



Cahier Loisirs

Été 2016

Association des personnes handicapées physiques Rive-Nord



50, rue Thouin, bureau 113
Repentigny (Québec) J6A 4J4
Téléphone : 450 654-8279



TABLE DES MATIÈRES

Mot de l'équipe	2
Objectifs des loisirs	3
Sources de financement	3
Organisation	4
Attentes envers les membres.....	5
Marche et roule	6
Pique-nique	6
Atelier Arts-laine.....	7
Atelier Mandalas	7
Atelier Techno.....	8
Conférence sur l'ornithologie.....	8
Repas champêtre.....	9
Fête estivale	9
Les soirées du jeudi	10
Atelier déco-gâteau	11
Adresses utiles	11
Quoi faire ?.....	12



Mot de l'équipe

Bonjour chers membres!

Nous voici donc rendu à vous présenter des activités pour célébrer l'été. Vous trouverez dans ce cahier des activités gratuites (Marche et roule, pique-nique), des activités traditionnelles (Repas champêtre) et des nouveautés (La fête estivale, les ateliers d'arts-laine, de mandales et de techno) et le retour des activités de soirées.

Dans un contexte économique difficile (les revenus de bingo étant dramatiquement à la baisse) nous avons tenté d'innover en vous présentant une formule renouvelée mais toute aussi intéressante ! Vous nous avez proposé des activités, nous les avons mis à la programmation

Donc, de tout pour tous les goûts, du plus dynamique au plus tranquille, à l'extérieur comme à l'intérieur. Des arts, de la technologie, de la découverte, un peu de sport mais surtout plusieurs occasions de vous retrouver dans des contextes de loisirs stimulants pour passer un bel été.

L'équipe est fin prête à vous accueillir dans des activités qui prendront chacune une couleur particulière puisque nous y ajouterons des thématiques colorées.

Nous espérons pouvoir vous rencontrer dans quelques unes de ces activités !

Bon été !

L'équipe de l'APHPRN
aphprn1@hotmail.com



Objectifs des loisirs

À l'association, le loisir est un volet important. Les activités sont organisées pour que les personnes qui désirent y participer, puissent le faire.

Des vérifications d'accessibilité architecturales sont faites lorsqu'il s'agit d'un nouveau site de loisir. Des tarifications de groupe sont demandées quand c'est possible de le faire. Nous informons les gestionnaires des sites des besoins du groupe.

Nous mettons tout en œuvre pour créer une grille d'activités riches et diversifiées.

Sources de financement

Ce sont les revenus générés par les activités de Bingo, à la salle de Bingo de Repentigny, qui paient les activités de loisir durant l'année mais aussi durant l'été des membres de l'APHPRN.

À chaque année, nous devons présenter une demande de licence de Bingo à la Régie des loteries, des courses et des jeux. Suite à la réception de cette licence de bingo, nous recevons une petite partie des sommes recueillies lors des soirées de bingo organisées dans la salle de Repentigny.

Malheureusement, depuis quelques temps, nous constatons qu'il y a de moins en moins de joueurs donc par le fait même moins de ressources financières pour combler l'ensemble de la mission Loisirs.



Organisation

Comment on organise le loisir à l'APHPRN? Parce que c'est tout sauf simple...

Identification d'un site potentiel

- a) Prendre en note les suggestions des membres, des bénévoles et des employés
- b) Vérification de l'accessibilité architecturale et de la grille tarifaire du site
- c) Vérification de la disponibilité du transport adapté et de la disponibilité des autobus privés
- d) S'assurer que le Centre à Nous est ouvert pour le départ et l'arrivée lors de l'activité

Présentation de l'activité au conseil d'administration

- a) Analyse de la proposition : Discussion : Si accepté :
- b) Élaboration de la grille tarifaire pour les membres et les non-membres

Coordination de l'activité

- a) Vérification et réservation de la date auprès du site choisi
- b) Confirmation et réservation des autobus auprès de la compagnie
- c) Présentation des divers éléments à l'ensemble de l'équipe de travail
- d) Promotion auprès des membres (création de pub, courriel, etc...)
- e) Informer les transports adaptés de la tenue de l'activité
- f) Faire le formulaire d'inscriptions
- g) Prendre les inscriptions
- h) Réserver une place, selon l'inscription, dans les autobus réservés versus le nombre de place disponibles
- i) Jumeler les membres ayant des besoins de soutien avec les bénévoles
- j) Prendre les paiements
- k) Vérifier que les participants aient réservé leur transport adapté vers le lieu de départ la journée de l'activité

Réalisation de l'activité

- a) Accueillir les participants
- b) Informer les bénévoles des jumelages
- c) Informer les membres ayant des besoins quant au jumelage fait pour eux
- d) Prendre les derniers paiements
- e) S'assurer que tous montent dans le bon autobus
- f) Donner les consignes aux participants
- g) Rencontrer les responsables du site pour s'identifier
- h) Payer les responsables du site

Attentes envers les membres

Récemment, le conseil d'administration de l'association s'est réuni afin de discuter de la planification et de la structuration des belles activités qui vous sont offertes. Les façons de faire utilisées par le passé ont aussi été revues. Voici quelques points dont il est important que vous preniez connaissance.

De cette rencontre est tout d'abord ressortie une nouvelle philosophie pour organiser les transports. Cette philosophie maintient que lorsque nous planifions vos places dans les autobus, nous prendrons vos inscriptions avec vos besoins en aide technique. Sachez que pour l'été 2016, nous **préconiserons la philosophie du premier arrivé, premier inscrit.**

Si vous en ressentez le besoin, nous avons toujours de bons bénévoles pour vous aider avec votre fauteuil manuel.

Finalement, **nous vous demandons de réserver votre place auprès de Phara, par téléphone**, le plus tôt possible, soit dès la réception de votre calendrier d'activité, car les places sont souvent limitées. Nous vous rappelons que vous devez payer votre activité une semaine avant que celle-ci ait lieu. En absence de paiement, nous nous réservons le droit de donner votre place à quelqu'un d'autre qui serait intéressé à participer.

Veillez noter d'un chèque fait à la date de l'activité est une intention de paiement et confirme votre présence pour l'activité.

L'organisation de telles activités est très complexe et nous vous serions gré de bien tenir compte de ces requêtes afin de faciliter notre tâche.

Pour plus d'informations, veuillez communiquer au 450-654-8279

**INSCRIPTION ET
RÉSERVATION PAR TÉLÉPHONE
450.654.8279**

Jeudi 23 juin 2016 à 13h00

Marche et roule

Description	Activité de marche en plein air
En cas de pluie l'activité est annulée	Que vous marchiez ou que vous rouliez, un circuit dynamique, en groupe, vous est offert. De l'animation, des exercices et des discussions pendant que l'on prend l'air !
Lieu	Parc de l'Île Lebel à Repentigny
Jour	Tous les lundis
Horaire	10h00 à 11h30
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	Gratuit

Lieu	Ile des Moulins à Terrebonne
Jour	Tous les mercredis
Horaire	10h00 à 11h30
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	Gratuit

Pique-nique

Description	Activité de plaisir en plein air
N'oubliez pas d'apporter votre lunch !	Placoter en lunchant voici notre proposition ! ****En cas de pluie l'activité est annulée****
Lieu	Parc de l'Étang du Grand Coteau à Mascouche
Jour	Tous les mardis
Horaire	11h30 à 14h00
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	Gratuit

Lieu	Parc de l'Île Lebel à Repentigny
Jour	Tous les jeudis
Horaire	11h30 à 14h00
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	Gratuit

Atelier Arts-laine

Description	Atelier d'apprentissage/de transmission de compétence Vous aimez le tricot ? Le crochet ? Le tricotin ? Cet atelier est pour vous ! Emportez votre matériel, créer, jaser et apprenez des autres participantes des techniques nouvelles !
Certains matériaux de base seront disponibles sur place pour essais mais il serait souhaitable d'emporter le vôtre.	
Lieu	Centre à Nous
Jour	Tous les lundis
Horaire	13h00 à 15h30
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	2\$/ atelier

Atelier Mandalas

Description	Atelier de relaxation et de découverte de soi Colorier au gré de nos envies des mandalas - ces diagrammes représentant l'univers selon les traditions indiennes et tibétaines - peut nous aider à nous recentrer. Une belle méthode de gestion du stress!
Crayons de bois, feutres, pastels, papiers et dessins disponibles sur place.	
Lieu	Centre à Nous
Jour	Tous les mardis
Horaire	13h00 à 15h30
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	2\$/ atelier



Atelier Techno

Description	Activité d'amélioration des compétences Vous aimeriez mieux utiliser votre tablette ? Votre téléphone ? Vous voulez savoir comment fonctionne Facebook ? Le courriel ? Google ? Venez passer l'après-midi avec nous et nous vous accompagnerons dans l'univers des nouvelles technologies.
Lieu	Centre à Nous
Jour	Tous les mercredis
Horaire	13h00 à 15h30
Inscription	Phara au 450.654.8279
Coût	2\$/ atelier

Conférence sur l'ornithologie

Description	
Avec la généreuse participation de la Société d'ornithologie de Lanaudière	
Trois imminents passionnés spécialistes de l'ornithologie viendront vous partager toutes les subtilités de l'observation de la faune ailée québécoise. Une présentation sous forme de conférence débutera la rencontre puis une période d'observations, accompagnée de ces passionnés, se poursuivra dans le Parc de l'île Lebel. Une belle activité !	
Lieu	Centre à Nous
Jour	Vendredi le 15 juillet 2016
Horaire	9h00
Inscription	Phara au 450.654.8279
N° de place	12 personnes
Coût membre	Gratuit
Coût non-membre (si place restante)	10\$



Dessins : Serge Nicolle

Repas champêtre

Description Inscription obligatoire avant le 19 juillet 2016	Repas champêtre pris dans un décor bucolique. Vous emportez votre bonne humeur, nous fournissons le lunch !
Lieu	À déterminé
Jour	Vendredi le 22 juillet 2016
Horaire	11h00 à 15h00
Inscription	Phara au 450.654.8279
N° de place	Illimitée
Coût membre	10\$
Coût non-membre	20\$

Fête estivale

Description Inscription obligatoire avant le 16 juillet 2016	Notre thème de cet été sera le Mexique ! Salsa, merengue ! Nachos, burritos ! Venez vous amusez et mangez sous le drapeau vert-blanc-rouge ! Olé !
Lieu	À déterminé
Jour	Vendredi le 19 août 2016
Horaire	11h00 à 15h00
Inscription	Phara au 450.654.8279
N° de place	Illimitée
Coût membre	10\$
Coût non-membre	20\$



Les soirées du jeudi

Description

Les folles soirées du jeudi !

Plusieurs membres ont mentionnés leur intérêt pour faire des activités de soir. Dans cette optique nous vous proposons une série de sorties thématiques vous permettant de réaliser ce souhait !

*****Inscription obligatoire*****

Lieu	Selon les sorties (voir section adresse)
Jour	Jeudi soir
Horaire	Selon le thème
Inscription	Phara au 450.654.8279
N° de place	Illimitée
Coût membre	Au frais du participant
Coût non-membre	Au frais du participant

Soirée Resto (Giorgio)

- Jeudi le 7 juillet 2016 (17h00 à 19h30)
- Jeudi le 4 août 2016 (17h00 à 19h30)

Soirée Cinéma (Cinéma Triomphe : pour la représentation de 18h30-19h00)

- Jeudi le 14 juillet 2016
- Jeudi le 11 août 2016

Soirée Piscine

- Jeudi le 21 juillet 2016 (Piscine de Repentigny : 20h00 à 21h:30)
- Jeudi le 18 août 2016 (Piscine de Terrebonne : 18h30 à 21h00)

Soirée Bingo

- Jeudi le 28 juillet 2016 (18h45 à 22h00)
- Jeudi le 25 août 2016 (18h45 à 22h00)

Atelier de décoration de gâteau

Description	Sous la supervision du pâtissier Luc Claveau venez apprendre comme glacer et décorer un gâteau comme un professionnel.
Matériel fourni sur place	À la fin de l'atelier vous repartirez à la maison avec un gâteau décoré joliment suite à vos nouveaux apprentissages !
Lieu	Centre à Nous
Jour	Vendredi le 5 août 2016
Horaire	13h00 à 15h30
Inscription	Phara au 450.654.8279
N° de place	10
Coût membre	10\$

Adresses utiles

Lieu	Adresse
Bingo Repentigny	80, boul. Brien Repentigny
Centre à Nous	50, rue Thouin Repentigny
Cinéma Triomphe	1100 rue Yves-Blais, Terrebonne
Ile des Moulins	866, rue-Saint-Pierre Terrebonne
Parc Étang du Grand coteau	2600, boul. Mascouche Mascouche
Parc Ile Lebel	396, rue Notre-Dame Repentigny
Piscine de Repentigny	130, rue Valmont, Repentigny
Piscine de Terrebonne	2495, boul. des Entreprises Terrebonne
Restaurant Giorgio	950, Montée des Pionniers Terrebonne

Quoi faire dans le sud de Lanaudière?

Voici quelques propositions d'activités qui auront lieu dans les villes de notre entourage. Prenez note que nous **n'offrons pas d'accompagnement** lors de ces journées-soirées, elles vous sont présentées à titre indicatif seulement.

Repentigny

Date	Activité	Lieu	Coût
24 juin (Spectacle : 5x5)	Fête nationale	Parc de l'Île Lebel	gratuit
7 juillet au 19 août (jeu/ven)	Boîte à musique	Parc Charles-de-Gaulle	gratuit
6 juillet au 17 août (mer)	Ciné plein air	Parc Marie-Soleil Tougas	gratuit
12 au 14 août	RDV estival	LeGardeur	Certains \$
21 août	Expo vieilles auto	Parc de l'Île Lebel	gratuit

L'Assomption

Date	Activité	Lieu	Coût
23 juin	Fête nationale	Parc Léo-Jacques	gratuit
7/14/21 juillet et 11/18 août	Visite du quartier art	225, boul. L'Ange-Gardien	gratuit
4, 5 et 6 août	Arts et lumières	Quartier des arts	gratuit

L'Épiphanie

Date	Activité	Lieu	Coût
Mardi	Beaux mardis	131 rue Notre-Dame	gratuit
8,9 et 10 juillet	Chasse-galerie	Parc du Barrage	gratuit

Terrebonne

Date	Activité	Lieu	Coût
23 juin (Spec : Marc Dupré)	Fête nationale	Ile des Moulins	gratuit
5 juillet au 4 août	Spectacles divers	Voir mémo	gratuit

Mascouche

Date	Activité	Lieu	Coût
24 juin	Fête nationale	Parc Gilles Forest	gratuit
4 juillet au 28 septembre	Expo Espace-Temps	Bibliothèque B. Patenaude	gratuit
9 juillet au 20 août	Mémoires de l'étang	Voir mémo	gratuit

Merci à Stéphanie Dalpé pour les recherches au niveau des villes.