

# Prenez votre SANTÉ en main

Marchez avec nous à la découverte des beautés  
de Pointe-de-Sainte-Foy / Cap-Rouge

**Quand** : le dimanche 15 novembre 2015

**Départ** : 10 h 00

**Rendez-vous** : au Parc Provancher, 4170 rue Michel-Hervé, Cap-Rouge

**Coût** : Gratuit

**Prévoir** : lunch, caméra, bottes et imperméable, s'il y a lieu. Carte du RTC  
ou monnaie, pour le retour en autobus du circuit de l'après-midi.

Notez que les sentiers ne sont pas tous entretenus.

Pour information supplémentaire, contactez M. Claude Bernier au 418 683-1409.








## Le circuit des boisés de la Pointe-de-Sainte-Foy

### Composantes:

- 1 Vieux Cap-Rouge
- 2 Rivière Cap-Rouge
- 3 Tracel
- 4 Marina
- 5 Parc Cartier-Roberval
- 6 Boisé Marly
- 7 Boisé des Compagnons
- 8 Boisé Neilson
- 9 Chemin St-Louis
- 10 Plage Jacques Cartier

 Circuit

### Légende:

-  Réseau ferroviaire
-  Rues principales
-  Rues secondaires
-  Réseau de l'Écolobus
-  Parcours piétons (sentiers pédestres)
-  Pistes cyclables
-  Parcours navette fluviale

### Principaux stationnements et points de rencontre pour l'Écolobus:

- 1: stationnement mail de Cap-Rouge
- 2: stationnement Marly
- 3: stationnement des Compagnons de Cartier
- 4: stationnement du Campanile
- 5: stationnement des Quatres-Bourgeois
- 6: stationnement du parc Cartier-Roberval
- 7: stationnement de l'Église de Cap-Rouge
- 8: stationnement de l'école des Grandes-Marées

# PRENEZ VOTRE SANTÉ EN MAIN!

## Le plaisir sera au rendez-vous

Invitation de :



CONSEIL  
DE QUARTIER  
DE LA POINTE-DE-SAINTE-FOY

CLUB DE  
**MARCHE**  
DE QUÉBEC



LA MAISON  
LÉON-PROVANCHER



Nature Québec  
sensible à tous les milieux