

PROGRAMMATION

Printemps 2025

CENTRE
D'Action **BÉNÉVOLE**
DE LA MITIS

CENTRE DE JOUR COMMUNAUTAIRE

Mardi et mercredi: 9h30 à 14h30

Jeu: 9h à 13h



Inscriptions au
418-775-4144 poste 225

Défini aux personnes de 65 ans et +,
les activités stimulantes offertes
favorisent la socialisation et le maintien
des fonctions cognitives et physiques.

GROUPE DE SOUTIEN POUR LES PERSONNES PROCHES AIDANTES

Rencontres bimensuelles les
jeudis de 14h à 15h30

Inscriptions au
418-775-4144 poste 226

Notre intervenant est là pour vous
soutenir dans votre parcours.

11 JUIN, 19H

**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
ANNUELLE**

Où: 111, avenue de la
Gare, Mont-Joli

Inscriptions:

418-775-4144 Poste 221

Contactez-nous!

418-775-4144

<https://www.actionbenevolebsl.org/>

<https://www.facebook.com/cab.delamitis>

Suivez nous
sur Facebook!



ACTIVITÉS GRATUITES
(contributions volontaires)

27 AVRIL

10H30

**Diner de
reconnaissance**
(pour les bénévoles du CAB)

Où: 111, avenue de la Gare,
Mont-Joli

Inscriptions: 418-775-4144
Poste 224

28 AVRIL

10H00

Activité communautaire
Classe d'exercices
Places limitées

Où: 111, avenue de la Gare,
Mont-Joli

Inscriptions: 418-775-4144
Poste 225

8 MAI

14H00

**Présentation
du Carnet santé**
Avec Amélie Lavoie-Quesnel
(CLEF Mitis-Neigette)

Où: 111, avenue de la Gare,
Mont-Joli

Inscriptions: 418-775-4144
Poste 225

16 MAI

10H00

Activité communautaire
Yoga
Places limitées

Où: 111, avenue de la Gare,
Mont-Joli

Inscriptions: 418-775-4144
Poste 225

13 JUIN

19H00

Pièce de théâtre
La vie des autres

Où: Centre Colombien (1385 Bd
Jacques - Cartier, Mont-Joli)

Inscriptions: 418-775-4144
Poste 226

16 JUIN

13H00

Activité communautaire
Marche
Parc du ruisseau Lebrun

Où: 251 av. du Sanatorium,
Mont-Joli

Inscriptions: 418-775-4144
Poste 225

