

Le plaisir de bouger



Il est important pour vous d'avoir une bonne santé, améliorer ou de maintenir votre condition physique, alors venez bouger sur de la musique entraînant avec le professeur de

Le Plaisir de Bouger. Plaisir garanti.

⇒ 14 juillet et 11 août en après-midi




ÉducaZoo

L'intervenante d'Éducazoo vous donnera la possibilité d'établir un contact avec plusieurs espèces d'animaux domestiques et exotiques plus ou moins connus d'une façon sécuritaire et répondra à toutes vos questions.

⇒ 21 juillet en après-midi



La Rose Bleue

 2904 Dupras	Téléphone : 450-474-
Mascouche, QC	7007
J7K 1T2	Télécopie : 450-474-
	2707



*Là où la **D**éficienc**e** **I**ntellectuelle s'épanouit*

PROGRAMMATION 2017

Activités valorisantes estivales

Coordonnées

2904 Dupras
Mascouche, Qc
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 les heures d'ouverture	3
Les critères d'admissibilité	4
Modalités d'inscription	4
Politique de remboursement	4
Transport	5
Articles requis	5
Code de vie	6
Description des activités	6-8

Yoga sur chaise



S'il est important pour vous de favoriser un mieux-être physique et mental, le Yoga est pour vous . Venez expérimenter les différents aspects du Yoga dans une pratique **adaptée** à vos besoins. Grâce à des postures, à la respiration, au son, à la relaxation et à la méditation, vous vivrez une expérience pour prendre soin de vous.



Carole Poupart

⇒ 7 juillet et 4 août en après-midi

Les matinées jardange

Cet été, en plus de jardiner, vous pourrez laisser aller votre créativité en réalisant des aménagements paysagers sur le terrain de La Rose Bleue. Nous vous attendons en grand nombre.



⇒ Les vendredis avant-midi

Code de vie

- ⇒ Respectez tous les membres et intervenants de La Rose Bleue.
- ⇒ Participez aux activités avec le sourire
- ⇒ Écoutez attentivement les explications et suivez les

Description des Activités

Activités Structurées

À tous les jours, vous participerez à une panoplie d'activités, plus variées les unes des autres, afin de vous faire vivre de nouvelles expériences tout au long de l'été selon les caprices de Dame Nature.

Peinture sur céramique



Venez découvrir les techniques de la peinture sur céramique et créer une pièce unique avec l'animatrice de L'espace Créatif.

- ⇒ 28 juillet en après-midi



Introduction

C'est avec plaisir que nous vous présentons notre programmation pour la saison estivale.

Cette programmation s'adresse aux personnes vivant avec une déficience intellectuelle de la MRC les Moulins.

Vous constaterez que l'équipe de La Rose Bleue vous offre des activités estivales qui sauront vous divertir et vous faire vivre un été inoubliable.

Durée et heures d'ouverture

- ⇒ Les mercredis et vendredis, du 5 juillet au 18 août 2017.
- ⇒ Journée complète: 9h à 16h
- ⇒ Demi-journée: 9h à 12h
13h à 16h

Du nouveau cet été. La Rose

Bleue a ajouté une journée d'activités estivales pour les 26 ans et plus. Les membres peuvent maintenant venir à La Rose Bleue les mercredis **ET** les vendredis.

Les critères d'admissibilité

1. Être membre de La Rose Bleue.
 2. Être âgé (e) entre 26 ans et 60 ans inclusivement.
 3. Être capable de fonctionner en groupe.
 4. Ne présenter aucune forme d'agressivité.
-

Modalités d'inscription

Vous devez obligatoirement:

1. Compléter la fiche d'inscription et la fiche médicale au plus tard le **16 mai 2017**
2. Inclure un chèque payable à La Rose Bleue pour les journées choisies avant le début du camp de jour. 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 billet médical.

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 froid (avec «ice-pack») et une/deux collations
2. Une bouteille d'eau
3. Une casquette ou un chapeau
4. La crème solaire et chasse moustique
5. Une serviette de plage, maillot de bain et soulier d'eau

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

N'oubliez pas de vous habillez confortablement et en fonction de la température.

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