

Description des activités

Groupe d'achats

Achat de denrées en groupe pour économiser, s'entraider et mieux manger.

Déjeuner Bon matin!

Petit déjeuner complet servi aux tables et ce gratuitement.

Inscriptions aux formations

Période d'inscriptions pour nos activités physiques à faible coût de *Santé et mise en forme, Marche rythmée et Yoga.*

Activités spéciales*

Activités à inscription obligatoire. Les détails de ces activités seront disponibles quelques semaines à l'avance.

Activité culinaire "Cuisinons le..." *

Activités à inscription obligatoire, seulement accessible aux membres. Nombre de places limitées.

Passion & café

Un moment libre pour discuter et échanger tout les mercredis de 14h00 à 16h00.

La Courtepointe

3180, avenue D'Amours

Québec (Ste-Foy) G1X 1L9

Lundi :8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30

Mardi :8h30 à 12h00

Mercredi :8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30

Jeudi :8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30

Tél: 418-657-3836

info@lacourtepointe.net

www.lacourtepointe.net



Circuit d'autobus



800/801 : Des Quatre-Bourgeois / Duchesneau (Station Duchesneau 2112)

807: Sainte-Foy / Duchesneau (Station Duchesneau 1455)

13 : De la Paix / Adrien Drolet (Station A.-Drolet 3428)

PROGRAMMATION

AUTOMNE 2019



La Courtepointe



Septembre 2019	
2	Fête du travail (Fermé)
9	Cuisinons le tofu* 13h30
10	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00
23	Conférence végétalienne #2* 13h30
24	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00



Octobre 2019	
1	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00
4	Sortie aux pommes* 12h30 à 16h00
7	Groupe d'achats 18h45
14	Action de grâce (Fermé)
21	Cuisinons le tempeh* 13h30
22	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00
22	Portes ouvertes 9h00 à 16h00
30	Souper d'Halloween* 17h00 à 19h30



Novembre 2019	
4	Groupe d'achats 18h45
5	Musée de la civilisation* 12h30 à 16h00
12	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00
18	Cuisinons le PVT* 13h30
26	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00



Décembre 2019	
2	Groupe d'achats 18h45
9	Cuisinons le quinoa* 13h30
10	Déjeuner Bon matin! 9h00 à 11h00
11-12	Inscriptions aux activités sportives 10h00 à 12h00
14	Fête de Noël* 10h00 à 14h00
<u>20 décembre 2019 au 5 janvier 2020 Fermé</u>	

Cette programmation est sujet à
 changement sans préavis.
 Merci!