



Vous désirez recevoir l'Infoflash par courriel?
C'est gratuit! Inscrivez-vous à secretariat@csasov.com

Saviez-vous que ?

Oh! Quand j'entends chanter Noël, j'aime revoir mes joies d'enfant
Le sapin scintillant, la neige d'argent, Noël mon beau rêve blanc
Oh! Quand j'entends sonner au ciel, l'heure où le bon vieillard descend
Je revois tes yeux clairs, Maman, et je songe à d'autres Noëls blancs
La nuit est pleine de chants joyeux
Le bois craque dans le feu
La table est déjà garnie
Tout est prêt pour mes amis
Et j'attends l'heure où ils vont venir
En écoutant tous mes souvenirs
Oh! Quand j'entends chanter Noël
J'aime revoir mes joies d'enfant
Le sapin scintillant, la neige d'argent
Noël mon beau rêve blanc
Oh! Quand j'entends sonner au ciel
L'heure où le bon vieillard descend
Je revois tes yeux clairs, Maman
Et je songe à d'autres Noëls blancs
Je revois tes yeux clairs, Maman
Et je songe à d'autres Noëls blancs

TRUCS et ASTUCES

Pendant cette période porteuse de si belles traditions, prenez le temps de parler aux autres afin d'avoir des amis et de partager de bons moments, peu importe l'âge que vous avez!
Profitez de la magie spéciale des Fêtes.

la virée gastronomique

Plaisirs santé des Aînés

COMME LES VIRÉES D'ANTAN

STEPHANIE COLVEY PHOTOGRAPHE



la floret



Familiprix



LES CHOCOLATS D'EMILIE



LE SOMMET DE LA RUE



PHARMAPRIX NICOLE CHAMARD



LE GROUPE GRAVEL



RESEAU SELECTION AMBIANCE ILE DES SOEURS

Le Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest-Verdun se veut une organisation à composante multiple où la majorité des activités se font avec et pour les aînés dans une optique de prise en charge. La problématique de l'isolement des aînés, oblige à trouver des moyens innovateurs pour inciter les aînés à se socialiser et idéalement à participer à la vie de la communauté. Divers moyens sont mis en place (expositions, concerts, cours de toute nature, conférences, etc.) dont le tirage au sort de six aînés à la participation de la virée gastronomique, une belle tradition pour les aînés qui leur remémore de bons souvenirs. Ceci permet aussi de rencontrer des partenaires et des commerces amis des aînés.

Cet InfoFlash se veut une illustration de cette belle journée et un remerciement à nos partenaires à qui on souhaite de

Joyeuses Fêtes et Bonne Santé pour la Nouvelle Année 2016.

Meilleurs vœux!

de toute l'équipe du
Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun

agenda au service des aînés du Sud-Ouest • Verdun

Hiver 2015 - 2016

Service de déneigement pour aînés

L'hiver est bientôt à nos portes et le CFJC offre un service de déneigement pour les aînés.

Centre de formation du Jardin du citoyen

5260 rue de Verdun, Verdun
\$ par contrat saison • 514.765.7315, poste 401

2016

Activité physique en groupe pour aînés

Lundi et jeudi de 9h30 à 10h30
Centre d'Autonomie Fonctionnelle

5260 rue de Verdun • mcouture@physergo.com
514.766.1696, poste 248

160 \$ inscription pour 16 cours en 8 semaines

Du lundi au vendredi de jour

Aide de maintien à domicile

Service d'aide aux petits travaux (déplacement de meubles, pose de tablettes...)

Centre de formation du Jardin du citoyen

5260 rue de Verdun, Verdun
\$ frais à taux horaire • 514.765.7315, poste 401

Date à confirmer

CSMB - Cours gratuits pour aînés

Chercher l'information sur Internet • Sudoku, jeux de mémoire, scrabble, etc. • Culture pour tous et autres cours disponibles.

1201 rue Argyle, Verdun

Gratuit • 514.419.2929, poste 401

Date à confirmer

Ateliers d'ART

Avec des artistes du Groupe ART
4 à 9 personnes par cours

Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun

Pour inscription contater René-Jacques Ratthé
\$ coût minime • 514.419.2929, poste 406



collaboration

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

Président

Roger Cadieux

Rédaction

Les Aînés

Conception - infographie
Sylvie Gourdeau

Partenaires fournisseurs de services Centre de Santé des Aînés • SOV

CIUSSS Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

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

Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys
Éducation aux adultes

Résidences funéraires Laurent Thériault

SASMAD Services d'accompagnement spirituel
des personnes malades ou âgées à domicile

PAROLE DE SAGE... à méditer

Tiré de: *Coucher ou lever de soleil*
de Doris Lussier

« Quand on y songe bien, vieillir c'est même plus riche que naître.
Naître, ce n'est qu'une promesse, tandis que vieillir c'est un accomplissement. »

le Bottin OR



DISPONIBLE DÈS MAINTENANT

Vous faites partie d'un regroupement d'aînés, appelez-nous!

Afin que votre groupe le distribue à vos membres.

C'est gratuit 514.419.2929, poste 403

Le Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun est fier de contribuer à la publication du Bottin OR 2016. Ce bottin se veut une source d'informations utiles aux très nombreux aînés des territoires des arrondissements Sud-Ouest et Verdun.

Le terme aîné est difficile à définir mais selon divers organismes, on vise globalement la clientèle des 55 à 60 ou plus.

Le Bottin OR comporte deux index pour faciliter son utilisation:

- Les informations utiles pour divers sujets concernant les aînés
- Les nombreux fournisseurs de services pour les aînés

Un tableau synthèse des nombreux services disponibles au Centre grâce à des ententes avec ses partenaires.

Cette première édition 2016 a été rendue disponible grâce à la participation financière de nombreux commanditaires.

Vous souhaitez pour la 2^e édition 2017 des améliorations et / ou des informations pertinentes aux aînés, faites nous le savoir.

Conservé le Bottin OR qui se veut un outil d'informations susceptibles de vous aider à mieux préserver votre autonomie et faciliter votre maintien en milieu naturel de vie dans des conditions les plus optimales possibles.

Roger Cadieux M.D. CSPQ Santé communautaire
Président du Centre de Santé des Aînés Sud-Ouest • Verdun

