

Informations supplémentaires

Le transport adapté

Renseignement, admission, réservations :
418 687-2641

Heure d'arrivée et de départ recommandées
journée complète : 9 h 15 et 16 h 00

Heure d'arrivée et de départ recommandées
demi-journée samedi : 13 h 00 et 16 h 00

Heure d'arrivée et de départ recommandées
demi-journée dimanche : 13 h 30 et 16 h 30

À apporter à sa journée-santé

Habillement sportif

- Espadrilles
- Short
- Chapeau / casquette

À la piscine

- Maillot de bain
- Casque de bain obligatoire
- Serviette
- Soulier d'eau ou sandales

Au repas

- Lunch santé froid pour les journées complètes
- Deux collations

Autre

- Vêtements adéquats à la température extérieure
- Vêtements et sous-vêtements de rechange

Plan du site (boulevard Hamel)



Inscriptions et conditions d'admission

Inscription pour le groupe de journée-santé par saison.

Nouveau membre

1. Compléter, par un médecin, la fiche santé disponible sur notre site Internet.
2. Compléter, par un éducateur ou la personne responsable/famille, la fiche comportementale disponible sur notre site Internet.
3. Payer les frais du membership de 15 \$ annuellement.

Inscriptions

Je suis un membre d'Adaptavie et je désire...

1) Conserver les mêmes activités qu'à la dernière session... Formule «Je continue!»

Remettre le formulaire d'inscription complété et le paiement complet en chèque dans les activités ou au secrétariat d'Adaptavie :

Automne : 17 au 28 mai

Hiver/printemps : 25 octobre au 5 novembre

2) Modifier mon choix d'activités pour la prochaine session... Formule «Je change»

Se présenter dans le corridor de l'aile F (IRDPQ, 525, boulevard Hamel) Premier arrivé, premier servi!

Automne : mardi le 1^{er} juin de 17 h 00 à 18 h 30
mercredi le 2 juin de 13 h 30 à 16 h 00

Hiver/printemps :

mardi le 23 novembre de 17 h 00 à 18 h 30
mercredi le 24 novembre de 13 h 30 à 16 h 00

3) Je suis un membre d'Adaptavie qui était absent à la dernière session ou un nouveau membre

Se présenter aux inscriptions dans le corridor de l'aile F (IRDPQ, 525, boulevard Hamel) :

Automne :

jeudi le 9 septembre de 15 h 00 à 18 h 00

Hiver/printemps :

lundi le 6 décembre de 17 h 00 à 18 h 30
mardi le 7 décembre de 13 h 30 à 16 h 00

Conditions d'admission

Le ratio d'accompagnement est de 1 animateur pour 3 participants. Si la personne ne répond pas à ce ratio pour une des raisons suivantes, un accompagnateur individuel sera exigé aux frais de la famille :

- Personne incontinente (Ces personnes ne peuvent participer aux activités en piscine).
- Comportement et encadrement nécessitant un support constant pour réaliser les activités.



Adaptavie

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES
depuis 1980

ACTIVITÉS SANTÉ 2010-2011



- Journées-santé répit pour adolescents et adultes ayant une **déficience intellectuelle**
- Journées-santé répit pour adolescents ayant une **déficience physique**

525, boulevard Hamel Est
Local F-122
Québec G1M 2S8

Téléphone : 418 529-9238
Télécopieur : 418 522-5858

VISITEZ NOTRE SITE INTERNET
www.adaptavie.org

Les Activités-Santé d'Adaptavie, c'est quoi?

- Ce sont des journées sportives où chacun aura la chance de développer son potentiel, ses habiletés physiques et ses amitiés. La journée est dédiée aux activités et aux sports adaptés en plein air, en gymnase, en salle de conditionnement physique et en piscine. De plus, ces journées représentent un répit sécuritaire pour les familles.
- Les journées-santé sont dédiées aux activités et aux sports adaptés à toutes les conditions physiques et intellectuelles.

- | | | |
|-----------------------------------|--------------------|----------------------|
| - Basketball | - Natation | - Kinball |
| - Baseball | - Escalade | - Water-polo |
| - Karaté | - Badminton | - Hockey |
| - Conditionnement physique adapté | - Jardinage adapté | - Randonnée pédestre |
| - Relaxation | - Etc. | |

Informations

- Animation de qualité et des thèmes diversifiés chaque semaine
- Accueil personnalisé, encadrement professionnel
- Une évaluation individuelle des habiletés physiques
- Un environnement adapté et sécuritaire :
 - Piscine thérapeutique, eau chaude (31°C - 90°F)
 - Treuil
 - Assistance médicale sur place en cas d'urgence
- Des bénévoles sont présents pour aider et stimuler les membres

Plan du site (chemin Saint-Louis)



* Adaptavie se décharge de toutes responsabilités en cas d'accident, de perte ou de vol d'objets.



Le support à la communication est fourni pour les personnes ayant une déficience auditive.

Groupe en déficience physique et dysphasie

GRUPE ENFANTS ET ADOLESCENTS

Âge : 10 à 21 ans
Endroit : IRDPQ, 525, boulevard Hamel Est

• JOURNÉE-SANTÉ COMPLÈTE (501)

- Samedi (1 semaine sur 2)
- Horaire : 9 h 30 à 16 h 00
- Dates des activités :
 - Automne 2010 : 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 et 20 novembre, 4 décembre.
Coût : 120,00 \$
 - Hiver/printemps 2011 : 22 janvier, 5 et 19 février, 5 et 19 mars, 2 et 16 avril, 7 mai.
Coût : 160,00 \$

Groupe en déficience intellectuelle

GRUPE ENFANTS ET ADOLESCENTS

Âge : 10 à 21 ans
Endroit : IRDPQ, 2975, chemin Saint-Louis

• JOURNÉE-SANTÉ COMPLÈTE (505)

- Samedi (1 semaine sur 2)
- Horaire : 9 h 30 à 16 h 00
- Dates des activités :
 - Automne 2010 : 18 septembre, 2, 16 et 30 octobre, 13 et 27 novembre.
Coût : 120,00 \$
 - Hiver/printemps 2011 : 15 et 29 janvier, 12 et 26 février, 12 et 26 mars, 9 et 30 avril, 14 mai.
Coût : 180,00 \$

• DEMI JOURNÉE-SANTÉ (504)

- Samedi (1 semaine sur 2)
- Horaire : 13 h 00 à 16 h 00
- Dates des activités :
 - Automne 2010 : 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 et 20 novembre, 4 décembre.
Coût : 90,00 \$
 - Hiver/printemps 2011 : 22 janvier, 5 et 19 février, 5 et 19 mars, 2 et 16 avril, 7 mai.
Coût : 120,00 \$

GRUPE ADULTES

Âge : 21 ans et plus
Endroit : IRDPQ, 525, boulevard Hamel Est

• JOURNÉE-SANTÉ COMPLÈTE (502)

- Samedi (1 semaine sur 2)
- Horaire : 9 h 30 à 16 h 00
- Dates des activités :
 - Automne 2010 : 18 septembre, 2, 16 et 30 octobre, 13 et 27 novembre.
Coût : 120,00 \$
 - Hiver/printemps 2011 : 15 et 29 janvier, 12 et 26 février, 12 et 26 mars, 9 et 30 avril, 14 mai.
Coût : 180,00 \$

• DEMI JOURNÉE-SANTÉ (503)

- Dimanche (1 semaine sur 2)
- Horaire : 13 h 45 à 16 h 45
- Dates des activités :
 - Automne 2010 : 26 septembre, 10 et 24 octobre, 7 et 21 novembre, 5 décembre.
Coût : 90,00 \$
 - Hiver/printemps 2011 : 23 janvier, 6 et 20 février, 6 et 20 mars, 3 et 17 avril, 8 mai.
Coût : 120,00 \$

- Ratio : 1 animateur pour 3 participants.
- Le programme et le suivi des activités sont réalisés par des professionnels et des spécialistes en activité physique.
- Les spécialistes aquatiques sont certifiés par la Société de sauvetage.
- Support professionnel :
 - L'équipe reçoit des formations des professionnels du CRDIQ et de l'IRD PQ.
 - Un carnet de communication est rempli quotidiennement. À l'intérieur de celui-ci, vous y retrouverez l'horaire détaillée de la journée et des activités ainsi que les communications de l'intervenant jumelé.
 - Interprète LSQ pour les groupes indiqués.

Merci aux commanditaires :

- Fondation Maurice Tanguay
- Fondation des Canadiens pour l'enfance