

De belles réalisations en vue



Cher membre,
Chère membre,

Nous aimerions, en ce début d'année, vous présenter nos meilleurs voeux de santé et de bonheur pour 2012.

Pour Adaptavie, 2012 signifie le retour de Mme Roxanne Périnet-Lacroix, coordonnatrice aux sports et aux activités santé, qui s'était absentée au cours de la dernière année pour donner naissance à son premier enfant.

Avec son retour, un jeu de chaises s'opérera dans nos bureaux puisque Mme Mélanie Beaudoin retournera à son poste de coordonnatrice à l'accompagnement et responsable de plateaux. Par la même occasion, M. Mathieu Ducharme qui occupait cette fonction de façon intérimaire, nous quittera au cours des prochains jours. Nous désirons remercier chaleureusement Mathieu pour son travail et lui souhaiter bonne chance dans tous ses projets à venir.

Enfin, je suis aussi très heureux d'annoncer l'arrivée de M. Alexandre Doucet en tant que stagiaire en loisir, culture et tourisme. Celui-ci sera parmi nous pour les huit prochains mois. Il appuiera l'équipe permanente dans différents dossiers dont l'organisation des événements spéciaux. Nous lui souhaitons la bienvenue dans la belle et grande famille d'Adaptavie.

En ce qui a trait aux projets à venir, j'aimerais vous informer qu'Adaptavie en collaboration avec l'IRDPO, organisera dans les prochaines semaines la 2^e édition du Challenge Hivernal. Il s'agit d'un événement multisports de niveau provincial qui rassemblera des athlètes d'élite et de la relève dans 5 sports adaptés (le ski para-alpin, le curling en fauteuil roulant, le ski de fond para-nordique, le hockey-luge et le hockey sonore).

Pour connaître l'horaire précis et les lieux de compétitions, je vous invite à consulter le site www.challengehivernal.org

Bonne session à tous et à bientôt !



Directeur général

Challenge hivernal 2012



L'hiver étant bien installé, nous voyons approcher à grands pas la deuxième édition du Challenge hivernal. Les compétitions auront lieu les 25 février, 3 et 4 mars. Il y aura parmi les activités du curling en fauteuil roulant, ski para alpin, hockey sur luge, ski paranordique ainsi que du hockey sonore. Nous vous invitons à venir voir l'horaire des compétitions sur le site Internet de l'événement: www.challengehivernal.org. Cette année, une journée d'initiation de hockey sur luge aura lieu le 23 février. Vous avez le goût d'une expérience enrichissante, remplie de défis, de plaisirs et d'activités sportives? Devenez bénévoles pour le Challenge, nous avons besoin de vous! Pour plus de renseignements, consultez la section BÉNÉVOLES du site Internet. Pour informations, contactez M. Alexandre Doucet au 418 529-9238 poste 228.

Source: Alexandre Doucet
Stagiaire en loisir, culture et tourisme

Employés(ées) de 5-10 ans de service



Nous tenons à remercier (de gauche à droite) Roxanne Fortin-Lecompte (5 ans), Eve Simard (10 ans), Jean-Philippe Boisclair (5 ans) ainsi qu'Olivier Lachance (5 ans) pour leurs bons et loyaux services au sein de notre grande famille d'Adaptavie. Absente sur la photo, Catherine Filion Picard (10 ans).

Source: Suzanne Poirier,
Agente administrative

Adaptavie Inc.
525, boul. Hamel Est Local F-122
Québec, Qc G1M 2S8
418-529-9238
www.adaptavie.org

Du nouveau sur les plateaux d'entraînement



Vous avez sans doute remarqué les changements qui ont eu lieu au gymnase et à la piscine. Effectivement, en décembre dernier, le plancher du gymnase a été sablé et verni. À la piscine, un nouveau lève-personne plus sécuritaire a été ajouté. Nous travaillons de concert avec l'IRD PQ pour vous offrir des plateaux d'entraînement plus sécuritaires et plus accessibles.



Source: Josée Gagnon,
Coordonnatrice des activités aquatiques

Cabane à sucre à Cité Joie



Une journée de cabane à sucre se déroulera le 17 mars prochain au centre Cité Joie. Au programme, repas traditionnel du temps des sucres, activités de plein air, visite de la mini-ferme, carriole et dégustation de tire sur la neige. Cité Joie espère réunir 200 personnes handicapées et leur accompagnateurs lors de cette activité. Pour informations, communiquez avec nous au 418 529-9238 poste 228.

Source : Mélanie Beaudoin, coordonnatrice
à l'accompagnement et responsable des plateaux

Passez à l'action



Le programme «Passez à l'action» est de retour à la session d'hiver. Vous désirez devenir physiquement actif ou continuer de l'être? Nous pouvons vous fournir un support téléphonique hebdomadaire pour vous aider à atteindre vos objectifs. Pour vous inscrire, communiquez avec nous au 418 529-9238 poste 225

Source : Mélanie Beaudoin, coordonnatrice
à l'accompagnement et responsable des plateaux

Partir du bon pied avec de bonnes chaussures!



Afin de profiter au maximum de vos activités et d'éviter les blessures, il est important d'avoir des chaussures adéquates. Il faut choisir ses chaussures en fonction du type d'activité (marche, randonnée, sport en gymnase, etc.) et rechercher les qualités suivantes: adhérence, maintien du pied et de la cheville, absorption des chocs, protection contre l'humidité et évacuation de la transpiration. N'hésitez pas à vous faire conseiller en magasin et n'oubliez pas que vos chaussures doivent d'abord et avant tout être confortables!

Source : Mélanie Beaudoin, coordonnatrice
à l'accompagnement et responsable des plateaux

L'équipe d'Adaptavie :

Mario Légaré, directeur général : mario.legare@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 222

Solange Grenier, secrétaire-réceptionniste : solange.grenier@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 221

Josée Gagnon, coordonnatrice aquatique : josee.gagnon@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 223

Roxanne Périnet-Lacroix, coord. des sports et des activités-santé : roxanne@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 224

Mélanie Beaudoin, coordonnatrice à l'accompagnement : melanie.beaudoin@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 225

Guillaume Bisson, responsable de plateaux, fin de semaine: guillaume.bisson@adaptavie.org

Suzanne Poirier, agente administrative : suzanne.poirier@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 226

Alexandre Doucet, stagiaire en loisir, culture et tourisme: alexandre.doucet@adaptavie.org, 418 529-9238 poste 228

Inscrivez-vous pour
recevoir la version
électronique de
notre bulletin :
www.adaptavie.org