

As of January 6th. 2026

# Centre Bienvenue—WINTER 2026

[www.centrebienvenue.org](http://www.centrebienvenue.org)

[www.facebook.com/centrebienvenue](http://www.facebook.com/centrebienvenue)

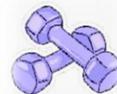


## Monday

Expressive Writing  
10am-11am



Exercise Class  
12:00pm – 1:00pm



Karaoke / films  
1:30pm – 3:00pm



Registration is  
obligatory for the  
groups in blue.

## Tuesday

**Cafe Transit**   
**Open every day**  
**Coffee & Snacks**



Journal writing Group  
10:00am-11:30 am



Sport Activities  
1:30pm - 3pm  
Hockey COSOM  
Leave center at 1pm

## Wednesday

Light Yoga, bi-  
weekly  
10:30am-11:00am



Community Lunch  
12pm  
2\$



Creative Art  
1pm - 2:30pm



Musical Creation  
2:45pm - 3:15pm



## Thursday

Center opens  
at 12:30

Discussion



1:30pm -2:30pm

Community  
Dinner  
5pm - 5:30pm  
2\$



Ping-pong, various  
Games



5:30pm - 7pm



## Friday

Radio CKCT  
9:30am-12:00pm  
Billard  
1:30pm-3:00pm

## Opening Hours

Mon: 9:30-3pm  
Tues: 9:30-3pm  
Wed: 9:30-5pm  
Thurs: 12:30-7pm  
Friday: 9:30-3pm



Join us and spend  
some time at the  
Café Transit!

40<sup>e</sup>

centre  
**BIENVENUE**  
1978-2018

**TRANSIT**  
vers l'emploi

**PAAS program to  
help integrate into  
workforce (French)**

In Collaboration: CSMB  
Mon. to Friday  
8:30AM - 12:30PM

À partir du 6 janvier 2026

[www.centrebienvenue.org](http://www.centrebienvenue.org)



# Centre Bienvenue –HIVER 2026



[www.facebook.com/centrebienvenue](https://www.facebook.com/centrebienvenue)

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

## Heures

### d'Ouverture

Lundi: 9h30-15h

Mardi: 9h30-15h

Merc: 9h30-17h

Jeudi: 12h30-19h

Vend: 9h30-15h



Venez passer du temps au Café Transit!

Écriture expressive  
10:00 - 11:00



**Café Transit**



**Ouvert tous les jours**  
**Café et collations**



Yoga léger

10:30 - 11:00



Mise en forme  
12:00 – 13:00



Groupe écriture  
d'un journal  
10:00 -11:30



Dîner  
collectif

12:00  
2\$



Discussion



13:30-14:30

Karaoke / films  
13:30 – 15:00



Divers sports  
13:30-15:00  
Hockey COSOM  
Départ du Centre 13:00

Art créatif

13:00- 14:30



Souper communautaire

17:00 - 17:30

2\$



L'inscription est  
obligatoire pour les  
groupes en bleu.

Création musicale  
14:45-15:15



Ping Pong et jeux variés

17:30-19:00



Radio CKCT  
9:30-12:00  
Billard  
13:30-15:00

**TRANSIT**  
vers l'emploi

Programme PAAS  
Vers une intégration  
au travail  
collaboration CSMB  
lundi au vendredi  
8h30 - 12h30

40<sup>e</sup>  
centre  
BIENVENUE  
1978-2018