



AVRIL 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>4) Déjeuner Rest: Normandin 9h30 a 11h30 (rue Soumande)</p> <p>Atelier de peinture Groupe 1; 12h30 a 14h30 Groupe 2: 15h00 a 17h00</p> <p>Atelier de théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>5) Mise en forme Groupe 1: 8h30 a 9h30 Groupe 2: 10h00 a 11h00 Groupe 3: 11h30 a 12h30</p> <p>Atelier Cultiver la Joie 13h00 a 15h00</p>	<p>6)</p> <p>Atelier Musclez vos méninges Groupe 1: 10h00 a 12h00 Groupe 2: 13h00 a 15h00</p>	<p>7) Rencontre amicale Bingo Musical 10h00 a 13h30</p> <p>Atelier Théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>8) Initiation a la tablette 9h30 a 11h00</p>
<p>11) Atelier de peinture Groupe 1: 12h30 a 14h30 Groupe 2: 15h00 a 17h00</p> <p>Atelier de théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>12) Mise en forme Groupe 1: 8h30 a 9h30 Groupe 2: 10h00 a 11h00 Groupe 3: 11h30 a 12h30</p> <p>Atelier Cultiver la Joie 13h00 a 15h00</p>	<p>13) Atelier Parlure 9h30 a 11h00</p> <p>Atelier Musclez vos méninges Groupe 1: 10h00 a 12h00 Groupe 2: 13h00 a 15h00</p>	<p>14) Rencontre amicale Visite Aquarium 10h00 a 12h30</p> <p>Atelier Théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>15) Initiation a la tablette 9h30 a 11h00</p>
<p>18) Atelier de peinture Groupe 1: 12h30 a 14h30 Groupe 2: 15h00 a 17h00</p> <p>Atelier de théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>19) Mise en forme Groupe 1: 8h30 a 9h30 Groupe 2: 10h00 a 11h00 Groupe 3: 11h30 a 12h30</p> <p>Atelier Cultiver la Joie 13h00 a 15h00</p>	<p>20) Atelier Parlure 9h30 a 11h00</p> <p>Atelier Musclez vos méninges Groupe 1: 10h00 a 12h00 Groupe 2: 13h00 a 15h00</p>	<p>21) Rencontre amicale Quilles (petites) 9h30 a 12h00</p> <p>Atelier Théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>22) Initiation a la tablette 9h30 a 11h00</p>
<p>25) Atelier de peinture Groupe 1: 12h30 a 14h30 Groupe 2: 15h00 a 17h00</p> <p>Atelier de théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>26) Mise en forme Groupe 1: 8h30 a 9h30 Groupe 2: 10h00 a 11h00 Groupe 3: 11h30 a 12h30</p> <p>Atelier Cultiver la Joie 13h00 a 15h00</p>	<p>27) Atelier Parlure de 9h30 a 11h00</p> <p>Atelier Musclez vos méninges Groupe 1: 10h00 a 12h00 Groupe 2: 13h00 a 15h00</p>	<p>28) Rencontre amicale Visite Musée de la Civilisation 10h00 a 12h30</p> <p>Atelier Théâtre 13h00 a 15h00 par ZOOM</p>	<p>29) Initiation a la tablette 9h30 a 11h00</p>



MAI 2022

LUNDI

2) Déjeuner
Rest: L'Oeuforie 9h30 a 11h30
850 Pierre Bertrand

Atelier de peinture
Groupe 1: 12h30 a 14h30
Groupe 2: 15h00 a 17h00
Atelier de théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

9) Atelier de peinture
Groupe 1: 12h30 a 14h30
Groupe 2: 15h00 a 17h00

Atelier de théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

16) Atelier de peinture
Groupe 1: 12h30 a 14h30
Groupe 2: 15h00 a 17h00

Atelier de théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

23) Atelier de peinture
Groupe 1: 12h30 a 14h30
Groupe 2: 15h00 a 17h00

Atelier de théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

MARDI

3) Mise en forme
Groupe 1: 8h30 a 9h30
Groupe 2: 10h00 a 11h00
Groupe 3: 11h30 a 12h30

Atelier Cultiver la Joie
13h00 a 15h00

10) Mise en forme
Groupe 1: 8h30 a 9h30
Groupe 2: 10h00 a 11h00
Groupe 3: 11h30 a 12h30

Atelier Cultiver la Joie
13h00 a 15h00

17) Mise en forme
Groupe 1: 8h30 a 9h30
Groupe 2: 10h00 a 11h00
Groupe 3: 11h30 a 12h30

Atelier Cultiver la Joie
13h00 a 15h00

24) Mise en forme
Groupe 1: 8h30 a 9h30
Groupe 2: 10h00 a 11h00
Groupe 3: 11h30 a 12h30

Atelier Cultiver la Joie
13h00 a 15h00

MERCREDI

4) Atelier Parlure
9h30 a 11h00

Atelier Muscler vos méninges
Groupe 1: 10h00 a 12h00
Groupe 2: 13h00 a 15h00

11) Atelier Parlure
9h30 a 11h00

Atelier Muscler vos méninges
Groupe 1: 10h00 a 12h00
Groupe 2: 13h00 a 15h00

18) Atelier Parlure
9h30 a 11h00

Atelier Muscler vos méninges
Groupe 1: 10h00 a 12h00
Groupe 2: 13h00 a 15h00

25) Atelier Parlure
9h30 a 11h00

Atelier Muscler vos méninges
Groupe 1: 10h00 a 12h00
Groupe 2: 13h00 a 15h00

JEUDI

5) Rencontre amicale
Jeux & discussion
10h00 a 13h30

Atelier Théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

12) Rencontre amicale
Danse adaptée
10h00 a 12h00

Atelier Théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

19) Rencontre amicale
Séance Tai Chi
9h30 a 12h00

Atelier Théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

26) Rencontre amicale
Rest: Normandin 11h30 a 13h30
400 rue Soumande
Dîner Semaine de l'aphasie

Atelier Théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

VENDREDI

6) Initiation a la tablette
9h30 a 11h00

13) Initiation a la tablette
9h30 a 11h00

20) Initiation a la tablette
9h30 a 11h00

27) Initiation a la tablette
9h30 a 11h00



JUIN 2022

LUNDI

30 mai)
Atelier de peinture
Groupe 1: 12h30 a 14h30
Groupe 2: 15h00 a 17h00

Atelier de théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

6)
Déjeuner
Rest: Normandin 9h30 a 11h30
rue Soumande
Atelier de peinture
Groupe 1: 12h30 a 14h30
Groupe 2: 15h00 a 17h00
Atelier de théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

MARDI

31 mai)
Mise en forme
Groupe 1: 8h30 a 9h30
Groupe 2: 10h00 a 11h00
Groupe 3: 11h30 a 12h30

Atelier Cultiver la Joie
13h00 a 15h00

7)
Mise en forme
Groupe 1: 8h30 a 9h30
Groupe 2: 10h00 a 11h00
Groupe 3: 11h30 a 12h30

Atelier Cultiver la Joie
13h00 a 15h00

MERCREDI

1)
Atelier Parlure
9h30 a 11h00

Atelier Muscler vos méninges
Groupe 1: 10h00 a 12h00
Groupe 2: 13h00 a 15h00

8)
Atelier Parlure
9h30 a 11h00

Atelier Muscler vos méninges
Groupe 1: 10h00 a 12h00
Groupe 2: 13h00 a 15h00

JEUDI

2)
Rencontre amicale
Science en folie
10h00 a 13h30

Atelier Théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

9)
Rencontre amicale
Casino Wôlinak
10h00 à 18h00

Atelier Théâtre
13h00 a 15h00 par ZOOM

VENDREDI

3)
Initiation a la tablette
9h30 a 11h00

10)
Initiation a la tablette
9h30 a 11h00





Activité Proches Aidants



Vous êtes un proche aidant, ceci s'adresse à vous. Venez rejoindre le groupe de l'organisme à travers des cafés-rencontres un lundi aux 14 jours.
Nous prévoyons des rencontres sociales à travers des jeux de société, des discussions stimulées par vous et des sorties au restaurant.

→ Inscription/information avec Camille Laforest **418-647-3684 poste 2**

Condition: Offert aux membres proches aidants d'ARTERE

Nombre de participants: illimité

Jours: les lundis aux deux semaines

Heure: 10h à midi

Endroit: Local Social ADAPTAVIE (Galeries Charlesbourg -
4250 1^{re} Av., Québec, QC G1H 2S5)

Frais: gratuit

Les lundis

18 avril

2 mai

16 mai

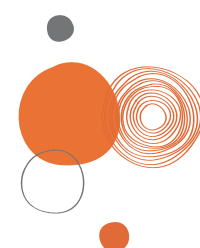
30 mai

13 juin

*Ce groupe nous aide à
«partager nos émotions et
sentiments»*



*«Très important de garder
contact avec des gens
vivant la même réalité»*



*«Très belles activités, je
m'en remets à vous pour
tout»*

