



**Activités valorisantes
de jour**

Programmation Hiver

1 février au 17 juin 2016

Coordonnées

2904 Dupras
Mascouche, Québec
J7K 1T2

Téléphone: 450-474-7007

Télécopieur: 450-474-2707

Courriel: assrosebleue@videotron.ca

Site Web : www.associationlarosebleue.com

Briser l'isolement.....

Un rêve à bâtir,

Une réalité à construire

Table des Matières

Introduction	3
Durée et heures d'ouverture	3
Critères d'admissibilité	4
Modalités d'inscription aux activités valorisantes de jour	4
Politique de remboursement	4
Transport	5
Articles requis	5
Code de vie	5
Politique tempête de neige et verglas	6
Jours fériés et vacances	6
Horaire des activités	7
Description des activités offertes	8 s.

Bonne session

Gymnastique douce



La gymnastique douce est une activité corporelle qui aide à améliorer votre circulation sanguine et votre santé. Lors de l'activité, un enseignant vous aidera à exécuter les mouvements.

Zoo-environnement



Dans cet atelier, vous apprendrez à connaître le monde animal et son environnement dans la nature.

- Veuillez noter qu'une copie du certificat de naissance et de la carte d'assurance maladie sont nécessaires pour participer aux activités.

Introduction

C'est avec plaisir que nous vous présentons la programmation d'hiver pour les activités valorisantes jour.

Ces activités s'adressent aux personnes de la MRC les Moulins vivant avec une déficience intellectuelle et ont pour but de développer et de maintenir leur autonomie et de leur permettre de développer de nouvelles habilités, et ce, sous la supervision de nos intervenantes, professionnels et d'enseignants du Centre L'Avenir.

Durée et les heures d'ouverture

- Du 1 février au 17 juin 2016
- Lundi au vendredi
- Journée complète : 9h à 16h
- Demi-journée : 9h à 12h
13h à 16h

Les membres inscrits peuvent participer aux activités de La Rose Bleue pour des périodes d'une demi-journée ou d'une journée complète selon la capacité de chacun.

Les critères d'admissibilité

1. Être membre de La Rose Bleue.
2. Être âgé(e) entre 21 ans et 60 ans inclusivement.
3. Avoir la capacité de fonctionner en groupe.

Modalités d'inscription aux activités valorisantes de jour

Vous devez obligatoirement :

1. Compléter la fiche d'inscription et la fiche médicale au plus tard le **25 janvier 2016**.
2. Inclure un chèque payable à La Rose Bleue pour les journées choisies avant le début des activités. Des modalités d'entente de paiement peuvent être prises.

Si nous éprouvons des difficultés à respecter votre choix, nous vous contacterons par téléphone.

Politique de remboursement

Les frais des activités sont non remboursables, sauf pour des raisons médicales et sur présentation d'un certificat médical.

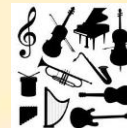
Activités structurées

Les intervenantes vous feront participer à une panoplie d'activités afin de développer votre autonomie et de vous faire découvrir de nouvelles habilités.

**ACTIVITÉS OFFERTES EN COLLABORATION
AVEC LE CENTRE L'AVENIR**



Musicothérapie



Si vous aimez la musique, laissez-vous guider par le musicothérapeute qui utilise la musique comme mode d'intervention afin de vous aider à améliorer ou à maintenir votre santé physique et psychologique.

Arts Plastiques



L'objectif de l'enseignant est de développer et de susciter votre intérêt artistique dans un environnement propice à la création

**LES ACTIVITÉS OFFERTES À LA ROSE BLEUE
PAR NOS INTERVENANTES ET DES
PROFESSIONNELS**

La Zoothérapie



La thérapeute d'expérience et son animal (chien, lapin, cochon d'inde) sauront vous offrir plusieurs formes de communication et le

« lâcher-prise » nécessaire pour apprendre dans une atmosphère peu ordinaire.

Les rencontres sont basées sur la stimulation, la confiance en soi, les liens sociaux ainsi que la détente et les loisirs.



Atelier de djembé



À l'aide d'une méthode unissant le plaisir et la technique, explorez dans un cadre amical et stimulant l'art de la percussion africaine et sa tradition. Vibrez au son du djembé, cet instrument fascinant, qui multiplie les cercles

d'adeptes à travers le monde.



Transport



N'oubliez pas qu'il est de votre responsabilité de réserver votre transport auprès du Service de transport adapté. **450-964-1098**

Articles requis

À tous les jours, le participant doit avoir dans son sac à dos :

1. Un lunch, deux collations et ustensiles.
2. Une bouteille d'eau
3. Le cahier de communication

Nous vous recommandons de bien identifier vos articles personnels pour éviter de les perdre.

Nous vous suggérons fortement de laisser vos objets de valeur à la maison car nous ne sommes pas responsables des objets perdus.

Code de vie

- Respectez tous les membres et intervenants.
- Participez aux activités avec le sourire.
- Écoutez attentivement les explications et suivre les directives.

Politique tempête de neige et verglas

En présence de conditions météorologiques difficiles, nous vous suggérons d'écouter les nouvelles pour savoir si la Commission scolaire des Affluents est fermée.

Lorsque les écoles sont fermées, La Rose Bleue est également fermée car le service du transport adapté annule alors tous ses déplacements.

Jours fériés et vacances

Fête du travail :	7 septembre 2015
Action de grâce :	12 octobre 2015
Temps des fêtes :	19 décembre 2015 au 3 janvier 2016 inclusivement
Pâques :	28 mars 2016
Fête des patriotes :	23 mai 2016
Vacances d'été :	20 août 2015 au 4 septembre 2016 inclusivement

Horaire des activités

	Avant-midi		Après-midi
Lundi	Musicothérapie <small>(si entente avec Centre L'Avenir)</small>	ou	Musicothérapie
Mardi	Musicothérapie	ou	Musicothérapie
Mercredi	Zoo-environnement	et	Gym douce
Jeudi	Musicothérapie	et	Arts Plastiques
Vendredi	Atelier de djembé	et	Zoothérapie

En dehors des plages-horaire animée par les enseignants du Centre L'Avenir ou des professionnels, les membres participent à des **activités structurées** animées par les intervenantes de La Rose Bleue.

Veuillez prendre note que les membres sont toujours assistés et supervisés par les intervenantes de La Rose Bleue, peu importe l'activité ou la période de la journée.

- ❖ Activités offertes à La Rose Bleue par des professionnels.
- ❖ Activités offertes à La Rose Bleue en collaboration avec le Centre L'Avenir.