

Bulletin Hiver 2023



Mission

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 50 ans et plus, vivant à domicile dans l'arrondissement d'Anjou, en leur offrant des services ainsi qu'à leurs aidants.



2 - Bonne année 2023 !

3 - Mot de l'équipe

4 - Bienvenue à Coralie !

5 - Horaire des activités : Hiver 2022

6 - Pièce de théâtre : Grattez pour gagner

7 - Clinique annuelle d'impôts

8 - À la cabane à sucre


10 - Nos bons coups !

19 - Bénévoles recherchés



20 - Merci à nos partenaires !



Bonne année 2023



L'ÉQUIPE DU SARA D'ANJOU
TIENT À VOUS SOUHAITER
UNE MERVEILLEUSE ANNÉE
2023, RICHE DE JOIE, DE
COMPASSION ET DE SUCCÈS !



Mot de l'équipe



Une autre année de terminée, et quelle année !! Nous avons eu la chance de reprendre le cours « presque » normal de nos activités. Quel bonheur d'avoir pu souligner la journée nationale des aînés en se rassemblant, en mangeant et même en faisant quelques pas de danse. Notre traditionnel repas de Noël avec nos bénévoles était également plus que bienvenue !

Nous avons une belle année qui s'annonce devant nous. Plein d'activités, de sorties et la concrétisation d'un projet de pièce de théâtre en février. Une nouvelle personne de cœur s'ajoute à notre équipe, nous souhaitons la Bienvenue à Coralie Charbonneau que vous aurez la chance de connaître à votre tour.

Toute l'équipe vous souhaite, pour la nouvelle année, de la Santé, du Bonheur, de la Bienveillance et beaucoup de Plaisir !



Bienvenue dans l'équipe !

La belle équipe du SARA d'Anjou s'agrandit ! Nous avons le grand plaisir d'accueillir parmi nous Coralie, qui agira comme coordonnatrice de notre chorale *Le Choeur SARA d'Anjou*. Nous lui souhaitons tous et toutes la bienvenue !

Bienvenue

Bonjour,
Il me fait plaisir de me joindre à l'équipe du SARA d'Anjou en tant que coordonnatrice du projet de la chorale : Les aînés tous en chœur par Le Chœur SARA d'Anjou. Passionnée de musique depuis mon plus jeune âge, je sais que celle-ci est un vecteur de créativité et de dynamisme au quotidien. Ayant plus de 10 années d'expérience dans le service à la clientèle et la gestion d'événements, il me fera plaisir de collaborer avec vous au succès de ce projet dans les prochains mois.



J'en profite également pour vous souhaiter une année 2023 empreinte de bonheur et de plaisirs de la vie.

Pour toutes questions/suggestions, je reste disponible pour communiquer avec vous au poste 107.

Merci et au plaisir d'échanger avec vous très bientôt !

Coralie Charbonneau

Horaire Hiver 2023

Lundi

11h00 à 12h00
ViActive hybride

En virtuel et en présentiel
au local 024
Du 23 janvier au 15 mai 2023

Mardi

9h00 à 11h30
Bonhomme à lunettes
CCA local 103

10h00 à 10h45
Yoga sur chaise virtuel
24 janvier au 30 mai 2023

13h00 à 15h00
Chorale
Du 24 janvier 30 mai 2023

Mercredi

10h00 à 11h00
Club de marche au parc
d'Antioche

13h30 à 16h00
Atelier de théâtre au
CCA, local 024
du 11 janvier au 15 février

Jeudi

9h00 à 9h45
Mise en forme hybride
En virtuel et en présentiel au local 103
26 janvier au 25 mai 2023

13h00 à 15h00
Chorale
Du 24 janvier 1 juin 2023

13h30 à 14h20
Étirements hybride
En virtuel et en présentiel au local 128
Du 26 janvier au 18 mai 2023

*** Ne manquez pas
notre pièce de théâtre
le 22 février à 15h
le 23 février à 19h
le 24 février à 19h

Vendredi

10h00 à 11h00
Club de marche au parc
Lucie Bruneau

13h00 à 15h00
Atelier d'informatique
local 128

13h30 à 14h30
Patin libre
Arena Chaumont



SARA
D'ANJOU
Service d'Aide et de
Référencement Aîné



**LA TROUPE DE THÉÂTRE DU SARA D'ANJOU
VOUS PRÉSENTE LA PIÈCE**

GRATTEZ POUR GAGNER

**NE RATEZ PAS VOTRE CHANCE
LES PLACES SONT LIMITÉES !!!**

**le 22 février à 15h
le 23 février à 19h
le 24 février à 19h**

Prix d'entrée 15\$ comprenant vin et fromage

au 7800 boul Métropolitain Est Salle 024

Prévente de billets à 10h00 am le 27 janvier 2023

Clinique annuelle d'impôts

Critères d'admissibilité:

- Revenus annuels maximaux de 35 000 \$ pour une personne seule, et de 45 000 \$ pour un couple;
- Avoir des revenus de placement (intérêts et dividendes) de moins de 1000 \$.

Nos bénévoles ne peuvent pas remplir les déclarations de revenus pour les personnes suivantes:

- Les personnes décédées;
- Les personnes qui ont déclaré faillite;
- Les personnes ayant des gains ou des pertes en capital, un revenu de travail indépendant ou de location, ou encore des dépenses d'emploi;
- Les personnes qui ont vendu leur résidence principale au cours de l'année.

Pour vous inscrire, contactez David au (514) 351-2517 poste 101

Inscriptions à partir du 8 février 2023.



SARA
D'ANJOU
Service d'Aide et de
Référencement Aîné

Cabane à sucre chez Constantin

Une sucrée de bonne journée

Quand : Jeudi le 16 mars 2023

Où : Chez Constantin

Coût : 25\$

Départ: 10h00

Du Centre communautaire

**Retour : Départ à 15h45
de chez Constantin**

**Date limite D'inscription
et de paiement le 9 mars**

RÉSERVATION ou INFORMATIONS :

- Marie-Ève Paquet au 514 351-2517 poste 104
- Par courriel à l'adresse suivante :
m.paquet@sara-anjou.com



Cabane à sucre Au Pied de l'Érable



Quand : Jeudi le 9 mars 2023

OÙ : Au Pied de L'Érable

Départ : À 10h00

Du centre communautaire

Retour : Départ à 14h45

De la cabane à sucre

Coût : 30\$

**Date limite d'inscription et de
paiement le 23 février**

RÉSERVATION ou INFORMATIONS :

Marie-Ève Paquet au 514 351-2517 poste 104

Par courriel à l'adresse suivante :

m.paquet@sara-anjou.com



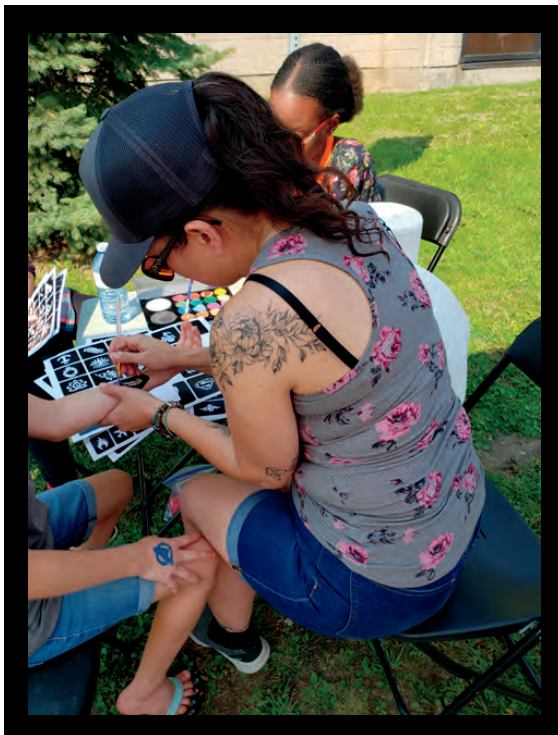
Nos bons coups !



Journée Portes ouvertes à Anjou



Vous avez été nombreux à tourner notre roulette chanceuse pour remporter un prix à l'effigie du SARA d'Anjou !



Nous étions présents le 10 septembre dernier pour la journée Portes ouvertes de l'arrondissement d'Anjou. Plusieurs personnes sont venues à notre kiosque pour s'informer de nos activités ou pour profiter de nos maquillages !

Hommage aux aînés - 1er octobre



À l'occasion de la journée internationale des aînés du 1er octobre dernier, nous avons fait des pieds et des mains pour souligner nos aînés comme il se doit ! Près de 100 personnes se sont réunies au Centre Roger Rousseau; buffet, musique et danse ont été au menu.

Pour la première fois depuis deux ans, nous avons profité de cette occasion pour rendre hommage à quatre personnes aînées de la communauté qui se sont distingués pendant les deux dernières années par leur dévouement auprès de leurs proches, de leurs voisins et de leur milieu de vie. Félicitations aux lauréats de cette année: Mme. Barbara Fournier, M. Jean-Helcius Jolicoeur, M. Jacques Barrette et Mme. Colette Lacoursière.



Hommage à l'action bénévole angevine



Cette année encore, l'arrondissement d'Anjou tenait à remercier les nombreux bénévoles du territoire pour leur engagement dans la communauté. Vingt de nos super bénévoles étaient présents pour cette soirée hommage où des distinctions ont été remises aux bénévoles s'étant démarqués au cours de l'année. Bravo à Mme. Dorianne Bérubé et à Mme. Colette Lacoursière qui ont été finalistes dans la catégorie "Bénévole de soutien".



Toutes nos félicitations à M. Jean-Marc Ouellet, qui a remporté les honneurs dans la catégorie "Relève bénévole"


*Félicitations
M. Ouellet
2022*

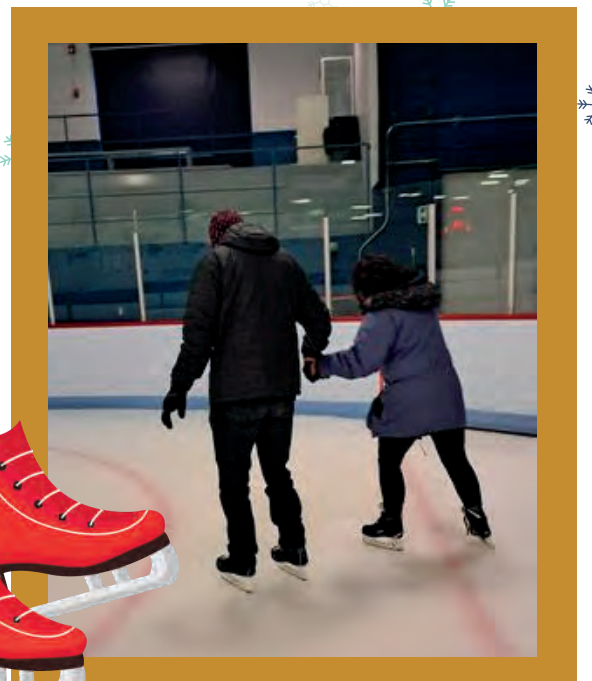


Patinage libre à l'aréna Chaumont

Une nouvelle activité s'est ajoutée à notre programmation cet automne; des séances de patinage libre à l'aréna Chaumont !



Pendant plusieurs vendredis entre novembre et décembre, nos participants ont pu profiter de la patinoire pour avoir du plaisir tout en groupe ! Cette activité sera de retour cet hiver, n'hésitez pas à vous inscrire.



Activité d' **HALLOWEEN** à l'école St-Joseph



Cette année, l'Halloween a été plus que la fête des bonbons et des déguisements; ça a été l'occasion d'un rapprochement entre les générations.



Les aînés du SARA d'Anjou, en compagnie de membres de l'équipe, se sont rendus à l'école primaire St-Joseph à Anjou, afin de distribuer des bonbons aux jeunes enfants.



Lancement de la tournée *Zoom sur les aînés*

La tournée du projet Zoom sur les aînés a prit officiellement son envol cet automne. Ce projet, qui vise à sensibiliser les aînés du territoire d'Anjou à la réalité et aux enjeux de la maltraitance, s'est promené dans les milieux de vie aînés, résidences privées et HLM, pour y présenter de courtes saynètes et des capsules vidéos sur ce sujet. Les aînés participant ont pu discuter et poser leurs questions à un panel d'experts présents lors des événements.



Bravo à tous les partenaires de la communauté pour leur implication et merci à nos comédiennes de talent !

Nos sorties !



Dîner de Noël chez Constantin !



Sortie au cinéma pour le film "23 décembre !"



Visite au Salon des métiers d'art

Concert de Noël - Le Choeur SARA d'Anjou



Nos choristes du Choeur SARA d'Anjou ont donné une magnifique prestation à l'occasion de notre traditionnel concert de Noël. Plus de 100 personnes se sont réunies à l'église St-Conrad pour les écouter. De plus, cet événement a permis de récolter des fonds pour les paniers de Noël à destination des familles plus démunies.

Souper de Noël des bénévoles et employés

Un bon souper, ça finit bien l'année !
Pour terminer l'année 2022 en beauté, la grande équipe du SARA d'Anjou, les employés et les bénévoles se sont réunis pour partager un bon repas. Pour remercier ses bénévoles de leur travail et de leur implication continue tout au long de l'année, le SARA d'Anjou a tenu à leur offrir ce petit cadeau.



En tout, ce sont 35 personnes qui ont célébré la fin de 2022, dans la convivialité et la bonne humeur !

Joyeux Noël



Bénévoles recherchés

Si le SARA d'Anjou est capable de remplir sa mission auprès des aînés angevins en les aidant à rester plus longtemps chez eux et en brisant l'isolement, c'est grâce à tous nos bénévoles qui offrent aux plus vulnérables la sécurité et la tranquillité d'esprit.

Nous sommes toujours à la recherche de nouveaux bénévoles pour notre service d'accompagnement-transport pour les rendez-vous médicaux.

Vous avez une voiture ? Vous disposez de deux ou trois heures ou même d'une journée par semaine ? Vous voulez apporter du positif dans la communauté ?

Contactez-nous dès maintenant et rejoignez notre équipe de super bénévoles !

(514) 351-2517 poste 101 ou d.nadeau@sara-anjou.com



REMERCIEMENTS

*À tous nos membres;
nos bénévoles;
nos partenaires;
un très grand merci...*

Canada 

Québec 

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

Québec 



**Centre de recherche
sur le vieillissement**



Anjou
Montréal 

7800, boulevard Métropolitain Est, salle 132, Anjou H1K 1A1 info@sara-anjou.com - www.sara-anjou.com - www.facebook.com/SARAdAnjou7800

