Le Dynamique Baladeur

Édition automne 2025

Association des personnes handicapées physiques et sensorielles secteur Joliette

L'ASSOCIATION
AUX MILLE ET UN VISAGES

info@aphpssj.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 00 à 16 h 00

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 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

CHANTALE MICHEL
TECHNICIENNE EN LOISIRS
450 759-3322, poste 5 / c.michel@aphpssj.com
Horaire de 8 h 00 à 16 h 00

CHANTAL DUPONT
INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE TCC
450 759-3322, poste 6 / c.dupont@aphpssj.com
Horaire de 8 h 00 à 16 h 00

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

ANIK BOURGEOIS
PRÉPOSÉE AUX BÉNÉFICIAIRES / ADJOINTE ADMINISTRATIVE
450 759-3322 / a.bouregois@aphpssj.com
Horaire de 8 h 00 à 16 h 00

LISETTE LALIBERTÉ
PRÉPOSÉE AUX BÉNÉFICIARES

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 d'aide afin de soutenir les membres et leurs proches dans les moments difficiles

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**

Nos super-héros à l'honneur 5

Manifester pour un transport bien adapté! 5

Assemblée générale annuelle 2025 6

La Semaine québécoise des personnes handicapées dans Lanaudière 7

Informations importantes **8**

Une projection pour mieux comprendre le traumatisme crânien 8

Mise à jour du service d'intervention en mesures d'urgence 9

Rappel – Service de soutien financier 9

Activités et report 9

Gagnant du concours printanier 9

Avis de décès **10**

Concours automnal **10**

Activités de loisirs (session automnale 2025) 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 d'Halloween 22

Souper de Noël 23

À colorier **24**

Mots mêlés **25**

Recette réconfortante – Potage aux carottes **26**

Retour sur les activités printanières 2025 **27**

Mot du président

BONJOUR CHERS MEMBRES, PARTENAIRES ET ADMINISTRATEURS,

L'été est maintenant derrière nous pour laisser place au retour des activités régulières! La saison estivale permet à votre équipe de reprendre des forces, faire des bilans et débuter de nouveaux projets. Parlant de nouveautés, l'équipe n'a pas chômé cet été! Organisation et mise en place du camp de jour pour les membres du Groupe T.C.C. de Lanaudière, nouvelles activités pour les membres du Groupe Parkinson de Lanaudière et création de nouveaux services et projets! Restez à l'affût puisque nous vous dévoilerons prochainement les deux nouveaux projets qui seront mis à votre disposition.

De plus, j'aimerais profiter de cette tribune pour souhaiter un bon retour à notre technicienne en loisirs **Chantale Michel**. Chantale est de retour à son poste depuis le mois de mai dernier. Si vous avez des questions concernant les activités, n'hésitez pas à la contacter par téléphone au poste 5. Bon retour Chantale!

Ensuite, j'aimerais vous rappeler que la Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral (SQTCC) se tiendra du 15 au 21 octobre 2025. Lors de cette semaine, l'équipe du Groupe T.C.C. de Lanaudière vous a préparé une belle activité qui vous permettra d'en apprendre plus sur le traumatisme craniocérébral et de vous sensibiliser à la réalité des personnes vivants avec un TCC. Pour en savoir plus, je vous invite à consulter la section ***Une projection pour mieux comprendre le traumatisme crânien*** à la page 8. Nous espérons vous voir en grand nombre à cette représentation!

Pour terminer, je vous souhaite, à toutes et à tous, un bon début de session et un bel automne!

Jocelyn Picard
Président

N.B. L'équipe de l'APHPSSJ sera en vacances du 22 décembre au 4 janvier inclusivement. Nous serons de retour le lundi 5 janvier 2026.

Qu'est-ce qui s'est passé à l'APH?

NOS SUPER-HÉROS À L'HONNEUR

Chaque année, nous organisons une soirée spéciale pour nos super-héros! Nos bénévoles, qu'ils soient accompagnateurs, siégeant à nos comités, au conseil d'administration ou impliqués dans des projets spéciaux, sont indispensables pour l'APH. La soirée reconnaissance est notre façon de remercier ces personnes exceptionnelles.

En ce sens, **nous avons souligné la contribution de nos chers bénévoles le 8 mai dernier,** par un repas copieux à La Distinction, situé à Joliette, et une petite pensée pour les remercier de l'aide précieuse qu'ils offrent à notre association! Une belle soirée teintée de discussions, d'amour et de reconnaissance! Merci encore à tous nos super-héros qui nous permettent d'offrir une vie associative aux personnes handicapées de la région! 💙

MANIFESTER POUR UN TRANSPORT BIEN ADAPTÉ!

Le 21 mai dernier, l'équipe de l'APH, plusieurs de ses membres, des organismes et des proches se sont déplacés à l'Assomption devant les bureaux du premier ministre François Legault afin de témoigner des problématiques entourant les conditions des usagers du transport adapté.

Organisé par le RUTA Lanaudière, la manifestation avait pour objectif d'envoyer un message fort et clair, à savoir que les personnes handicapées refusent de demeurer dans l'ombre et désirent avoir des services convenables et un transport réellement adapté, accessible et surtout, humain. Nous espérons qu'il y aura des changements bientôt!

Le Regroupement des usagers de transport adapté de Lanaudière (RUTAL) a pour mission de promouvoir et défendre les droits individuels et collectifs des utilisateurs du transport adapté de la région de Lanaudière. N'hésitez pas à les contacter par téléphone au 450 755-2221 ou par courriel au direction@rutalanaudiere.com, si vous vivez une problématique avec le transport adapté de votre région.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2025

Le 4 juin 2025, l'Association a tenu sa 48e assemblée générale annuelle (AGA) lors de laquelle elle a présenté aux membres présents un portrait financier complet, partagé avec eux les accomplissements de 2024-2025 et les actions qui seront entreprises en 2025-2026. À la suite de notre AGA, un nouveau conseil d'administration a été élu pour la prochaine année.

Sans plus attendre, nous sommes heureux de vous présenter les membres qui composent votre **conseil d'administration pour l'année 2025-2026** :

Jocelyn Picard	**Président**
Jacynthe Arseneau	1re vice-présidente
Cécile Bélanger	2e vice-présidente
Bruno Archambault	Trésorier
Simon Joncas	Secrétaire
Lise Rivest	Administratrice
André Leroux	Administrateur
Serge Girard	Administrateur
Ginette Laurin	Administratrice

Mais quel est le rôle d'un conseil d'administration au sein d'une association?

Le conseil d'administration (CA) est composé de plusieurs personnes agissant au nom et selon les intérêts de l'organisme. Ces membres ont pour objectif de définir l'orientation générale de l'Association, travailler de pair avec la direction pour tout ce qui concerne la gestion, prendre des décisions sur certains projets en cours, s'assurer d'un suivi et du développement des ressources financières, gérer les ressources humaines et les structures et politiques internes.

Bref, le conseil d'administration travaille de pair avec la direction afin de s'assurer que l'OBNL remplit sa mission, et ce, convenablement. En ce sens, les membres du CA sont convoqués de façon régulière afin de débattre sur des éléments soulevés par la direction, amener des suggestions afin de résoudre des problématiques et/ou approuver des projets provenant de l'équipe de travail.

Aux membres qui ont déjà siégé sur notre conseil d'administration, aux membres présents et à ceux qui désireraient le devenir, nous désirions vous remercier de nous aider à faire vivre l'APHPSSJ!

LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DES PERSONNES HANDICAPÉES DANS LANAUDIÈRE

Le 7 juin 2025 avait lieu la 2e édition du pique-nique de la Semaine québécoise des personnes handicapées de Lanaudière (SQPHL) au parc Antonio-Barrette situé à Joliette. Familial, inclusif et gratuit, cet événement offrait une panoplie d'activités pour le plaisir des petits et des grands, tout en mettant à l'honneur les différences et l'inclusion. Il a été réalisé en collaboration avec l'activité *Découvre ton terrain de jeu* de la Ville de Joliette qui désirait mettre en lumière le tout nouveau module de jeux adaptés!

Lors de cette journée, les participants de tous âges ont pu déguster des hot-dogs et diverses collations, rencontrer des organismes œuvrant pour les personnes handicapées (dont un kiosque tenu par l'APHPSSJ), expérimenter des sports et jeux adaptés (tennis en fauteuil roulant et kin-ball), essayer des vélos adaptés sur un circuit et pour les plus petits, jouer dans des jeux gonflables et se faire maquiller tout en dégustant une barbe à papa!

Le pique-nique a été mis en place par plusieurs organismes de la région œuvrant pour les personnes handicapées, soit notre APH, l'Association des personnes handicapées de Brandon, les Maisons d'à côté Lanaudière, les Répits de Gaby et l'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de Lanaudière et la Ville de Joliette.

Vous n'étiez pas disponible? Aucun problème puisqu'il y aura une 3e édition en 2026! Restez à l'affût de la page Facebook de la Semaine québécoise des personnes handicapées de Lanaudière (SQPHL) pour ne rien manquer (https://www.facebook.com/sqphlanaudiere).

Informations importantes

UNE PROJECTION POUR MIEUX COMPRENDRE LE TRAUMATISME CRÂNIEN

L'équipe du groupe T.C.C. de Lanaudière est heureuse de vous inviter à la projection du documentaire ***Impact : La reconstruction après un traumatisme craniocérébral*** réalisé par CONNEXION TCC.QC. Cette diffusion aura lieu le **jeudi 16 octobre 2025 de 13 h 30 à 15 h 30, au cinéma RGFM situé à Joliette.**

Veuillez noter que cet événement est ouvert aux membres des trois groupes d'entraide, aux membres de l'APHPSSJ et à leurs proches. **L'entrée est gratuite, mais les consommations comme la nourriture et les boissons seront aux frais de chaque participant.**

En savoir plus sur le documentaire

Le documentaire « Impact » retrace les vies d'Huguette, Yohan, Réal et Christine, qui ont vu leur quotidien bouleversé par un grave accident ayant causé un traumatisme craniocérébral. Avec une détermination incroyable, ils ont choisi de surmonter l'impact de cette épreuve, soutenus par les associations communautaires qui les accompagnent dans leur parcours. Chaque histoire, chaque témoignage, nous plonge dans l'intimité de leur combat vers la reconstruction. À travers des images poignantes et des récits inspirants, découvrez comment la résilience, l'entraide et le courage deviennent les seuls guides dans un voyage semé d'embûches.

Vous désirez vous inscrire à la projection? Contactez Jean-Charles ou Chantal au 450 759-3322 avant le 1er octobre 2025. Veuillez noter que les places sont limitées.

MISE À JOUR DU SERVICE D'INTERVENTION EN MESURES D'URGENCE

Pour les bénéficiaires du service d'intervention en mesures d'urgence, veuillez noter que nous effectuerons, cette année, une mise à jour de vos dossiers. La mise à jour bisannuelle consiste à confirmer votre adresse de résidence et à connaître les changements au niveau de vos limitations, s'il y a lieu. **Vous recevrez une lettre explicative prochainement.**

Qu'est-ce que le service d'intervention en mesures d'urgence?

Le service d'intervention en mesures d'urgence permet d'assurer la sécurité des citoyens de la MRC de Joliette vivant avec une limitation ou un problème de santé grave. Sous forme d'un registre gratuit, le service permet de transmettre la ou les limitations aux premiers répondants dès les premières minutes de l'incident, afin d'agir plus rapidement et efficacement selon les besoins (communication, évacuation, hébergement, etc.) en cas d'urgence. L'inscription est volontaire (inscription par la personne elle-même ou un proche) gratuite et confidentielle. Informez-vous!

RAPPEL – SERVICE DE SOUTIEN FINANCIER

N'oubliez pas que le service d'aide financière est disponible encore cette année. **Ce service est confidentiel et il a pour objectif de vous aider financièrement lors de l'achat ou de la location de matériel et services reliés à votre handicap.** Si ceux-ci ne sont pas remboursés par des assurances privées, la RAMQ, la SAAQ ou la CNESST, nous pouvons vous aider en couvrant une partie des frais ou la totalité.

Afin d'en savoir plus, de connaître les produits et les services remboursés ou de vous informer sur la marche à suivre, contactez Yves Laurin, agent de promotion au 450 759-3322, poste 4.

ACTIVITÉS ET REPORT

Veuillez noter que les activités qui n'auront pas lieu, **quelle que soit la raison**, ne seront pas reportées (**à moins d'une décision contraire de la part du conseil d'administration**). 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.

GAGNANT DU CONCOURS PRINTANIER

Nous désirons féliciter M. Martin Jetté, notre gagnant du concours printanier. Le tirage a eu lieu le 29 mai dernier.

Martin a remporté une carte de crédit prépayée d'une valeur de 50 $! Bravo!

Avis de décès

Le 9 avril 2025, à l'âge de 92 ans, est décédée **Mme Murielle Desrosiers.** Nous désirons profiter de cette vitrine afin de rendre un hommage à une femme exceptionnelle qui était très importante pour l'APH et ses membres.

Mme Desrosiers a été bénévole au sein de l'APHPSSJ pendant 48 ans. En fait, elle s'est jointe à nous quelques mois après la création de notre Association et ne nous a jamais quittés. Murielle a su changer la vie de plusieurs personnes handicapées grâce à son soutien indescriptible, son magnifique sourire et sa gentillesse sans égale. Que ce soit via son implication dans les différents comités, sur le conseil d'administration ou dans les activités en tant que bénévole accompagnatrice, Murielle a toujours répondu à l'appel afin de venir en aide aux personnes plus vulnérables. Nous nous comptons extrêmement chanceux d'avoir pu côtoyer une femme si exceptionnelle et d'avoir bénéficié de sa générosité pendant toutes ces années.

L'APHPSSJ tient à rendre hommage à cette femme au cœur immense et à présenter nos plus sincères condoléances à sa famille et amis.

Concours automnal

Gagner une carte de crédit prépayée d'une valeur de 50 $, ça vous dit? Participez à notre concours en répondant à la question ci-dessous et en **nous transmettant votre réponse avant 16 h 00 le mercredi 29 octobre 2025.** Le tirage parmi les bonnes réponses aura lieu le jeudi 30 octobre 2025. Bonne chance!

QUESTION : Quel est le titre du documentaire présenté par le groupe TCC?

1- TCC : L'impact après la reconstruction.

2- Impact : La reconstruction après un traumatisme craniocérébral.

3- Reconstruction : L'impact d'un traumatisme craniocérébral.

ACTIVITÉS DE LOISIRS

Session automnale 2025

Les prochaines pages de ce présent journal contiennent les informations pertinentes et importantes pour le bon déroulement des activités, vos calendriers pour les mois de septembre, octobre, novembre et décembre 2025 ainsi qu'une description de chaque activité.

Bonne lecture!

BIEN LIRE S.V.P

Bonjour chers membres,

Il nous fait plaisir de vous faire parvenir l'**édition automne 2025** de votre journal *Le Dynamique Baladeur*, dans laquelle vous pourrez prendre connaissance des activités prévues et vous y inscrire. Cependant, nous aimerions attirer votre attention sur quelques aspects présentés ci-dessous.

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 affichez sur votre frigo la page qui vous intéresse;**
- **Évitez de jeter votre journal, car vous pourriez devoir vous y référer dans l'avenir;**
- **Servez-vous du calendrier inséré dans Le Baladeur pour y inscrire les infos pertinentes à chaque activité qui vous intéresse;**
- **Entrez les informations dans votre agenda et/ou votre téléphone.**

De plus, voici des informations essentielles au bon déroulement des activités :

- **Les activités qui n'auront pas lieu, quelle que soit la raison, ne seront pas reportées (à moins d'une décision contraire de la part du conseil d'administration).**
- **Nous vous demandons d'arriver pas plus de 15 minutes avant votre activité afin de nous permettre de libérer, placer et nettoyer la salle.**
- **Si vous avez des symptômes d'allure grippale, fièvre ou autre, ne vous présentez pas aux activités et avisez-nous.**
- **En cas d'absence (empêchement, maladie ou autre), veuillez nous aviser le plus rapidement possible par téléphone au 450 759-3322.**

Merci de votre collaboration. Un bel automne à vous tous et toutes !!

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'aviser la réception le plus rapidement possible** au 450 759-3322. **Nous prenons les absences SEULEMENT par téléphone.**

Paiement, arrangement, mode de paiement et procédure Interac

Concernant le paiement 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**.

SEPTEMBRE 2025

Calendriers des activités APHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 **Fête du travail** **Les bureaux sont fermés**	2	3	4	5
8	9 **Café-rencontre Parkinson** 13h30-15h30	10 **Café-rencontre TCC** *Joliette* 13h30-15h30	11	12
15 **Aquaforme** 13h00-14h00	16	17	18 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Déjeuner-causerie Aphasie** 9h30-11h30	19 **Aquaforme** 13h00-14h00
22 **Aquaforme** 13h00-14h00	23 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	24 **Café-rencontre TCC** *Terrebonne* 13h30-15h30	25 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	26 **Aquaforme** 13h00-14h00
29 **Aquaforme** 13h00-14h00	30 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30			

OCTOBRE 2025

Calendriers des activités APHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		1	2 **Cours de peinture** 13h30-15h30	3 **Aquaforme** 13h00-14h00
6 **Aquaforme** 13h00-14h00	7 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30 **Café-rencontre Parkinson** 13h30-15h30	8	9 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	10 **Aquaforme** 13h00-14h00
13 **Action de grâces** **Les bureaux sont fermés**	14 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	15 **Café-rencontre TCC** *Joliette* 13h30-15h30	16 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	17 **Aquaforme** 13h00-14h00
20 **Aquaforme** 13h00-14h00	21 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	22	23 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30 **Déjeuner-causerie Aphasie** 9h30-11h30	24 **Aquaforme** 13h00-14h00
27 **Aquaforme** 13h00-14h00	28 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	29 **Café-rencontre TCC** *Terrebonne* 13h30-15h30 **HALLOWEEN** 16h30-20h30	30 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	31 **Aquaforme** 13h00-14h00

NOVEMBRE 2025

Calendriers des activités APHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 **Aquaforme** 13h00-14h00	4 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	5	6 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	7 **Aquaforme** 13h00-14h00
10 **Aquaforme** 13h00-14h00	11 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30 **Café-rencontre Parkinson** 13h30 à 15h30	12 **Café-rencontre TCC** *Joliette* 13h30-15h30	13 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	14 **Aquaforme** 13h00-14h00
17 **Aquaforme** 13h00-14h00	18 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	19	20 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30 **Déjeuner-causerie Aphasie** 9h30-11h30	21 **Aquaforme** 13h00-14h00
24 **Aquaforme** 13h00-14h00	25 **Cours de peinture** AM : 9h30-11h30 PM : 13h30-15h30 **Quilles** 10h00-11h30	26 **Café-rencontre TCC** *Terrebonne* 13h30-15h30	27 **Yoga sur chaise** 10h30-11h30 **Cours de peinture** 13h30-15h30	28

DÉCEMBRE 2025

Calendriers des activités APHPSSJ

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1	2 **Café-rencontre Parkinson** 13h30 à 15h30	3 **Café-rencontre TCC** *Joliette* 13h30-15h30	4 **Déjeuner-causerie Aphasie** 9h30-11h30	5
8	9	10 **Café-rencontre TCC** *Terrebonne* 13h30-15h30	11 **Souper de Noël** 16h30-20h30	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31		

VACANCES—BUREAUX FERMÉS

Aquaforme

Date limite d'inscription : le 27 août 2025 à 16 h 00
ATTENDRE la confirmation de votre place avant de faire votre paiement

Notez que malgré les incertitudes entourant la piscine du Centre Jeunesse (possibilité de fermeture), nous prenons tout de même les inscriptions et maintenons l'activité. Selon les dernières informations reçues, la fermeture ne devrait pas avoir lieu. Cependant, advenant un revirement de situation, les participants seront contactés dans les plus brefs délais.

Responsables :	Les lundis et vendredis : Lisette Laliberté, Anik Bourgeois et Serge Girard
	Le lundi, du 15 septembre au 24 novembre 2025 – ***Cours annulé le 13 octobre en raison de l'Action de grâces*** Le vendredi, du 19 septembre au 21 novembre 2025
	13 h 00 à 14 h 00 **Réservez votre retour avec le transport adapté pour 14 h 40**
	Membres actifs et associés : **30,00 $** **Spécial tarif APH** Membres supports : 92,00 $
	Centre Jeunesse 260, rue Lavaltrie Sud, Joliette
	Dix (10) cours

IMPORTANT :

Comme le nombre **d'espaces** dans les vestiaires et de **bénévoles** est **limité**, au moment de **votre inscription**, vous devrez **mentionner une seule plage horaire**. 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** afin de combler les deux cours.

Yoga sur chaise

Date limite d'inscription : le 27 août 2025 à 16 h 00
ATTENDRE la confirmation de votre place avant de faire votre paiement

	Carole Poupart
Responsable :	Diane Lanoue
	Le jeudi, du 18 septembre au 27 novembre 2025 – ***Cours annulé le 2 octobre en raison d'un manque de salles***
	10 h 30 à 11 h 30
	Membres actifs et associés : **15,00 $** **Tarif spécial APH** Membres supports : 73,00 $
	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 27 août 2025 à 16 h 00

Responsable :	**Lucie Tremblay**
	Le mardi, du 23 septembre au 25 novembre 2025
	10 h 00 à 11 h 30
	Membres actifs et associés : **30,00 $** **Tarif spécial APH** Membres supports : 88,00 $
	Salle de quilles Baby 53, rue Baby, Joliette
	Dix (10) rencontres

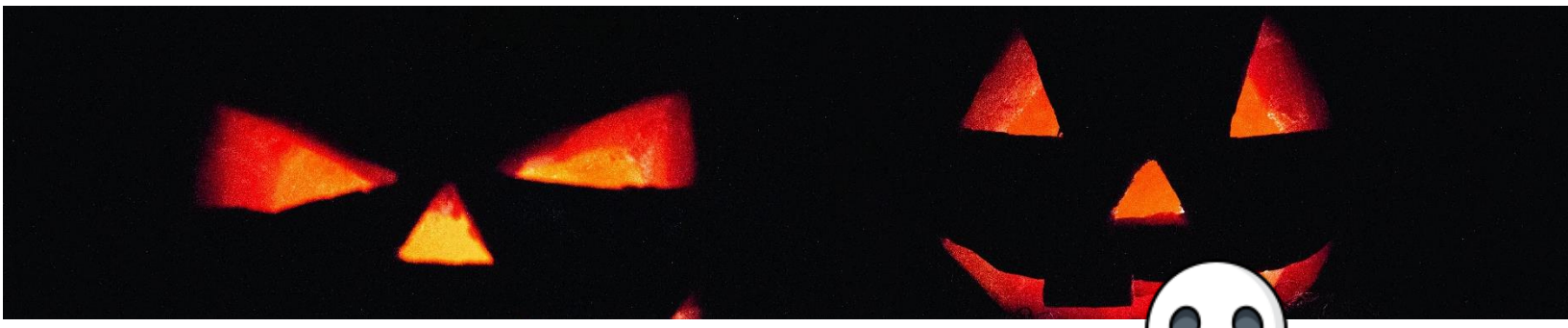
Peinture

Date limite d'inscription : le 27 août 2025 à 16 h 00
ATTENDRE la confirmation de votre place avant de faire votre paiement

	Sylvie Ratelle
Responsable :	Micheline Bérubé
	Le mardi matin : de 9 h 30 à 11 h 30 du 23 septembre au 25 novembre 2025 ou **Le mardi après-midi** : de 13 h 30 à 15 h 30 du 23 septembre au 25 novembre 2025 ou **Le jeudi après-midi** : de 13 h 30 à 15 h 30 du 25 septembre au 27 novembre 2025 **Veuillez choisir la plage horaire qui vous convient. Des changements pourraient être apportés.**
	Membres actifs et associés : **30,00 $** **Tarif spécial APH** Membres supports : 127,00 $
	Salle Yolaine Lortie, local 135 200, rue de Salaberry, Joliette
	(Dix) 10 cours **6 participants par atelier**

IMPORTANT :

- ✓ **Vous inscrire à une seule plage horaire, car le nombre de places est limité;**
- ✓ **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 janvier 2025;**
- ✓ **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;**
- ✓ **Lors de votre premier cours vous devez avoir en main une image ou une photo imprimée de qualité de grandeur 4 x 8 po. Les sujets sur un téléphone cellulaire ou sur une tablette ne seront pas acceptés.**
- ✓ **Le but de cet atelier est d'apprendre des techniques de dessin et non de terminer une toile.**



Souper d'Halloween!

Date limite d'inscription et de paiement : le 1er octobre 2025 à 16 h 00

Responsables :	**Chantale Michel, Mylène Éthier et Micheline Bérubé**
	Le mercredi 29 octobre 2025
	POUR LE SOUPER de 16 h 30 à 20 h 30 **Réservez votre retour avec le transport adapté pour 20 h 30**
	Membres actifs et associés : **25,00 $** Membres supports : 40,00$ Non-membres : 80,00 $ **Afin de prioriser nos membres actifs et associés, veuillez noter que les membres supports et les non-membres inscrits pourront participer à l'activité SEULEMENT si des places sont disponibles à la fin de la période d'inscription.** **Choix de menu lors de votre inscription* :** • **Brochettes de poulet** • **Porc en sauce** • **Vol-au-vent aux fruits de mer**
MENU	Le repas comprend : une boisson gazeuse, un potage, un choix de dessert, café ou thé, les taxes et le pourboire.
	Cabane à sucre Alcide Parent 1600, route 343, Saint-Ambroise-de-Kildare
	SURPRISE! **Cette année, nous désirons faire les choses autrement! Comme à l'habitude, il y aura une animation ou un spectacle lors de la soirée. Par contre, nous vous réservons la surprise!**

Souper de Noël

Date limite d'inscription et de paiement : le 6 novembre 2025 à 16 h 00

Responsables :	**Chantale Michel, Céline Savard et Michel Lacourse**
	Le jeudi 11 décembre 2025
	POUR LE SOUPER de 16 h 30 à 20 h 30 **Réservez votre retour avec le transport adapté pour 20 h 30**
	Membres actifs et associés : **23,00 $** Membres supports : 35,00$ Non-membres : 75,00 $ **Afin de prioriser nos membres actifs et associés, veuillez noter que les membres supports et les non-membres inscrits pourront participer à l'activité SEULEMENT si des places sont disponibles à la fin de la période d'inscription.**
MENU	Le coût comprend : une boisson gazeuse, un potage, un repas traditionnel, un dessert, café ou thé, les taxes et le pourboire.
	Salle Le Maxime, Jolodium 12, rue Richelieu, Notre-Dame-des-Prairies
	SURPRISE! **Cette année, nous désirons faire les choses autrement! Comme à l'habitude, il y aura une animation ou un spectacle lors de la soirée. Par contre, nous vous réservons la surprise!**

À colorier

Pour les amoureux de
HARRY POTTER

Mots mêlés

ANIMAGUS	GAROU	ROGUE
ARAGOG	GRYFFONDOR	RON
AZKABAN	HAGRID	SAULE
BRUIT	HIPPOGRIFFE	SECRET
CHOIXPEAU	MARAUDEUR	SERPENTARD
CROUTARD	MOLDU	SIRIUS
DECOR	ONCLE	SORCIER
DOBBY	POTION	TANTE
DRAGO	POTTER	VESTE
DUMBLEDORE	POUDLARD	VOLDEMORT
EPOUVANTARD	QUIDDITCH	WINKY
REMUS		

Solution : page 26

Solution du mots mêlés de la page 25 : **HERMIONE GRANGER**

RECETTE RÉCONFORTANTE

Potage aux carottes

INGRÉDIENTS

- 1 petit oignon, haché
- 30 ml (2 c. à soupe) de beurre
- 1,25 litre (5 tasses) de bouillon de poulet
- 390 g (3 tasses) de carottes pelées et tranchées
- 170 g (1 tasse) de pommes de terre pelées et coupées en cubes

PRÉPARATION

- Dans une casserole à feu moyen, attendrir l'oignon dans le beurre. Ajouter le bouillon, les carottes et la pomme de terre. Porter à ébullition. Couvrir et laisser mijoter doucement 20 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

- Au mélangeur, réduire la soupe en purée lisse. Saler et poivrer.

Source : https://www.ricardocuisine.com/recettes/2184-potage-aux-carottes

Retour sur les activités printanières 2025

48e ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

PIQUE-NIQUE PARKINSON

PÉTANQUE

SOUPER FLEURI

PIQUE-NIQUE DE LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DES PERSONNES HANDICAPÉES DE LANAUDIÈRE

TOURNOI DE QUILLES

Association des personnes handicapées
physiques et sensorielles secteur Joliette