

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 entraînante avec le professeur de Le Plaisir de Bouger. Plaisir garanti.

⇒ 13 juillet et 16 août en après-midi

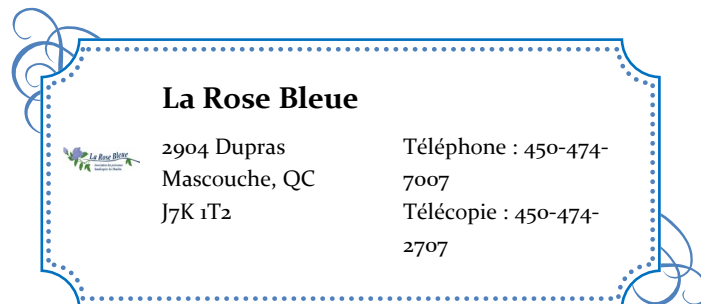


Zoothérapie



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.

⇒ 6 et 27 juillet en après-midi



Là où la *Défici*ence Intellectuelle s'épanouit

PROGRAMMATION 2018

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

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	4
Articles requis	5
Code de vie	5
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.

⇒ 29 juin et 10 août en après-midi

Carole Poupart



Les matinées jardinage

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



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.

⇒ Les lundis et mercredis

Musicothérapie



Si vous aimez la musique, venez-vous faire guider par le musicothérapeute qui utilisera la musique comme mode d'intervention pour vous aider à améliorer ou maintenir votre santé physique et psychologique.

⇒ 20 juillet en après-midi

Les ateliers sucrés



Accompagné de l'animatrice de *L'espace Créatif*, vous décorerez des biscuits selon la thématique choisie en utilisant les techniques de scrapbooking culinaire. Ils seront aussi jolis pour les yeux que délicieux.

⇒ 3 août 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 lundis, mercredis et vendredis, du 26 juin au 17 août 2018.

⇒ Journée complète: 9h à 16h

⇒ Demi-journée: 9h à 12h
13h à 16h

Du nouveau cet été. Pour cette année,

La Bleue a ajouté deux journées d'activités estivales pour les 26 ans et plus. Les membres peuvent maintenant venir à La Rose Bleue les lundis, 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 **31 mai 2018**
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.

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