

PROGRAMMATION

PRINTEMPS 2021



Association des Accidentés Cérébro-vasculaires
et Traumatisés crâniens de l'Estrie

Activités Régulières	Description	Date	Lieu
Activez-vous	Exercices d'activités physiques adaptés	Du 19 avril 2021 au 7 juin 2021	ZOOM et ACTE
Art	Activités artistiques variées	Du 10 mai 2021 au 7 juin 2021	ACTE - 10\$
Impro	Exercices variés pour stimuler l'improvisation	Du 21 avril 2021 au 19 mai 2021	ZOOM
Mercredi flyée	Activités variées pour se divertir	Du 21 avril 2021 au 9 juin 2021	ZOOM
AVC/TCC : La vie après...	Rencontre de groupe pour apprendre et échanger sur votre nouvelle situation	Du 5 mai 2021 au 9 juin 2021	ZOOM
Gymnastique douce	Exercices adaptés utilisant des mouvements lents et amples	Du 22 avril 2021 au 13 mai 2021	ZOOM et ACTE
Neurones en folie	Exercices pour revigorer les neurones	Du 20 mai 2021 au 10 juin 2021	ZOOM
Atelier photo	Atelier pour partager et développer votre créativité	Du 14 mai 2021 au 11 juin 2021	ZOOM et extérieur à déterminer

Activités ponctuelles	Description	Date	Lieu
Qui suis-je?	Activité retrouvaille avec l'équipe de l'Acte	22 avril 2021	ZOOM et ACTE
La cuisine de Mélinda	On cuisine à la maison une recette avec Mélinda	6 mai 2021	ZOOM
J'observe la nature au marais!	Promenade et observation au Marais Réal D. Carbonneau	20 mai 2021	Marais Réal D. Carbonneau, Rue Lévesque, Sherbrooke
Journée plein air	Activités récréatives : Pétanque, marche et autres...	3 juin 2021	Parc André Viger, Sherbrooke
Journée plein air	Pique-nique et rallye en nature. *Apportez votre lunch.	15 juin 2021	Base de plein air André-Nadeau 5302, chemin Blanchette, Sherbrooke

AVRIL 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			1	2 Congé de Pâques	3 Samedi Saint	4 Pâques
5 Congé de Pâques	6 DÉBUT PÉRIODE D'INSCRIPTION ⇒	7	8	9	10	11
12	13	14	15 FIN PÉRIODE D'INSCRIPTION ⇐	16	17	18
19 Activez-vous 10h à 11h	20 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	21 Impro 10h à 11h15 Mercredi flyé 14h à 15h	22 Gymnastique douce 10h à 11h Qui suis-je? 13h30 à 15h	23	24	25
26 Activez-vous 10h à 11h	27 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	28 Impro 10h à 11h15 Mercredi flyé 14h à 15h	29 Gymnastique douce 10h à 11h	30		



INTERVENANTES DISPONIBLES SUR RENDEZ-VOUS EN ESTRIE.

MAI 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					1	2
3 Activez-vous 10h à 11h	4 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	5 Impro 10h à 11h15 AVC/TCC : La vie après... 10h à 11h30 Mercredi flyé 14h à 15h	6 Gymnastique douce 10h à 11h La cuisine de Mélinda 14h à 15h30	7	8	9  FÊTES DES MÈRES
10 Activez-vous 10h à 11h Art 13h30 à 15h	11 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	12 Impro 10h à 11h15 AVC/TCC : La vie après... 10h à 11h30 Mercredi flyé 14h à 15h	13 Gymnastique douce 10h à 11h	14 Atelier photo 10h à 11h15	15	16
17 Activez-vous 10h à 11h Art 13h30 à 15h	18 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	19 Impro 10h à 11h15 AVC/TCC : La vie après... 10h à 11h30 Mercredi flyé 14h à 15h	20 Neurones en folie *Heure à déterminer en am J'observe la nature au marais! 13h30 à 14h30	21 Atelier photo 10h à 11h15	22	23
24 CONGÉ FÉRIÉ Journée nationale des patriotes 	25 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	26 AVC/TCC : La vie après... 10h à 11h30 Mercredi flyé 14h à 15h	27 Neurones en folie *Heure à déterminer en am	28 Atelier photo 10h à 11h15	29	

JUIN 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
31 mai Activez-vous 10h à 11h Art 13h30 à 15h	1 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	2 AVC/TCC : La vie après... 10h à 11h30 Mercredi flyé 14h à 15h	3 Neurones en folie *Heure à déterminer en am Journée plein air 13h30 à 15h30	4 Atelier photo 10h à 11h15	5	6
7 Activez-vous 10h à 11h Art 13h30 à 15h	8 AM: Réunion Clinique PM: Réunion d'équipe	9 AVC/TCC : La vie après... 10h à 11h30 Mercredi flyé 14h à 15h	10 Neurones en folie *Heure à déterminer en am	11 Atelier photo 10h à 11h15	12	13
14	15 Journée plein air! 11h30 à 15h30	16	17	18	19	20  FÊTES DES PÈRES
21	22 Assemblée générale annuelle 13h30 à 15h30	23	24 CONGÉ FÉRIÉ Fête nationale du Québec 	25	26	27
28	29	30				

Inscription obligatoire avant le 15 avril

Contactez votre intervenante par courriel ou par téléphone

819 821-2799 | acte@acte-estrie.org