

Pour les enfants/ado

Pour la famille

Pour les aînés

Inscription
obligatoire

Pour les parents

Ouvert à tous

Pour les adultes

Événements et activités de décembre 2025

**Cliquez sur les activités
soulignées pour obtenir
plus d'informations!**

Dimanche 30 novembre	Lundi 1er décembre	Mardi 2 décembre	Mercredi 3 décembre	Jeudi 4 décembre	Vendredi 5 décembre	Samedi 6 décembre
	<p><u>13h à 15h : Groupe d'entraide pour personnes endeuillées (hybride) - L'Alternative soutien psychosocial</u></p> <p><u>19h : Atelier sur le vélo d'hiver - Coop Roue-Libre</u></p>	<p><u>9h-16h : Jeux libres (SM) - Ressource Espace Familles</u></p> <p><u>9h30-12h: Lait-Jasette - Chantelait</u></p> <p><u>12h : Assistance technologique - Bibliothèque Monique-Corriveau</u></p> <p><u>19h : Si tu osais et que tout allait bien... Audace ta vie! - Bibliothèque Monique-Corriveau</u></p>	<p><u>9h-12h : Jeux libres (SU) - Ressource Espace Familles</u></p> <p><u>19h : Conseil de quartier Cité-Universitaire</u></p> <p><u>19h : Conseil de quartier Pointe-de-Sainte-Foy</u></p>		<p><u>9h-12h : Jeux libres 0-5 ans (SU) - REF</u></p> <p><u>19h-22h: Soirée jeux de société - Monique-Corrivea</u></p>	<p><u>11h-16h : Noël Brésilien - Loisirs Saint-Benoît</u></p> <p><u>13h30 : Samedi de jouer - Bibliothèque Roger-Lemelin</u></p>
Dimanche 7 décembre	Lundi 8 décembre	Mardi 9 décembre	Mercredi 10 décembre	Jeudi 11 décembre	Vendredi 12 décembre	Samedi 13 décembre
<p><u>10h -16h30 : Salon de Noël des Artisanas au fil du temps - Centre communautaire de Cap-Rouge</u></p>		<p><u>9h-16h : Jeux libres (SM) - Ressource Espace Familles</u></p> <p><u>9h30-12h: Lait-Jasette - Chantelait</u></p> <p><u>19h : Conseil de quartier</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Plateau • Aéroport • Sillery. <p><u>13h30 à 16h : Groupe d'entraide pour personnes endeuillées - L'Alternative soutien psychosocial</u></p>	<p><u>9h-12h : Jeux libres (SU) - Ressource Espace Familles</u></p> <p><u>19h : Conseil de quartier Saint-Louis</u></p>		<p><u>9h-12h : Jeux libres 0-5 ans (SU) - REF</u></p>	<p><u>10h -16h : Marché de Noël de Cap-Rouge - Marché public de Cap-Rouge</u></p>

Pour les enfants/ado

Pour la famille

Pour les aînés

Inscription
obligatoire

Pour les parents

Ouvert à tous

Pour les adultes

Événements et activités de décembre 2025



**Cliquez sur les activités
soulignées pour obtenir
plus d'informations!**

Dimanche 14 décembre	Lundi 15 décembre	Mardi 16 décembre	Mercredi 17 décembre	Jeudi 18 décembre	Vendredi 19 décembre	Samedi 20 décembre
<p><u>14h-16h : Fête de Noël - Loisirs Saint-Louis-de-France</u></p>	<p><u>19h : Conseil de quartier Cap-Rouge</u></p>	<p><u>9h-16h : Jeux libres (SM) - Ressource Espace Familles</u></p> <p><u>9h30-12h: Lait-Jasette - Chantelait</u></p> <p><u>12h : Assistance technologique - Bibliothèque Monique-Corriveau</u></p>	<p><u>9h-12h : Jeux libres (SU) - Ressource Espace Familles</u></p> <p><u>18h à 20h : Groupe d'entraide pour personnes endeuillées (zoom) - L'Alternative soutien psychosocial</u></p>		<p><u>9h-12h : Jeux libres 0-5 ans (SU) - REF</u></p> <p><u>18h : Bidule Man de Noël - Bibliothèque Monique-Corriveau</u></p>	
Dimanche 21 décembre	Lundi 22 décembre	Mardi 23 décembre	Mercredi 24 décembre	Jeudi 25 décembre	Vendredi 26 décembre	Samedi 27 décembre
				Férié		<p><u>10h : Mission Noël - Bibliothèque Monique-Corriveau</u></p>

Ressources Espace Famille - REF **(1000 Rue de Bar le Duc, Québec,** **QC G1W 4X6):**

Jeux libres : Venez rencontrer d'autres parents tout en stimulant votre enfant de 0-5 ans lors des périodes de jeux libres.
Vous n'avez qu'à vous présenter sur place.
Activité gratuite offerte aux membres de REF

Comptoir alimentaire NDF: Service de comptoir alimentaire avec inscription obligatoire. Pour vous inscrire, visitez le site web de REF.

Plusieurs autres activités pour les familles : sorties, halte-garderie, chefs en herbe, magie de la science, éveil musical.

Consulter le site web pour plus d'informations : <https://www.ressourceespacefamilles.com/>

SM: Centre Saint-Mathieu (1000 rue de Bar le Duc)

SU: Centre Sainte-Ursule (3224 Rue Armand Hamelin)

NDF: Centre Notre-Dame-de-Foy (771 Rue Jacques Berthiaume)

Loisirs Saint-Benoît

Le Noël Brésilien revient pour sa 3e édition, rassemblant le meilleur de la culture, de l'art et de la gastronomie brésilienne à Québec!

Venez découvrir cet événement chaleureux avec plus de 10 exposants brésiliens, présentant des produits uniques, des saveurs inoubliables et toute la joie tropicale dans une ambiance festive de Noël!

Date : 6 décembre, de 11h à 16h

Lieu : Centre Communautaire Claude Allard - 3200, avenue d'Amours, Québec

Contribution de 1\$

Stationnement gratuit

Apportez votre famille et vos amis pour célébrer Noël avec la chaleur et la créativité du Brésil!

L'Alternative - soutien psychosocial

La mission de l'organisme est axée sur les besoins psychosociaux des individus, couples et familles.

Groupe d'entraide pour personnes

endeuillées : Les groupes d'entraide sur le deuil s'adresse aux personnes endeuillées par le décès d'un être cher. Que ce deuil soit récent ou non, ce groupe d'entraide favorise l'échange et le soutien entre personnes endeuillées pendant ces moments difficiles à traverser.
Inscription obligatoire

Groupe de discussion pour hommes :

Moment pour discuter et écouter sur des sujets comme les relations interpersonnelles, la santé mentale et physique, la paternité et la famille, identité et questionnements. PIZZA OFFERTE!

Inscription obligatoire

Groupe de partage pour personnes

endeuillées : Groupe de partage pour les personnes endeuillées par le décès d'un être cher.

Inscription obligatoire

418 681-0141

info@l-alternative.com

Maison de la BD

La Maison de la BD offre plusieurs activités pour tous.

2825 Chemin Ste-Foy, Québec

info@maisonbd.com

(418) 651-8462

<https://maisonbd.com/>

Vie de quartier

Plusieurs activités gratuites offertes au Centre de Centre de loisirs Notre-Dame-de-Foy
771 rue Jacques-Berthiaume

Pour plus d'information :
activite@carrefourdactions.com
418-564-3776

Maison des Jeunes (12-18 ans)

Consulter les réseaux sociaux des MDJ pour connaître la programmation

Mdj l'Envol de Sainte-Foy

Maison des Jeunes de Cap-Rouge la Symbiose

Maison des jeunes de Sillery - L'ÉLÉMENT