

MAI 2024



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1 Services aux proches aidants	2 • Tournoi de jeux	3 Services aux proches aidants
6 • Atelier de peinture Cours # 7 • karaoké	7 • Bowling (Salon de Quilles Roussillon, St-Constant) • Jeux	8 Services aux proches aidants	9 • Jeux de société • Sortie au restaurant Barbies • Dégustation d'un dessert	10 Services aux proches aidants
13 • Atelier de peinture Cours # 8 • Sortie au Tim Hortons • Causerie	14 • Bowling (Salon de Quilles Roussillon, St-Constant) • Jeux	15 Services aux proches aidants	16 • Atelier de cuisine • Boxe sur chaise • Prendre soin de soi	17 Services aux proches aidants
20 Congé JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES	21 • Sortie au PLANÉTARIUM	22 Services aux proches aidants	23 • Atelier de cuisine • Yoga sur chaise • Jeu de mimes • Jeux de cartes	24 Services aux proches aidants
27 • Jeu de motricité • Tournoi de poches • Causerie	28 • Bowling (Salon de Quilles Roussillon, St-Constant) • Jeux	29 Services aux proches aidants	30 • Comité pour le journal des participants • Exercices sur chaise • Fabrication de chandelles • Jeu	

**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 Mai 2024

Dates	Activités	Descriptions	Infos	Coûts
2 mai 2024	Tournoi de jeux 	→ 9h00-15h00 : La journée sera consacrée à un tournoi de jeux de société et jeux de cartes. Plaisir et fous rires seront au rendez-vous assurément !		0 \$
6 mai 2024	Atelier de peinture  Cours #7 Karaoke	→ 9h30-11h30 : Atelier de peinture (cours #7) 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 : Le chant sera à l'honneur dans une petite ambiance amicale.	 *Tout le matériel est inclus dans les frais.	0 \$
7 mai 2024	Bowling Jeux divers	→ 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 \$
9 mai 2024	Jeux de société Sortie au restaurant Barbies Dégustation d'un dessert	→ AM : Jeux de société et célébration des anniversaires des participants du mois de mai au restaurant. 📍 552 Voie de Desserte de la Route 132, Saint-Constant, Qc, J5A 1T2 → PM : Dégustation d'un petit dessert au local et jeu OKO avec plaisir assuré !	 *Prévoir d'apporter des sous pour le repas.	0 \$
13 mai 2024	Atelier de peinture  Cours #8 Sortie au Tim Hortons Causerie	→ 9h30-11h30 : Dernier atelier de peinture (cours #8) sur toile avec l'utilisation de peinture acrylique et Vitrail. Les œuvres seront complétées et nos participant.e.s pourront exposer leur tableau dans le hall du Centre d'activités de jour. → 13h00-14h00 : Sortie au Tim Hortons pour échanger. → 14h00-15h00 : Une causerie sera proposée sur le thème des pays ou régions qui intriguent nos participant.e.s.	 *Tout le matériel est inclus dans les frais. Prévoir d'apporter des sous pour la sortie.	0 \$



14 mai 2024	Bowling Jeux divers	→ 9h45-13h00 : Le plaisir sera au rendez-vous (dîner sur place) ! 📍 95 Montée des Bouleaux, St-Constant, Qc, J5A 1A9 → 13h00-15h00 : Jeux divers où le plaisir est assuré !		7 \$
16 mai 2024	Atelier de cuisine Boxe sur chaise Prendre soin de soi	→ 9h30-10h30 : Préparation d'une succulente recette de muffins à l'avoine et aux brisures de chocolat où chaque participant aura une portion et une dégustation aura lieu pendant la journée. → 10h30-11h30 : Plusieurs exercices seront proposés afin de bouger dans le plaisir ! → 13h00-15h00 : Des exercices physiques seront utilisés pour explorer des concepts liés au bien-être personnel.	👉 *Prévoir d'apporter un contenant.	5 \$
20 mai 2024	CONGÉ 	→ JOURNÉE NATIONALE DES PATRIOTES		0 \$
21 mai 2024	Sortie au PLANÉTARIUM	→ 9h00-15h00 : La journée sera dédiée à une sortie au Planétarium. Nos participants pourront découvrir les merveilles et les mystères de l'univers ainsi qu'une toute nouvelle exposition ! Ils auront également l'occasion d'assister au nouveau spectacle immersif « Aurorae », qui explore les aurores boréales. 📍 4801 avenue Pierre-De Coubertin, Montréal, Qc, H1V 3V4	👉 *Prévoir d'apporter des collations et un lunch.	20 \$
23 mai 2024	Atelier de cuisine Yoga sur chaise Jeu de mimes Jeux de cartes	→ 9h30-10h30 : Préparation d'une succulente lasagne où chaque participant aura une portion. → 10h30-11h30 : Des petits trucs seront présentés pour développer des moments de détente au quotidien ! → 13h00-14h00 : Jeu de mimes où le rire est assuré ! → 14h00-15h00 : Divers jeux seront proposés aux participants selon leurs intérêts du moment.	👉 *Prévoir d'apporter un contenant ou un complément de repas, si désiré	5 \$
27 mai 2024	Jeu de motricité Tournoi de poches Causerie	→ 9h30-10h30 : On bouge avec des cerceaux pour se préparer au tournoi de poches ! → 10h30-11h30 : Tournoi de poches où le plaisir est assuré ! → 13h00-15h00 : Une causerie sera proposée sur le thème de « Mes passions ».		0 \$
28 mai 2024	Bowling Jeux divers	→ 9h45-13h00 : Le plaisir sera au rendez-vous (dîner sur place) ! 📍 95 Montée des Bouleaux, St-Constant, Qc, J5A 1A9 → 13h00-15h00 : Jeux divers où le plaisir est assuré !	👉 *Prévoir d'apporter des sous pour le repas.	7 \$
30 mai 2024	Journal des participants Exercices sur chaise Fabrication de chandelles Jeu	→ 9h30-10h30 : Temps qui sera consacré à la réalisation du journal des participants. → 10h30-11h30 : Plusieurs exercices seront proposés afin de bouger dans le plaisir ! → 13h00-14h00 : Fabrication de chandelles avec différentes odeurs pour égayer notre sens de l'odorat ! → 14h00-15h00 : Nos participants auront l'opportunité de s'engager à un jeu combinant mime et improvisation.		0 \$

