

À NE PAS MANQUER DANS CE BULLETIN :

À la une :

- Le lancement du programme PAIR

Découvrez aussi :

- Retour sur la soirée Hommage aux aînés
- Roger Tardif : Coup de chapeau du maire

LANCEMENT DU PROGRAMME PAIR À ANJOU

Le 3 décembre dernier, le SARA d'Anjou a lancé le programme PAIR lors d'une conférence de presse. Plusieurs personnes étaient présentes dont notre député



Le programme PAIR est un service gratuit d'appels quotidiens. Il permet aux aîné(e)s, ainsi qu'aux personnes à risque vivant seules de se sentir davantage en sécurité. De plus, il permet aux proches de ces personnes d'être rassurés avec cette présence quotidienne. Ce service est maintenant offert pour les résidents d'Anjou de 55 ans et plus.

N'hésitez pas à communiquer avec nous pour bénéficier de ce service.

514-351-2517 poste 101.

2 MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE



L'année 2018 est déjà derrière nous. Que le temps passe vite! Vous avez aimé nos activités? Attendez de voir l'année 2019. Celle-ci marquera le 40e anniversaire du SARA d'Anjou. N'hésitez pas à participer à nos différentes activités, il y en a pour tous les goûts. Je suis certaine que vous y trouverez votre compte et vous ferez de magnifiques découvertes auprès d'usagers exceptionnels. Toute l'équipe se joint à moi pour vous souhaiter une bonne année 2019 !

Chantal Gagnon, Directrice générale du SARA d'Anjou

Mot de Louise-Anne

Je tiens à remercier l'arrondissement pour le prêt de locaux, ainsi que pour l'utilisation de l'autobus lors de nos activités. Votre soutien est tellement apprécié. Je tiens également à remercier tous les bénévoles qui s'impliquent pour les activités. Finalement, un gros merci à tous ceux et celles qui participent auxdites activités.



Louise-Anne, Coordonnatrice APIC et des activités

Mot de Danielle



Bonne nouvelle! De nouveaux bénévoles se sont joints à nous afin de participer à l'accompagnement-transport. Ceux-ci sont disponibles pour vous accompagner lors de vos commissions, de votre épicerie ou encore, de vos rendez-vous autres que médicaux. N'hésitez surtout pas à communiquer avec moi !

Mission du SARA d'Anjou

Le SARA d'Anjou est un organisme d'action communautaire autonome qui a comme but d'assurer le maintien dans la communauté des personnes de 55 ans et plus, vivant à domicile dans l'arrondissement d'Anjou, en leur offrant des services ainsi qu'à leurs aidants.

Valeurs

- > Le respect de la dignité des personnes
- > L'égalité et la justice sociale
- > L'autonomie
- > L'écoute, l'empathie et la compassion
- > La confiance dans le potentiel de la personne

OYÉ! OYÉ!

PARTICIPANTS RECHERCHÉS

Appels et visites d'amitié



Vous voulez partager un peu de votre temps avec des aînés qui ont besoin d'une présence amicale? Les appels ou visites d'amitié sont pour vous! Vous serez amenés à assister et aider des personnes de 55 ans et plus afin d'améliorer la qualité de vie de ceux-ci et de les sortir de l'isolement.



Si vous êtes une personne qui désire partager ses loisirs avec un aîné, discuter cinéma ou autres... Joignez-vous à nous!!

Ensemble, nous pouvons faire la différence,

De plus, votre kilométrage ou votre billet d'autobus sera remboursé.

Le jumelage est fait en fonction des disponibilités et intérêts communs. Une formation et un

Accompagnement personnalisé

APIC est un projet du Centre de recherche sur le Vieillissement de l'Université de Sherbrooke en collaboration avec le SARA d'Anjou. Ce projet vise à vérifier les effets d'un accompagnement personnalisé d'intégration communautaire (APIC) sur la santé des aînés de 65 ans et plus.

En tant qu'**accompagnateur**, vous partagez, à chaque semaine, des loisirs avec un aîné, tel que le cinéma, la lecture, la danse, etc. et vous lui permettez de réaliser des activités qui lui tiennent à cœur. Le choix des endroits sont déterminés par l'accompagnateur et le participant, qui se rendent à destination par leur propre moyen, pour une durée de 3 heures. De plus, vous aurez accès à une compensation financière pour vos déplacements.

Toute personne intéressée à s'impliquer est invitée à contacter Louise-Anne au 514 351-2517 poste 107

4 Programmation



Programme de prévention des chutes : P.I.E.D.

Programme intensif de 12 semaines, en groupe, deux fois par semaine.

Où : 7750 boul. Châteauneuf, Anjou

Quand : Lundi et vendredi de 11 h à 12 h 30.



Chorale, venez chantez avec nous!

Vous avez le goût de découvrir (ou de poursuivre) la pratique du chant dans un climat amical,? Joignez-vous au Chœur SARA d'Anjou! Que vous soyez débutant ou expérimenté en musique, tous les aînés sont les bienvenus.

CHŒUR SARA ANJOU

Où : Au sous-sol de l'Église St-Conrad.

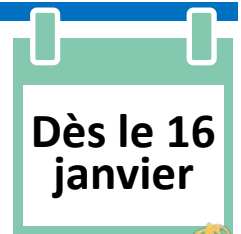
Quand : les mardis de 13 h 15 à 15 h 15.

Club de marche

N'oubliez pas le retour du club de marche. Beau temps, mauvais temps, soyez au rendez-vous!

Où : Parc d'Antioche, coin St-Zotique et Place d'Antioche (point de départ et de retour). Boucle au parc Félix-Leclerc.

Quand : les mercredis. Départ à 10 h. Retour vers 11 h ou selon votre rythme.



Musée Grévin, visite et atelier

En plus d'une visite du musée, vous aurez la chance de participer à la confection de votre propre main en cire. Vous repartirez ainsi avec un souvenir inoubliable de votre visite au Musée.

Coût : 21,25 \$ **Incluant la visite et l'atelier de confection de votre main de cire.**

Où : Transport en autobus de l'arrondissement. Embarquement au 7800 boul. Châteauneuf, Anjou.

Quand : 12 h30 à 16 h 30

Grévin
MONTREAL





**23 et 30
janvier**

Confection de signet

Laissez aller votre créativité avec cette activité de confection de signet. À l'aide de café et de mouchoir, créez une œuvre unique à offrir ou à garder.

Coût : 5,00 \$

Où : Bibliothèque Jean Corbeil, sous-sol, salle 1.



Fête de l'amitié

Animé par J.A. Gamache, venez prendre part à un souper sous le thème de l'amitié. Danse et amusement seront au rendez-vous, il ne manque que vous!

Où : Centre Roger-Rousseau

Quand : 16 h à 21 h.



**15
février**



**25 au
29 mars**

Clinique d'impôts

Critères d'admissibilité : Les résidents d'Anjou de 55 ans et plus.

Revenu maximum : 25 000\$ pour une personne seule et 30 000\$ pour un couple.

Où : Bibliothèque Jean-Corbeil, sous-sol, salle 1.

Quand : 9 h à 16 h.

Réservez dès le 4 février au 514 351.2517 poste 101

Veillez noter que toutes nos activités sont offertes à tous les résidents d'Anjou âgés de 55 ans et plus.

Nous vous invitons à consulter notre site web pour les détails de toutes les activités ou communiquez avec nous par téléphone au 514 351.2517 poste 107 ou par courriel à l'adresse suivante : la.stemarie@sara-anjou.com



6

DANS LE RÉTROVISEUR

DANS LE RÉTROVISEUR EST LA SECTION OÙ NOUS REVENONS SUR QUELQUES ÉVÉNEMENTS PASSÉS

Retour sur la soirée Hommage aux aînés

Plus de 200 personnes ont assisté à la soirée Hommage aux aînés 2018 ! Quelle belle soirée où le bonheur était aux rendez-vous. Les personnes mises à l'honneur ont reçu des cadeaux, un certificat personnalisé par l'Honorable Pablo Rodriguez ainsi que plusieurs prix de présences offerts par madame Lise Thériault, députée d'Anjou Louis-Riel.

Voici la liste des aînés d'exception à l'honneur :

Yvette Felton • Gisèle Dumas • Thérèse Choquette • Serge Lefebvre
Claire Cassault • Madeleine Demers • Louissette Lacroix • Hélène Galarneau Claudette Marcouillé • Gérard Bleau • Aline Génereux • Francine Dagenais Pierrette Tétreault • Jeannine Abitbol • Jacqueline Joly • Liliane Cinq-Mars Raymond Chaput • Monique Lafontaine • Claire Guillotte • Gilles St-Onge Huguette Chayer • Thérèse Dupont • Jacques Lyonnais • André Simard
Jean-Pierre Auclair • Thérèse Roberge

Nous vous invitons à consulter notre site Web pour en apprendre davantage sur ces personnes : <http://sara-anjou.com/wp-content/uploads/2018/12/livret-hommage-aux-aines.pdf>



Merci aux précieux bénévoles qui nous ont aidés pour la préparation de cet événement !

Un hommage spécial a été décerné à Monsieur Jim Orrell afin de souligner son apport aux organismes communautaires. Effectivement, lorsque Monsieur Orrell parle des activités d'un organisme dans sa chronique : La Jungle à Jim au journal Le Flambeau de l'Est, l'impact se fait ressentir aussitôt !





Coup de Chapeau du Maire

Lors de la soirée Hommage aux bénévoles organisée par le maire d'arrondissement Luis Miranda, le trésorier du Conseil d'administration du SARA d'Anjou, Monsieur Roger Tardif, a reçu le « Coup de chapeau » du maire. Monsieur Tardif est une personne-ressource qui connaît bien l'arrondissement. Il est respecté de tous et est un exemple pour toutes les générations. Bravo, Monsieur Tardif, un honneur tellement mérité.

Activité de Noël



Le 5 décembre dernier, notre activité de Noël s'est déroulée chez Constantin. Le plaisir était au rendez-vous, même le Père Noël y était!



Concert de Noël

Le 13 décembre dernier avait lieu le Concert de Noël de la chorale Chœur SARA d'Anjou. Plus de 100 personnes ont assisté à cette merveilleuse

prestation.

Sous la directrice musicale de Madame Alexandra Boulianne, accompagnée par le pianiste Fabien Proulx-Tremblay, les choristes ont charmé le public.



8 PARTICIPANTS RECHERCHÉS

Accompagnement-transport

Vous aimez conduire et socialiser? Vous avez votre propre voiture et un permis de conduire valide? Nous cherchons de nouveaux bénévoles pour offrir le service d'accompagnement-transport, nécessaire pour plusieurs membres du SARA d'Anjou. Le rôle du bénévole consiste à accompagner des Angevins de 55 ans et plus lors de leurs rendez-vous médicaux. Une compensation financière est offerte pour l'utilisation du véhicule. Horaire selon vos disponibilités, du lundi au vendredi, de



Accompagnement-transport en commun

Vous ne possédez pas de voiture, mais vous voulez vous joindre à l'équipe de bénévoles? Aucun problème, nous avons maintenant l'accompagnement en transport en commun.

Ce projet consiste à aller chercher le participant à sa résidence et à l'accompagner à son rendez-vous. Le participant paie son propre transport. De plus, une compensation financière pour le déplacement est offerte à l'accompagnatrice ou l'accompagnateur bénévole.

Toute personne intéressée à avoir de l'information ou à s'impliquer

MERCI À TOUTE L'ÉQUIPE



Chantal Gagnon
Directrice générale



Louise-Anne Ste-Marie
Coordonnatrice APIC et aux activités



Danielle Rochon
Adjointe administrative

Le SARA d'Anjou est un organisme d'action communautaire qui œuvre auprès des personnes de 55 ans et plus.



Québec



Centre de recherche
sur le vieillissement

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie - Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec

AÉROPORTS DE
MONTREAL

7800, boulevard Châteauneuf, Anjou H1K 4J4 • info@sara-anjou.com

www.sara-anjou.com