



LES AMIS DE LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE
RIVE-NORD



AUTOMNE 2024

PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS



LES AMIS DE LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE RIVE NORD

TABLE DES MATIÈRES

Modalités générales.....	1
Être membre aux amis.....	2
En cas d'absence.....	3
Activités valorisante de jour.....	4
Activités récréatives et sociales.....	5
Les jeudis soirs.....	6
Les vendredis soirs.....	8
Les activités spéciales.....	9
Les samedis et dimanches.....	13
La stimulation.....	14
Service de surveillance.....	15
Je prend note.....	17
Information pour le TRAM.....	18

MODALITÉS GÉNÉRALES

Pour devenir membre à l'association Les Amis, vous devez nous contacter au **(450) 585-3632**

Il est important pour nous de connaître les besoins, les comportements et l'état de santé du participant.

Prenez note que l'association se réserve le droit de refuser une inscription si elle juge que ce programme ne convient pas à la personne.

CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ AUX ACTIVITÉS

1. Pour s'inscrire à nos activités, le participant doit être membre de l'association LES AMIS, c'est-à-dire avoir payé sa cotisation de 20\$ pour l'année.
2. Le paiement des activités des sessions précédentes doit être acquitté en entier et aux dates convenues (voir les modalités d'inscriptions) sinon, l'association LES AMIS se réserve le droit d'annuler les activités non payées par le participant.
3. L'association doit avoir la fiche du participant, la fiche médicale ainsi que les autorisations dûment signées du participant à jour (s'il y a des modifications, il en est de votre responsabilité de nous en faire part).
4. La personne ayant des comportements inadéquats ou agressifs envers les autres ou envers elle-même pourrait se voir retirée de nos activités. Une demande d'encadrement en « un pour un » par un de nos intervenants ou la présence obligatoire d'un accompagnateur extérieur pourrait également être exigée pour permettre le maintien de participation de cette personne.
5. Finalement, c'est par plaisir que le participant doit s'inscrire aux activités et non par obligation.

Modalités d'inscription

1. Le participant doit remplir obligatoirement la fiche d'inscription et retourner le tout au bureau au plus tard le 9 août 2024.
2. Suite à la réception des inscriptions, nous procéderons à la distribution des d'activités.
3. Notre équipe communiquera avec vous par courriel afin de vous donner la confirmation de votre horaire d'activités. Veuillez noter que les frais d'activités devront être payés soit en totalité ou soit en 2 versements selon les termes suivants :
Date de paiement : le 15 septembre et le 15 octobre 2024 ou selon une entente prise avec l'association.
4. Nous privilégions les paiements fait par virement Interac, chèque posté ou par le biais des membres lors des activités .

Merci de votre collaboration.



« ÊTRE MEMBRE AUX AMIS C'EST TROP TRIPPANT ».

FORMATION DU PERSONNEL

Chaque année, les intervenants reçoivent une formation d'une semaine qui survole plusieurs thèmes : premiers soins, techniques d'animation, dynamique de groupes, rôles et responsabilités de l'intervenant, sans oublier la théorie sur la déficience intellectuelle et autres syndromes associés. De plus, l'association s'assure d'avoir parmi son équipe des intervenants qui ont leurs cours de Déplacement Sécuritaire des Bénéficiaires (PDSB) et de secourisme tel que Cardio-secours ainsi que le cours de secourisme en milieu de travail.

ENCADREMENT

Les participants sont encadrés par des responsables et des intervenants dynamiques étudiants en éducation spécialisée ou autres domaines connexes et possédant une bonne expérience en animation. Les ratios peuvent varier selon le degré de sécurité, les éléments techniques de la discipline et le niveau de soutien requis pour chacune des personnes présentes à l'activité.

ENCADREMENT POUR LES PERSONNES AYANT DES BESOINS SPÉCIFIQUES

De plus, l'association offre des activités de stimulation à toute personne présentant une déficience intellectuelle sévère ou demandant un encadrement spécifique dû à son comportement ou aux soins à apporter. Le ratio est d'un intervenant pour un membre. Si le membre est intégré dans les autres activités, le ratio sera évalué pour chacun, et ce, en lien avec l'activité qui se déroulera.

*****Veuillez noter que les coûts des activités indiquées dans la programmation sont majorés de 5\$ supplémentaires par demi-journée ou 50 \$ par session d'activités pour les membres faisant partie du programme de stimulation (encadrement 1 pour 1). Par exemple, une activité au coût de 15 \$ sera majorée à 20 \$, et une session pour une activité au coût de 150 \$ sera majorée à 200 \$.**

REÇUS POUR LES IMPÔTS

Prenez note que tous les reçus seront émis au nom du participant à la date de paiement.

Un crédit d'impôt est possible pour les aidants naturels qui habitent avec leur enfant présentant une déficience intellectuelle.

Pour plus d'informations, veuillez consulter l'adresse suivante :

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-repit-a-un-aidant-naturel/>

ALLERGIES, MÉDICAMENTS ET BESOINS PARTICULIERS

Dans le but d'assurer la sécurité et le bien-être du participant, il est primordial que l'association ait la fiche du participant, la fiche médicale ainsi que les autorisations dûment signées du participant à jour.

S'il y a des modifications, il est de votre responsabilité de nous en faire part. N'hésitez surtout pas à informer le responsable des activités valorisantes au **450-585-3632** de tout changement à son état de santé ou de préciser les besoins du participant. Les employés de l'association Les Amis ne peuvent administrer aucun autre médicament que ceux qui sont en pilulier (Dispill), préparés par le pharmacien.

IDENTIFICATION DES EFFETS PERSONNELS DU PARTICIPANT ET MATÉRIEL REQUIS

Pour toutes les activités, les membres devront avoir en leur possession une bouteille d'eau, une collation et les items mentionnés dans les notes spéciales de chaque activité.

****Nous vous recommandons de bien identifier le matériel de chacun (vêtements, boîte à lunch, etc.)**

EN CAS D'ABSENCE

QUE FAIRE EN CAS D'ABSENCE DU PARTICIPANT

EN CAS D'ABSENCE D'UN PARTICIPANT :

VEUILLEZ NOUS AVISER LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE, SOIT;

Par téléphone au :
450-585-3632

(en laissant un message sur la boîte vocale)

OU

Par courriel au :
info@lesamisdeladi.org

POUR DES RAISONS DE SECURITÉ ET DE LOGISTIQUE, IL EST REQUIS D'INFORMER LE TRANSPORT ADAPTÉ, SOIT

Par téléphone au
(450) 470-8726

OU

Par courriel
reservation.ta.couronnenord@exo.quebec

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

1. En cas d'absence à une activité confirmée, aucun remboursement ou crédit ne sera fait.

Toutefois, s'il s'agit d'une raison médicale, un crédit ou un remboursement pourrait être possible en échange de pièces justificatives.

2. Il n'y aura pas de remboursement ni crédit pour tout participant à qui l'association LES AMIS demandera de quitter l'activité en raison du non-respect des autres membres du groupe ou des critères et règles établis pour chacune des activités.

3. Si une activité ponctuelle doit être annulée par l'association LES AMIS OU PAR LE TRANSPORT ADAPTÉ, un crédit sera effectué à la fin de la programmation pour la session suivante.

TEMPÊTES

Veillez noter que le bureau sera fermé et que les activités seront annulées en cas de fermeture du Centre de Service Scolaire des Affluents ET/OU si le Transport Adapté décide d'annuler ses services.

Également, il est possible que des conditions hors de notre contrôle, comme une panne d'électricité, force l'annulation des activités et la fermeture du bureau.

Le jour même d'une fermeture imprévue, vous retrouverez les informations relatives à l'annulation ou la tenue de l'activité du jour sur notre page Facebook et sur le message d'accueil de la boîte vocale de l'association

Notre page Facebook : Les Amis de la Déficience Intellectuelle Rive-Nord
Pour nous joindre par téléphone : (450) 585-3632

ACTIVITÉS VALORISANTES DE JOUR

Activités hebdomadaires en respectant les congés selon le calendrier des Amis

Nos activités de jour rassemblent des groupes très diversifiés. Ce type de regroupement favorise le développement de nos membres sur de nombreux plans et accroît les occasions d'apprentissage. Ils consolident leurs apprentissages et ils développent leurs habiletés sociales.

Les intervenants se lancent comme objectif que chacun soit intégré dans l'activité. Ils créent des activités qui permettent, entre autres, de maintenir ou enrichir leurs acquis, de poursuivre le développement de leurs compétences et de socialiser. Ils rendent le tout très visuel et dynamique.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
AVANT-MIDI 9h00 à 11h30	Stimulation (voir p.14)	Gymnastique douce	Réunion de l'équipe	Les jeudis récréatifs	Art-thérapie
LES MIDIS	SI TU RESTES TOUTE LA JOURNÉE, PENSE À : ·Prendre ton lunch pour dîner. ·Prendre tes deux collations.				
APRÈS-MIDI 13h00 à 15h30	Musicothérapie du lundi	Méli-mélo	Quilles	Stimulation (voir p.14)	Jeux libres et film



Musicothérapie

Exploration de différentes musiques et sons à travers une variété d'instruments.



Gymnastique adaptée

Activités de gymnastique diverses, adaptées à la capacité physique de chacun(e).



Méli-Mélo

Des jeux, Brico, musique avec quelques activités surprises ! Nous allons te faire explorer une multitude de loisirs. De quoi s'amuser et relaxer !



Les Quilles

À la demande générale les quilles sont de retour cette année alors viens jouer aux quilles avec tes amis.



Les jeudis récréatifs

Des jeux, Brico, musique avec quelques activités surprises ! Nous allons te faire explorer une multitude de loisirs. De quoi s'amuser et relaxer !



Jeux libre et film

Tu pourras choisir de jouer à des jeux de tables ou écouter un film !
(Cartes jeux de société, etc.)

Les groupes de jour de septembre à décembre se poursuivent jusqu'à juin. Vous êtes automatiquement inscrit pour l'année.

ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES ET SOCIALES

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

Les activités récréatives sont faites pour faire sortir les membres de leurs quotidiens et partager des moments d'exceptions avec des amis, des gens qui leur ressemblent et des intervenants stimulants.

Cette programmation, bâtie et animée par une équipe jeune et enlevante est faite pour répondre à leurs intérêts. Avec nous, ils pourront bouger, créer, rire, échanger et découvrir.

Nos activités sont là pour EUX !



**ANNULATION
SI MAUVAISE
TEMPÉRATURE**

LUNDI

La marche

Rien de mieux que de prendre une bonne marche et se remplir les poumons d'air frais. En plus, cette marche se fait entre amis!

**18h45 à 20h00
Parc de l'Île Lebel**



MERCREDI

Improvisation

L'équipe des ÉCLAIRS sont de retour. Viens développer ta créativité, mais avant tout, viens t'amuser.

**18h30 à 20h00
AU AMIS**



LES JEUDIS SOIRS

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités



JUS ET CRÉATION

15\$ Par projet incluant jus et matériels

Faire une expérience créative avec un bon jus santé et des Amis quoi de mieux?

Plusieurs activités de création vous sont proposés les jeudis soirs.

Vous pouvez choisir de participer à toute la session ou aux ateliers de votre choix.

18h30 à 20h00
Au Amis

Attention, cette
activités se
déroule en même
temps que le
Cardio express

12 Septembre 2024 Page de scrapbooking d'été



3 octobre 2024 Décore la première lettre de ton prénom



10 octobre 2024 Création de chandail



17 octobre 2024 Décoration d'Halloween



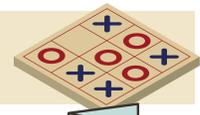
31 octobre 2024 Toiles abstraites



7 novembre 2024 Porte-clés ou sous-verre en résine



21 novembre 2024 Jeux de Tic-Tac-Toe



28 novembre 2024 Carte en scrapbooking



12 décembre 2024 Ornement de Noël



LES JEUDIS SOIRS

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

CARDIO EXPRESS



Cette activité permet de garder la forme a votre rythme. Un cours de groupe comme au gym. On vous attend en grand nombre

18h30 à 20h00
Au local

Attention, cette
activités se
déroule en même
temps que le jus
et créations

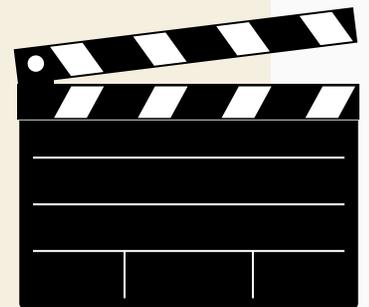
CINÉMA POPCORN

Viens écouter un film en
compagnie des Amis !

Du bon popcorn et du plaisir sont
au rendez-vous !

1 jeudi soir par mois
*Voir le calendrier

18h30 à 20h00
Au local



LES VENDREDIS SOIRS

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

LES DANSES DU VENDREDI



Viens faire tes meilleurs pas de danse lors de la danse du vendredi ! Une ambiance de fête sera mise en place afin de se créer de supers souvenirs.

19h00 à 22h00

École Valmont-sur-Parc
1155, boul. Basile-Routhier.

10\$ à la porte

incluant entrée et collation



25 octobre 2024

Danse costumé (Pirate VS Cowboys)



22 novembre 2024

Glow in the dark (Néon)



LES VENDREDIS ENTRE AMIS

Viens t'amuser avec tes amis
lors des vendredis entre amis !
Plaisirs garantis!

repas inclus

17h30 à 20h30
Au local



LES ACTIVITÉS SPÉCIALES

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

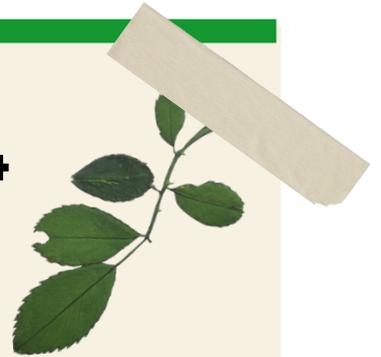
SCRAPBOOKING

14 SEPTEMBRE 2024

Apporte avec toi, 4-5 photos
et viens créer des souvenirs

13h00 à 15h30

Au local



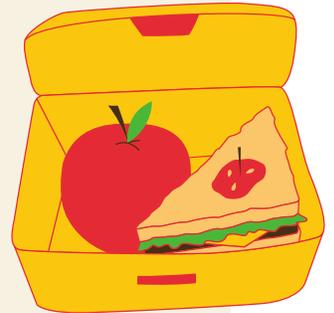
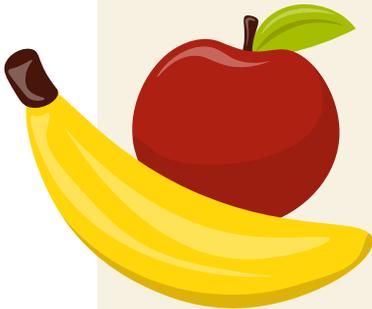
MA BOÎTE À LUNCH DIVERSIFIÉE

22 SEPTEMBRE 2024

Nous te donnerons des idées pour
remplir ta boîte à lunch !
Tu pourras même partir avec ta boîte
à lunch pour le lendemain !

13h00 à 15h30

Au local



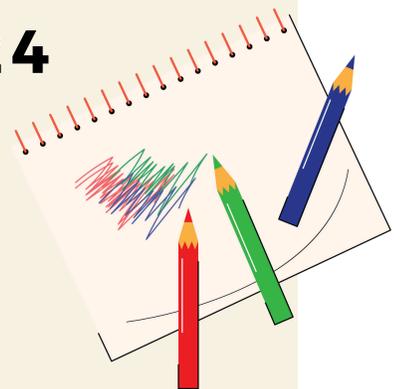
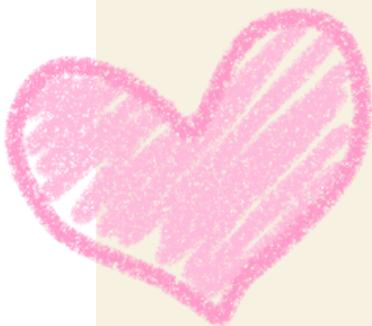
DESSINS

28 SEPTEMBRE 2024

Viens faire tes plus beaux dessins !
Du papier, des crayons et ta créativité
sont au rendez-vous !

13h00 à 15h30

Au local



LES ACTIVITÉS SPÉCIALES

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

APRÈS-MIDI ENTRE AMIS

6 OCTOBRE 2024

17 NOVEMBRE 2024

Viens profiter du local
avec les intervenantes.

13h00 à 15h30

Au local



PEINTURE AQUARELLE

12 OCTOBRE 2024

Viens apprendre faire
des créations sur toiles

13h00 à 15h30

Au local



SORTIE AUX CITROUILLES

20 OCTOBRE 2024

Viens cueillir une petite citrouille et pique-niquer. Plaisirs
garantis !

N'oublie pas de t'habiller selon la température et
d'amener un lunch froid.

Annulation en cas de pluie.

9h00 à 15h30

Lieu à
confirmer



LES ACTIVITÉS SPÉCIALES

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

SORTIE MAGASINAGE AU GALERIES RIVE NORD 3 NOVEMBRE 2024

Les Amis vont magasiner au Galeries Rive Nord !

Apporte tes sous et ta liste d'achat

13h00 à 15h30

Au Galeries Rive Nord



ON JOUE

9 NOVEMBRE 2024

Une après-midi quiz t'est proposée.

Arriveras-tu à relever le défi et à répondre à la majorité des questions du quiz?

13h00 à 15h30

Au local



KARAOKÉ

26 OCTOBRE 2024

23 NOVEMBRE 2024

Un micro et de la musique, il ne manque que toi !
Viens t'amuser en chantant tes chansons favorites !

13h00 à 15h30

Au local

*collation
spéciale incluse*



LES ACTIVITÉS SPÉCIALES

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités



JEUX, PYJAMAS ET CHOCOLAT CHAUD 1ER DÉCEMBRE 2024

Viens jouer à des jeux dans ton pyjama en dégustant un délicieux chocolat chaud !

13h00 à 15h30

Au local



ACTIVITÉ SURPRISE 7 DÉCEMBRE 2024

Nous te réservons une surprise !
Du plaisir garanti !

13h00 à 15h30

Au local

SURPRISE

PARTY DE NOËL 13 DÉCEMBRE 2024

Ho ho ho ! Le père Noël t'attend ! Viens danser et t'amuser en compagnie de notre ami favoris !

25 \$ membre
30 \$ Non-membre

17h30 à 22h00
Lieu à déterminer



LES SAMEDIS ET DIMANCHES

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

YOGA ET ÉTIREMENT SUR CHAISE 1 SAMEDI SUR 2



Du yoga et des étirements, quoi de mieux pour se sentir bien !

9h à 11h30
Au local



STIMULATION

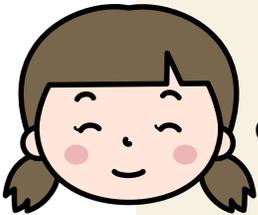
1 SAMEDI SUR 2

Ces ateliers sont conçus et pensés pour les personnes multi-handicapées ou demandant un encadrement spécifique 1/1 ou en plus petits groupes.

Ce volet permet d'offrir une qualité d'intervention tout en offrant une gamme d'activités stimulantes et amusantes dans un cadre adapté.

De plus, un temps est dédié aux besoins d'éveil sensoriel !

Toute la journée - Au local



LES QUILLES

1 DIMANCHE SUR 2

À la demande générale, les quilles sont de retour cette année alors viens jouer aux quilles avec tes amis. Prévoir 1,50\$ pour la location de tes souliers et \$ pour une collation.

9h à 12h

Quilles G Plus

130, boulevard Industriel, Repentigny



LA STIMULATION

voir le calendrier des Amis pour les dates de chacune des activités

Ces ateliers sont conçus et pensés pour les personnes multi-handicapées ou demandant un encadrement spécifique 1/1. Ce volet permet d'offrir une qualité d'intervention tout en offrant une gamme d'activités stimulantes et amusantes dans un cadre adapté.

De plus, un temps est dédié aux besoins d'éveil sensoriel !
Les activités ont toutes lieu au local des Amis.

JOURNÉE	HEURES	DURÉE
Samedi dans la journée	10h00 à 15h00	de septembre à juin 2024
Lundi matin	9h00 à 11h30	septembre à juin 2024
Jeudi après-midi	13h00 à 15h30	septembre à juin 2024



SI TU RESTES TOUTE LA JOURNÉE, PENSE À : Prendre ton lunch pour dîner.
Prendre tes deux collations.



Il y a possibilité d'intégrer certaines personnes dans les groupes des activités régulières, veuillez communiquer avec la coordonnatrice pour plus de renseignements.

****En cas d'absence : s'il vous plait nous prévenir le plus tôt possible en nous laissant un message sur la boîte vocale afin de permettre de libérer la place pour un autre participant.**

SERVICE DE SURVEILLANCE POUR JEUNES ET ADULTES

NOUVEAU!

GRATUIT POUR LES PLUS DE 21 ANS

POUR QUI ?

Destiné aux jeunes (12 ans et +) et adultes vivant avec une déficience intellectuelle, habitant au sein de leur famille naturelle qui n'ont pas l'autonomie nécessaire pour rester seuls à la maison en attendant le transport ou le retour des parents.

POUR QUOI ?

- Favoriser la conciliation travail-famille.
- Du lundi au vendredi 6h45 à 9h30 et 15h à 18 h
- Journée pédagogique et semaine de relâche
- Une programmation variée et adaptée à leurs besoins.

OÙ ?

Les amis de la déficience intellectuelle Rive-Nord
45, boul. Industriel, suite 120
Repentigny

Pour de plus amples renseignements n'hésitez pas à communiquer avec nous.



450-585-3632



info@lesamisdela.org



SERVICE DE SURVEILLANCE JEUNES ET ADULTES, LA SUITE DES DÉTAILS



Le service peut être utilisé même si l'activité de votre enfant ne se déroule pas aux Amis (exemple : école secondaire, la Croisée, Organisme communautaire etc.)

Les parents ont la possibilité d'utiliser le transport adapté ou le service de berlines scolaire afin de faciliter les transports.

Exemple d'un enfant ayant une journée d'activité ne se déroulant pas aux Amis

- **Entre 6h45 et 9h** : Arrivée de l'enfant aux Amis avec un membre de sa famille ou transport adapté.
- **Entre 7h30 et 9h30** : Le transport vient chercher l'enfant pour le conduire à son activité (école, la Croisée ou autre) (transport assuré par le transport adapté ou le service de Berline scolaire)
- **Entre 15h et 17h** : Arrivée des enfants aux Amis (transport assuré par le transport adapté ou le service de Berline scolaire)
- **Entre 16h et 18h** : Retour de l'enfant à la maison avec un membre de sa famille ou transport adapté.

**** Le terme enfant est ici utilisé également pour les adultes puisque le service est offert aux familles naturelles.**

COÛTS :

Enfants de 12 à 21 ans qui vont à l'école :

- 10\$ / jour régulier (12\$ un accompagnement 1 pour 1)
- 25\$ / journée pédagogique (30 \$ pour un accompagnement 1 pour 1)

Adultes 21 ans et plus : **Gratuit**



ATTENTION :

LES PLACES POUR LES ADULTES SONT LIMITÉES !! DÉPÊCHEZ VOUS !!

JE PREND NOTE...

LES ACTIVITÉS QUE J'AI :

J'AI RÉSERVÉ MON TRANSPORT :

NE PAS OUBLIEZ DE REGARDER LE CALENDRIER
POUR LES JOURNÉES DES CONGÉS

SUIVI DE MES PAIEMENTS :

MES AUTRES NOTES :

Date de paiement : le 15 septembre et le 15 octobre 2024 ou selon
une entente prise avec l'association.

Nous privilégions les paiements fait par virement Interac, chèque
posté ou par le biais des membres inscrits à la programmation de
l'hiver.

INFORMATION POUR LE TRAM

Consignes pour le TRAM

Les heures d'arrivées sont les heures des activités.
Les intervenants accueilleront les membres 15 minutes
avant l'activité et resteront avec eux après l'activité
pour attendre le transport adapté

Prenez note que vous êtes responsable de réserver ou d'annuler votre transport

Adresses des activités

Quilles G plus :	130, boul. Industriel, Repentigny
Cinéma Triomphe :	1100, rue Yves-Blais, Terrebonne
École Valmont-sur-Parc :	1155, boul. Basile-Routhier, Repentigny
Parc de l'Île-Lebel :	396, rue Notre-Dame, Repentigny (Entrée rue Thouin)
LES AMIS :	45 boul. Industriel, suite 120

Les AMIS de la déficience intellectuelle Rive Nord

45 rue Industriel, suite 120
Repentigny (Québec) J6A 5R5
téléphone : 450-585-3632
télécopieur : 450-585-3633
courriel : info@lesamisdeladi.org

