

AOÛT 2024



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
			1 <u>VACANCES ESTIVALES</u> 	2 <u>VACANCES ESTIVALES</u>
5 <u>VACANCES ESTIVALES</u> 	6 <u>VACANCES ESTIVALES</u> 	7 <u>VACANCES ESTIVALES</u> 	8 <u>VACANCES ESTIVALES</u> 	9 <u>VACANCES ESTIVALES</u>
12 • Causerie • Atelier de cuisine • Activité cognitive • Jeu	13 • Pétanque • Pique-nique • Jeux de société	14 Services aux proches aidants	15 • Épluchette de blé d'Inde Menu : blé d'Inde, hot-dog, hamburger, frites, poutine	16 Services aux proches aidants
19 • Karaoké • Sortie au restaurant <i>Poulet Rouge</i> • Dégustation d'un dessert • Jeux divers	20 • Atelier de cuisine • Activité motrice • Atelier sur la santé : <i>Prendre soin de soi</i>	21 Services aux proches aidants	22 • Activité cognitive • Jeu de mimes • Sortie à la crèmerie <i>Les Glaces Michaël</i> • Journal	23 Services aux proches aidants
26 • Atelier de cuisine • Activité motrice • Jeux de société	27 • Pétanque • Pique-nique • Jeux divers	28 Services aux proches aidants	29 • Atelier de cuisine • Jeux • Boxe sur chaise • Cinéma et popsicle • Voile adaptée	30 Services aux proches aidants

**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 autour du 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 Août 2024

Dates	Activités	Descriptions	Infos	Coûts
1er août 2024	Vacances estivales 	Bonnes vacances ! 		
5 août 2024	Vacances estivales 	 Bonnes vacances !		
6 août 2024	Vacances estivales 	Bonnes vacances ! 		
8 août 2024	Vacances estivales 	 Bonnes vacances !		
12 août 2024	Causerie Atelier de cuisine Activité cognitive Jeu	<ul style="list-style-type: none">→ 9h30-10h00 : Causerie où chaque participant.e pourra faire un retour sur ses vacances.→ 10h00-11h00 : Les participant.e.s pourront préparer de délicieux biscuits variés et en déguster une portion !→ 13h00-15h00 : Nos participant.e.s auront l'opportunité de s'engager à une activité cognitive et à un jeu combinant création et improvisation.	 *Prévoir d'apporter un contenant ou un complément de repas, si désiré.	5 \$

13 août 2024	Pétanque Pique-nique Jeux de société	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-13h00 : Quelle équipe marquera le plus de points à la pétanque ? Nous profiterons de l'environnement pour organiser un pique-nique. Les participant.e.s devront prévoir un lunch en conséquence. → 13h00-15h00 : Retour au local et jeux divers selon les intérêts du moment des participant.e.s. 	 *Prévoir d'apporter un lunch pour la sortie.	0 \$
15 août 2024	Épluchette de blé d'Inde 	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-11h15 : Les participant.e.s pourront faire des exercices de mise en forme. → 11h15-15h00 : Épluchette de blé d'Inde chez Sylvie Boyer (menu : blé d'Inde, hot-dog, hamburger, frites, poutine). <p>📍 1775, rang Saint-Paul, Saint-Rémi, Qc, J0L 2L0</p> <p>Les familles sont invitées à participer !</p>		10 \$
19 août 2024	Karaoké Sortie au restaurant <i>Poulet Rouge</i> Dégustation d'un dessert Jeux divers 	<ul style="list-style-type: none"> → AM : Karaoké et célébration des anniversaires des participant.e.s du mois d'août au restaurant. <p>📍 56, route 132, Delson, Qc, J5B 0A1</p> <ul style="list-style-type: none"> → PM : Dégustation d'un petit dessert au local et jeux divers avec plaisir assuré ! 	 *Prévoir d'apporter des sous pour la sortie.	0 \$
20 août 2024	Atelier de cuisine Activité motrice Atelier sur la santé	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-10h45 : Préparation d'une excellente pizza où chaque participant.e aura une portion ! → 11h00-11h30 : Les participant.e.s pourront s'amuser en bougeant avec le jeu de poches ! → 13h00-15h00 : Atelier de santé axé sur les pratiques alimentaires favorisant le bien-être personnel. 	 *Prévoir d'apporter un contenant ou un complément de repas, si désiré.	5 \$
22 août 2024	Activité cognitive Jeu de mimes Sortie à la crèmerie Journal du CAJ 	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-10h45 : Chaque participant.e pourra s'amuser avec le jeu <i>Scattergories</i> ! → 11h00-11h30 : Jeu de mimes où le rire est assuré ! → 13h00-14h00 : Sortie à la crèmerie du coin pour déguster de délicieuses gourmandises ! → 14h00-15h00 : Après quelques mois d'activités, un bilan du journal sera fait pour échanger des idées. 	 *Prévoir d'apporter des sous pour la sortie.	0 \$
26 août 2024	Atelier de cuisine Activité motrice Jeux de société	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-10h30 : Préparation d'une excellente recette de salade de fruits où chaque participant.e aura une portion ! → 10h45-11h30 : Les participant.e.s pourront s'amuser en bougeant avec des cerceaux ! → 13h00-15h00 : Divers jeux seront proposés selon les intérêts du moment des participant.e.s. 	 *Prévoir d'apporter un contenant ou un complément de repas, si désiré.	5 \$
27 août 2024	Pétanque Pique-nique Jeux divers	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-13h00 : Quelle équipe marquera le plus de points à la pétanque ? Nous profiterons de l'environnement pour organiser un pique-nique. Les participant.e.s devront prévoir un lunch en conséquence. → 13h00-15h00 : Retour au local et jeux divers selon les intérêts du moment des participant.e.s. 	 *Prévoir d'apporter un lunch pour la sortie.	0 \$
29 août 2024	Atelier de cuisine Jeux Boxe sur chaise Cinéma et popsicle Voile adaptée 	<ul style="list-style-type: none"> → 9h30-10h00 : Préparation de sucettes glacées aux multiples saveurs pour se rafraîchir ! → 10h00-10h45 : Jeu amusant portant sur des énigmes. → 10h45-11h00 : Bref entraînement sur chaise pour stimuler le cardio et renforcer les muscles des bras. → 13h00-15h00 : Cinéma et dégustation des sucettes glacées. → 8h30-15h00 : Les informations seront données lors de l'inscription. 		5 \$ ou 25 \$

