

## Saviez-vous que ?

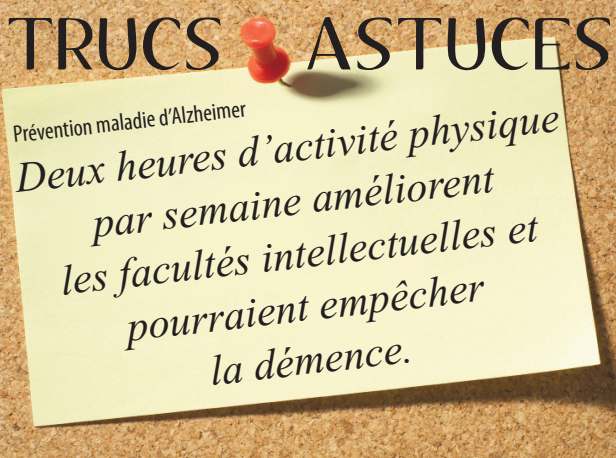
ÉCRIT PAR Gabrielle Lafontaine



**But de l'Info Flash** Aînés Sud-Ouest • Verdun  
Ce projet vise à encourager le bénévolat et l'implication des organismes au sein desquels œuvrent les aînés dans le cadre d'activités intergénérationnelles.

Projet d'information fait par les aînés pour les aînés. Il favorise la stimulation des facultés intellectuelles et le partage d'information d'activités entre les ressources d'aînés participants. Il peut permettre de rejoindre des aînés isolés.

Cette publication bimensuelle qui s'adresse aux aînés du territoire Sud-Ouest • Verdun est distribuée aux aînés par courriel, dans les organismes, associations ou regroupements concernés.



## une ressource à découvrir



### Qui sommes-nous ?

Le Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun (CSASOV) est une organisation à but non lucratif de bienfaisance (OBNL). Le Centre n'est pas une clinique médicale pour prodiguer des soins curatifs (traitements). C'est une institution qui fait de la prévention chez les aînés pour détecter précocement et traiter les causes de certains événements qui amènent des problèmes de santé ou qui précipitent leur mise en institution précoce.

### Notre mission

Le Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun a pour mission, en collaboration avec ses partenaires, d'être un centre d'excellence dans la promotion, l'éducation, l'innovation et l'offre de services visant à faciliter la conservation de la capacité fonctionnelle des aînés et leur maintien dans leur milieu de vie le plus longtemps possible dans des conditions convenables.

### Nos valeurs

- Le respect des personnes, de la confidentialité et de la diversité
- La rigueur et l'éthique dans l'exécution de nos mandats et de nos services
- La cohérence entre notre mission, nos valeurs et nos pratiques
- L'engagement comme organisation sans but lucratif valorisant le bénévolat, le partage et la solidarité
- L'innovation dans le soutien aux initiatives à l'intérieur de notre mission

### Nos services

- AUTOGESTION DES MALADIES CHRONIQUES  
Ateliers-conférences de formation et / ou d'information :  
- Stimulation intellectuelle - Le vieillissement actif  
- Les clés pour vieillir en bonne santé
- DÉPISTAGE DES PROBLÈMES FONCTIONNELS  
Dysfonctionnement :  
- d'audition - de vision - de locomotion, etc.
- VACCINATION  
- Grippe saisonnière - Influenza - Voyage, etc.
- SUPPORT À DES ACTIVITÉS  
- Soutien - Expertise, etc.
- ACTIVITÉS POUR SORTIR LES AÎNÉS DE L'ISOLEMENT  
- Relations amicales  
- Formation de dyades « aîné / aidant » et « aîné / aidé »
- ÉVALUATION DES LOGEMENTS  
Détection : - de moisissure - d'insectes, etc.
- AIDE AUX PETITS TRAVAUX  
- Tonte de gazon - Dénéigement  
- Transport de meubles, etc.

### Nous joindre

Centre de Santé des Aînés  
Sud-Ouest • Verdun

514.419.2929

[info@csasov.com](mailto:info@csasov.com)

[csasov.com](http://csasov.com)

5260 rue de Verdun

Verdun (Québec) H4H 1K1

## agenda au service des aînés du Sud-Ouest • Verdun

**5 août de 19h30 à 20h30**

### Jazz à la française

Trio Martin Bellemare  
Concert des Mercredis en musique  
Organisé par le Forum économique de Verdun  
Église St-Thomas More coin Bannantyne et Moffat  
**Gratuit**

**12 août de 19h30 à 20h30**

### Les 4 saisons de Vivaldi

Quatuor Rhapsodie  
Concert des Mercredis en musique  
Organisé par le Forum économique de Verdun  
Église St-Thomas More coin Bannantyne et Moffat  
**Gratuit**

**30 septembre de 19h à 21h**

### Ave Maria et Cie

Centre de santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun  
Soirée bénéfique pour le CSASOV  
Église Sainte-Marguerite-Bourgeoys Île des Sœurs  
Contribution volontaire :  
Argent 100 \$ • Bronze 50 \$ Reçu sur demande

### Date et heure

### Le titre de l'événement de cette soirée

Le groupe qui présente cet événement  
Nom de l'endroit où il a lieu  
Adresse du lieu avec code postal  
Information où se procurer les billets et le prix  
Numéro de téléphone

Cette section permet d'annoncer à chacune des parutions 6 événements. L'objectif poursuivi est de faire bénéficier les aînés de divers événements qui auront lieu dans la proximité de leur habitation (Territoire Verdun et Sud-Ouest).

Les annonces acceptées doivent répondre aux critères suivants :

- activités pour les aînés dans la proximité
- événements intéressants pour les aînés
- priorité à la gratuité (ou coût minime)
- activités favorisant la socialisation et / ou la stimulation intellectuelle

## PAROLE DE SAGE... à méditer de Roger Cadieux

### Être philosophe en vieillissant et pourquoi pas ?

C'est une façon de :

- penser qui facilite l'existence et permet de relativiser des situations non prévues ou non désirées;
- vivre que l'on acquiert progressivement par les enseignements reçus à l'école de la vie;
- profiter des petits bonheurs du moment présent sans se tourmenter des inquiétudes de demain.

Cette rubrique permet à un aîné de nous transmettre en quelques mots un message personnel inspiré de la sagesse développée à l'école de la vie.

## ça s'est passé le

Écrit par

Cette chronique écrite par des aînés a pour objectif de permettre aux aînés de divers milieux de faire connaître un événement qui « s'est passé dans leur milieu ».

Cette rubrique peut être l'occasion de mettre une photo et ou une illustration, etc. L'espace restreint oblige l'aîné rédacteur à un effort intellectuel de synthèse.



activité pour aînés

## collaboration

Rédaction  
Les Aînés

Production et réalisation  
Centre de santé des Aînés  
Sud-Ouest • Verdun

Conception – infographie  
Sylvie Gourdeau

Responsable du projet  
Roger Cadieux

Collaboration spéciale  
Bénévoles aînés du groupe SESEC

### Partenaires fournisseurs de services Centre de Santé des Aînés • SOV

Familiprix Clinique • Monk  
Danielle Hebert et Walid Khoder

Clinique médicale Physergo du Sud-Ouest  
Verdun • Ville-Émard

Centre d'autonomie fonctionnelle  
Gymnase

Forum économique de Verdun

Programme PAIR  
Du Centre du Vieux Moulin de LaSalle

Groupe Qualident

Groupe des Aidants du Sud-Ouest

Pharmaprix • Île des Sœurs  
Nicole Chamard

Familiprix Clinique • Wellington  
Samir Bouras et Spiros Fengos

Familiprix Clinique • Verdun  
Samir Bouras et Spiros Fengos

Centre de formation du Jardin du citoyen  
Société d'entraide Sociale, Économique et Culturelle • SESEC

Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys  
Éducation aux adultes