

- Chalet des loisirs de Ste-Françoise, G
☎ 418-851-1263
- Sentier glacé au Parc du Mont St-Mathieu, G
☎ 418-738-2298

PATINOIRES INTÉRIEURES

Trois-Pistoles:

- Aréna Bertrand-Lepage, \$
☎ 418-851-2924

St-Jean-de-Dieu:

- Centre communautaire Jean-Claude Belisle, \$
☎ 418-963-2576 poste 4

SKI ALPIN, PLANCHE À NEIGE ET TÉLÉMARK



Gracieuseté du Parc Mont St-Mathieu

- Parc du Mont St-Mathieu
Location d'équipement, \$, ☎, 📍, 📞, pistes entretenues
www.montstmathieu.com
☎ 418-738-2298

LÉGENDE

Gratuit: G Coût: \$
 Famille: 🧑🧒🧒 Chalet: 🏠
 Femme: ♀ Femme enceinte: 🤰
 Restauration: 🍽

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Si vous êtes seul: informez une personne de votre destination et prévoyez une carte d'identification, un cellulaire et de l'argent;
- Utilisez une lampe frontale et des bandes réfléchissantes pour vos activités en soirée;
- Apportez une gourde d'eau et une collation.

TRUCS POUR GARDER SA CHALEUR EN HIVER

- Portez des vêtements adéquats:
 - * Système des multicouches
 - * Vêtements de fibre synthétique ou en laine
 - * Tête, mains et pieds doivent être couverts
- Pour plus d'informations: www.mels.gouv.qc.ca/plaisirshiver

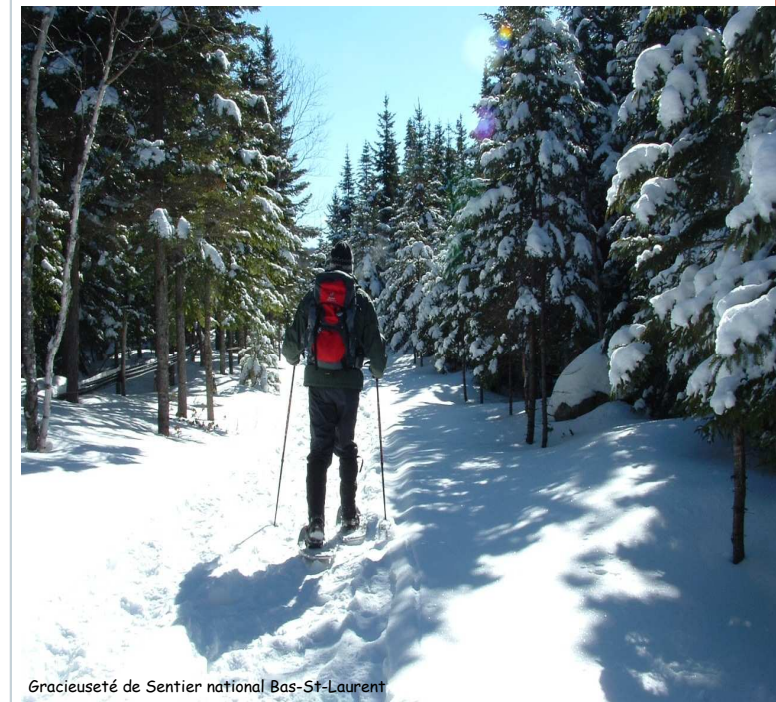
Un merci spécial à tous les bénévoles impliqués dans leur communauté et qui font de leurs efforts une valeur ajoutée à notre MRC.

Centre de santé et de services sociaux
des Basques



CONÇU EN COLLABORATION AVEC UN SOUS-COMITÉ DE LA TABLE DES PARTENAIRES
ADULTE SANTÉ PHYSIQUE ET SANTÉ MENTALE

Le 11 février 2010



Gracieuseté de Sentier national Bas-St-Laurent

❄️ *C'est bouge*
en hiver dans
les Basques!

SENTIER DE MARCHÉ (entretenu)

- **Camping municipal de Trois-Pistoles**
2,5 km faciles, G
☎ 418-851-1995

Clubs de marche:

- **Centre-Femmes Catherine-Leblond**
☎ 418-851-3178 , ♀ , G
- **Club de marche Le Lacet**
☎ 418-851-4864 poste 234, \$
- **Ressources Familiales des Basques**
Marche en traîneau, G, 
☎ 418-851-2662



SENTIERS DE RAQUETTE

(non tracés, non patrouillés)

- **Camping municipal de Trois-Pistoles**
1,5 km et 2,4 km faciles, G
☎ 418-851-1995
- **Parc du Mont St-Mathieu (location d'équipement)**
1,5 km difficiles et 2,7 km très difficiles, \$
☎ 418-738-2298 www.montstmathieu.com
- **St-Jean-de-Dieu**
5 km intermédiaires, G
Accès: départ derrière la Villa Dubé
☎ 418-963-2576 poste 4



• St-Simon

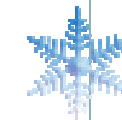
2 km faciles, accès: derrière l'école, G
4,5 km faciles, accès: chemin Père-Côté, G
☎ 418-738-2593

• Sentier national Bas-St-Laurent

Sentier balisé en blanc et rouge, G, location de refuge
www.sentiernationalbsl.com
☎ 418-714-2599

SENTIERS DE SKI DE FOND (entretenus)

- **Camping municipal de Trois-Pistoles**
1 km, 1,5 km et 2,5 km faciles, G, accès à l'entrée du camping ou du stationnement du PABA
☎ 418-851-1995
- **Parc du Mont St-Mathieu**
7,6 km de sentiers faciles à très difficiles, \$, ♀, ♂
www.montstmathieu.com
☎ 418-738-2298
- **St-Jean-de-Dieu**
2 km faciles, 4 km intermédiaires, 5 km difficiles
Droit d'accès au Dépanneur Lebel, \$
Accès: au bout de la rue Rioux
☎ 418-963-3017



• St-Simon

2 km faciles, accès: derrière l'école, G
4,5 km faciles, accès: chemin Père-Côté
☎ 418-738-2593

PATINOIRES EXTÉRIEURES ET SENTIER GLACÉ (entretenus)



- **Aire de jeux Adrien-Côté de Trois-Pistoles, G**
☎ 418-851-4305 (horaire)
☎ 418-851-2924 (conditions de la glace)
- **Centre communautaire de Notre-Dame-des-Neiges, G**
☎ 418-851-2006
- **Centre des loisirs de St-Clément, G**
☎ 418-963-2629 ou 963-6265
- **Centre des loisirs de St-Mathieu-de-Rioux, G**
☎ 418-738-2505
- **Centre des loisirs de St-Médard, G**
☎ 418-963-7119
- **Centre des loisirs de Ste-Rita, \$**
☎ 418-963-2967 ou 963-7153
- **Centre Éloisien de St-Éloi, \$**
☎ 418-898-2404