

# ACTIVITÉS DU MILIEU DE VIE

JANVIER 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
29  <b>FERMÉ</b>	30  <b>FERMÉ</b>	31  <b>FERMÉ</b>	1  <b>FERMÉ</b>	2  <b>FERMÉ</b>
5 <b>Café-causerie</b> 9 h à 12 h  <b>Bingo 3\$/ Tricot</b> 13 h à 15 h	6 <b>Café-causerie</b> 9 h à 12 h  <b>Tricot*</b> Berceuses de Laine 13 h à 15 h	7 <b>Café-causerie</b> 11 h à 12 h  <b>Jeux de cartes</b> 13 h à 15 h	8 <b>Jeux de société</b> 9 h à 12 h  <b>Aide à la technologie</b> 13h à 15 h	9 <b>Création de carte</b> 9 h à 11 h  <b>Ateliers artistiques</b> 13 h à 15 h
12 <b>Café-causerie</b> 9 h à 12 h  <b>Bingo 3\$/ Tricot</b> 13 h à 15 h	13 <b>Café-causerie</b> 9 h à 12 h  <b>Tricot*</b> Berceuses de Laine 13 h à 15 h	14 <b>Café-causerie</b> 11 h à 12 h  <b>Jeux de carte</b> 13 h à 15 h	15 <b>Jeux de société</b> 9 h à 12 h  <b>Aide à la technologie</b> 13h à 15 h	16 <b>Création de cartes</b> 9 h à 10 h  <b>Ateliers artistiques</b> 13 h à 15 h
19 <b>VieActive*</b> Sainte-Anne 9 h à 10 h  <b>Bingo 3\$/ Tricot</b> 13 h à 15 h	20 <b>VieActive*</b> Château-Richer 9 h à 11 h  <b>Tricot*</b> Berceuses de Laine 13 h à 15 h	21 <b>Café-causerie</b> 11 h à 12 h  <b>Jeux de carte</b> 13 h à 15 h	22 <b>Jeux de société</b> 9 h à 12 h  <b>Aide à la technologie</b> 13 h à 15 h	23 <b>Création de cartes</b> 9 h à 11 h  <b>Ateliers artistiques</b> 13 h à 15 h
26 <b>VieActive*</b> Sainte-Anne 9 h à 10 h  <b>Bingo 3\$/ Tricot</b> 13 h à 15 h	27 <b>VieActive*</b> Château-Richer 9 h à 11 h  <b>Tricot*</b> Berceuses de Laine 13 h à 15 h	28 <b>Café-causerie</b> 11 h à 12 h  <b>Jeux de carte</b> 13 h à 15 h	29 <b>Jeux de société</b> 9 h à 12 h  <b>Aide à la technologie</b> 13 h à 15 h	30 <b>Création de cartes</b> 9 h à 11 h  <b>Ateliers artistiques</b> 13 h à 15 h

\*Activités à l'extérieur de nos locaux: nous téléphoner pour réserver

**Le Quartier Général,**  
un lieu pensé pour les aînés!

418-827-8780



**Association Bénévole**  
Côte-de-Beaupré