

AVRIL 2024



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
1 Congé  LUNDI DE PÂQUES	2 <ul style="list-style-type: none"> • Bowling (Salon de Quilles Roussillon, St-Constant) • Jeux de société 	3 Services aux proches aidants	4 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier : Communication bienveillante « Entrer en relation avec l'autre » • Jeux de société 	5 Services aux proches aidants
8 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier de peinture  Cours # 5 • Éclipse solaire : fermeture du CAJ 	9 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier de cuisine • Activité cognitive 	10 Services aux proches aidants	11 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier : Communication bienveillante « Communication saine » • Capsule inspirante 	12 Services aux proches aidants
15 <ul style="list-style-type: none"> • Activité « Qui suis-je ? » • Karaoqué • Exercices de détente 	16 <ul style="list-style-type: none"> • Bowling (Salon de Quilles Roussillon, St-Constant) • Jeu d'énigmes 	17 Services aux proches aidants	18 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier : Communication bienveillante « Accueil de l'autre » • Jeux divers 	19 Services aux proches aidants
22 <ul style="list-style-type: none"> • Jeu de mimes • Sortie au restaurant chez Karine • Dégustation d'un dessert 	23 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier de cuisine • Quiz • Jeu • Exercices sur chaise 	24 Services aux proches aidants	25 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier : Communication bienveillante « Éviter l'interprétation » • Jeu de mimes • Jeu de devinettes musicales 	26 Services aux proches aidants
29 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier de peinture  Cours # 6 • Causerie 	30 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier de cuisine • Quiz • Jeux divers 			

 **99-D Lachapelle Est**
Saint-Rémi, QC, J0L 2L0

 **450-992-0712**

 **coordo@ventsdespoir.org**

Pour s'inscrire

Le centre d'activités de jour est ouvert :

- **le lundi, mardi & jeudi**
- **de 9h à 15h**

→ **Inscription avant le 20 de chaque mois**

Vents d'espoir de la Vallée du Saint-Laurent

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

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.

Description des activités Avril 2024

Dates	Activités	Descriptions	Infos	Coûts
2 avril 2024	Bowling Jeux de société	→ 9h45-13h00 : Le plaisir sera au rendez-vous (dîner sur place) ! 📍 95 Montée des Bouleaux, Saint-Constant, Qc, J5A 1A9 → 13h00-15h00 : Retour au local et jeux divers selon les intérêts du moment des participants.	👉 *Prévoir d'apporter des sous pour le repas.	7 \$
4 avril 2024	Atelier : Communication bienveillante « Entrer en relation avec l'autre » Jeux de société	→ 9h30-11h30 : Atelier sur la communication bienveillante pour donner des trucs afin d'améliorer sa communication avec les autres (animé par Josée Bourdeau, éducatrice spécialisée au CAJ). → 13h00-15h00 : Proposition de divers jeux selon les intérêts du moment des participants.		0 \$
8 avril 2024	Atelier de peinture Cours #5 	→ 9h30-11h30 : Atelier de peinture (cours #5) sur toile avec l'utilisation de peinture acrylique et Vitrail. Le projet créatif « Camping » s'étalera sur huit semaines (dirigé par Hélène Serres de <i>Mon Papillon Bleu</i>). → 13h30-15h00 : Le CAJ fermera exceptionnellement ses portes à 13h30 afin d'assurer la sécurité de tous pendant l'événement rare de l'éclipse solaire.	👉 *Tout le matériel est inclus dans les frais.	0 \$
9 avril 2024	Atelier de cuisine Activité cognitive 	→ 9h30-10h30 : Préparation d'une succulente sauce à spaghetti où chaque participant aura une portion. → 13h00-15h00 : <i>Scattergories</i> : Jeu amusant où les joueurs lancent le dé lettré, retournent le sablier et font la course contre la montre pour trouver des mots commençant par la même lettre pour chaque catégorie de leur liste.	👉 *Prévoir d'apporter un contenant ou un complément de repas, si désiré	5 \$
11 avril 2024	Atelier : Communication bienveillante « Communication saine » Capsule inspirante	→ 9h30-11h30 : Atelier sur la communication bienveillante pour donner des trucs afin de mettre en place une communication saine avec les autres (animé par Josée Bourdeau, éducatrice spécialisée au CAJ). → 13h00-15h00 : Du popcorn pour accompagner le visionnement d'une capsule inspirante !		0 \$

15 avril 2024	Activité « Qui suis-je ? » Karaoké Exercices de détente	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h30 : Activité « Qui suis-je ? » où les participants sont invités à apporter une photo d'eux loufoque AVANT l'âge de 2 ans. → 13h00-14h00 : Le chant sera à l'honneur dans une petite ambiance amicale. → 14h00-15h00 : Des exercices de détente seront proposés aux participants. 		0 \$
16 avril 2024	Bowling Jeu d'énigmes	<ul style="list-style-type: none"> → 9h45-13h00 : Le plaisir sera au rendez-vous (dîner sur place) ! 📍 95 Montée des Bouleaux, St-Constant, Qc, J5A 1A9 → 13h00-15h00 : Jeu d'énigmes où le plaisir est assuré ! 	☞ *Prévoir d'apporter des sous pour le repas.	7 \$
18 avril 2024	Atelier : Communication bienveillante « Accueil de l'autre » Jeux divers	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h30 : Atelier sur la communication bienveillante où divers outils seront abordés pour mieux accueillir l'autre (animé par Josée Bourdeau, éducatrice spécialisée au CAJ). → 13h00-15h00 : Divers jeux seront proposés aux participants selon leurs intérêts du moment. 		0 \$
22 avril 2024	Jeu de mimes Sortie au restaurant chez Karine Dégustation d'un dessert	<ul style="list-style-type: none"> → AM : Jeu de mimes et célébration des anniversaires des participants du mois d'avril au restaurant. 📍 404 chemin Rhéaume, Saint-Michel, Qc, J0L 2J0 → PM : Dégustation d'un petit dessert au local et jeux divers avec plaisir assuré ! 	☞ *Prévoir d'apporter des sous pour le repas.	0 \$
23 avril 2024	Atelier de cuisine Quiz Jeu Exercices sur chaise	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h30 : Préparation de desserts en présence des étudiants en éducation spécialisée du Cégep de Valleyfield. → Une dégustation suivra ainsi qu'un quiz animé par les étudiants. → 13h00-14h00 : <i>Boggle</i> : Jeu créatif où les joueurs doivent trouver des mots différents de ceux des autres joueurs. → 14h00-15h00 : Divers exercices sur chaise seront proposés aux participants afin de bouger dans le plaisir. 		5 \$
25 avril 2024	Atelier : Communication bienveillante « Éviter l'interprétation » Jeu de mimes Jeu de devinettes musicales	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h30 : Atelier sur la communication bienveillante où des trucs seront donnés pour éviter l'interprétation dans la communication (animé par Josée Bourdeau, éducatrice spécialisée au CAJ). → 13h00-14h00 : Jeu de mimes où le rire est assuré ! → 14h00-15h00 : Jeu de devinettes musicales pour s'amuser ! 		0 \$
29 avril 2024	Atelier de peinture Cours #6 Causerie	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h30 : Atelier de peinture (cours #6) sur toile avec l'utilisation de peinture acrylique et Vitrail. Le projet créatif « Camping » s'étalera sur huit semaines (dirigé par Hélène Serres de <i>Mon Papillon Bleu</i>). → 13h00-15h00 : Une causerie sera proposée sur le thème de la Journée internationale de la Terre. 	☞ *Tout le matériel est inclus dans les frais.	0 \$
30 avril 2024	Atelier de cuisine Quiz Jeux divers	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h30 : Préparation de mets mexicains avec des étudiants en éducation spécialisée du Cégep de Valleyfield. → Une dégustation suivra ainsi qu'un quiz animé par les étudiants. → 13h00-15h00 : Jeu de motricité et jeu de poches seront proposés aux participants afin de bouger dans le plaisir. 	☞ *Prévoir un complément de repas, si désiré	5 \$