



Avril 2026

Centre Communautaire l'Amitié

418-522-5719

| | | | | | |
|-------|-------|----------|-------|----------|--------|
| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|-------|-------|----------|-------|----------|--------|

**Veillez noter que les activités de la semaine du 6 au 11 avril auront lieu dans des locaux extérieurs (55, des Commissaires Ouest ou 160, Charest Est).
Merci de porter attention à la programmation pour vous diriger au bon endroit**

Dès le lundi 13 avril, les activités reprendront dans nos locaux habituels, au 59, rue Notre-Dame-des-Anges !

| | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|--|------------------------|---|-----------------|--|--------------------|---|--------------------|-------------------------|-----------------|
| 6 | Fermé AM | 7 | Inscriptions AM | 8 | Fermé AM | 9 | Déjeuner AM | 10 | Déjeuner AM | 11 | Fermé AM |
| Fermé Congé de Pâques | | Inscriptions aux activités du mois d'avril de 9 h 15 à 11 h 30 au 160, Charest Est Inscriptions téléphonique dès 13 h | | Café libre au 160, Charest Est à 13 h 15 | | Déjeuner de 9 h 15 à 10 h 30 (fermeture à 11 h 30) au 55, des commissaires O. Sortie au Salon du livre départ du Centre à 13 h 30 | | Déjeuner de 9 h 15 à 10 h 30 (fermeture à 11 h 30) au 55, des commissaires O. Café libre au 160, Charest Est à 13 h 15 | | Fermé PM | |
| 13 | Fermé AM | 14 | Déjeuner AM | 15 | Fermé AM | 16 | Fermé AM | 17 | Déjeuner AM | 18 | Fermé AM |
| Dîner profits à 12 h Échanges et suivis du Centre à 13 h 15 Café libre à 13 h | | Sortie Cabane à sucre sur le Parvis de l'Église St-Roch Départ du Centre à 11 h | | Café libre à 13 h Atelier de cuisine à 13 h 15 | | Distribution alimentaire pour les membres dès 13 h | | Sortie Cinéma Cartier en PM Horaire à confirmer | | Fermé PM | |
| Période d'inscriptions pour recevoir les denrées du 13 au 15 avril 2026 | | | | | | | | | | | |
| 20 | Déjeuner AM | 21 | Déjeuner AM | 22 | Fermé AM | 23 | Déjeuner AM | 24 | Déjeuner AM | 25 | Fermé AM |
| Consultation pour le mois de mai à 10 h 30 Café libre à 13 h | | Bougeons ensemble à 11 h Atelier créatif Capteurs de rêve à 13 h 30 | | Café libre des Fêtés du mois d'avril à 13 h | | Sortie Érablière du Cap Départ à 10 h 45 | | Café libre à 13 h Atelier « Ma bulle, ta bulle » à 13 h 30 | | Grande cuisine à 9 h 15 | |
| 27 | Déjeuner AM | 28 | Déjeuner AM | 29 | Fermé AM | 30 | Déjeuner AM | Heures d'ouverture du Centre (dès le 13 avril) Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9 h 15 à 11 h 45 et de 13 h à 16 h 15 et le mercredi de 13 h à 16 h 15 | | | |
| Café libre à 13 h Rencontre de création du journal à 13 h 30 | | Bougeons ensemble à 11 h Poule aux œufs d'or printanière à 13 h 30 | | Souper communautaire à 17 h Fermeture du Centre à 19 h | | Café libre à 13 h Atelier de cuisine à 13 h 15 | | | | | |

59, Notre-Dame-des-Anges, Québec G1K 3E4 418-522-0737 (bureau) www.centrecommunautairelamitie.com



Détails des sorties et activités du mois d'avril 2026

Jeudi 9 avril : Salon international du livre de Québec, départ à 13 h 30

Où : 1000, boul. René-Lévesque Est, Québec. Coût : 3 \$. Venez visiter les différents exposants de ce rendez-vous annuel de la littérature ! Rendez-vous au Centre à 13 h, départ à 13 h 30. Le Centre fournit les billets d'autobus. Places limitées à 15 personnes. Inscriptions requises avant jeudi 9 avril à 11 h 45.

Lundi 13 avril : Dîner profits à 12 h

Au menu : Pains Hector et chips. Coût : 2,50 \$ pour une portion, 0,50 \$ pour le breuvage. Ouvert à tous, sans inscription.

Lundi 13 avril : Échanges et suivis du Centre à 13 h 15

Échanges et suivis de la boîte à commentaires et suggestions. Bienvenue à tous !

Mardi 14 avril : Sortie à la cabane à sucre de l'Engrenage St-Roch, départ à 11 h

Venez participer avec nous à la Cabane à sucre sur le Parvis de l'église St-Roch, organisée par l'Engrenage St-Roch ! Rendez-vous au Centre à 10 h 45, départ à 11 h. Tire, soupe aux pois et animation sont au menu.

Mercredi 15 avril et jeudi 30 avril : Atelier de cuisine à 13 h 15

Coût : 1,50 \$ par portion. Maximum de deux portions, non-remboursable après la date limite. Places limitées à 6 personnes. Date limite d'inscriptions la journée précédant l'activité à 16 h 15.

| DATE | PLAT PRINCIPAL | DESSERT OU ENTRÉE |
|----------|--|----------------------------|
| 15 avril | Jambon à l'érable avec légumes verts et purée de patates | Saucisses cocktail |
| 30 avril | Poulet à la canadienne avec salade de choux | Pouding chômeur à l'érable |

Jeudi 16 avril : Distribution alimentaire pour les membres inscrits

Groupe 1 à 13 h / Groupe 2 à 14 h / Groupe 3 à 15 h
*Accompagnateurs admis **SEULEMENT** dans le **GROUPE 3***

Inscriptions en personne ou par téléphone du lundi 13 avril à 9 h 15 au mercredi 15 avril à 16 h 15. Inscrivez-vous tôt, les places sont limitées à 70 personnes. Carte de membre 2026 obligatoire. Veuillez apporter vos sacs et sac thermal, un *Ice pack* ou une bouteille d'eau congelée.

* La distribution du 3^e groupe termine à 15 h 45.

Vendredi 17 avril : Sortie - Cinéma Cartier – Horaire à confirmer

Où : 1019, Av. Cartier. Venez visionner le film de votre choix ! Coût : 4 \$. Prévoir vos billets d'autobus. Date limite d'inscriptions vendredi 17 avril à 11 h 45.

Lundi 20 avril : Consultation pour la programmation du mois de mai à 10 h 30

Venez partager vos idées d'activités et de sorties pour le mois de mai ! Sans inscription, bienvenue !

Mardis 21 et 28 avril : Bougeons ensemble à 11 h

Activité physique adaptée, debout ou sur chaise. Gratuit, ouvert à tous et sans inscription. Bienvenue !

Mardi 21 avril : Atelier créatif – Capteurs de rêve à 13 h 30

Coût : 2 \$, non-remboursable après la date limite d'inscriptions. Venez apprendre à créer un capteur de rêve ! Places limitées à 12 personnes. Inscriptions requises au plus tard mardi le 21 avril à 11 h 45.

Mercredi 22 avril : Café libre des Fêtes du mois d'avril à 13 h 30

C'est votre anniversaire au mois d'avril ? Venez à ce café libre, une douceur vous sera offerte !

Jeudi 23 avril : Sortie à l'Érablière du Cap, départ à 10 h 45

On va se sucrer le bec ! Coût : 20 \$. Places limitées à 44 personnes. Rendez-vous au Centre à 10 h 15. Départ à 10 h 45 et retour prévu au Centre vers 16 h 15.

Date limite d'inscriptions le mercredi 22 avril à 16 h 15.

Vendredi 24 avril : Atelier « Ma bulle, ta bulle » à 13 h 30

Nous discuterons de comment s'exprimer avec respect, poser ses limites et mieux comprendre celles de l'autre. Un moment pour apprendre à communiquer ses besoins tout en respectant l'espace de l'autre. Accueil à 13 h, début de l'atelier à 13 h 30. Places limitées à 12 participants.

Date limite d'inscriptions vendredi 24 avril à 11 h 45.

Samedi 25 avril : Grande cuisine à 9 h 15

Menus : Soupe aux pois au jambon, pâté au saumon, ragoût de boulettes et patates jaunes. Coût : 2 \$ la portion. Maximum de 2 portions par recette, non-remboursable après la date limite d'inscriptions. Places limitées à 8 personnes. Dîner inclus. Inscriptions requises avant vendredi 24 avril à 16 h 15.

Lundi 27 avril : Rencontre de création du journal à 13 h 30

Places limitées à 7 personnes. Venez participer à la création du journal du Centre ! Inscriptions requises.

Mardi 28 avril : Poule aux œufs d'or printanière à 13 h 30

Coût : 2 \$, non-remboursable après la date limite d'inscription. Places limitées à 25 personnes. Accueil à 13 h, début de l'activité à 13 h 30. Inscriptions requises au plus tard mardi le 28 avril à 11 h 45.

Mercredi 29 avril : Souper communautaire à 17 h

Menu à déterminer. Coût : 4 \$, non-remboursable après la date limite d'inscriptions. Places limitées à 40 personnes. Fermeture du Centre à 19 h. Date limite d'inscriptions le mardi 28 avril à 16 h 15.

