

Le Dynamique Baladeur

Édition hiver 2024



Association des personnes handicapées
physiques et sensorielles secteur Joliette

L'ASSOCIATION AUX MILLE ET UN VISAGES



info@aphpsj.com



450 759-3322
1 888 756-3322



450 759-8749

ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES
PHYSIQUES ET SENSORIELLES SECTEUR JOLIETTE
200, de Salaberry, local 134, Joliette (Québec), J6E 4G1



VOTRE ÉQUIPE

RÉCEPTION

450 759-3322, poste 0 / info@aphpssj.com

Horaire de 8 h 30 à 16 h 30

JOSÉE PAYETTE

DIRECTRICE GÉNÉRALE

450 759-3322, poste 1 / j.payette@aphpssj.com

Horaire de 8 h 00 à 16 h 00

NATHALIE LACHANCE

INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE APHASIE ET PARKINSON

450 759-3322, poste 2 / n.lachance@aphpssj.com

Horaire de 8 h 30 à 16 h 30

JEAN-CHARLES BERTHOLLE

INTERVENANT PSYCHOSOCIAL TCC

450 759-3322, poste 3 / jc.bertholle@aphpssj.com

Horaire de 8 h 30 à 16 h 30

CHANTAL DUPONT

INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE TCC

450 759-3322, poste 6 / c.dupont@aphpssj.com

Horaire de 8 h 00 à 16 h 00

CHANTALE MICHEL

TECHNICIENNE EN LOISIRS

450 759-3322, poste 5 / c.michel@aphpssj.com

Horaire de 8 h 00 à 16 h 00

YVES LAURIN

AGENT DE PROMOTION

450 759-3322, poste 4 / y.laurin@aphpssj.com

Horaire de 8 h 30 à 16 h 30

CYNTHIA SERRET-DOIRON

AGENTE DE COMMUNICATION ET SENSIBILISATION

450 759-3322, poste 110 / c.serretdoiron@aphpssj.com

Horaire de 8 h 00 à 16 h 00



NOS SERVICES

ACTIVITÉS

Sociales et culturelles

SERVICE D'INFO-RÉFÉRENCE

Service d'aide pour répondre à un besoin

SERVICE À L'OBTENTION DES SERVICES

Accompagnement dans les dédales administratifs

GROUPES D'ENTRAIDE

Aphasie – Parkinson – TCC

SERVICES PSYCHOSOCIAUX

Service psychosocial offert à nos membres
Parkinson, aphasie ou TCC

PRÊT DE MATÉRIEL SPÉCIALISÉ

Prêt d'équipements spécialisés pour faciliter les
activités de la vie quotidienne

Table des matières

Mot du président	4
Qu'est-ce qui s'est passé à l'APH?	5
L'équipe était présente sur le territoire cet automne	5
Des nouvelles de notre équipe administrative	5
Le BBQ TCC du Groupe T.C.C. de Lanaudière	6
Retour sur le souper d'Halloween!	7
Informations importantes	8
Activités et report	8
Activités en temps hivernal	8
Billets transport adapté	8
Infos virus	9
Avis de décès	10
Concours hivernal	10
Activités de loisirs (session hivernale 2024)	11
Bien lire s.v.p.	12
Rappel des consignes pour les activités	13
Calendrier des activités	14
Aquaforme	18
Yoga sur chaise	19
Quilles	20
Peinture	21
Souper de Saint-Valentin	22
Repas sucré à la cabane à sucre!	23
1,2,3 BINGO!	24
Vous connaissez quelqu'un qui a envie de s'impliquer?	25
Mandala à colorier	26
Retour sur les activités d'automne 2023	27



Mot du président

BONJOUR CHERS MEMBRES, PARTENAIRES ET ADMINISTRATEURS,



2023 a été une année teintée par le rayonnement de l'Association et de ses différents groupes d'entraide sur le territoire de Lanaudière! En effet, les actions de promotion mises en place en début d'année (et dans les années précédentes) nous ont permis de recevoir un nombre record de nouvelles adhésions. Eh oui! Depuis le 1^{er} janvier 2023, nous avons accueilli 47 nouveaux membres. Donc, pour les nouvelles personnes, de ma part et de celle du conseil d'administration et de l'équipe, nous désirons vous souhaiter la bienvenue et nous espérons que vous trouverez l'aide et le soutien désirés auprès de notre Association.

Ce n'est pas tout! Qui dit nouveaux membres, dit aussi nouveaux besoins. Dans l'optique de bonifier notre offre de services, nous désirons vous annoncer que d'ici peu votre Association amorcera la mise en place de deux projets pilotes qui permettront d'offrir de nouveaux services. Cette nouvelle offre se déploiera en deux volets :

- **Premièrement, nous offrirons un service psychosocial pour nos membres APH;**
- **Deuxièmement, nous aiderons notre clientèle à défrayer les coûts de certaines fournitures ou certains services liés à leur condition physique lorsque ces derniers seraient dans l'incapacité d'en assumer le coût.**

Prochainement, vous recevrez une feuille explicative afin de vous présenter et expliquer en détail les nouveaux services.

Pour terminer, je vous souhaite de passer un très bel hiver! Soyez prudents.

Jocelyn Picard
Président

N.B. L'équipe de l'APHPSSJ sera en vacances du 22 décembre au 7 janvier inclusivement.
Nous serons de retour le lundi 8 janvier 2024.



Qu'est-ce qui s'est passé à l'APH?

L'ÉQUIPE ÉTAIT PRÉSENTE SUR LE TERRITOIRE CET AUTOMNE

Cet automne, Cynthia et Yves ont participé à [la Journée régionale des proches aidants de Lanaudière](#) qui se tenait le 19 octobre au centre André-Hénault à Joliette! Par le biais d'un kiosque d'information, l'équipe a eu la chance de rencontrer plusieurs citoyens et proches aidants afin de présenter nos services et les groupes d'entraide offerts à l'Association et répondre à plusieurs questionnements!

Nous espérons que notre présence à cet événement aura un impact positif sur plusieurs Joliettains désirant recevoir de l'aide.



DES NOUVELLES DE NOTRE ÉQUIPE ADMINISTRATIVE

Cette année, nous sommes heureux (et même extrêmement fiers et reconnaissants) de souligner les années de loyaux services de deux membres de notre équipe!

Chantale Michel, technicienne en loisirs, a cumulé 15 ans de service au sein de notre Association! Sa débrouillardise, sa créativité et sa passion pour l'événementiel ont permis de vous offrir, depuis maintenant 15 ans, une panoplie d'activités accessibles! Que ce soit pour un cours, une activité à l'extérieur ou une sortie au restaurant, Chantale ne cesse d'innover afin de vous offrir le meilleur en matière d'activités!



25



De son côté, Yves Laurin, agent de promotion, souffle quant à lui ses 25 bougies au sein de l'équipe! Eh oui! 25 ans à vous informer, vous orienter vers des ressources appropriées, défendre les droits des personnes vivant avec des limitations, siéger sur différents comités et bien plus! Nous pouvons dire qu'Yves est un atout majeur au sein de l'Association et qu'il porte mille et un chapeaux!

LE BBQ TCC DU GROUPE T.C.C. DE LANAUDIÈRE

Le 14 octobre dernier a eu lieu la toute première édition du BBQ TCC, organisé par le Groupe T.C.C. de Lanaudière. Commandité par le syndicat des Travailleuses et des Travailleurs des Pâtes et Papiers de Crabtree (STTPPC) et le Syndicat des travailleuses et des travailleurs de Bridgestone, cet événement a permis à l'équipe d'informer et de sensibiliser la population sur les risques d'un traumatisme craniocérébral via des discussions et divers jeux de sensibilisation.

Lors de cette journée, les syndicats n'ont pas été simplement commanditaires financiers de l'événement! Non! Ils ont aussi mis la main à la pâte et se sont affairés au BBQ afin de laisser Josée, Chantal, Jean-Charles et Cynthia se concentrer sur la promotion et la sensibilisation!

Nous sommes très heureux d'avoir pu rencontrer les citoyens dans une ambiance festive afin de les informer sur l'existence de notre ressource!

Vous n'y avez pas participé? Restez à l'affût puisqu'il est fort probable qu'il y ait une deuxième édition en 2024-2025! 😊



RETOUR SUR LE SOUPER D'HALLOWEEN!

Le 25 octobre avait lieu le souper d'Halloween de l'APH à la Cabane Alcide Parent située à Saint-Ambroise-de-Kildare! Lors de cette soirée : souper gourmand et le retour du magicien Nicolas Gignac! Costumes, rires et plaisirs étaient au rendez-vous lors de cette soirée!

Nous désirons remercier tous les participants et en espérant vous y voir l'année prochaine! 😊



Informations importantes

ACTIVITÉS ET REPORT

Veillez noter que les activités qui n'auront pas lieu, [quelle que soit la raison](#), ne seront pas reportées. Vu le nombre d'activités offertes à l'Association, les disponibilités de salles et l'ensemble de l'organisation derrière chaque activité, nous sommes dans l'impossibilité de reporter une activité. Si jamais vous vivez cette situation et vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter.

ACTIVITÉS EN TEMPS HIVERNAL



Eh oui, la saison hivernale est maintenant bien présente! Avec les intempéries de l'hiver, n'oubliez pas qu'en cas de fermeture du [Centre de services scolaire des Samares](#) en raison d'une tempête de neige, nos activités seront annulées et nos bureaux fermés pour la journée!

Quoi faire en cas de tempête?

- Contactez-nous le matin même afin de savoir si nos bureaux sont ouverts (lors d'une fermeture, notre message vocal est modifié);
- Consultez notre page Facebook;
- Écoutez la radio 103,5 - Si le Centre de services scolaire des Samares est fermé, toutes les activités sont annulées et notre bureau est fermé.

BILLETS TRANSPORT ADAPTÉ

Si vous n'étiez pas au courant, depuis septembre dernier vous pouvez vous procurer des billets du transport adapté aux bureaux de l'APHPSSJ! Les billets sont disponibles à la réception, selon nos heures d'ouverture :

[du lundi au jeudi, de 8 h 00 à 16 h 30.](#)

Veillez noter que les billets seront en vente au même coût qu'ailleurs.

INFOS VIRUS



Dans l'objectif de protéger les membres de l'Association qui, souvent, vivent avec une santé fragile, nous désirons vous rafraîchir la mémoire en ce début d'hiver concernant les règlements relatifs à la grippe saisonnière et aux autres virus.

Si vous présentez l'un des symptômes grippaux suivants, vous ne devez pas vous présenter à l'Association ou dans l'une de vos activités :

- ❁ Fièvre;
- ❁ Toux;
- ❁ Difficultés respiratoires;
- ❁ Maux de gorge;
- ❁ Fatigue extrême et courbatures;
- ❁ Écoulement nasal.

Bien évidemment, si vous testez positif à un test pour la COVID-19, nous vous demandons de ne pas vous présenter aux bureaux de l'Association. La marche à suivre est la suivante :

- ❁ À la suite d'un test positif, ne pas vous présenter à l'APHPSSJ;
- ❁ Attendre un total de 5 jours avant de refaire un test;
- ❁ Si votre test est négatif et que vous n'avez plus de symptômes, vous pouvez vous présenter à l'APHPSSJ. Selon votre condition, il est possible que nous vous demandions de porter le masque quelques jours à la suite de votre retour;
- ❁ Si votre 2^e test est positif, attendez quelques jours et recommencez;
- ❁ Si vous n'avez plus de tests en votre possession, veuillez nous contacter pour connaître la marche à suivre.

En cas de doute ou pour toute question relative aux informations ci-dessus, n'hésitez pas à nous contacter au 450 759-3322.



Avis de décès

Le 16 août 2023, à l'âge de 62 ans, est décédée **M^{me} Lucie Rouleau**. Nous désirons prendre un moment afin de remercier M^{me} Rouleau pour les nombreuses années offertes à l'APHPSSJ comme bénévole.

Le 1^{er} septembre 2023, à l'âge de 79 ans, est décédé **M. Marcel Ducharme**.

Le 4 octobre 2023, à l'âge de 71 ans, est décédée **M^{me} Danielle Isabelle**.

De la part du conseil d'administration et de l'équipe de l'APH, nous désirons offrir nos condoléances aux familles éprouvées par cette douloureuse épreuve.



Concours hivernal

Gagner une carte cadeau d'une valeur de 50 \$, ça vous dit? Rien de plus simple! Participez à notre concours hivernal en répondant à la question ci-dessous et en [nous transmettant votre réponse au 450 759-3322 avant 16 h 30 le mercredi 7 février 2024.](#)

Le tirage parmi les bonnes réponses aura lieu le jeudi 8 février 2024. Bonne chance!

QUESTION : À quelle clientèle s'adresse le nouveau service psychosocial qui sera mis en place prochainement?

- 1- Membres APH
- 2- Membres aphasie
- 3- Membres T.C.C.
- 4- Membres Parkinson

Bonne chance!



Activités session hivernale 2024

Informations importantes, calendriers et
descriptions des activités

BIEN LIRE S.V.P

Bonjour chers membres,

Il nous fait plaisir de vous faire parvenir l'**édition hiver 2024** de votre journal *Le Dynamique Baladeur* afin que vous puissiez prendre connaissance des activités prévues et vous y inscrire. Cependant, nous aimerions attirer votre attention sur quelques aspects présentés ci-bas.

Afin d'avoir toutes les informations en main et d'éviter les confusions, voici quelques petits trucs pour vous aider :

- **Gardez en votre possession *Le Dynamique Baladeur* ou prenez la page qui vous intéresse pour l'afficher sur votre frigo;**
- **Évitez de jeter votre journal, car vous pourrez vous y référer dans l'avenir;**
- **Prenez le calendrier inséré dans *Le Baladeur* et inscrivez-y les infos pertinentes à chaque activité qui vous intéresse;**
- **Entrez les informations dans votre agenda et/ou votre téléphone.**

De plus, vous trouverez ci-dessous deux informations importantes au bon déroulement des activités :

- **Les activités qui n'auront pas lieu, [quelle que soit la raison](#), ne seront pas reportées.**
- **Nous vous demandons d'arriver pas plus de 15 minutes avant votre activité afin de nous permettre de libérer, placer et désinfecter la salle.**
- **En cas d'absence (empêchement, maladie ou autre), veuillez nous aviser le plus rapidement possible.**

Merci de votre collaboration. Un bel hiver à vous tous !!

Votre technicienne en loisirs
Chantale Michel



RAPPEL DES CONSIGNES POUR LES ACTIVITÉS



Période d'inscription

Vous devez vous inscrire et payer [avant la date limite \(à moins d'une consigne contraire sur la page de l'activité en question\)](#).



Absence ou annulation

En cas d'absence ou d'annulation, [prière d'appeler le plus rapidement possible](#) Chantale Michel, technicienne en loisirs, au 450 759-3322, poste 5 ou d'aviser la réception au 450 759-3322.



Paiement, arrangement, mode de paiement et procédure Interac

[Concernant les paiements de vos activités, il doit être réglé avant la date limite. Nous n'acceptons aucun paiement dans les activités.](#)

N'oubliez pas que trois modes de paiement s'offrent à vous :
argent comptant, chèque ou virement Interac.

[Concernant les virements Interac, voici la procédure :](#)

- Utilisez notre adresse courriel : info@aphpssj.com;
- À la question de sécurité : vous devez inscrire votre nom (afin de nous permettre d'identifier de qui provient le virement);
- Pour la réponse à la question de sécurité : vous devez inscrire en minuscules le mot : **membre**



Activités gratuites

Inscrivez-vous et n'oubliez pas de nous informer de toute annulation.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone au **450 759-3322** ou par courriel à info@aphpssj.com.



JANVIER 2024

Calendriers des activités APHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1	2	3	4	5
VACANCES — BUREAUX FERMÉS				
8	9	10	11	12
	 Café-rencontre Parkinson 13h30-15h30			
15	16	17	18	19
Aquaforme 12h50-13h50	 Café-rencontre Aphasie 13h30-15h30		Yoga sur chaise 10h30-11h30	Aquaforme 12h50-13h50
22	23	24	25	26
Aquaforme 12h50-13h50	Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30	 Café-rencontre TCC <i>Terrebonne</i> 13h30-15h30	Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30  Café-rencontre TCC <i>Joliette</i> 13h30-15h30	Aquaforme 12h50-13h50
29	30	31		
Aquaforme 12h50-13h50	Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30			





FÉVRIER 2024

Calendriers des activités AHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			1 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	2 Aquaforme 12h50-13h50
5 Aquaforme 12h50-13h50	6 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30	7	8 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	9 Aquaforme 12h50-13h50
12 Aquaforme 12h50-13h50	13 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30 Café-rencontre Parkinson 13h30-15h30	14 Café-rencontre TCC Joliette 13h30-15h30 Souper de Saint-Valentin 16h30-21h30	15 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	16 Aquaforme 12h50-13h50
19 Aquaforme 12h50-13h50	20 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30 Café-rencontre Aphasie 13h30-15h30	21 Café-rencontre TCC Terrebonne 13h30-15h30	22 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	23 Aquaforme 12h50-13h50
26 Aquaforme 12h50-13h50	27 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30	28	29 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	





MARS 2024

Calendriers des activités AHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
				1 Aquaforme 12h50-13h50
4	5	6	7	8
SEMAINE DE RELÂCHE				
11 Aquaforme 12h50-13h50	12 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30  Café-rencontre Parkinson 13h30 à 15h30	13  Café-rencontre TCC <i>Joliette</i> 13h30-15h30	14 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	15 Aquaforme 12h50-13h50
18 Aquaforme 12h50-13h50	19 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30  Café-rencontre Aphasie 13h30 à 15h30	20 Repas sucré à la cabane à sucre! 11h30-14h30  Café-rencontre TCC <i>Terrebonne</i> 13h30-15h30	21 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	22 Aquaforme 12h50-13h50
25 Aquaforme 12h50-13h50	26 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30	27 Repas sucré à la cabane à sucre! 17h00-20h00	28 Yoga sur chaise 10h30-11h30 Cours de peinture 13h30-15h30	29 Aquaforme 12h50-13h50





AVRIL 2024

Calendriers des activités APHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 Lundi de Pâques Les bureaux sont fermés	2 Cours de peinture AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 Quilles 10h00-11h30	3  Café-rencontre TCC Joliette 13h30-15h30	4 Cours de peinture 13h30-15h30	5 Aquaforme 12h50-13h50
8	9	10	11	12
15	16  Café-rencontre Parkinson 13h30-15h30	17	18	19
22	23  Café-rencontre Aphasie 13h30-15h30	24 BINGO 12h00-16h00  Café-rencontre TCC Terrebonne 13h30-15h30	25	26
29	30			



Aquaforme

Date limite d'inscription : le 20 décembre 2023 à 16 h 30
ATTENDRE la confirmation de votre place avant de faire votre paiement

Responsables :	Chantale Michel, Serge Girard et Murielle Desrosiers
	Le lundi, du 15 janvier au 25 mars 2024 <i>pas de cours le 4 mars - Semaine de relâche</i> Le vendredi, du 19 janvier au 5 avril 2024 <i>pas de cours le 8 mars - Semaine de relâche & pas de cours le 29 mars – Vendredi saint</i>
	12 h 50 à 13 h 50
	Membres actifs et associés : 25,00 \$ Spécial tarif APH Membres supports et non-membres : 144,00 \$
	Centre Jeunesse 260, rue Lavaltrie Sud, Joliette
	Dix (10) cours

IMPORTANT :

Comme le nombre de **places, d'espace** dans les vestiaires et de **bénévoles** est **limité**, au moment de **votre inscription**, vous devrez **mentionner une plage horaire seulement**. À la fin de cette période, la priorité sera accordée **aux membres actifs** qui n'ont jamais participé à cette activité. Notez que des changements pourront être apportés s'il n'y a pas assez de **bénévoles** ou de **participants** pour combler les deux cours.

CONCERNANT LES ABSENCES :

Veuillez nous aviser de votre absence le plus rapidement possible. Lorsque votre cours est le lundi, téléphonez au 450 759-3322 poste 5, [si votre cours est le vendredi, téléphonez au 450 803-7749.](#)

Yoga sur chaise

Date limite d'inscription : le 20 décembre 2023 à 16 h 30
ATTENDRE la confirmation de votre place avant de faire votre paiement

	Carole Poupart
Responsable :	Chantale Michel
	Le jeudi, du 18 janvier au 28 mars 2024 <i>pas de cours le 7 mars - Semaine de relâche</i>
	10 h 30 à 11 h 30
	Membres actifs et associés : 10,00 \$ Spécial tarif APH Membres supports et non-membres : 95,00 \$
	Salle Le Murmure 200, rue de Salaberry, Joliette
	Dix (10) cours Maximum de 10 participants

IMPORTANT :

N'oubliez pas d'apporter votre
bouteille d'eau pour l'activité!



Quilles

Date limite d'inscription et de paiement : le 20 décembre 2023 à 16 h 30

Responsable :	Lucie Tremblay
	Le mardi, du 23 janvier au 2 avril 2024 <i>pas de cours le 5 mars - Semaine de relâche</i>
	10 h 00 à 11 h 30
	Membres actifs et associés : 25,00 \$ Spécial tarif APH Membres supports et non-membres : 140,00 \$
	Salle de quilles Baby 53, rue Baby, Joliette
	Dix (10) rencontres

Peinture

Date limite d'inscription : le 20 décembre 2023 à 16 h 30
ATTENDRE la confirmation de votre place avant de faire votre paiement

	Sylvie Ratelle
Responsable :	Micheline Bérubé
	Les mardis matin : de 9 h 30 à 11 h 30 du 23 janvier au 2 avril 2024 <i>pas de cours le 5 mars - Semaine de relâche</i> ou Les mardis après-midi : de 13 h 30 à 15 h 30 du 23 janvier au 2 avril 2024 <i>pas de cours le 5 mars - Semaine de relâche</i> ou Les jeudis après-midi : de 13 h 30 à 15 h 30 du 25 janvier au 4 avril 2024 <i>pas de cours le 7 mars - Semaine de relâche</i>
	
	Membres actifs et associés : 25,00 \$ Spécial tarif APH Membres supports et non-membres : 205,00 \$
	Salle Yolaine Lortie, local 135 200, rue de Salaberry, Joliette
	(Dix) 10 cours 6 participants par atelier

IMPORTANT :

- ✓ Veuillez choisir la plage horaire qui vous convient. *Des changements pourraient être apportés.
- ✓ La priorité sera accordée aux membres actifs qui n'ont jamais participé à un atelier;
- ✓ La priorité sera accordée à ceux et à celles qui n'ont pu participer à la session de septembre;
- ✓ Vous devez apporter une toile d'une grandeur de votre choix, **sans jamais dépasser la grandeur maximale, soit 18 po X 20 po** de préférence de marque GOTRICK OU ART-PRO;
- ✓ Vous devez arriver avec votre sujet déjà imprimé sur une photo couleur de qualité et non sur votre cellulaire ou votre tablette.
- ✓ Le but de cet atelier est d'apprendre des techniques de dessin et non de terminer une toile.

Souper de Saint-Valentin

Date limite d'inscription et de paiement : le 24 janvier 2024 à 16 h 30

Souper et conférence en humour avec Josée Boudreault et Louis Philippe Rivard – *Le bonheur... même quand la vie te surprend!*

Souligner le thème en portant un vêtement ou un accessoire rouge!



Responsables :	Chantale Michel et Michel Lacourse
	Le mercredi 14 février 2024 <i>Un seul groupe</i>
	16 h 30 à 21 h 30
	Membres actifs et associés : 22,00 \$ Membres supports et non-membres : 51,00 \$ Le coût inclut un choix de menu*, une boisson gazeuse, un potage, un choix de dessert, un café, les taxes et le pourboire. Notez que le café qui est inclus sera servi à la fin du repas. Choix de menu lors de votre inscription : <ol style="list-style-type: none">1. Suprême de poulet sauce au vin rouge2. Filet de saumon sauce crème et aneth citron3. Filet de porc sauce brandy et échalotes
	Salle Le Maxime, Jolodium 12, rue Richelieu, Notre-Dame-des-Prairies N.B : Les gens utilisant le transport adapté devront bien spécifier le nom de la salle afin de descendre au bon endroit.





Repas sucré à la cabane à sucre!

Date limite d'inscription et de paiement : le 27 février 2024 à 16 h 30

C'est le temps de se sucrer le bec chez Alcide Parent!



Responsables :	Chantale Michel et Micheline Bérubé
	Pour la sortie cabane à sucre, vous avez deux choix : POUR LE DÎNER Le mercredi 20 mars 2024 de 11 h 30 à 14 h 30 POUR LE SOUPER Le mercredi 27 mars 2024 de 17 h 00 à 20 h 00
	Membres actifs et associés : 15,00 \$ Membres supports et non-membres : 40,00 \$ Le coût inclut les taxes et le pourboire.
	Cabane à sucre Alcide Parent 1600, route 343, Saint-Ambroise-de-Kildare
IMPORTANT	Veillez prendre note que des changements pourraient être apportés à votre date si jamais il y a trop d'inscriptions. Si tel est le cas, nous communiquerons avec vous.



1,2,3 BINGO!

Date limite d'inscription et de paiement : le 10 avril 2024 à 16 h 30

Responsables :	Chantale Michel et Jacynthe Arseneau
	Le mercredi 24 avril 2024
	12 h 00 à 16 h 00
	Membres actifs et associés : 15,00 \$ - Carte papier ou ordinateur Membres supports et non-membres : 26,00 \$ - Carte papier ou ordinateur
	Jolodium 12, rue Richelieu, Notre-Dame-des-Prairies

BINGO

VOUS CONNAISSEZ QUELQU'UN QUI A ENVIE DE S'IMPLIQUER DANS NOTRE COMMUNAUTÉ?



L'Association des personnes handicapées physiques et sensorielles secteur Joliette est présentement à la recherche de bénévoles pour notre activité **d'aquaforme**. Étant un organisme favorisant l'intégration sociale des personnes handicapées, nous avons besoin de personnes dévouées et ayant à coeur la cause et l'humain afin de nous donner un coup de main!

NOUS RECHERCHONS DES PERSONNES :

-  Respectueuses et humaines
-  À l'aise avec les personnes handicapées
-  Ponctuelles
-  Ayant le désir de faire une différence
-  Empathiques
-  À l'écoute des autres
-  À l'aise avec le travail d'équipe
-  Débrouillardes

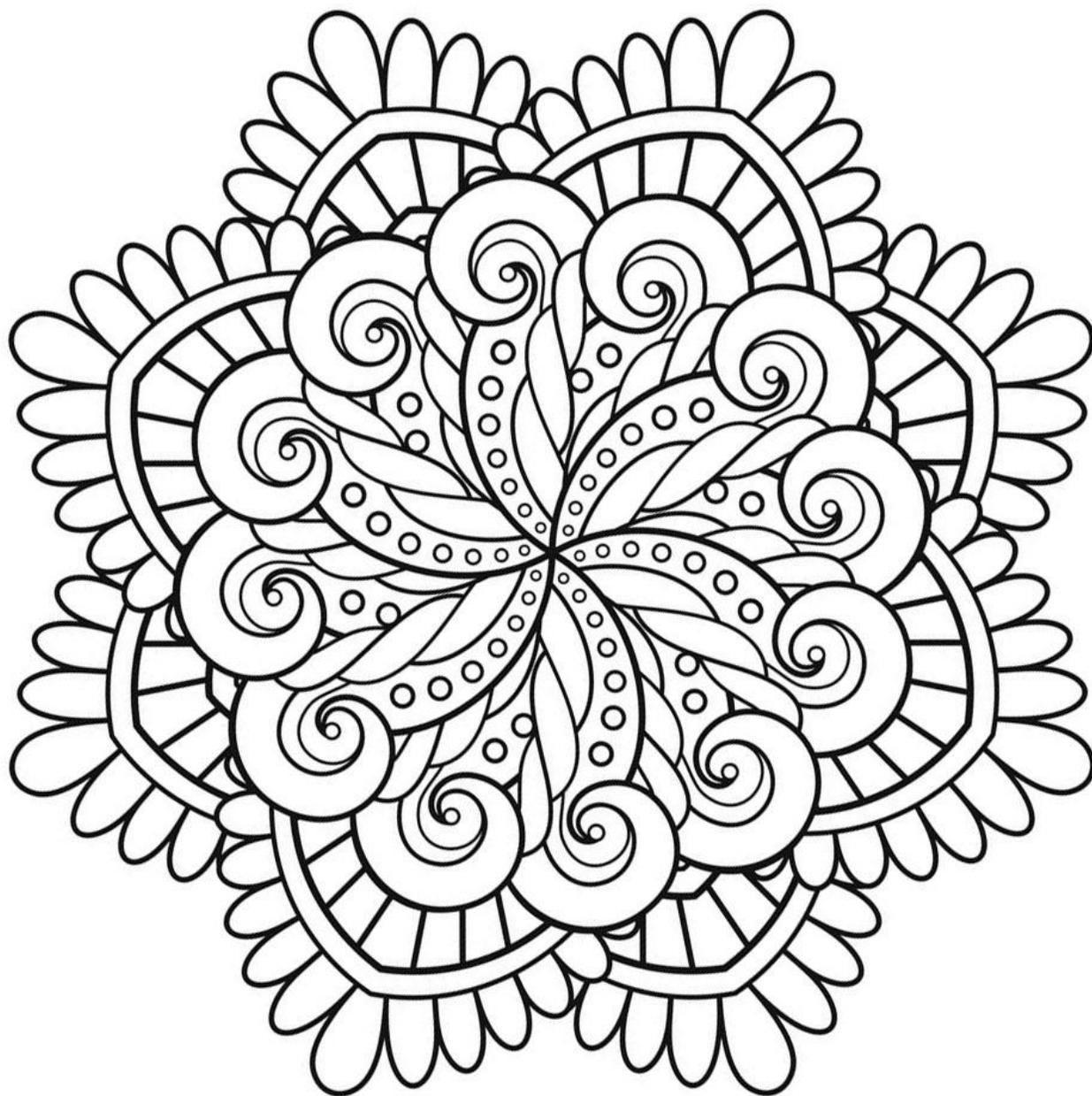
**ÇA VOUS PARLE OU VOUS CONNAISSEZ QUELQU'UN DE PARFAIT?
CONTACTEZ-NOUS DÈS MAINTENANT ET FAITES UNE DIFFÉRENCE!**

450 759-3322



Association des personnes handicapées
physiques et sensorielles secteur Joliette

Mandala à colorier



Retour sur les activités d'automne 2023



Art-thérapie



Pique-Nique TCC



Peinture



Peinture



Quilles



Yoga sur chaise



Aquaforme



Asinerie TCC



**Association des personnes handicapées
physiques et sensorielles secteur Joliette**