

# INSCRIPTIONS DU 2 AU 5 AVRIL 2024

Vous trouverez dans ce document  
le programme des activités  
de l'été 2024.

☎ **514 381-2300, poste 31**  
ou **NOUVEAU!** via un formulaire en ligne  
Places limitées

# Programmation ÉTÉ 2024

Merci à notre partenaire



## CAMPS DE VACANCES

Nous vous proposons des séjours en camp de vacances  
à l'extérieur de Montréal.

Vous pourrez vivre en communauté, avec d'autres  
membres de l'association et notre équipe d'intervention.  
Plusieurs moments de socialisation, de ressourcement,  
de sport et d'activités adaptés aux goûts de chacun.  
Vous ferez des activités de plein air comme de la baignade,  
de la randonnée et des feux de camp. Vous partagerez  
votre chambre, non mixte, et profiterez des repas  
de la cafétéria.

Les camps que nous visiterons cet été sont certifiés par  
l'Association des Camps du Québec. Les places pour  
chaque séjour sont limitées.



Des séjours de 8 jours  
et 7 nuits sont offerts  
à Plein Air Lanaudie



Des séjours de 5 jours  
et 4 nuits sont offerts  
au Camp Richelieu

Coût : 600 \$

Coût : 375 \$



Numérotez vos choix par  
ordre de préférence

DATES	LIEU	✓
Du 30 juin au 7 juillet 2024 - Dimanche au dimanche	Camp Plein Air Lanaudie	
Du 7 juillet au 14 juillet 2024 - Dimanche au dimanche	Camp Plein Air Lanaudie	
Du 14 au 21 juillet 2024 - Dimanche au dimanche	Camp Plein Air Lanaudie	
Du 2 au 9 août 2024 - Vendredi au vendredi	Camp Plein Air Lanaudie	
Du 22 au 26 juillet 2024 - Lundi au vendredi	Camp Richelieu	
Du 29 juillet au 2 août 2024 - Lundi au vendredi	Camp Richelieu	

☎ Contact : Félix Poulin

@ activites@amdi.info

☎ 514 381-2300, poste 27

**INSCRIPTIONS**

**514-381-2300, poste 31**  
et via un formulaire en ligne



Cochez vos  
choix d'activités



Appelez le  
**514-381-2300**  
poste 31



Laissez un  
message



Un coordonnateur  
vous recontactera



# CAMP DE JOUR HABILITÉ

**Du 10 juin au 9 août 2024, de 9h30 à 15h30**

Pensez à apporter votre lunch froid et une bouteille d'eau !

Veillez noter que les semaines du 25 au 28 juin et du 2 au 5 juillet seront des semaines de 4 jours en raison des jours fériés de la Saint-Jean-Baptiste ainsi que de la Fête du Canada.

**Responsable : Liliana Tano**

**Numérotez vos choix par ordre de préférence**

DATES	ACTIVITÉ	LIEU	COÛT / semaine	✓
Du 10 au 14 juin	Prendre soin de soi	AMDI	185 \$	
Du 17 au 21 juin	Exprimez-vous à travers les arts	AMDI	185 \$	
Du 25 au 28 juin	Arts visuels et nouvelles technologies	AMDI	160 \$	
Du 2 au 5 juillet	Arts visuels et nouvelles technologies	AMDI	160 \$	
Du 8 au 12 juillet	Dancez aux Grands Ballets Canadiens	1435 rue de Bleury, Suite 500	185 \$	
Du 15 au 19 juillet	Dancez aux Grands Ballets Canadiens	1435 rue de Bleury, Suite 500	185 \$	
Du 22 au 26 juillet	Premiers soins et premiers secours	AMDI	185 \$	
Du 29 juillet au 2 août	Dancez aux Grands Ballets Canadiens	1435 rue de Bleury, Suite 500	185 \$	
Du 5 au 9 août	Prendre soin de soi	AMDI	185 \$	

## PRENDRE SOIN DE SOI

Vous voulez rester en bonne santé ? Nous vous proposons des activités pour bouger votre corps et des astuces bien-être.

## EXPRIMEZ-VOUS À TRAVERS LES ARTS

Vous explorez différents arts comme :

- la peinture
- l'improvisation
- la musique
- la danse.

## ARTS VISUELS ET NOUVELLES TECHNOLOGIES

Expérimentez les arts visuels à travers les nouvelles technologies :

- la photographie
- la création de vidéos
- le dessin sur tablette électronique.

Contact : Liliana Tano

@ ateliers@amdi.info

☎ 514 381-2300, poste 42

## PREMIERS SOINS ET PREMIERS SECOURS

Les premiers soins ont pour but de minimiser les blessures et/ou l'aggravation des blessures et même sauver des vies.

Venez participer à une formation de premiers secours et premiers soins adaptée :

- Technique de RCR (Réanimation Cardiorespiratoire)
- Gestion des allergies sévères et injection d'épinéphrine
- Soins des plaies

## DANSEZ AUX GRANDS BALLETS

Vous dansez au rythme de la musique. Vous serez accompagné par des danseurs professionnels. L'activité se déroule dans les locaux des Grands Ballets Canadiens de Montréal.

**En collaboration avec Les Grands Ballets Canadiens (Centre national de danse thérapie).**

## SORTIES CULTURELLES À MONTRÉAL

Du 13 juin au 10 août 2024

Choix d'une seule plage horaire par personne

**Judi : de 17h à 20h30 - apportez votre lunch  
Il faut être autonome pour venir en transports en commun**

Du jeudi 13 juin au jeudi 8 août

Sorties dans les festivals (Francfolies, Jazz, Nuits d'Afrique et Complètement cirque)

**Vendredi : de 13h à 16h**

Du vendredi 14 juin au vendredi 9 août

Sorties dans les musées et activités culturelles

**Samedi : de 13h à 16h**

Du samedi 15 juin au samedi 10 août

Sorties diverses (musées, spectacles ou autres activités culturelles) Découvrez les activités et les festivals qui font la renommée de Montréal durant la période estivale.

Lieu de départ : à l'AMDI

Lieu de retour : selon les lieux visités

Coût : 30 \$ pour la session, par plage horaire

Contact : Zayil Brun

@ sensibilisation@amdi.info

☎ 514-381-2300, poste 28

## SORTIES ESTIVALES ENTRE PARENTS ET PROCHES | SORTIES EN FAMILLES (2024)

Juin et juillet - dates à définir

Prenez un temps de pause pour partager des moments conviviaux ensemble lors de sorties à Montréal.

Si vous êtes intéressés, merci de communiquer vos disponibilités et intérêts.

Contact : Cynthia Younes

@ familles@amdi.info

☎ 514 381-2300, poste 36