

L'accompagnement auprès de nos membres et les activités offertes à chaque semaine.

Voici la suite de notre programmation expliquée en toute simplicité...

L'atelier d'art offert les mardis à une douzaine de personnes est une belle opportunité afin de créer des projets collectifs et de solliciter la collaboration de chacun. Le cours procure aussi le développement des habiletés motrices et demande beaucoup de persévérance comme fut le cas du projet de mosaïque ayant été travaillé durant de longs mois.

Je vous offre ici un petit témoignage de Sylvie Lamy et d'Andrée Montour concernant ce cours:

« ... j'ai connu une autre sorte de mosaïque, moi et Sylvie, on casse et coupe une assiette. On la place à l'envers sur une serviette et on frappe avec un marteau. Aussi, on coupe des plaques de céramique en petits carrés et en rectangles avec des pinces. Ensuite, on place tous les morceaux comme un gros casse-tête sur une planche de bois que l'on colle pour former un dessin. »

Elles disent beaucoup aimer ces projets d'art et **vous lancent le message que les responsables de l'atelier acceptent les dons d'assiettes et de céramique.**

Le but des exercices adaptés et du cours d'aquaforme est d'encourager les participants à intégrer l'activité physique et à amener des changements de comportement tout en adoptant de saines habitudes de vie. Ces exercices permettent de développer le système cardiovasculaire et mettent l'accent sur la coordination et la tonification des muscles. Nous avons encore quelques places disponibles si vous êtes intéressés aux 2 séries d'exercices... Infos: 228-9228



APHFCM
121, PETITE-RIVIÈRE
LOCAL 11
LOUISEVILLE (Q.C.) J5V 2H3



COMMUNIK-ACTIONS BULLETIN D'INFORMATION Mars 2015

L'**atelier thérapeutique** est offert principalement aux membres qui ne vont pas aux plateaux de travail et par conséquent, qui n'ont pas beaucoup d'activités. c'est donc une quinzaine de personnes qui se réunissent afin de maintenir ou de développer leur réseau social et ainsi à briser l'isolement. Des jeux de société aux projets de créations ou tout simplement des échanges entre participants et intervenants, c'est un moment d'échanges des plus grandement apprécié.

Malheureusement, n'étant pas un centre de jour, la superficie des locaux n'est pas appropriée pour recevoir plus de participants. Il n'y a donc plus de place disponible pour participer à cet atelier.













Nous vous reviendrons le mois prochain afin de poursuivre ces explications.

Entretiens, nous vous rappelons qu'il est grand temps, pour les «oublieux» de renouveler votre carte de membre toujours au coût de 10\$.

Le printemps est presque là...
Ne désespérez pas!

Marie Dion,
Agente de développement

Programmation des activités à l'APHCM - Mars 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 Épicerie, accompagnement et cours de chants 	3 Cuisine, accompagnement et cours d'art 	4 Accompagnement, jeux de société et café-rencontre 	5 Exercices Viactive et atelier thérapeutique 	6 Accompagnement et activité intégrante dans la communauté	7
8	9 Épicerie, accompagnement et cours de chants	10 Cuisine, accompagnement et cours d'art	11 Accompagnement et sortie intégrante	12 Exercices Viactive et atelier thérapeutique	13 Accompagnement et jeux de société 	14
15	16 Épicerie, accompagnement et cours de chants 	17 Cuisine, accompagnement et cours d'art 	18 Accompagnement et AGA de l'APHCM et TACM 	19 Exercices Viactive et atelier thérapeutique 	20 Cabane à sucre Alain Ladouceur à St-Justin	21
22	23 Épicerie, accompagnement et cours de chants	24 Cuisine, cours d'art et cours d'aquaforme	25 Accompagnement et café-rencontre	26 Exercices Viactive et atelier thérapeutique 	27 Accompagnement et jeux de société 	28
29	30 Épicerie accompagnement et cours de chants	31 Cuisine, Art et cours d'aquaforme 	Accompagnement et sortie intégrante 