

# Calendrier Calendar 2024



Association du Syndrome de Down  
819 569-8112



**\*\*\*English message will follow\*\*\***

**Bonjour à vous tous,**

**Parents, Responsables de familles d'accueil, Personnes ayant la trisomie 21, Bénévoles et Partenaires, voici la nouvelle programmation de janvier à décembre 2024 de l'Association du Syndrome de Down.**

**Si vous êtes du réseau de la santé et des services sociaux, s'il vous plaît nous aider à diffuser ce nouveau calendrier à plus de gens possibles qui pourraient avoir besoin de nos services. Merci. Pour les personnes ayant la trisomie 21, les parents, les familles, les bénévoles et autres membres de l'association. Voici enfin la programmation tant attendue pour la prochaine année ! Dans ce calendrier, plusieurs activités sont prévues durant l'année. Ceux et celles qui aimeraient se joindre à notre association peuvent nous appeler au (819) 569-8112.**

**Il y en a pour tous les goûts. Pour les petits comme pour les grands. Cette programmation s'adresse également pour les parents ou les proches aidants qui eux aussi ont leurs places réservées dans le calendrier pour de belles conférences et pour le projet d'habitation. Bienvenue à vous tous !**

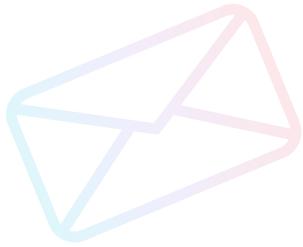
**Veillez prendre note que nous vous avons détaillé la semaine de relâche du 4 au 8 mars 2024 dans un autre document qui est joint à ce calendrier. Durant cette semaine, nous allons cuisiner et goûter à nos recettes avec le Chef cuisinier Gaétan ! Nous allons aussi réaliser plusieurs sorties en ville.**

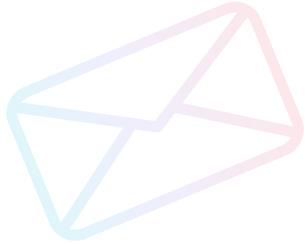
**Nous avons prévu aussi une vraie sortie pour les bénévoles dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole en avril. Oui, oui vous avez bien lu !!!**

**Vous avez les dates du camp de jour et ce sera la 30e édition. Plusieurs activités sont prévues et celles-ci seront vraiment des surprises pour les membres qui en profiteront. Voir un été à ne pas oublier ! Pour ce qui est du dépliant du camp de jour, celui-ci est en pièce jointe pour les gens qui voudraient inscrire leur proche. Réservez vos places, si certaines activités vous intéressent, elles sont limitées !**

**En terminant, le conseil d'administration et le personnel se joignent à moi pour vous souhaiter une très belle année 2024 remplie de belles surprises, de belles rencontres, de la santé et de l'amour à profusion.**

**Pierrette Therrien-Fernet  
Présidente**





**Hello everyone,**

**Parents, Foster carers, People with Down's Syndrome, Volunteers and Partners, here is the Association du Syndrome de Down new January to December 2024 program.**

**If you are from the health and social services network, please help us distribute this new calendar to as many people as possible who may need our services. Thank you.**

**For people with Down's syndrome, parents, families, volunteers and other association members, here is the long-awaited program!**

**In this calendar, several activities are planned throughout the year. Those who would like to join our association can call us at (819) 569-8112.**

**Something for everyone; whether young and or old, this program is also intended for parents and caregivers who have their place reserved in the calendar for great conferences and for the housing project. Welcome to all of you!**

**Please note that we have detailed the Spring Break from March 4 to 8, 2024 in another document attached to this calendar. During this week, we'll be cooking and sampling our recipes with Chef Gaétan! Along with several outings (to be determined) around town.**

**We're also planning an outing for volunteers as part of Volunteer Week in April. Yes, you read that right!**

**You have the dates of the day camp. We're proud to say this is our 30th edition! Several activities are planned. They are surprises for the members who will enjoy them. 2024 will be an unforgettable summer ! Also, the day camp brochure is attached for people who would like to register their loved ones.**

**Reserve your places now for all activities of interest. They're limited!**

**In closing, the Board of Directors and staff join me in wishing you a very happy 2024, filled with wonderful surprises, enriching encounters, health and love galore.**

**Pierrette Therrien-Fernet  
President**



# Janvier



01

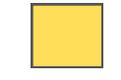
# 2024 January

Bonne année 2024!  
Happy new year!



## Légende / Legend

 Congé du temps des fêtes / Christmas holidays

 Journées pédagogiques / Pedagogical days

 Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities

 Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project

 Conférence pour proches aidants / Conference for informal caregivers

 Activités physiques et sportives / Physical activities and sports

C.A.  Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



Dimanche / Sunday

Lundi / Monday

Mardi / Tuesdays

Mercredi / Wednesday

Jeudi / Thursdays

Vendredi / Friday

Samedi / Saturday

	1  Fête Kevin G.	2	3  9h -15h30	4  9h -15h30 Fête Thomas J.	5	6
7	8	9  9h -15h30 Fête Philippe S.	10  9h -15h30	11  9h -15h30 Fête Alexandra H.	12	13
14	15	16  9h -15h30  19h -20h30	17  9h -15h30	18  9h -15h30	19 Fête Ézékiel M.	20
21	22 C.A. 19h Fête Esther B.	23  9h -15h30	24  9h -15h30	25  9h -15h30  18h30 -20h	26 Fête Donna D.	27
28	29 Fête Josianne L. Fête Sylvie S-P.	30  9h -15h30	31  9h -15h30			



Glissade sur tube illuminée à la base de plein air André-Nadeau  
le 19 janvier / Lit up tubing at The André-Nadeau Outdoor  
Base on January 19 : 819 864-1907



# Février



02

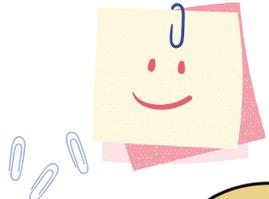
# February



## Légende / Legend

Chocolats thématiques disponibles à l'Association à l'occasion de la Saint-Valentin / Heart-shaped chocolates available

-  Journées pédagogiques / Pedagogical days
-  Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities
-  Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project
-  Activités physiques et sportives/Physical activities and sports
-  Conférence pour proches aidants / Conference for informal caregivers
-  Sortie interculturelle / Intercultural outing
- C.A.  Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

Dimanche / Sunday	Lundi / Monday	Mardi / Tuesdays	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursdays	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday
				1  9h -15h30	2	3  Fête Jeffrey L.
4	5	6  9h -15h30	7  9h -15h30 Fête Marc-Antoine D.	8  9h -15h30	9	10 Fête Alicia R.
11	12	13  9h -15h30  19h -20h30	14 Saint-Valentin / St.Valentine's Day  9h -15h30	15  9h -15h30	16	17
18	19 C.A. 19h	20  9h -15h30	21  9h -15h30 Fête Melvin C.	22  9h -15h30	23	24
25 Fête Maryse M. Fête Tamara P-L. Fête Sawssane B.	26 Fête Yanni B.	27  9h -15h30	28  9h -15h30	29  9h -15h30  18h30 -20h30		

# 02

L'édition 2024 du Défi Château de Neige est du 8 janvier au 12 MARS / The 2024 edition of the Château de Neige Challenge runs from January 8 to March 12 <https://defichateaudeneige.ca/>



# Mars



03

# March



## Légende / Legend

Devinez quand est la journée mondiale de la Trisomie 21 ? / Guess when is World Down's Syndrome Day?



-  Journées pédagogiques / Pedagogical days
-  Semaine de relâche / Spring Break
-  Jour férié / Public holiday

 Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21/ ChocolaTri21's socio-professional activities

 Activités physiques et sportives / Physical activities and sports

 Changement d'heure à 2h am : avancer d'une heure / Time change at 2 a.m.: move forward one hour

 Ski adapté à Orford dès 8h30 heure de retour à déterminer/ Skiing that is adapted to our clientel at Orford from 8:30 a.m., return time to be determined

 Brunch 10 h à 13 h / 10 a.m. to 1 p.m.

 Pâques / Easter

 Saint-Patrick / St.Patrick's Day

C.A. Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

Dimanche / Sunday	Lundi / Monday	Mardi / Tuesdays	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursdays	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday
					1	2
3 Fête Nathanael B-D.	4 AM Cuisine / Cooking PM Sortie au musée / Museum outing 9h-15h30	5 AM Cuisine / Cooking PM Hockey bottine / Outdoor winter games 9h-15h30 Brenda J.'s Birthday	6 AM Cuisine / Cooking PM Sortie à la boutique de jeux / Game store outing 9h-15h30	7 AM Cuisine / Cooking PM Sortie au cinéma / Cinema outing 9h-15h30 Fête Nathalie T.	8 AM Cuisine / Cooking PM Sortie au musée / Museum outing 9h-15h30 Fête Amélie D. Fête Maude B-T.	9
10  Fête Alexandre G.	11 Fête Amélie B.	 9h-15h30  19h-20h30	13  8h30...	14  9h-15h30	15	16 Fête Emma C.
17  Fête Charlotte F.	18 C.A. 19h Fête Pascal J.	19  9h-15h30	20  9h-15h30 Fête Katrine G.	  9h-15h30 Fête Réjean B.	22 Fête Louis-Charles D.	23  10h-13h
24  Fête Jason C. Fête Nathaniel G.	25	26  9h-15h30	27  9h-15h30 Cumpleaños Ana Maria S.G.	28  9h-15h30 Fête Marie-Soleil B.	29 Vendredi Saint / Good Friday Fête Dominic G-B.	30 Fête Mohamad Ali M.

Carnaval de Sherbrooke du 1er au 3 mars / Sherbrooke Carnival March 1 to 3  
[www.carnavaldesherbrooke.ca](http://www.carnavaldesherbrooke.ca)

1er au 9 mars / March 1 to 9 Jeux du Québec

Semaine de la déficience intellectuelle 17 au 23 mars / Intellectual Disability Week  
March 17 to 23

# Avril



# 04



# April



## Légende / Legend



Jour férié / Public holiday



Journées pédagogiques / Pedagogical days



Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities



Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project



Activités physiques et sportives / Physical activities and sports



Conférence pour proches aidants / Conferences for informal caregivers



Activité d'aquarelle pour tasse et macaron personnalisés de 9h à 12h / Watercolor activity for personalized mugs and pins 9 a.m. to 12 p.m.



Brunch des bénévoles 10 h à 13 h / Volunteer Brunch 10 a.m. to 1 p.m.

C.A.

Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

Dimanche / Sunday

Lundi / Monday

Mardi / Tuesdays

Mercredi / Wednesday

Jeudi / Thursdays

Vendredi / Friday

Samedi / Saturday



1  
Lundi de Pâques / Easter Monday

2  
 9h-15h30  
Fête Juliette A.  
Fête Marie-Pier C.

3  
 9h-15h30  
Fête Martin B.

4  
 9h-15h30  
Fête Éthan G-D.  
Fête Pierre B.

5

6

7

8  
Fête Camey C-A.  
Fête Cécile T.

9  
 9h-15h30  
19h-20h30

10  
 9h-15h30  
Fête David L-T.

11  
 9h-15h30

12

9h-12h

13

Fête Julianne D.

14

15

Fête Marie-Eve T.  
Sara R.'s Birthday

16  
 9h-15h30

17  
 9h-15h30

18  
 9h-15h30

19

20

21

Brunch des bénévoles / Volunteer Brunch  
10h-13h

22

C.A. 19h

23  
 9h-15h30

24  
 9h-15h30  
Fête Audrey T.  
Fête Karl Y.

25  
 9h-15h30  
 18h30-20h30

26

27

28

Fête Pierre-Charles B.

29

30

9h-15h30



Festival Cinéma du Monde de Sherbrooke  
Du 4 au 11 avril / April 4 to 11

04

Éclipse solaire le 8 avril / Solar eclipse on April 8

Semaine de l'action bénévole Du 14 au 20 avril /  
Volunteer Week April 14 to 20



# Mai



# 05

# May ✨



## Légende / Legend

Chocolats thématiques disponibles à l'association à l'occasion de la fête des mères / Mother's Day chocolates available



-  **Journée pédagogique / Pedagogical day**
-  **Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities**
-  **Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project**
-  **Activités physiques et sportives / Physical activities and sports**
-  **Jour férié / Public holiday**
-  **Conférence pour proches aidants / Conferences for informal caregivers**
-  **Fête des mères / Mother's Day**
-  **C.A. Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors**



Dimanche / Sunday	Lundi / Monday	Mardi / Tuesdays	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursdays	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday
			1  9h -15h30	2  9h -15h30 Fête David S.	3	4
5	6 Fête Cédrick S.	7  9h -15h30	8  9h -15h30	9  9h -15h30 Fête Laura S-B.	10 Fête Sarah D.	11 Fête Dany L. Fête Mailia C.
12 	13 Fête Hugo L. D.	14  9h -15h30	15  9h -15h30  19h -20h30	16  9h -15h30	17 Fête Jérôme B.	18 Fête Yannick B.B.
19	20 Journée nationale des patriotes / Victoria Day C.A. 19h	21  9h -15h30 Fête Isabelle G.	22  9h -15h30	23  9h à 15h30 Fête Estelle C.	24	25
26	27	28  9h -15h30	29  9h -15h30 Fête Julien P.	30  9h -15h30  18h30 -20h30	31	



Gala Comédie Star le 10 mai à 20h / Comedy Star Gala May 10 at 8pm :  
819 820-1000 Centre Culturel de l'Université de Sherbrooke

05

# Juin



06

# June



## Légende / Legend

 Jour férié / Public holiday

 Camp de jour / Day Camp

 Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities

 Activités physiques et sportives / Physical activities and sports

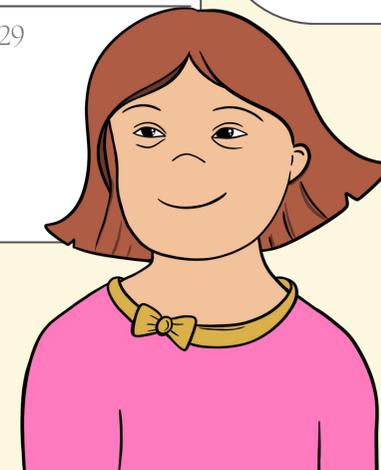
**AGA :** Assemblée Générale Annuelle / Annual General Meeting

 Fête des pères / Father's Day

**C.A.** Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

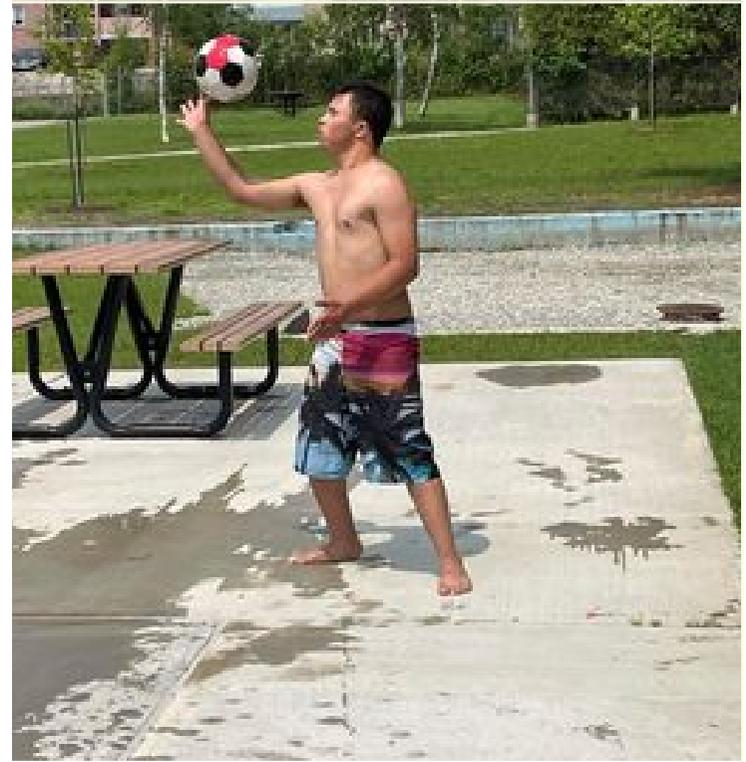
Dimanche / Sunday    Lundi / Monday    Mardi / Tuesdays    Mercredi / Wednesday    Jeudi / Thursdays    Vendredi / Friday    Samedi / Saturday

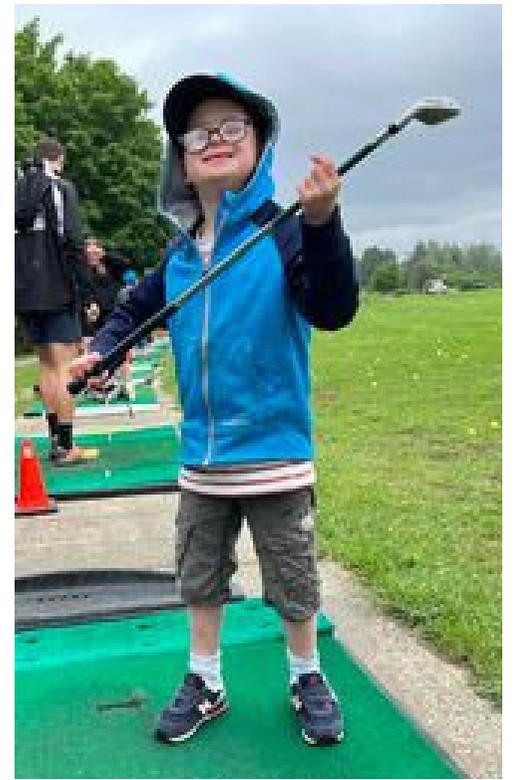
						1
						Fête Olivianne L.
2	3 <b>Journée des personnes handicapées / International Day of Persons with Disabilities</b> Fête Frédéric	4  9h -15h30	5  9h -15h30 Fête Ella L.M.	6  9h -15h30	7 Fête Francine B.	8
9	10 R. Émilie F.'s Birthday	11	12 Fête Jessica B.R.	13	14 Cumpleaños Ana Sofia S. E.	15 Fête Louise M.
<i>Semaine de planification / Planning week</i>						
16  Fête Caroline M. Fête François P.	17 C.A. 18h  <b>AGA</b> 19h	18	19	20 Birthday Geoffrey H.	21	22
<i>Semaine de planification / Planning week</i>						
23	24 Jour férié / Public holiday Fête nationale / National Day	25 	26 	27	28	29
30						



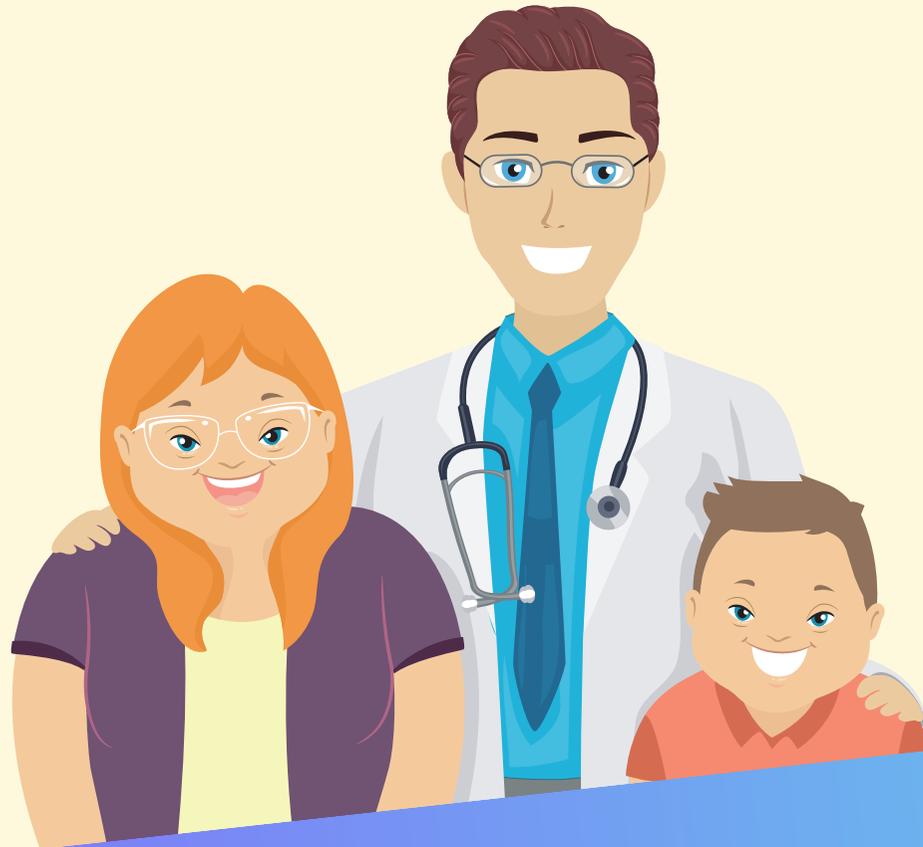
# 06

**Semaine québécoise des personnes handicapées du 1er au 7 juin / Quebec Disabled Persons Week June 1 to 7**





# Juillet



07



# July



Fête du Lac des Nations Promutuel Assurance du 16 au 21 juillet / July 16 to 21

Sherblues & Folk

Festival des rythmes d'Afrique de Sherbrooke du 23 juillet au 2 août / July 23 to August 2

**Dimanche / Sunday**      **Lundi / Monday**      **Mardi / Tuesdays**      **Mercredi / Wednesday**      **Jeudi / Thursdays**      **Vendredi / Friday**      **Samedi / Saturday**

	1 Fête du Canada / Canada Day	2	3	4	5 Fête Alice B.	6
7	8 Cumpleaños Léoncio F.A.	9 Fête Annie B. Fête Rosalie D.	10 Fête Roxanne T.D. Fête Maxime Forest B.	11 Fête Lisanne L.	12	13
14 Fête Alain A.	15	16	17 Alexander T.R.'s Birthday	18	19 	20
21	22	23	24 Fête Éloïse L. Fête Érika P.	25	26	27 Fête Bruce M.
28 Fête Jo-Annie C.	29	30	31 Fête Nancy R.			

## Légende / Legend

 Jour férié / Public holiday

 Camp de jour / Day Camp

 Sortie spéciale / Special Outting

---



---



---



---



---



# 07

Les Concerts de la Cité de juillet à septembre / from July to September

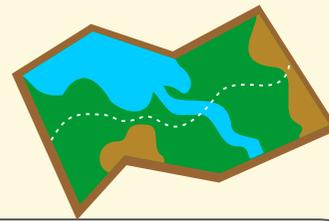
# Août



08



# August



**Dimanche / Sunday**      **Lundi / Monday**      **Mardi / Tuesdays**      **Mercredi / Wednesday**      **Jeudi / Thursdays**      **Vendredi / Friday**      **Samedi / Saturday**

## Légende / Legend



Camp de jour / Day Camp



Sortie spéciale / Special Outting

---

---

---

---

---

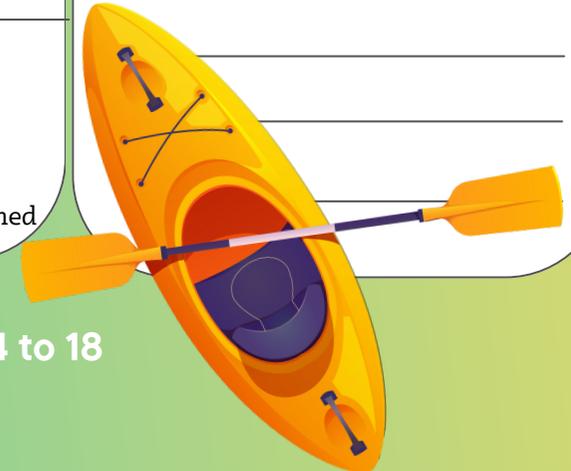
---

---

---

---

---



				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
Fête Céline B.			Fête Gaétan B.		Fête Hagmael C.	
11	12	13	14	15	16	17
		Fête Lucie S-P.	Fête Vincent F.	Fête Kevin D. Fête Suzelle B.	<b>Fin du camp de jour / End of day camp</b>	
18	19	20	21	22	23	24
<i>Semaine de planification / Planning week</i>						
		Fête Henriette R.	Fête Laurie J.			
25	26	27	28	29	30	31
<i>Semaine de planification / Planning week</i>						
		Fête Élizabeth F.	Fête Charlotte L.			Fête Mohamed Anis A.

# 08

Festival des Traditions du Monde de Sherbrooke 14 au 18 août / August 14 to 18

Les Concerts de la Cité de juillet à septembre / from July to September

# Septembre ✨



09

# September



## Légende / Legend



Jour férié / Public holiday



Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities



Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project



Activités physiques et sportives / Physical activities and sports



Conférence pour proches aidants / Conferences for informal caregivers



Sortie aux pommes, heure à déterminer / Apple picking. time to be determined

C.A.

Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

Dimanche / Sunday

Lundi / Monday

Mardi / Tuesdays

Mercredi / Wednesday

Jeudi / Thursdays

Vendredi / Friday

Samedi / Saturday

1

2 Fête du travail / Labour Day

3

*Semaine de planification / Planning week*

4

5

6

7

Fête Jérémie L.  
Fête Vicky T.

Fête Jessica H.

Fête Mélanie P-V.

8

9

Fête Yannick L. R.

10

9h-15h30  
  
19h-20h30

11

 9h-15h30

12

 9h-15h30

13

14



15

16

Fête Annick L.

17

 9h-15h30

18

 9h-15h30

19

 9h-15h30

20

21

22

23

C.A. 19h  
Fête Étienne J.

24

 9h-15h30

25

 9h-15h30  
Fête Hélène B.K.

26

 9h-15h30  
 18h30-20h30  
Fête William C-R.

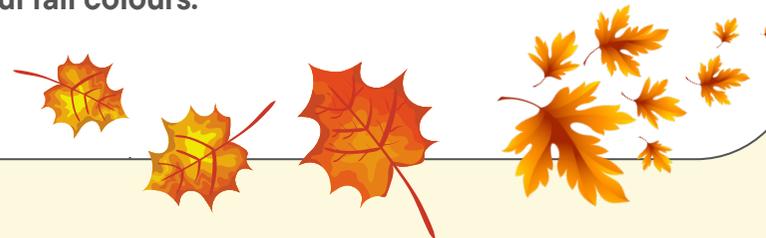
27

28

29

30

**Flambée des couleurs dès le 13 septembre. / As of September 13, it's time to admire our wonderful fall colours.**

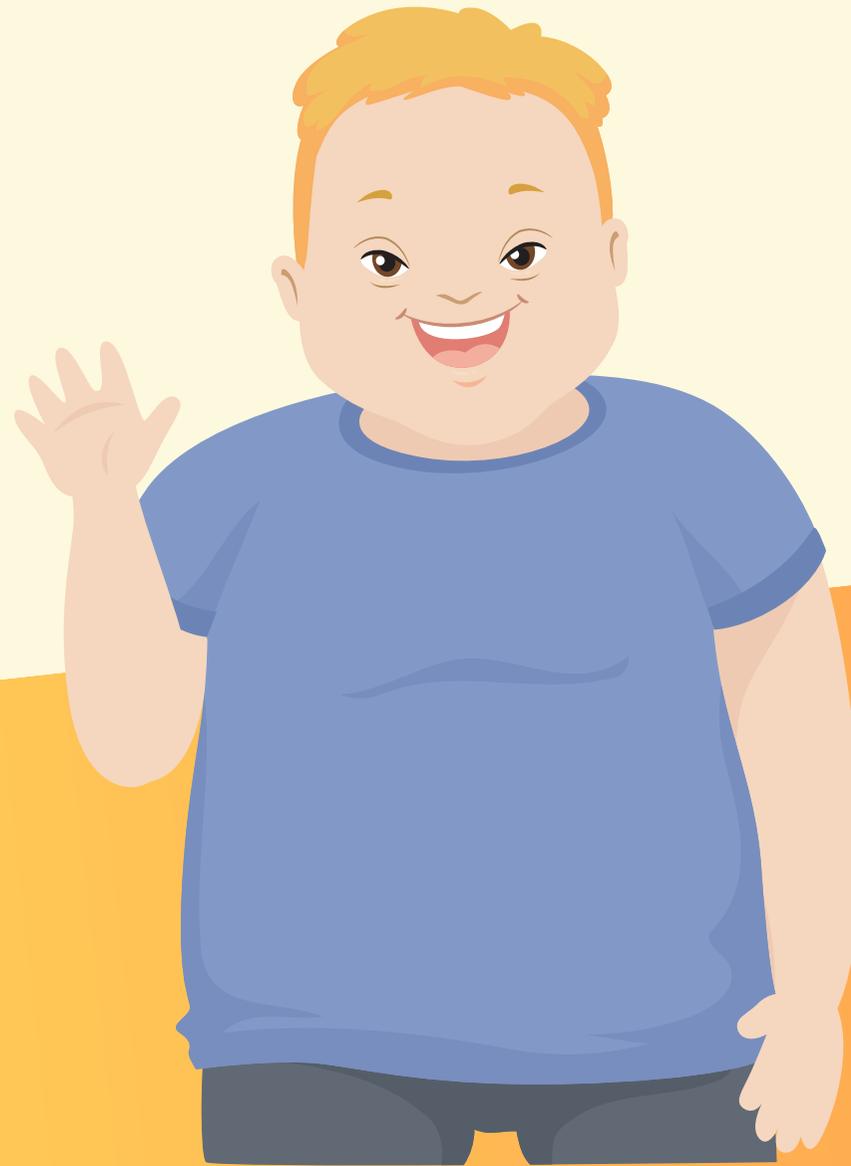


09

Les Concerts de la Cité : de juillet à septembre / from July to September.



# Octobre ✨



10

# October



## Légende / Legend



Jour férié / Public holiday



Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project



Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities



Conférence pour proches aidants / Conferences for informal caregivers



Activités physiques et sportives / Physical activities and sports



Halloween

C.A.

Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors

Dimanche / Sunday

Lundi / Monday

Mardi / Tuesdays

Mercredi / Wednesday

Jeudi / Thursdays

Vendredi / Friday

Samedi / Saturday

1  
 9h à 15h30

2  
 9h -15h30

3  
 9h -15h30

4  
Fête Joffrey B.

5

6  
Fête Antoine D.R.

7

8  
 9h -15h30  
  
19h -20h30

9  
 9h -15h30  
Fête Gabriel B-L.  
Fête Josée L.

10  
 9h -15h30

11

12

13  
Fête Sarah L.

14  
Action de grâce / Thanksgiving Day in Canada  
Fête Nathalie R.

15  
 9h -15h30

16  
 9h -15h30

17  
 9h -15h30

18

19  
Fête Pierrette T.F.

20

21  
Arjuna G.'s Birthday  
Fête Daphnée D.  
Fête Renée F.

22  
 9h -15h30

23  
 9h -15h30

24  
 9h -15h30  
 18h30 -20h30

25

26

27

28

C.A. 19h  
Fête Camille M.

29

30

31

*Semaine de planification / Planning week*



10

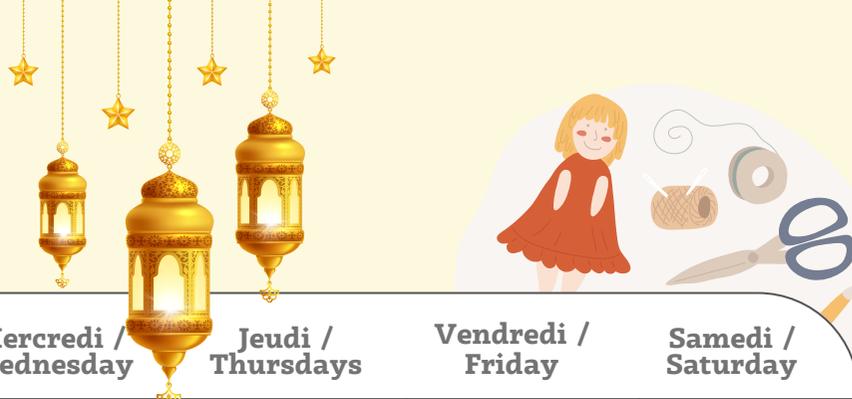
Flambée des couleurs jusqu'au 13 octobre. / Fall colours are in full effect until October 13th.



# Novembre



# November



## Légende / Legend



Changement d'heure : on recule d'une heure à 2 am / Time change at 2 a.m.: move back one hour



Jour férié / Public holiday



Activités socioprofessionnelles de la ChocolaTri 21 / ChocolaTri21's socio-professional activities



Comité proches aidants et projet habitation / Caregivers' meeting and housing project



Conférence pour proches aidants / Conferences for informal caregivers



Activités physiques et sportives / Physical activities and sports



Fête de Noël/Christmas party

C.A.

Conseil d'administration / Meeting of the association's board of directors



Dimanche / Sunday	Lundi / Monday	Mardi / Tuesdays	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursdays	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday
					1	2
3 	4	5 9h-15h30 19h-20h30	6 9h-15h30 Fête Teddy-Edouard J.	7 9h-15h30	8	9 Fête Loick D.
10	11 Jour du Souvenir / Remembrance Day Fête Maxime B.	12 9h-15h30	13 9h-15h30 Fête Alexandre T.	14 9h-15h30	15	16
17 Fête Liam B.	18 C.A. 19h Fête Marc S.	19-21 <i>Semaine de planification / Planning week</i>			22	23  Fête de Noël / Christmas party 13h-19h
24	25	26 9h-15h30	27 9h-15h30	28 9h-15h30 18h30-20h30	29	30 Atelier de Noël avec Loulou / Christmas workshop with Loulou Fête Jacob P-L. Fête Murielle R.

11

Journée internationale de l'homme le 19 novembre / International Men's Day on November 19

# Décembre



12

# December



## Légende / Legend



Congé du temps des fêtes /  
Christmas holidays



Activités  
socioprofessionnelles  
de la ChocolaTri 21 /  
ChocolaTri21's  
socio-professional activities



Comité proches aidants et  
projet habitation /  
Caregivers' meeting and  
housing project



Activités physiques et  
sportives / Physical activities  
and sports

C.A.

Conseil d'administration /  
Meeting of the association's  
board of directors

Dimanche / Sunday	Lundi / Monday	Mardi / Tuesdays	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursdays	Vendredi / Friday	Samedi / Saturday
1	2	3  9h-15h30  19h-20h30	4  9h-15h30	5  9h-15h30	6	7 Marché de Noël / Christmas Market  Fête Gabriel T. Fête Ndeye Fama B.
8  Marché de Noël / Christmas Market	9  C.A. 19h	10   9h-15h30	11   9h-15h30	12   9h-15h30 William F.'s Birthday	13	14
15	16	17   9h-15h30	18   9h-15h30	19   9h-15h30	20	21
22	23	24	25	26	27	28
Fête Faidh S.	Fête Alan D.	Fête Suzanne M.	<b>Joyeuses fêtes! / Happy holidays!</b>			Fête Nicolas Q.
29	30	31  				



## À mettre à votre agenda / Mark your calendar :

Les dates qui sont réservées pour les activités socioprofessionnelles sont /  
The dates reserved for socio-professional activities are :

04-09-11-16-18-23-25-30 janvier / january;  
1-6-8-13-15-20-22-27-29 février / february;  
12-14-19-21-26-28 mars / march;  
02-04-09-11-16-18-23-25 avril / april;  
02-07-09-14-16-21-23-28-30 mai / may;  
04-06 juin / june;  
10-12-17-19-24-26 septembre / september;  
01-03-08-10-15-17-22-24 octobre / october;  
05-07-12-14-26-28 novembre / november;  
03-05-10-12-17-19 décembre / december.

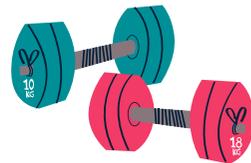


De 9 h 00 à 15 h 30 / From 9:00 am to 3:30 pm.

Coût : 25\$ par jour / Cost: \$25 per day

Les dates qui sont réservées pour les activités physiques sont /  
The dates reserved for physical activities are :

03-10-17-24-31 janvier / january;  
07-14-21-28 février / february;  
20-27 mars / march;  
03-10-17-24 avril / april;  
01-08-15-22-29 mai / may;  
05 juin / june;  
11-18-25 septembre / september;  
02-09-16-23 octobre / october;  
06-13-27 novembre / november;  
04-11-18 décembre / december.



De 9 h 00 à 15 h 30 / From 9:00 am to 3:30 pm.

Coût : 25\$ par jour / Cost: \$25 per day

Les dates des activités spéciales durant l'année sont /  
Dates of special activities during the year are :

3 février / february;  
13-21 mars / march;  
12-21 avril / april;  
17 juin / june;  
19 juillet / july;  
9 août / august;  
14 septembre / september;  
23-30 novembre / november.



Les dates pour les activités avec l'association durant la semaine de relâche sont / The dates for activities with the association during Spring Break are :

04-05-06-07-08 mars / march.



Les dates pour le camp de jour pour les personnes ayant la trisomie sont / The dates for the day camp for people with Down's syndrome are :

25-26-27-28 juin / june;  
02-03-04-05-08-09-10-11-12-  
15-16-17-18-19-22-23-24-25-  
26-29-30-31 juillet / july;

01-02-05-06-07-08-09-12-13-14-15-16 août / august.



\*\*\*Prenez note svp que la programmation peut changer, nous adapterons le contenu en fonction des opportunités qui se présentent / Please note that programming is subject to change, and we will adapt content as opportunities arise.\*\*\*

**Les conférences d'information pour les proches aidants sont / Information conferences for caregivers are :**

**25 janvier / January;  
29 février / February;  
25 avril / April;  
30 mai / May;  
26 septembre / September;  
24 octobre / October;  
28 novembre / November.**



**Les réunions du conseil d'administration de l'association sont / Meetings of the association's board of directors are :**

**22 janvier / January;  
19 février / February;  
18 mars / March;  
22 avril / April;  
20 mai / May;  
17 juin / June;  
23 septembre / September;  
28 octobre / October;  
18 novembre / November;  
9 décembre / December.**

**C.A.**

**Les rencontres du comité proches aidants et du projet habitation sont / Caregiver committee and housing project meetings are :**

**16 janvier / January;  
13 février / February;  
12 mars / March;  
9 avril / April;  
15 mai / May;  
10 septembre / September;  
08 octobre / October;  
05 novembre / November;  
03 décembre / December.**



\*\*\*Prenez note svp que la programmation peut changer, nous adapterons le contenu en fonction des opportunités qui se présentent / Please note that programming is subject to change, and we will adapt content as opportunities arise.\*\*\*

## Répertoire téléphonique / Phone book

### Transport adapté / Paratransit service

Réservation / Reservation : 819 566-1848

Annulation / Cancellation : 819 564-7785

Vérification / Check : 819 564-7785



### Services d'urgence / Emergency phone numbers

Urgences-Santé / Emergency : 911

Centre antipoison du Québec /  
Quebec Poison Control Centre : 1 800 463-5060

Info-Santé et Info-Social : 811

CIUSSS de l'Estrée - CHUS / Hospital : 819 346-1110

J.E.V.I. Centre de prévention du suicide /  
JEVI Suicide Prevention Center - Estrie : 819 564-1354

Service de police de Sherbrooke /  
Municipal Police Station : 819 821-5555

Service de protection des incendies de Sherbrooke /  
Sherbrooke Fire Protection Service  
Règlementation et prévention – Renseignements généraux /  
Rules, regulation and prevention - General information :  
819 821-5517

### Appui proches aidants

Info-aidant / Caregiver Support Helpline : 1 855 852-7784

### Organismes pour la Trisomie 21 / Down's Syndrome Organizations

Association du Syndrome de Down : 819 569-8112

Regroupement pour la trisomie 21 : 514 850-0666

Association de parents d'enfants trisomiques 21 de Lanaudière  
: 450 477-4116

Société Canadienne de la Trisomie 21 / Canadian Down's  
Syndrome Society : 1 800 883-5608

### Autres services complémentaires / other complementary services

Réception santé mentale adulte, enfance-jeunesse-famille et  
orthophonie / Reception adult mental health, children-youth-  
family and speech therapy: 819 780-2220 ext: 48364

CRDITED Services spécialisés pour déficience intellectuelle ou  
trouble du spectre de l'autisme / Specialized services for  
intellectual disabilities or autism spectrum disorders :  
819 346-8471

Centre de réadaptation de l'Estrée : 819 346-8411

CSSS Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke :  
819 780-2222

Office des personnes handicapées du Québec : 819 475-8585

Association de Sherbrooke pour la déficience intellectuelle  
ASDI : 819 346-2227

Maison Caméléon / (Respite home) : 819 562-6881

TDAH Estrie / (Attention Deficit Hyperactivity Disorder  
ADHD) : 819 565-7131

Autisme Estrie / (Autism spectrum disorder) : 819 822-3918

Développement du langage et Dysphasie Estrie / (Language  
development disorder) : 819 569-6449

## Répertoire téléphonique (suite) / Phone book (more)



### Scolarisation et employabilité/ Schooling and employability

École du Touret / (Special education school in Sherbrooke) :  
(819) 822-5577

Centre Saint-Michel Formation pour adultes et  
Formation intégration sociale (FSI) / :  
(Adult education school and Social integration training)  
819 822-5520 ext. 16555

CEP Centre d'éducation populaire de l'Estrie / (Educational,  
francization and literacy services) : 819 562-1466

AQETA Trouble d'apprentissage Estrie / (Eastern Townships  
Learning Disabilities Association of Quebec) : 819 580-7704

Orientation travail / (Career guidance service in Sherbrooke) :  
819 822-3226

### Aide solidaire / Solidarity help

Aide sociale / Social Assistance 819 820-3411 ext.3

Aide Juridique Estrie / (Legal services provider in Sherbrooke) :  
819 563-4721

Solidarité Transport : 819 821-5807 ext. 1

### Loisirs / leisure activities

Carte accompagnement loisir / Companion Leisure Card :  
1 833 693-2253

Conseil Sport Loisir de l'Estrie : 819 864-0864

Fondation des sports adaptés / Adaptive Sports Foundation :  
450 243-5985

Plein air interculturel de l'Estrie / (Inclusion of immigrants  
through outdoor activities) : [Activite.PleinAir@gmail.com](mailto:Activite.PleinAir@gmail.com)

Maison de la famille de Sherbrooke : 819 791-4142 ext. 221

Bibliothèque municipale Eva-Sénécal /  
(Sherbrooke Public Library) : 819 821-5596

Destination Sherbrooke : 819 560-4280

Association sportive des jeunes handicapés de l'Estrie :  
819 849-0351

L'Accorderie de Sherbrooke : 819 780-2867

Ce calendrier a été conçu par Lucie L'Heureux avec les illustrations et le logiciel Caneva Pro. Textes et programmation : Louise Meunier et Lucie L'Heureux. La révision a été fait par Louise Meunier et les corrections anglophones ont été effectuées par Alexandra Glezos et Christian Glezos. Le tout est rendue possible grâce au financement du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie et de la Faculté de médecine de l'Université de Sherbrooke. Un remerciement de tout coeur à nos précieux partenaires et collaborateurs ! / This calendar was designed by Lucie L'Heureux with illustrations and Caneva Pro software. Texts and program : Louise Meunier and Lucie L'Heureux. Editing was done by Louise Meunier and English corrections by Alexandra Glezos and Christian Glezos. The project was made possible thanks to funding from the Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie and the Université de Sherbrooke's Faculty of Medicine. Our heartfelt thanks to our invaluable partners and collaborators!



**Association du Syndrome de Down**

92 rue Ozias-Leduc  
Sherbrooke QC  
J1H 1M7

819 569-8112  
[info@asdet21.org](mailto:info@asdet21.org)  
[www.asdet21.org](http://www.asdet21.org)  
[www.facebook.com/asdet21](https://www.facebook.com/asdet21)

