



ASSOCIATION DES
NEUROTRAUMATISÉS
Région de l'Ontario

Septembre 2024

Heures d'ouverture : lundi au vendredi de 9h à 16h

115, boulevard Sacré-Cœur, bureau 01, Gatineau (Québec) J8X 1C5
Téléphone : 819-770-8804 (Composez le 1 pour connaître la programmation)

Courriel : ano@ano.ca Site Internet : www.ano.ca

 www.facebook.com/ano.ca

	Animé par
	Animé par Danie
	Animé par Jessica
	Animé par Josée
	Animé par l'équipe

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

2	3	4	5	6
<p>FÉRIÉ</p> <p>Fête du travail</p> 	<p>10h30 à 13h: Lancement des activités</p>  	<p>Réunion d'équipe pour employés</p> 	<p>11h à 14h : ANO Photos au Domaine Mackenzie-King</p> 	<p>10h à 12h: À la recherche d'un mot</p>  <p>12h30 à 15h30: ANO Chariots (\$)</p> 
<p>10h à 12h: P'tit café</p>  <p>13h à 15h: Club de lecture audio</p> 	<p>10h à 12h: Café aphasie</p> 	<p>Réunion d'équipe pour employés</p> 	<p>10h à 12h: Dîner-échanges au restaurant Méli déjeuner (\$)</p>  	<p>10h à 12h: Le nombre fait la force</p> 
<p>10h à 12h: Atelier de mémoire</p> 	<p>10h à 12h: Planification cuisine collective</p>  <p>13h à 15h: Lecture animée</p> 	<p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>12h30 à 14h: Pique-nique sportif au Parc Fontaine</p>  	<p>10h à 14h30: Cuisine collective (\$)</p> 	<p>11h à 14h</p> <p>Épluchette de blé d'inde (\$)</p> <p>*Payer avant le 9 septembre*</p> 
<p>10h à 12h: Aide à l'écriture</p>  <p>13h à 15h: Célébrons les anniversaires</p> 	<p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>Formation des employés</p> 	<p>Formation des employés</p> 	<p>Formation des employés</p> 	<p>11h à 13h30: Cueillette de pommes Verger</p> <p>Croque-pommes (\$)</p> 
<p>10h à 12h: Atelier technologique</p>  <p>13h30 à 15h: Arrangements floraux (\$)</p> 			<p>* Inscrivez-vous en composant le (819) 770-8804 p. 224 ou encore laissez un message.</p> <p>MERCI À L'AVANCE !</p>	<p>* Notez que vous devez vous inscrire 48 h à l'avance à toutes nos activités. Ceci nous permettra de mieux planifier le déroulement des activités.</p>

Date	Heure	Activité	Description	Lieu	Coût
3	10h30 à 13h	Lancement des activités	Les activités à venir vous seront présentées lors d'un dîner pizza. Des prix de présence seront tirés.	Local de l'ANO	Gratuit
5	11h à 14h	Ano Photos Domaine Mackenzie King	Venez photographier ce que bon vous semble dans le magnifique décor qu'est le domaine Mackenzie-King avec l'appareil de votre choix afin de pour créer votre propre album!	Local de l'ANO	Gratuit
6	10h à 12h	À la recherche d'un mot	Ateliers visant à mettre en pratique des stratégies qui vous aideront à trouver les mots plus rapidement.	Local de l'ANO	Gratuit
6	12h30 à 15h30	ANO Chariots (\$)	Atelier visant à accompagner les membres dans l'élaboration de leur propre liste d'épicerie et de l'achats des articles de leur liste en fonction des rabais de la semaine. Départ et retour à l'ANO.	Local de l'ANO	Aux frais des membres
9	10h à 12h	P'tit Café	Venez participer à la causerie du lundi autour d'un bon café!	Local de l'ANO	Gratuit
9	13h à 15h	Club de lecture audio	Venez travailler votre mémoire et votre attention tout en passant un bon moment en écoutant un livre audio.	Local de l'ANO	Gratuit
10	10h à 12h	Café Aphasie	Activité exclusivement réservée aux personnes aphasiques. Venez boire un café tout en abordant des sujets qui vous intéressent pour stimuler votre communication orale.	Local de l'ANO	Gratuit
12	10h à 12h	Dîner- Échanges Méli déjeuner (\$)	Profitez de ce moment pour socialiser et déguster un bon repas en compagnie de vos pairs au restaurant Meli.	56 Boul. Gréber, J8T 3P8	Aux frais des membres
13	10h à 12h	Le nombre fait la force	Renouez avec les chiffres via des exercices inspirés de la vie de tous les jours et des jeux de société.	Local de l'ANO	Gratuit
16	10h à 12h	Atelier Mémoire	Travaillez vos méninges et exercez votre mémoire sous toutes ses facettes sensorielles.	Local de l'ANO	Gratuit
17	10h à 12h	Planification de la cuisine collective	Choisissez les plats qui seront préparés lors de la cuisine collective en fonction des rabais de la semaine. Groupe fermé.	Local de l'ANO	Gratuit
17	13h à 15h	Lecture animée	Venez donner la réplique à vos camarades et découvrir l'histoire de pièces de théâtre.	Local de l'ANO	Gratuit
18	12h30 à 14h	Pique-nique sportif Parc Fontaine	Partie de baseball et autres jeux divers (poches, washers, criquet, etc..) en plein air. Apportez votre repas froid pour pique-niquer avec nous!	Rue Charlevoix	Gratuit
19	10h à 14h30	Cuisine collective (\$)	Venez cuisiner en bonne compagnie et repartez avec vos petits plats! Un bon moyen de bien manger à petit prix. Groupe fermé.	Local de l'ANO	Aux frais des membres
20	11h à 14h	Épluchette de blé d'inde (\$)	Venez déguster de bons épis de blé d'Inde avec la grande famille de l'ANO tout en profitant de l'extérieur. À payer au plus tard le lundi 9 septembre avant 16h.	Local de l'ANO	10\$
23	10h à 12h	Aide à l'écriture	Atelier visant la pratique de l'écriture sous plusieurs types d'exercices.	Local de l'ANO	Gratuit
23	13h à 15h	Célébrons les anniversaires	Les membres dont l'anniversaire est en septembre seront soulignés. Les fêtés du mois doivent nous aviser de leur présence. Bingo, gâteaux et cadeaux au programme. Bienvenue à tous!	Local de l'ANO	Gratuit
27	11h à 13h30	Verger Croque-pommes Cueillette et pique-nique (\$)	Cueillette de délicieuses pommes au fabuleux verger Croque-Pomme, une grande variété s'offre à vous! Apportez votre repas froid pour profiter de l'aire de pique nique par la suite!	20 Montée Berndt, Lochaber-Partie- Ouest QC J0X 3B0	Aux frais des membres
30	10h à 12h	Atelier technologique	Venez poser vos questions sur l'utilisation de vos appareils électroniques.	Local de l'ANO	Gratuit
30	13h30 à 15h	Arrangements floraux (\$)	Confection d'arrangements floraux. Apportez votre pot à fleurs. **À payer au plus tard le lundi 23 septembre avant 16h.**	Local de l'ANO	10 \$+ 2\$ mousses



ASSOCIATION DES
NEUROTRAUMATISÉS
Région de l'Ontario

Octobre 2024

Heures d'ouverture : lundi au vendredi de 9h à 16h

115, boulevard Sacré-Cœur, bureau 01, Gatineau (Québec) J8X 1C5
Téléphone : 819-770-8804 (Composez le 1 pour connaître la programmation)

Courriel : ano@ano.ca Site Internet : www.ano.ca

 www.facebook.com/ano.ca

	Animé par
	Animé par Danie
	Animé par Jessica
	Animé par Josée
	Animé par l'équipe

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

<p>* Inscrivez-vous en composant le (819) 770-8804 p. 224 ou encore laissez un message. MERCI À L'AVANCE !</p>	<p>1  10h30 à 12h: Danse en ligne 13h à 15h: Tournoi de dards </p>	<p>2 Réunion d'équipe pour employés 13h à 15h: Conférence sur la curatelle</p>	<p>3 13h à 15h : Confection Capteurs de rêves </p>	<p>4  10h à 12h: À la recherche d'un mot 12h30 à 15h30: ANO Chariots (\$) </p>
<p>7  10h à 12h: P'tit café 13h à 15h: Club de lecture audio  18h à 19h30: Souper-échanges (sur adhésion)</p>	<p>8  10h à 13h30: Consultation des membres (dîner servi)</p>	<p>9 Réunion d'équipe pour employés 13h30 à 15h: Curling (\$) </p>	<p>10  10h à 12h: Dîner-échanges Méli déjeuner (\$) </p>	<p>11  10h à 12h: Le nombre fait la force</p>
<p>14 FÉRIÉ  Action de Grâce</p>	<p>15  10h à 12h: Atelier de mémoire</p>	<p>16 Réunion d'équipe pour employés 13h à 15h: aROCHE-moi un sourire </p>	<p>17  10h à 12h: Ciné-documentaire sur le TCC</p>	<p>18  11h30 à 13h: Dîner spaghetti (\$)</p>
<p>21  10h à 12h: Aide à l'écriture 13h à 15h: Peinture collective </p>	<p>22  10h à 12h: Planification cuisine collective</p>	<p>23 Réunion d'équipe pour employés 13h30 à 15h: Curling (\$) </p>	<p>24  10h à 12h: Groupe proches aidants 10h à 14h30: Cuisine collective (\$) </p>	<p>25  Formation pour employés</p>
<p>28  10h à 12h: Lecture animée 13h30 à 15h: Arrangements floraux (\$) </p>	<p>29  10h à 12h: Groupe de soutien (sur adhésion) 13h à 15h: Célébrons les anniversaires</p>	<p>30  Réunion d'équipe pour employés 13h à 15h: Café aphasie</p>	<p>31  11h à 14h: Halloween Dîner pizza & Hocus Pocus 2 (\$) Tirage pour les costumés </p>	<p>* Notez que vous devez vous inscrire 48 h à l'avance à toutes nos activités. Ceci nous permettra de mieux planifier le déroulement des activités.</p>

Date	Heure	Activité	Description	Lieu	Coût
1	10h à 12h	Conférence sur la curatelle	Venez en apprendre davantage sur les différentes mesures d'assistance et de représentation grâce à cette conférence.	Local de l'ANO	Gratuit
1	13h à 15h	Tournoi de dards	Venez vous amuser en lançant des fléchettes sur une grande cible.	Local de l'ANO	Gratuit
2	13h30 à 15h	Danse en ligne	Venez vous dégourdir en vous amusant au son du rythme des classiques de la danse en ligne!	Local de l'ANO	Gratuit
3	13h à 15h	Confection capteurs de rêves	Venez confectionner de beaux capteurs de rêves avec notre matériel!	Local de l'ANO	Gratuit
4	10h à 12h	À la recherche d'un mot	Ateliers visant à mettre en pratique des stratégies qui vous aideront à trouver les mots plus rapidement.	Local de l'ANO	Gratuit
4	12h30 à 15h30	ANO Chariots (\$)	Atelier visant à accompagner les membres dans l'élaboration de leur propre liste d'épicerie et de l'achats des articles de leurs liste en fonction des rabais de la semaine. Départ et retour à l'ANO.	Local de l'ANO	Aux frais des membres
7	10h à 12h	P'tit Café	Venez participer à la causerie du lundi autour d'un bon café!	Local de l'ANO	Gratuit
7	13h à 15h	Club de lecture audio	Venez travailler votre mémoire et votre attention tout en passant un bon moment en écoutant un livre audio.	Local de l'ANO	Gratuit
7	18h à 19h30	Souper-échanges	Venez discuter autour d'un bon repas en échangeant sur votre réalité de travailleur vivant avec un TCC ou un AVC. Adhésion auprès de Laurie-Anne (appui@ano.ca)	Local de l'ANO	Gratuit
8	10h à 13h30	Consultation des membres	Venez répondre aux questions de l'équipe de travail qui souhaite sonder votre opinion sur l'ANO. Dîner fourni.	Local de l'ANO	Gratuit
9	13h30 à 15h	Curling (\$)	Venez jouer au curling au Club de Curling des Collines (groupe fermé , maximum 4 participants).	104 Chemin Old Chelsea	10\$
10	10h à 12h	Dîner- Échanges	Profitez de ce moment pour socialiser et déguster un bon repas en compagnie de vos pairs au restaurant Meli.	56 Boul. Gréber, J8T 3P8	Aux frais des membres
11	10h à 12h	Le nombre fait la force	Renouez avec les chiffres via des exercices inspirés de la vie de tous les jours et des jeux de société.	Local de l'ANO	Gratuit
15	10h à 12h	Atelier mémoire	Travaillez vos méninges et exercez votre mémoire sous toutes ses facettes sensorielles.	Local de l'ANO	Gratuit
17	10h à 12h	Ciné-documentaire	Venez visionner un documentaire qui aborde la thématique du traumatisme crânien cérébral.	Local de l'ANO	Gratuit
18	11h à 13h	Dîner spaghetti (\$)	Venez déguster un bon spaghetti entouré de vos pairs. 50/50 sur place.	Local de l'ANO	(15\$/usagers, 20\$/autres)
21	10h à 12h	Aide à l'écriture	Atelier visant la pratique de l'écriture sous plusieurs types d'exercices.	Local de l'ANO	Gratuit
21	13h à 15h	Peinture collective	Tous les participants peignent le même tableau en suivant les étapes faites à l'avant.	Local de l'ANO	Gratuit
22	10h à 12h	Planification cuisine collective	Choisissez les plats qui seront préparés lors de la cuisine collective en fonction des rabais de la semaine. Groupe fermé.	Local de l'ANO	Gratuit
23	13h30 à 15h	Curling (\$)	Venez jouer au curling au Club de Curling des Collines (groupe fermé , maximum 4 participants).	104 Chemin Old Chelsea	10\$
24	10h à 12h	Groupe proches aidants	Exclusivité pour les proches aidants. Venez prendre du temps pour vous et pour échanger avec des gens qui vivent la même réalité que vous.	Local de l'ANO	Gratuit
24	10h à 14h30	Cuisine collective (\$)	Venez cuisiner en bonne compagnie et repartez avec vos petits plats! Un bon moyen de bien manger à petit prix. Groupe fermé.	Local de l'ANO	Aux frais des membres
28	10h à 12h	Lecture animée	Venez donner la réplique à vos camarades et découvrir l'histoire de pièces de théâtre.	Local de l'ANO	Gratuit
28	13h30 à 15h	Arrangements floraux (\$)	Confection d'arrangements floraux. Apportez votre pot à fleurs. **À payer au plus tard le lundi 21 octobre avant 16h.**	Local de l'ANO	10\$+2\$/mousses
29	10h à 12h	Groupe de soutien	Venez partager en groupe vos expériences. Communiquez avec l'intervenant au poste 223 (groupe sur adhésion).	Local de l'ANO	Gratuit
29	13h à 15h	Célébrons les anniversaires	Les membres dont l'anniversaire est en octobre seront soulignés. Les fêtés du mois doivent nous aviser de leur présence. Bingo, gâteaux et cadeaux au programme. Bienvenue à tous!	Local de l'ANO	Gratuit
30	13h à 15h	Café aphasie	Activité exclusivement réservée aux personnes aphasiques. Venez boire un café tout en abordant des sujets qui vous intéressent pour stimuler votre communication orale.	Local de l'ANO	Gratuit
31	11h à 14h	Spécial Halloween Dîner Pizza(\$)	Bingo d'Halloween costumé, pizza, confiseries, popcorn et visionnement du film "Hocus Pocus 3" .	Local de l'ANO	5\$



ASSOCIATION DES
NEUROTRAUMATISÉS
Région de l'Ontario

Novembre 2024

Heures d'ouverture : lundi au vendredi de 9h à 16h

115, boulevard Sacré-Cœur, bureau 01, Gatineau (Québec) J8X 1C5
Téléphone : 819-770-8804 (Composez le 1 pour connaître la programmation)

Courriel : ano@ano.ca Site Internet : www.ano.ca

 www.facebook.com/ano.ca

	Animé par
	Animé par Danie
	Animé par Jessica
	Animé par Josée
	Animé par l'équipe

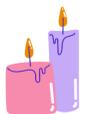
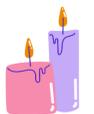
LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

<p>* Inscrivez-vous en composant le (819) 770-8804 p. 224 ou encore laissez un message. MERCI À L'AVANCE !</p>	<p>* Notez que vous devez vous inscrire 48 h à l'avance à toutes nos activités. Ceci nous permettra de mieux planifier le déroulement des activités.</p>			<p>1 </p> <p>10h à 12h: À la recherche d'un mot</p> <p>12h30 à 15h30: ANO Chariots (\$) </p>
<p>4 </p> <p>10h à 12h: P'tit café</p> <p>13h à 15h: Club de lecture audio </p>	<p>5 </p> <p>10h à 12h: Chantons ensemble</p> <p>13h à 15h: Tournoi de dards </p>	<p>6</p> <p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>13h30 à 15h: Curling (\$) </p>	<p>7 </p> <p>10h à 12h: Groupe proches aidants</p> <p>13h à 15h: Peinture et dessin (\$) </p>	<p>8 </p> <p>10h à 12h: Le nombre fait la force</p> <p>13h30 à 15h30: Atelier d'Art libre au DEP Sylvestre </p>
<p>11 </p> <p>10h à 12h: Atelier de mémoire</p>	<p>12 </p> <p>10h à 12h: Groupe de soutien (sur adhésion)</p> <p>13h à 15h : Quilles Salle ANIK </p>	<p>13</p> <p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>13h à 15h: Atelier technologique </p>	<p>14 </p> <p>11h30 à 13h30: Dîner-échanges (\$) SCORES <small>Poulet et côtes levées</small></p>	<p>15 </p> <p>Réunion d'équipe pour employés toute la journée</p>
<p>18 </p> <p>10h à 12h: Aide à l'écriture</p> <p>13h à 15h: Confection de mosaïques(\$)</p> <p>18h30 à 20h: Café-échanges (sur adhésion)</p>	<p>19 </p> <p>10h à 12h: Planification cuisine collective</p> <p>13h à 15h: Lecture animée </p>	<p>20</p> <p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>13h30 à 15h: Curling (\$) </p>	<p>21 </p> <p>10h à 14h30: Cuisine collective (\$) </p>	<p>22 </p> <p>13h à 15h: Célébrons les anniversaires </p>
<p>25 </p> <p>10h à 12h: Café aphasie</p> <p>13h30 à 15h: Arrangements floraux (\$) </p>	<p>26 </p> <p>13h à 15h: Confection de chandelles (\$) </p>	<p>27</p> <p>Réunion d'équipe pour employés toute la journée </p>	<p>28</p> <p>Réunion d'équipe pour employés en après-midi</p>	<p>29 </p> <p>10h à 12h: ANO Rallye</p>

Date	Heure	Activité	Description	Lieu	Coût
1	10h à 12h	À la recherche d'un mot	Ateliers visant à mettre en pratique des stratégies qui vous aideront à trouver les mots plus rapidement.	Local de l'ANO	Gratuit
1	12h30 à 15h30	ANO Chariots (\$)	Les membres seront accompagnés pour dresser leur propre liste d'épicerie et effectuer leurs achats des articles de leur liste en fonction des rabais de la semaine. Départ et retour à l'ANO.	Local de l'ANO	Aux frais des membres
4	10h à 12h	P'tit café	Venez participer à la causerie du lundi autour d'un bon café!	Local de l'ANO	Gratuit
4	13h à 15h	Club de lecture audio	Venez travailler votre mémoire et votre attention tout en passant un bon moment en écoutant un livre audio.	Local de l'ANO	Gratuit
5	10h à 12h	Chantons ensemble	Venez chanter avec vos pairs sur des mélodies de votre choix. Bon ou mauvais chanteur, tout le monde est admis!	Local de l'ANO	Gratuit
5	13h à 15h	Tournoi de dards	Venez vous amusez en lançant des fléchettes sur une grande cible.	Local de l'ANO	Gratuit
6	13h30 à 15h	Curling (\$)	Venez jouer au curling au Club de Curling des Collines (groupe fermé, maximum 4 participants).	104 Chemin Old Chelsea.	10\$
7	10h à 12h	Groupe Proches aidants	Exclusivité pour les proches aidants. Venez prendre du temps pour vous et pour échanger avec des gens qui vivent la même réalité que vous.	Local de l'ANO	Gratuit
7	13h à 15h	Peinture et dessin (\$)	Venez découvrir le monde de la peinture et du dessin, que vous soyez débutant ou de niveau avancé.	Local de l'ANO	5\$/toile
8	10h à 12h	Le nombre fait la force	Renouez avec les chiffres via des exercices inspirés de la vie de tous les jours et des jeux de société.	Local de l'ANO	Gratuit
8	13h30 à 15h30	Art libre	Venez exprimer votre créativité dans un cadre différent de celui de l'ANO. 230 Rue Montcalm, J8Y 3C1	230 Rue Montcalm	Gratuit
11	10h à 12h	Atelier Mémoire	Travaillez vos méninges et exercez votre mémoire sous toutes ses facettes sensorielles.	Local de l'ANO	Gratuit
12	10h à 12h	Groupe de Soutien	Venez partager en groupe vos expériences. Communiquez avec l'intervenant au poste 223 (groupe sur adhésion).	Local de l'ANO	Gratuit
12	13h à 15h	Quilles Salle ANIK	Venez vous amuser en grand nombre! Ouvert à tous Salle de quilles ANIK 975 Boul. St-Joseph Gat, QC, J8Z 1W8 .	975 Boul. St-Joseph.	Aux frais des membres
13	13h à 15h	Atelier technologique	Venez poser vos questions sur l'utilisation de vos appareils électroniques.	Local de l'ANO	Gratuit
14	11h30 à 13h30	Dîner-Échanges (\$)	Profitez de ce moment pour socialiser et déguster un bon repas en compagnie de vos pairs au restaurant Scores. J8T 3R6	1000 Bd Maloney O.	Aux frais des membres
18	10h à 12h	Aide à l'écriture	Atelier visant la pratique de l'écriture sous plusieurs types d'exercices.	Local de l'ANO	Gratuit
18	13h à 15h	Confection de mosaïques (\$)	À l'aide de petits morceaux de porcelaine décoratives variées, venez créer votre propre œuvre d'art en mosaïque.	Local de l'ANO	5\$/mosaïque
18	18h30 à 20h	Café-échanges	Venez échanger sur votre réalité de travailleur vivant avec un AVC ou un TCC autour d'un bon café. Adhésion auprès de Laurie-Anne (appui@ano.ca)	Local de l'ANO	Gratuit
19	10h à 12h	Planification cuisine collective	Choisissez les plats qui seront préparés lors de la cuisine collective en fonction des rabais de la semaine. Groupe fermé.	Local de l'ANO	Gratuit
19	13h à 15h	Lecture animée	Venez donner la réplique à vos camarades et découvrir l'histoire de pièces de théâtre.	Local de l'ANO	Gratuit
20	13h30 à 15h	Curling (\$)	Venez jouer au curling au Club de Curling des Collines (groupe fermé, maximum 4 participants).	104 Chemin Old Chelsea.	10\$
21	10h à 14h30	Cuisine collective (\$)	Venez cuisiner en bonne compagnie et repartez avec vos petits plats! Un bon moyen de bien manger à petit prix. Groupe fermé.	Local de l'ANO	Aux frais des membres
22	13h à 15h	Célébrons les anniversaires	Les membres dont l'anniversaire est en novembre seront soulignés. Les fêtés du mois doivent nous aviser de leur présence. Bingo, gâteaux et cadeaux au programme. Bienvenue à tous!	Local de l'ANO	Gratuit
25	10h à 12h	Café Aphasie	Activité exclusivement réservée aux personnes aphasiques. Venez boire un café tout en abordant des sujets qui vous intéressent pour stimuler votre communication orale.	Local de l'ANO	Gratuit
25	13h30 à 15h	Arrangements floraux	Confection d'arrangements floraux. Apportez votre pot à fleurs. **À payer au plus tard le lundi 18 novembre avant 16h.**	Local de l'ANO	10\$ + 2\$ bloc mousses
26	13h à 15h	Confection de chandelles (\$)	Faites preuve de créativité en confectionnant une chandelle. Cadeau idéal à offrir.	Local de l'ANO	5\$/chandelle
29	10h à 12h	ANO Rallye	Venez travailler votre esprit d'équipe en réalisant des épreuves inspirées des activités de l'ANO. Prix à gagner!	Local de l'ANO	Gratuit



ASSOCIATION DES
NEUROTRAUMATISÉS
Région de l'Ontario

Décembre 2024

Heures d'ouverture : lundi au vendredi de 9h à 16h

115, boulevard Sacré-Cœur, bureau 01, Gatineau (Québec) J8X 1C5
Téléphone : 819-770-8804 (Composez le 1 pour connaître la programmation)

Courriel : ano@ano.ca Site Internet : www.ano.ca

 www.facebook.com/ano.ca

	Animé par
	Animé par Danie
	Animé par Jessica
	Animé par Josée
	Animé par l'équipe

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

<p>2</p> <p>10h à 12h: P'tit café </p> <p>13h à 15h: Club de lecture audio </p>	<p>3</p> <p>10h à 12h: Atelier de mémoire </p>	<p>4</p> <p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>13h30 à 15h: Curling (\$) </p>	<p>5</p> <p>10h à 12h: Groupe proches aidants </p> <p>11h30 à 13h30: Dîner-échanges (\$) Restaurant Pacini </p>	<p>6</p> <p>10h à 12h: À la recherche d'un mot </p> <p>13h à 15h: Cartes de Noël </p>
<p>9</p> <p>10h à 12h: Lecture animée </p> <p>13h à 15h: Confection de bijoux (\$) </p>	<p>10</p> <p>10h à 12h: Groupe de soutien (sur adhésion) </p> <p>13h à 15h: Chantons Noël ensemble </p>	<p>11</p> <p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>13h à 15h: Café aphasie </p>	<p>12</p> <p>10h à 12h: Peinture collective Thématique Noël </p> <p>13h à 15h: Biscuits de Noël </p>	<p>13</p> <p>10h à 12h: Le nombre fait la force </p> <p>13h à 15h: Célébrons les anniversaires </p>
<p>16</p> <p>10h à 12h: Aide à l'écriture </p> <p>13h à 15h: Arrangements floraux de Noël (\$) </p>	<p>17</p> <p>13h à 15h: Film de Noël <i>Maman, j'ai raté l'avion</i>   </p>	<p>18</p> <p>Réunion d'équipe pour employés</p> <p>Dîner de Noël pour employés </p>	<p>19</p> <p>Dîner de Noël Restaurant l'Académie 11h à 15h </p> <p>**Payer avant le 9 décembre**</p>	<p>20</p> <p></p>
<p>23</p> <p></p>	<p>24</p>	<p>25</p> <p></p>	<p>26</p> <p></p>	<p>27</p> <p></p> <p></p>
<p>30</p> <p></p>	<p>31</p> <p></p> <p></p> <p></p>	<p></p> <p></p>	<p>* Inscrivez-vous en composant le (819) 770-8804 p. 224 ou encore laissez un message.</p> <p>MERCI À L'AVANCE ! </p>	<p>* Notez que vous devez vous inscrire 48 h à l'avance à toutes nos activités. Ceci nous permettra de mieux planifier le déroulement des activités.</p>

Date	Heure	Activité	Description	Lieu	Coût
2	10h à 12h	P'tit café	Venez participer à la causerie du lundi autour d'un bon café!	Local de l'ANO	Gratuit
2	13h à 15h	Club de lecture audio	Venez travailler votre mémoire et votre attention tout en passant un bon moment en écoutant un livre audio.	Local de l'ANO	Gratuit
3	10h à 12h	Atelier Mémoire	Travaillez vos méninges et exercez votre mémoire sous toutes ses facettes sensorielles.	Local de l'ANO	Gratuit
4	13h30 à 15h	Curling (\$)	Venez jouer au curling au Club de Curling des Collines (groupe fermé , maximum 4 participants).	104 chemin Old Chelsea	10\$
5	10h à 12h	Groupe Proches aidants	Exclusivité pour les proches aidants. Venez prendre du temps pour vous et pour échanger avec des gens qui vivent la même réalité que vous.	Local de l'ANO	Gratuit
5	11h30 à 13h30	Dîner-Échanges (\$)	Profitez de ce moment pour socialiser et déguster un bon repas en compagnie de vos pairs au restaurant Pacini. J8Y 4A6	615 Boulevard Saint-Joseph	Aux frais des membres
6	10h à 12h	À la recherche d'un mot	Ateliers visant à mettre en pratique des stratégies qui vous aideront à trouver les mots plus rapidement.	Local de l'ANO	Gratuit
6	13h à 15h	Cartes de Noël	Venez confectionner des cartes de souhaits à offrir à vos proches à l'occasion de Noël.	Local de l'ANO	Gratuit
9	10h à 12h	Lecture animée	Venez donner la réplique à vos camarades et découvrir l'histoire de pièces de théâtre.	Local de l'ANO	Gratuit
9	13h à 15h	Confections de bijoux (\$)	Venez faire vos propres bijoux en compagnie de Manon Bertrand, spécialiste en la matière. Une parfaite idée cadeau pour gâter vos proches pour Noël.	Local de l'ANO	5\$/bijoux
10	10h à 12h	Groupe de Soutien	Venez partager en groupe vos expériences. Communiquez avec l'intervenant au poste 223 (groupe sur adhésion).	Local de l'ANO	Gratuit
10	13h à 15h	Chantons ensemble	Venez chanter avec vos pairs sur des mélodies de votre choix. Bon ou mauvais chanteur, tout le monde est admis!	Local de l'ANO	Gratuit
11	13h à 15h	Café Aphasie	Activité exclusivement réservée aux personnes aphasiques. Venez boire un café tout en abordant des sujets qui vous intéressent pour stimuler votre communication orale.	Local de l'ANO	Gratuit
12	10h à 12h	Peinture collective	Tous les participants peignent le même tableau en suivant les étapes faites à l'avant.	Local de l'ANO	Gratuit
12	13h à 15h	Biscuits & chocolats de Noël	Venez cuisiner des biscuits et des chocolats de Noël en bonne compagnie. Sucrez-vous le bec et gâtez vos proches pendant les fêtes!	Local de l'ANO	5\$
13	10h à 12h	Le nombre fait la force	Renouez avec les chiffres via des exercices inspirés de la vie de tous les jours et des jeux de société.	Local de l'ANO	Gratuit
13	13h à 15h	Célébrons les anniversaires	Les membres dont l'anniversaire est en décembre seront soulignés. Les fêtés du mois doivent nous aviser de leur présence. Bingo, gâteaux et cadeaux au programme. Bienvenue à tous!	Local de l'ANO	Gratuit
16	10h à 12h	Aide à l'écriture	Atelier visant la pratique de l'écriture sous plusieurs types d'exercices.	Local de l'ANO	Gratuit
16	13h30 à 15h	Arrangements floraux (\$)	Confection d'arrangements floraux. Apportez votre pot à fleurs. *À payer au plus tard le lundi 9 décembre avant 16h.*	Local de l'ANO	10\$+2\$/mousses
17	13h30 à 15h	Film de Noël	Venez visionnez un célèbre classique qui nous transporte dans l'esprit de Noël, dans le confort de votre pyjama! Popcorn au rendez-vous!	Local de l'ANO	Gratuit
19	11h à 15h	Dîner Noël ACADEMIE (\$)	Venez célébrer le temps des Fêtes en compagnie des membres de l'ANO et du personnel au restaurant l'Académie. Vous êtes bienvenus d'être vêtu de rouge pour Noël! Ouvert à tous. Plaisir garanti!!	25 Chem. de la Savane, J8T 8A4	20\$ usagers/proches 60\$ autres