

Infolettre

Uinashku-pishim^u/ Mars 2025



Vol. 02 |

Adoption de la loi Tshisheuatishitau

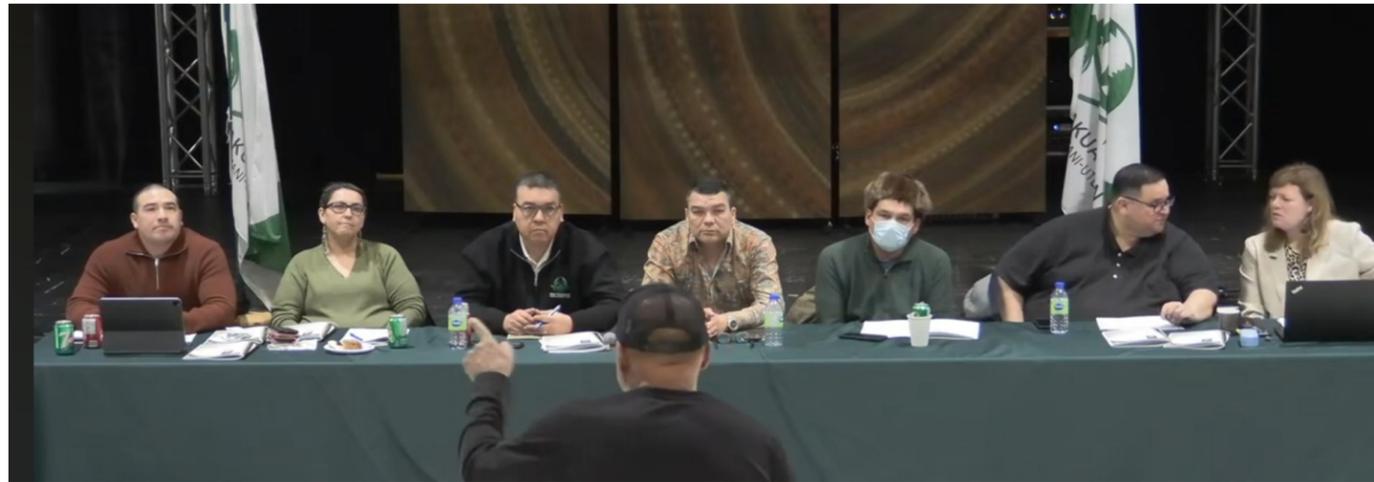
Une loi pour nous, par nous!

Le 18 février 2025, Uashat mak Mani-Utenam a adopté la Loi Tshisheuatishitau, marquant une étape historique dans l'affirmation du droit à l'autodétermination des Innus. Cette loi permet aux communautés de reprendre l'autonomie en matière de services à l'enfance et à la famille, en retirant les membres de Uashat mak Mani-Utenam du cadre de la Loi sur la protection de la jeunesse du Québec. Ainsi, les décisions concernant le bien-être des enfants seront prises par et pour les familles Innues, selon leurs coutumes, traditions et dans leur langue.



L'entrée en vigueur de la loi est prévue pour l'automne 2025, avec des étapes de négociation et de recrutement à venir.

Fruit de plus de 10 ans de travail collectif, la loi se concentre sur la prévention et la bienveillance, en plaçant les familles au cœur des décisions les concernant. Le Chef Mike McKenzie déclare : « À travers l'adoption de la Loi Tshisheuatishitau, nous affirmons notre droit et notre responsabilité de prendre en main l'avenir de nos enfants et de nos familles, de préserver notre culture, et de bâtir un modèle qui nous ressemble pour le bien de nos générations futures. » Cette loi représente également un outil de guérison après des décennies de traumatismes causés par une approche coloniale.



Crédit photo : InnuWebTV

Présentation du rapport annuel et des états financiers



Une présentation publique du rapport annuel s'est tenue le 12 février, introduite par un discours mettant en lumière les avancées marquantes de l'année 2023-2024 pour la communauté de Uashat mak Mani-utenam. L'accent a été mis sur l'amélioration du mieux-être collectif, le développement des infrastructures et la préservation de la culture. La solidarité communautaire a particulièrement été soulignée à travers les défis posés par les feux de forêt. Cette rencontre a permis de revenir sur les faits saillants et les événements ayant marqué la communauté, tout en apportant un éclairage sur les états financiers de la période écoulée. Elle a également permis de présenter une vision d'avenir ainsi que des objectifs stratégiques établis au cours de cette période.

Cette présentation a offert aux membres de la communauté une précieuse occasion d'échanger avec les élus, de poser leurs questions et de proposer des pistes d'amélioration et des recommandations pour les années à venir. Afin de rester informés et impliqués dans l'évolution de la communauté, les membres sont chaleureusement invités à assister à la présentation du rapport annuel l'année prochaine.

Le Commandant Charcot de retour à Sept-Îles

En février, le Commandant Charcot a fait escale deux fois au port de Sept-Îles, les 3 et 12, portant à trois ses visites cette année. Ses passagers ont encore une fois eu l'occasion de découvrir Sept-Îles et Uashat Mak Mani-utenam, grâce à la collaboration de Destination Sept-Îles Nakauinanu. Pour certains, l'aventure a été encore plus marquante avec une nuit

passée dans un shaputuan aux abords de la rivière Moisie, en plein cœur de l'hiver. Une expérience immersive qui leur a permis de se rapprocher de la culture innue et de vivre un moment authentique lors de cette première croisière hivernale à faire escale à Sept-Îles. Une belle occasion de faire rayonner notre région auprès des visiteurs!



Crédit photo : Scott Eddy (Facebook Destination Sept-Îles Nakauinanu)

Salon de l'emploi Nipushipan 2025

Le Salon de l'emploi aux Galeries Montagnaises, organisé par le secteur Emploi, Formation et Développement social d'ITUM, s'est tenu le 20 février dernier. Cette édition a connu une forte participation, réunissant divers secteurs d'ITUM ainsi que des entreprises locales. Les ressources humaines, l'éducation, Uauitshitun et la SPUM ont notamment pris part à l'événement, créant ainsi un important partenariat intersectoriel. En tant qu'organisateur, le secteur Emploi, Formation et Développement social a contribué à mettre en valeur ITUM et à le positionner comme un acteur clé du recrutement et de l'employabilité.



Le Salon de l'emploi constitue une plateforme privilégiée pour établir un contact direct entre employeurs et chercheurs d'emploi, facilitant ainsi l'accès à diverses perspectives professionnelles. Il représente également une opportunité d'élargir son réseau, de mieux comprendre les besoins des entreprises et de se tenir informé des tendances du marché. Cet échange dynamique renforce les chances de chacun de décrocher un poste correspondant à ses compétences et aspirations.

ITUM modernise ses pratiques en ressources humaines

Le secteur des ressources humaines d'ITUM met en place plusieurs changements afin d'améliorer l'organisation du travail et les services offerts aux employés. La politique d'emploi est en cours de mise à jour, et les descriptions de postes sont révisées avec les directions afin de mieux définir les rôles de chacun. La structure salariale est également ajustée pour plus d'équité, et un nouveau logiciel de paie et de gestion sera bientôt implanté afin de faciliter les processus. Ces améliorations contribueront à créer un environnement de travail plus clair, structuré et efficace pour tous.

Choisir ITUM, un milieu de travail humain!

E naushunakanit ITUM ua minuenitakuak nite e atussenanut!

- Régimes d'assurances collectives et de retraite, programme d'aide aux employés & salaires compétitifs
- 3 semaines de vacances à la première année & plusieurs congés culturels, fériés et spéciaux
- Conciliation travail-famille & octroi de congés pour obligations familiales
- Accès à la formation & possibilité d'avancement
- Activités culturelles
- Et encore plus!

www.itum.qc.ca/communaute/carriere/ rh@itum.qc.ca

Portrait de la main d'œuvre

Dans le mois à venir, le secteur Emploi, Formation et Développement social organisera divers événements et activités pour permettre une cueillette de données. Cet exercice essentiel leur permettra de dresser le profil actuel de la main-d'œuvre de notre communauté et de mieux adapter leurs services aux besoins réels de notre communauté. Votre participation sera précieuse. Restez à l'affût.

Pipun-metuen Festival hivernal réussi!

Le 19 et 20 février, nos jeunes se sont amusés au rythme du Festival hivernal! Petits et grands ont profité de différentes activités : hockey bottine, fatbike, ski de fond et raquettes ont fait bouger tout le monde. La préparation de bannique et le chocolat chaud ont réchauffé les mains engourdis par le froid et donné de l'énergie pour continuer la fête. Les jeux gonflables et les glissades ont ravi les enfants. La musique d'Atanukan a transporté tout le monde dans une belle ambiance. Les quatre écoles sont venues faire un tour, rendant le festival encore plus animé.



De la grande visite olympique!

Dans la semaine du 16 février, les élèves de 5e et 6e année, ainsi que la classe CAA de madame Josée, de l'école Tshishteshinu ont vécu un moment inoubliable au Shaputuan. Ils ont eu la chance de rencontrer Nancy Drolet, médaillée olympique et ancienne joueuse de l'équipe canadienne de hockey féminin.

Elle a partagé son parcours, ses défis et l'importance de croire en ses rêves. Son message était puissant : ne jamais abandonner et toujours passer à l'action pour atteindre ses objectifs.

Un mois de bien-être et de solidarité

Lors de la Semaine nationale de prévention du suicide, les services communautaires ont lancé le Défi 28 jours. Une multitude d'activités ont été proposées pour nourrir la spiritualité, le bien-être mental, physique et émotionnel.

Des marches extérieures, des enseignements et des conférences inspirantes ont permis à chacun de s'enrichir et de grandir. Les soirées de coiffure, maquillage et barbier ont offert des moments de détente et de valorisation. Les cercles de partage et les cérémonies dédiées aux femmes et aux hommes ont créé des espaces bienveillants d'écoute et d'échange. Chaque dimanche, un défi a permis de renforcer l'engagement personnel et collectif.

Nous remercions la chaleureuse collaboration avec la maison Tshimishtin, le centre Inniun-Meshkanau, le centre Innushkeu Mani-Utenam et la radio CKAU et les écoles, maison des jeunes.

Changement de procédé du traitement de l'eau



Le 24 février dernier, la Ville de Sept-Îles a changé son procédé de traitement de l'eau potable et cela affecte également le secteur de Uashat. La monochloramine y est désormais utilisée comme agent désinfectant. Elle est une solution plus stable et plus durable que le chlore utilisé auparavant et elle présente un goût moins prononcé aussi.

Pour plus d'information, consultez la foire aux questions sur le site de la Ville de Sept-Îles : https://www.septiles.ca/fr/chloramine_581/.

Inscription pour le Camp de Sélection Atanukan

La période d'inscription pour le camp de sélection d'Atanukan Sports-Arts-Études prend fin le 21 mars prochain.

Important : Les dossiers des jeunes seront évalués et si ces derniers correspondent aux critères, ils seront invités au Camp de sélection Atanukan 2025-2026.

Présentation du programme Atanukan ici :



Nos horaires d'ouverture

SEMAINE DE RELÂCHE 2025	
LUNDI	de 9h00 à 16h00
MARDI	de 9h00 à 16h00
MERCREDI	de 9h00 à 16h00
JEUDI	de 9h00 à 16h00
VENDREDI	de 9h00 à 16h00
SAMEDI	de 9h00 à 16h00
DIMANCHE	de 9h00 à 16h00

Salle Musculation Maliotenam

CAMP DE SÉLECTION ATANUKAN 2025-2026

CONCENTRATIONS SPORTS-ARTS-ÉTUDES 100% AUTOCHTONE

Concentrations Atanukan: Hockey, volleyball, badminton, basketball, athlétisme, tennis de table et musique.

Dépôt de candidature avant le 21 mars 2025

NE ISHPISH MISHITUEIAT ANITE E METUEIAT, NITASSINAN NOTRE SURFACE DE JEU, NOTRE TERRITOIRE

INNU TAKUAIKAN UASHAT MAK MANI-UTENAM

MANSKANETISH

Suivez-nous

UINASHKU-PISHUM MARS 2025

ACTIVITÉS À VENIR :

- **Semaine de relâche**
o 3 au 7 mars 2025
- **Salon Interuniversitaire**
o 11 mars 2025 à partir de 17:30
o École Manikanetish
- **Présentation du rapport annuel et des états financiers**
o 12 février 2025
- **St-Valentin**

Minashtakan Dimanche	Ushkat-atushkan Lundi	E nishu-tshishikat Mardi	E tetau-tshishikat Mercredi	E neu-tshishikat Jeudi	Namesh e muakanit Vendredi	Mashten-atushkan Samedi
23	24	25	26	27	28	1
2	3 U	4 U	5 M	6 M	7	8
9	10 U	11 U Salon Interuniversitaire	12 M	13 M	14	15
16	17 U ☘	18 U	19 M	20 M	21	22
23	24 U	25 U	26 M	27 M	28	29
30	31 U					

Versement des pales

Prestation de Mitsim Shuniau & Allocations Étudiantes

ITUM vous souhaite à tous une bonne semaine de relâche!

CALENDRIER UINASHKU-PISHUM MARS 2025

DATES	ÉVÉNEMENTS	LIEUX
28-1-2	Atanukan Hockey M13 BB - Tournoi International M13 de Beauport 28 février : 19h50 vs Hurricanes de Montréal 1 mars : 14h25 vs Océanic de Rimouski	Centre Sportif Marc-Simoneau, Québec
1	Atanukan Hockey M15 BB - Matches vs Aiglons d'Alma 14h00 et 18h30	Centre Sportif Mario-Tremblay, Alma
8	Atanukan Badminton - Troisième rencontre de l'Association Régionale de Badminton de la Côte-Nord (ARBCN)	École secondaire Manikanetish, Uashat
8	Atanukan Hockey M15 BB - Matches vs Vikings 11h30 et 16h30	Aréna Mario Volland
8	Atanukan Hockey M13 BB - Matches vs Sags (orange) 12h00 et 17h00	Aréna Marina Larouche, Chicoutimi
9	Atanukan Hockey M13 BB - Match vs Sags (orange) 9h00	Foyer des Loisirs, Jonquières
12	Atanukan Musique - 1e partie du spectacle de Ivan Boivin-Flamand	Salle Jean-Marc-Dion, Sept-Îles
15-16	Atanukan Badminton - Championnat Régional Scolaire RSEQ Côte-Nord	École Secondaire Serge-Bouchard, Baie-Comeau
15	Atanukan Hockey M13 BB - Matches vs Sags (marine) 12h00 et 17h00	A. Valérie Maltais, La Baie
16	Atanukan Hockey M13 BB - Match vs Royal 9h00	A. Samuel-Gagnon, St-Bruno
20	Atanukan Athlétisme - Championnat régional d'athlétisme en salle RSEQ Côte-Nord	UQAC, Chicoutimi
22	Atanukan Tennis de Table - Finale régionale des Jeux du Québec	École Manikanetish
22-23	Atanukan Volleyball - Championnat Régional Scolaire Division 3 RSEQ Côte-Nord	Polyvalente des Baies, Baie-Comeau
22	Atanukan Hockey M18 BB - Matches vs Nord-Côtiers 12h15 et 19h30	Centre Sportif Alcoa, B-C
22	Atanukan Hockey M13 BB - Matches vs Nord-Côtiers 13h00 et 18h00	Aréna Mario Volland
23	Atanukan Hockey M18 BB - Match vs Nord-Côtiers 11h15	Centre Sportif Alcoa, B-C
23	Atanukan Hockey M13 BB - Match vs Nord-Côtiers 10h00	Aréna Mario Volland
29-30	Atanukan Basketball - Championnat Régional Scolaire Division 3 RSEQ Côte-Nord	École secondaire Jean-Du-Nord / Manikoutai
29	Atanukan Hockey M18 BB - Matches vs Nord-Côtiers 13h00 et 17h00	Aréna Mario Volland
30	Atanukan Hockey M18 BB - Match vs Nord-Côtiers 12h00	Aréna Mario Volland

À domicile

ASHTAM MAMU

Les mercredis de 18h à 20h

Salle Aianishkat, école Tshishteshinu

- Groupe de soutien, prévention rechute
- Collation servie à chaque rencontre
- Transport des services communautaires vers Malio offert - (départ des bureaux à 17h35)
- Ouvert à tous -> Appel pour donner ton nom

Contacteur: 418-962-0222

Fanny Volland

Mani Uapukuan Bellefleur
Myriam Longuépée



Lancement du défi 28 jours

Le Défi 28 jours a débuté en beauté avec le spectacle Uashtenimunan CandleLight. L'événement du 2 février 2025 a rassemblé 859 participants en ligne et plus de 215 inscriptions au défi, témoignant d'un fort engagement de la communauté dès le départ.

Toute l'équipe tient à remercier chaleureusement le comité organisateur ainsi que toutes les personnes ayant pris part à cette soirée, en présentiel ou à distance. Votre participation a contribué à renforcer l'espoir et la solidarité au sein de la communauté. Un départ prometteur pour un mois riche en bien-être et en partage !

Vidéo en HD disponible :



Clôture du défi 28 jours

Après un mois de solidarité et d'engagement, nous avons célébré ensemble la fin du Défi 28 jours à la salle Teueikan lors de la soirée de clôture. L'événement a été précédé d'une soirée de chants et tambour et s'est terminé par un souper potluck et la remise des prix. La participation active de notre communauté et l'implication des partenaires ont grandement contribué au succès de cette édition.

Merci à tous! Tshinashkumitnau à toutes les personnes ayant pris part à cette aventure. Votre engagement fait toute la différence! Retrouvez les photos et moments forts sur notre page Facebook @centreauitshitun.



La toile de la jeunesse

Lors du brunch communautaire du 8 février, l'exposition de la Toile de la Jeunesse a mis en lumière la créativité et l'espoir des jeunes de Uashat mak Mani-utenam.

À travers six toiles, ces jeunes ont exprimé ce qui les inspire à avancer vers demain, ce qui les rend fiers et ce qui les pousse à croire en un avenir meilleur. Vos mots d'encouragement sont une source de force et de résilience pour tous.

JOHANNE MONTEMBEAULT

Le personnel et les élus d'ITUM souhaitent rendre hommage à leur collègue et amie Johanne Montembeault qui a consacré 31 ans de sa vie professionnelle aux finances chez ITUM avec rigueur, dévouement et bienveillance. Son départ laissera un grand vide dans notre équipe et dans le cœur de tous ceux qui ont eu la chance de la côtoyer.

Nos pensées accompagnent sa famille, ses proches et tous ceux qui l'ont connue.

3 juin 1971- 24 février 2025

Johanne
Ton rire danse au vent, écho d'un doux été,
Ta voix, comme un murmure, ne cessera d'aimer.
Dans l'or du jour, une plume s'envole,
Présence invisible, lumière qui console.

Tu pars sans bruit, le cœur en paix,
Mais en nos âmes, tu brilles à jamais.

Salon interuniversitaire Uashat mak Mani-Utenam 2025

Le 11 mars prochain se tiendra la 2^e édition du Salon interuniversitaire Uashat mak Mani-utenam au gymnase de l'école Manikanetish. Il s'agit d'une initiative qui vise à contribuer à l'inclusion, l'orientation et la persévérance des jeunes. Pour l'occasion, nous recevrons la visite d'étudiants et ressources issus de 6 universités du Québec. Parmi eux, des modèles inspirants de Uashat Mak Mani-utenam et d'autres communautés.



C'est avec grand plaisir que nous vous invitons à être des nôtres pour encourager ces modèles et cet événement qui est porteur pour la jeunesse.

SEMAINE DE RELÂCHE

1 AU 7 MARS 2025

SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI
Tournoi de Volley Ball Manikanetish 6X6 Hommes 6X6 Femmes Pour information : Dan-Robert Vachon sur messenger	Tournoi de Volley Ball Manikanetish 4X4 Mixte Pour information : Dan-Robert Vachon sur messenger	Tournoi hockey Patinoire Uashat Mak Malio-Tenam 10h00 à 16h00 7 à 13ans	Party patinage libre Aréna Mario Volland 17h00 à 20h00 Ouvert à tous Centrale d'équipement Malio-Tenam Ouverte de 9h30 à 17h00
MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	Centrale d'équipement Malio-Tenam : • Raquette à neige • Vélo • Fat Bike • Patin de hockey
Rallye photo Uashat Mak Malio-Tenam 10h00 à 16h00 Sur Facebook Centrale d'équipement Malio-Tenam Ouverte de 9h30 à 17h00	Tournoi de hockey Gymnase Malio-Tenam 13h00 à 17h00 8 à 13ans	Tournoi de soccer Gymnase Uashat 13h00 à 17h00 8 à 13ans	Pour plus d'information veuillez nous contacter par courriel : loisirs@itum.qc.ca

- 4 mars - Party de patinage libre : la cantine de l'aréna sera ouverte et qu'un repas (pizza, salade César et boisson) sera offert aux participants.
- 5 mars - Rallye Photo : Une liste d'éléments, de lieux et d'activités à photographier sera diffusée sur la page Facebook Sports et Loisirs ITUM ainsi que dans les maisons des jeunes de la communauté. Les participants devront publier leurs clichés sur cette même page entre 10 h et 16 h. Pour agrémenter l'événement, les maisons des jeunes resteront ouvertes et offriront de délicieux chocolats chauds afin de réchauffer les participants.

Un hommage sincère à nos proches défunts

ITUM souhaite rendre hommage à ces membres précieux de notre communauté qui nous ont quittés. Leur engagement, leurs valeurs et leurs influence continueront d'inspirer nos actions collectives et de renforcer les liens qui unissent notre communauté.



Johanne Fontaine Thernish
1949-2025



Germaine Volland
1934-2025

Journées de la persévérance scolaire

Nous tenons à féliciter l'initiative du Centre des Premières Nations Nikanite, UQAC qui a tenu à souligner, dans leurs réseaux sociaux, le parcours académique de deux membres de notre communauté lors des journées de la persévérance scolaire, du 10 au 14 février dernier.

Charlène Jérôme

Diplômée au certificat en formation d'aides-enseignants en milieu autochtone

"Mon parcours universitaire est loin d'être facile, accompagné d'obstacles, d'embûches, de défis et d'imprévus. Malgré tout ça, ma résilience, c'est ce qui me donne la force de continuer et de persévérer pour réaliser mes rêves. Tout commence par un rêve. Et si vous pouvez le rêver, vous pouvez le faire. Il ne faut pas oublier que les erreurs servent à s'améliorer."



Crédit photo : Facebook Centre des Premières Nations Nikanite, UQAC



Crédit photo : Facebook Centre des Premières Nations Nikanite, UQAC

Shenna Labbé-Grégoire

Diplômée au Baccalauréat en travail social

"Je suis une mère de deux adolescents. Je suis également famille d'accueil de proximité (FAP). Mon parcours a été très difficile parce que je devais concilier tous mes rôles : mère, FAP, étudiante, employée et conjointe. J'ai persévéré dans mes études parce que j'ai eu le soutien de Nikanite, de ma famille et de mes amis. Également, c'était mon rêve depuis mes 11 ans de finir un jour l'école. Je dirais aux jeunes de la communauté de croire en eux et de croire en leurs rêves. Tout est possible avec la persévérance."

Conférence : La vie c'est du sport!

Le 25 février en soirée, à l'école Manikanetish, Sylvain Guimond, docteur en psychologie du sport et spécialiste de la posture, a donné une conférence sur l'importance de la santé physique et mentale. Il a expliqué que bien prendre soin de soi permet de mieux se connaître et de faire des choix éclairés. Comparant cette démarche au sport, il a insisté sur le courage, la confiance et la discipline. Fort de son expérience avec des athlètes professionnels et amateurs, il a partagé des repères concrets pour aider chacun à aligner sa vie avec ses objectifs et aspirations.



Transport local (Sept-Îles, Uashat Mak Mani-Utenam) pour raison médicale 418-961-8977

Réserver votre place au moins 24h avant votre rendez-vous

Transport pour raison médicale lors de rendez-vous à l'extérieur de la ville 418-962-0222 poste 1223

CONCOURS UN NOM À NOTRE IMAGE

Aidez-nous à trouver le nom parfait pour notre infolettre

À gagner : Carte-cadeau des Galeries Montagnaises Valeur de 200\$

Date limite de participation : 26 mars 2025

Balayez le code QR pour participer

Fermeture des bureaux Semaine de relâche

Nos bureaux seront fermés pendant la semaine de relâche, soit du 3 au 7 mars inclusivement. Ci-dessous, vous trouverez les numéros à contacter en cas d'urgence.

- Mitshim Shuniau : 418-961-5458
- Emploi et formation : 418-409-1948
- Aqueduc, égouts et voirie : 418-961-3617
- Habitation et travaux publics : 418-444-0070
- Communications : 418-350-2842
- Ressources humaines: 418-350-3388
- Service Paie : 418-350-1481
- Services sociaux : 1-800-463-8547
- Informatique : 418-409-9956

Si votre demande peut attendre la réouverture des bureaux, le 10 mars prochain, nous vous prions de procéder ainsi. Bonne relâche!

RAPPORT ANNUEL 2023/24

SECTEUR DE L'ÉDUCATION D'ITUM

ITUM accueille chaleureusement ses nouveaux employés !

Nous sommes ravis d'accueillir de nouveaux membres dans notre équipe ! Leur arrivée marque une belle opportunité de renforcer nos initiatives et de poursuivre notre mission avec dynamisme et passion.

Faisons ensemble un chaleureux accueil à :

Claire Power
Intervenante Service sociaux

Sabrina Aylestock
Agente aux communications Santé Services sociaux et communautaires

Mélanie Vollant
Adjointe administrative Santé

Thérèse Ambroise-Rock
Directrice Immobilisation et Infrastructures

Nancy Pinette,
Directrice Habitation

Stéphanie Therriau
Chargée de projets - Éducation

Programmation communautaire

Sports et Loisirs ITUM Uinashku-pishim^u Mars

ATELIERS

COURS DE PEINTURE LUNDIS 18H30-20H00
Cours de peinture 16 ans et plus.
Inscriptions en ligne 10 places maximum
Salle Teueikan
Dépôt de 40\$ demandé pour réserver votre place
Total de 5 cours du 10 mars au 7 avril
Animé par : An Pinaman

INNU-AIMIK^u MERCREDI 18H30
Conversation innue Pour tous
Joignez vous à nous pour pratiquer l'innu-aimun de manière amusante et en groupe.
12 mars : Salle Naneu
19 mars : Salle Teueikan
26 mars : Salle Naneu
Animé par : Noella Mckenzie

ARTISANAT LIBRE JEUDI 18H30
Pratique de l'artisanat Pour tous
Venez apprendre à perler ou joignez vous au groupe pour pratiquer votre artisanat. Vous avez une formation à votre disposition pour toute question.
Uashat : Catherine Labbé Mani-Utenam : Dyana Fontaine

TSHISHENNUAT

ACTIVITE ACTIVE LUNDI 9H00
Des activités variées offertes chaque lundi
Pour les aînés
10 mars : Yoga sur chaise
17 mars : Aérobie douce
24 mars : Cours de prévention des chutes
31 mars : Curling tapis
Animé par Mélissa Collard-Tremblay et Blanka Monger

GIGUE / DANSE CARRE MERCREDI 9H00
Classe de gigue et de danse carré
Pour les aînés
12 mars : Salle Naneu
19 mars : Salle Teueikan
26 mars : Salle Naneu
2 avril : Salle Teueikan
Animé par : Tam ti Delam

FAMILIALE

KARAOKE FAMILIAL 15 MARS 18H00
Soirée karaoké pour tous !
Salle Naneu

DÉCOUVERTE JEUX DE SOCIÉTÉ 22 MARS 18H00
Venez découvrir de nouveaux jeux de société en famille
Salle Naneu

GIGUE EN FAMILLE 29 MARS 18H00
Venez apprendre à gigner en famille
Salle Teueikan

DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
						1
2	3	4	5	6	7	8
SEMAINE DE RELÂCHE						
9	10 Yoga sur chaise 9h00 Salle Teueikan Cours de peinture 18h30 Salle Teueikan	11	12 Gigue-Danse 9h00 Salle Naneu Innu-aimik ^u 18h30 Salle Naneu	13 Artisanat libre 18h30 Teueikan et Naneu	14	15 Soirée Karaoke familiale 18h00 Salle Naneu
16	17 Aérobie douce 9h00 Salle Naneu Cours de peinture 18h30 Salle Teueikan	18	19 Gigue-Danse 9h00 Salle Teueikan Innu-aimik ^u 18h30 Salle Teueikan	20 Artisanat libre 18h30 Teueikan et Naneu	21	22 Soirée découverte Jeux de société 18h00 Salle Naneu
23	24 Prévention des chutes 9h00 Salle Teueikan Cours de peinture 18h30 Salle Teueikan	25	26 Gigue-Danse 9h00 Salle Naneu Innu-aimik ^u 18h30 Salle Naneu	27 Artisanat libre 18h30 Teueikan et Naneu	28	29 Gigue en famille 18h00 Salle Teueikan
30	31 Curling tapis 9h00 Salle Naneu Cours de peinture 18h30 Salle Teueikan					

POUR PLUS D'INFORMATIONS :
TELEPHONE : 418-968-1938
FACEBOOK : SPORTS ET LOISIRS ITUM



INNU TAKUAIKAN
UASHAT MAK MANI-UTENAM

Pour tous commentaires,
suggestions ou questions,
contactez-nous au
communication@itum.qc.ca

Scannez le code QR pour
accéder aux infolettres
actuelles et précédentes
en ligne :

