

MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF HIVER 2025



HAUTE-CÔTE-NORD
(Les Escoumins)

MANICOUAGAN
(Baie-Comeau)

CANIAPISCAU
(Fermont)

PORT-CARTIER

SEPT-ÎLES

MINGANIE
(Havre-Saint-Pierre)

BASSE-CÔTE-NORD
(Blanc-Sablon)

Mercredi 29 janvier 2025
En présence - 18 h 30

Mercredi 15 janvier 2025
En présence - 18 h 30

**SEULEMENT EN MODE
VIRTUEL OFFERT
PRÉSENTEMENT**

Jeudi 30 janvier 2025
En présence - 18 h

Lundi 27 janvier 2025
En présence - 13 h 30

Mardi 28 janvier 2025
En présence - 19h

**SEULEMENT EN MODE
VIRTUEL OFFERT
PRÉSENTEMENT**

Mercredi 11 juin 2025
En présence - 18h

Mardi 18 mars 2025
En présence - 19 h

Mardi 3 juin 2025
En présence - 19 h

Durée des ateliers : Environ 1 h 30



Mode Virtuel

JEUDI, 1er MAI 2025 à 18 h 30



Prendre note que pour les ateliers virtuels débutant à 18 h, les inscriptions se terminent à 11 h 30 le jour même. Pour les ateliers de 12 h, les inscriptions se terminent à 16 h la veille.

Pour plus de détails sur le lieu (en présence) et la thématique, [cliquez ici](#) ou composez le 1 844 407-0967.

**Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Côte-Nord**

Québec