

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
A.M.	<p>9 h 30 à 11 h 30</p> <p>Atelier de peinture Maison Henri-Bergeron</p> <p><u>Inscription requise</u> (13 participants max.)</p> <p>50 \$ (Matériel participant) 65 \$ (Matériel ATCC)</p> <p>Début : 25 septembre Fin : 11 décembre</p>	<p>9 h 30 à 11 h 15</p> <p>Ta Clic Québec Maison Henri-Bergeron (Sous-sol)</p> <p><u>Inscription requise</u> (8 participants max.)</p> <p>Coût : 30 \$</p> <p>Début : 26 septembre Fin : 12 décembre</p> <p>-----</p> <p>11 h à 15 h</p> <p>Café La Jasette Portneuf (Différents lieux)</p>	<p>9 h 30 à 11 h 15</p> <p>Yoga et méditation Centre Lucien-Borne (Salle 304)</p> <p><u>Inscription requise</u> (12 participants max.)</p> <p>Coût : 45 \$</p> <p>Début : 27 septembre Fin : 13 décembre</p>	<p>9 h 30 à 11 h 15</p> <p>Café et Quilles Quillo-Max Val-Bélair</p> <p><u>Inscription requise</u> (24 participants max.)</p> <p>Début : 28 septembre Fin : 14 décembre</p>	<p>9 h 30 à 11 h 00</p> <p>Mise en forme Centre Lucien-Borne (Salle 103)</p> <p><u>Inscription requise</u> (16 participants max.)</p> <p>Coût : 45 \$</p> <p>Début : 29 septembre Fin : 15 décembre</p>
P.M.	<p>Pas d'activités : 9 octobre</p> <p>13 h 30 à 15 h 30</p> <p>Atelier de peinture Maison Henri-Bergeron</p> <p><u>Inscription requise</u> (13 participants max.)</p> <p>50 \$ (Matériel participant) 65 \$ (Matériel ATCC)</p> <p>Début : 25 septembre Fin : 11 décembre</p>	<p>-----</p> <p>13 h 30 à 15 h</p> <p>Danse Centre Ferland (salle RC-03)</p> <p><u>Inscription requise</u> (8 participants max.)</p> <p>Coût : 45 \$</p> <p>Début : 26 septembre Fin : 12 décembre</p>	<p>13 h 30 à 15 h</p> <p>Hockey Balle Dekhockey de la Capitale</p> <p><u>Inscription requise</u> (16 participants max.)</p> <p>Coût : 60 \$</p> <p>Début : 27 septembre Fin : 13 décembre</p>	<p>13 h 30 à 15 h</p> <p>Atelier de chant Centre Lucien-Borne (Salle 304)</p> <p><u>Inscription requise</u> (14 participants max.)</p> <p>Coût : 45 \$</p> <p>Début : 28 septembre Fin : 14 décembre</p>	<p>13 h 30 à 15 h</p> <p>Arts de la scène Centre Lucien-Borne (Salle 304)</p> <p><u>Inscription requise</u> (14 participants max.)</p> <p>Coût : 45 \$</p> <p>Début : 29 septembre Fin : 15 décembre</p>

ACTIVITÉS 18-35 ANS (voir au verso) :


18 OCTOBRE : PROMENADE D'HALLOWEEN **29 NOVEMBRE** : CINÉMA STE-FOY

ACTIVITÉS SPÉCIALES (voir au verso) :

31 OCT : SOIRÉE HALLOWEEN **8 NOV** : 5 À 7 MOCKTAIL **13 DÉC** : INITIATION ESPAGNOL

INSCRIPTIONS : Jusqu'au 30 août 2023, au 418-842-8421 poste 210 ou 1-866-844-8421. Vous devrez spécifier vos choix d'activités régulières par Priorité (1 à 5). Nous vous contacterons d'ici le 1^{er} septembre s'il y a un changement à vos activités. **INFOS** : Voir à l'endos pour plus de détails.

PAIEMENTS : Vous serez facturé à la fin de la session. Veuillez nous aviser si vous cessez une activité, sinon vous devrez assumer les coûts.

SOUPER HALLOWEEN (31 octobre) & 	Activité spéciale <u>Informations</u> : Laurianne Dubé, au poste 210. Souper d'halloween, à 17 h 30, au restaurant le Boston Pizza, situé au 500 Boulevard des Gradins #400, Québec G2J 1A6 . <u>Fin</u> : à 19 h 30. <u>Inscription</u> : avant le 25 octobre (Maximum 25 participants). Vous devez porter un accessoire d'halloween. <u>Coût</u> : Votre repas sur place.
INITIATION ESPAGNOL & (13 décembre)	Activité spéciale <u>Informations</u> : Laurianne Dubé, au poste 210. Initiation espagnol avec la professeur : Claudia Delgado, à 9 h 30 <u>le 13 décembre</u> , à l'Association, à la mi-temps, au 15, boulevard des étudiants, Québec G2A 2S4 <u>Fin</u> : à 11 h 00. <u>Inscription</u> : avant le 1 ^{er} novembre (Maximum 8 personnes). <u>Coût</u> :15 \$
ACTIVITÉS 18-35 ANS 18 octobre & : 29 novembre & :	Activités offertes aux gens de 18-35 ans. <u>Information</u> : Simon Tellier, au poste 217, responsable du groupe. PROMENADE D'HALLOWEEN: Rendez-vous sur place à 10 h, au Pavillon central du MNBAQ, au 1, Avenue Wolfe-Montcalm, à Québec G1R 5H3 . <u>Coût</u> : Gratuit, prévoir de l'argent pour possibilité d'un café après l'activité. <u>Fin</u> : à 12h. <u>Inscription</u> : Avant le 10 octobre. (Maximum 12 participants). Mettre un accessoire d'halloween. CINÉMA CINEPLEX ODÉON STE-FOY: Rendez-vous sur place, soit à 14 h ou à 15 h selon le film du moment, 1200 Autoroute Duplessis, Ste-Foy, Québec G2G 2B5 . <u>Coût</u> : votre entrée sur place et prévoir de l'argent pour possibilité d'un café avant l'activité. <u>Fin</u> : selon le film choisi. <u>Inscription</u> : Avant le 24 novembre. (Maximum 10 participants).
HOCKEY BALLE ♣	Parties non compétitives où les équipes sont formées sur place. <u>Où</u> : Dekhockey de la Capitale, 3850, avenue Chauveau, à Québec G2C 1A1 . <u>Équipements obligatoires</u> : Casque / bâton et tenue sportive. Vestiaire sur place.
5 À 7 STYLE MOCKTAILS & ♣ (8 novembre)	Activité spéciale 5 à 7 <u>Informations</u> : Laurianne Dubé, au poste 210. 5 à 7 Mocktail et dégustation avec Samantha, pour 17 h 00 <u>le 8 novembre</u> , <u>Endroit</u> : à l'Association, au local de la mi-temps, au 15, boulevard des étudiants, Québec G2A 2S4 <u>Fin</u> : à 19 h 00. <u>Inscription</u> : avant le 1 ^{er} novembre (Maximum 12 participants). <u>Coût</u> :20 \$
ATELIER DE CHANT &	Venez faire partie de la chorale de l'Association, dirigée par Maryse St-Onge. Vous aurez les paroles des chansons et vous pourrez suivre les chansons originales ou les trames sonores au rythme de la musique.
ART DE LA SCÈNE &	Exploration en groupe de différents arts liés à la scène. Vous ferez du mime, de l'improvisation, du théâtre et de l'écriture, selon les intérêts des participants.

MAISON HENRI-BERGERON / LA MI-TEMPS : 15, boul. des Étudiants, à Québec, G2A 2S4.

LUCIEN-BORNE : 100, chemin Sainte-Foy, à Québec, G1R 2T2.

CENTRE FERLAND : 1600 8e Ave, Québec City, Québec G1J 3N5

DEK HOCKEY CHAUVEAU : 3850 Av. Chauveau, Québec, QC G2C 1A1

STAC : pour les activités spéciales, vous devez réserver votre transport.