

# MAI 2023



**Vents d'espoir de la Vallée du Saint-Laurent**

99-D Lachapelle Est, Saint-Rémi (Qc) J0L 2L0  
(450) 992-0712 / [coordo@ventsdespoir.org](mailto:coordo@ventsdespoir.org)

LUNDI - CAJ	MARDI - CAJ	MERCREDI	JEUDI-CAJ	VENDREDI
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Journée thématique Plage 	Projet portrait no3  Boxe sur chaise		Atelier de musique  Atelier pâte à sel	
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Restaurant Ben et Florentine à Candiac 	Atelier artistique : cabane à oiseau  Discussion en groupe		Atelier artistique : thème fête des mères  Yoga et détente	
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
Atelier de cuisine: biscuits au chocolat blanc et macadam Visionnement d'un film + pop corn	Atelier artistique : cabane à oiseau  Fabrication d'un savon		Atelier de musique  Atelier sensoriel	
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>CONGÉ</b>	Atelier de cuisine : petites pizzas sur pains hamburgers Jeux de cartes/société		Comité Journal  Sortie à la crèmerie du coin	
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
Atelier de cuisine : pouding au pain et aux bleuets  Jeux de cartes/société	Journée au RécréoParc de Ste-Catherine 			



## Vents d'espoir de la Vallée du Saint-Laurent

99-D Lachapelle Est, Saint-Rémi (Qc) J0L 2L0  
(450) 992-0712

Le centre d'activités de jour de Vents d'espoir est ouvert de 9h à 15h le lundi, mardi ainsi que le jeudi.

Les activités sont gratuites.

**\*Un coût de \$5** est demandé pour participer aux activités de cuisine. \*

Un coût peut être demandé pour certaines sorties.

Pour tout service de transport, un coût de 10\$ sera chargé par journée au participant.

Les membres doivent s'inscrire avant le 20 du mois pour s'assurer de réserver leur place et payé au plus tard le 26.

Les inscriptions se font par téléphone au **450-992-0712** ou par courriel à l'adresse [coordo@ventsdespoir.org](mailto:coordo@ventsdespoir.org)

Date	Activités	Description	Informations	Coûts
1 mai 2023	Journée thématique Plage	Journée où le thème de la chaleur, de la plage, de pays chauds sera au menu.	Vous pouvez mettre des vêtements colorés pour l'occasion.	0\$
2 mai 2023	Projet portrait no3  Boxe sur chaise	Projet portrait : faire un mur contenant des images, des décorations ainsi que des petites histoires de vie des participants, idéalement participer aux trois séances 😊  No 3 : Jeu de devinette sur le questionnaire rempli la semaine d'avant (associé le questionnaire au participant). Échange en groupe + décoration du mur/jeux de société  Petite séance de mouvements adaptés de boxe sur chaise.		0\$
4 mai 2023	Atelier de musique  Atelier pâte à sel	Atelier donné par une professionnelle. Exercices et chant de chanson sont au programme durant 1h.  Après-midi où les participants travailleront leur motricité fine avec de la pâte à sel.		0\$

8 mai 2023	Restaurant Ben et Florentine à Candiatic	Célébration des anniversaires de nos participants du mois de mai au Ben et Florentine de Candiatic. Réservation vers 11h30 <b>Adresse : 210 Boul Jean-Leman Local 101, Candiatic, QC J5R 6E6</b>	Prévoir d'apporter de l'argent pour votre repas.	0\$
9 mai 2023	Atelier artistique : cabane à oiseau  Discussion en groupe	Décoration d'une cabane à oiseau.  Partage en groupe sur divers sujets du moment.		0\$
11 mai 2023	Atelier artistique : thème fête des mères  Yoga et détente	Confection d'un petit présent pour la fête des mères.  Séance de divers mouvements de yoga et exercices de respiration.		0\$
15 mai 2023	Atelier de cuisine: biscuits au chocolat blanc et macadam  Visionnement d'un film + pop corn	Préparation en groupe de succulents biscuits au chocolat blanc et macadam. Chaque participant repart avec une portion de biscuits.  Après-midi où un choix de films sera proposé aux participants.	Prévoir d'apporter un plat.	5\$
16 mai 2023	Atelier artistique : cabane à oiseau  Fabrication d'un savon	Poursuite de la décoration d'une cabane à oiseau.  Confection d'un savon pour le corps ou les mains fait maison selon le choix du participant.		0\$
18 mai 2023	Atelier de musique  Atelier sensoriel	Atelier donné par une professionnelle. Exercices et chant de chanson sont au programme durant 1h.  Explorer les sensations du toucher au travers d'une activité de recherche d'objets dans des bacs contenant différentes textures.		0\$
22 mai 2023	<b>CONGÉ</b>			
23 mai 2023	Atelier de cuisine : petites pizzas sur pains hamburgers  Jeux de cartes/société	Préparation de petites pizzas sur pains hamburgers. Le participant est libre de choisir sa garniture.  Proposition de divers jeux selon l'intérêt du moment des participants.	Prévoir d'apporter un plat.	5\$

25 mai 2023	Comité Journal Sortie à la crèmerie du coin	Avant-midi consacré à la réalisation du journal des participants. Dégustation d'un dessert en après-midi à la crèmerie du coin.	Prévoir d'apporter de l'argent pour votre dessert.	0\$
29 mai 2023	Atelier de cuisine : pouding au pain et aux bleuets Jeux de cartes/ société	Préparation d'un bon dessert en groupe. Chaque personne repart avec une portion de dessert.  Proposition de divers jeux selon l'intérêt du moment des participants.	Prévoir d'apporter un plat.	5\$
30 mai 2023	Journée au RécréoParc de Ste- Catherine	Journée à l'extérieure à se promener sur le bord du fleuve St-Laurent. Exercices sur le bord de l'eau et détente. Plus de détails vous seront communiqués quelques jours avant la sortie. <b>Adresse : 5340 Bd Marie-Victorin, Sainte-Catherine, QC J5C 1L9</b>	Prévoir d'apporter un lunch froid.	0\$