and slab work. Age requirement: 12 and up.

Saturdays

October 4 to November 22, 10:00 AM to 12:00 PM

Cost: \$200 (includes basic materials and firing)

Limited spots available

Contact: Joëlle Hénault, 819-620-8480

Joelleh55@hotmail.com

*Bookings must be received before the September 19th, 2025.

BOOK CLUB

Meet once a month to share impressions on a novel or essay read during the month.

Tuesdays

September 16 to December 16, at 7:00 PM

Cost: Free

Contact: Jocelyn Chouinard, 819-345-0906

Jocelynchouinard1953@icloud.com