

# BULLETIN ÉTÉ 2023



## SARA

D'ANJOU

Service d'Aide et de  
Référencement Aîné



## MOT DE L'ÉQUIPE

**ENFIN, C'EST LE RETOUR DU BEAU TEMPS,  
DE LA MISE EN FORME EXTÉRIEURE ET  
BIEN SÛR DES VACANCES !**

**QUI DIT ÉTÉ DIT AUSSI L'ARRIVÉE DE NOS  
ÉTUDIANTES, CHARLIE ET INESS. DEUX  
FILLES DÉBORDANTES D'ÉNERGIE QUI  
AMÈNENT UN VENT NOUVEAU DANS  
L'ÉQUIPE !**

**ON VOUS SOUHAITE DE PASSER UN BEL ÉTÉ  
ET DE PROFITER DE TOUTE LES ACTIVITÉS  
QU'ON VOUS OFFRENT MAIS AUSSI DE  
TOUTES CELLES QUI AURONT LIEU DANS  
L'ARRONDISSEMENT**

## BON ÉTÉ À TOUS !



# Bienvenue aux étudiantes

C'EST AVEC ENTHOUSIASME ET BONNE HUMEUR QUE NOUS AVONS REJOINT UNE ÉQUIPE IMPLIQUÉE AU DÉBUT DU MOIS DE JUIN! LE SARA D'ANJOU SE DÉMARQUE PAR SON IMPLICATION DANS SA COMMUNAUTÉ ET SURTOUT, PAR L'IMPORTANCE QUE L'ORGANISME ACCORDE AUX PRINCIPES D'AIDE, DE SOLIDARITÉ ET DE RESPECT.

DEPUIS LE DÉBUT DE NOTRE AVENTURE AU SARA D'ANJOU, NOUS AVONS PU PRENDRE CONSCIENCE DE LA VRAIE DÉFINITION DE TRAVAILLER POUR LE BIEN-ÊTRE DE SON PROCHAIN.



L'ÉQUIPE EST BIENVEILLANTE ET CHALEUREUSE, MAIS ÉGALEMENT À L'ÉCOUTE DES BESOINS DE SES PARTICIPANTS ET DE SES BÉNÉVOLES.

LA CLIENTÈLE DU SARA D'ANJOU A ÉTÉ POUR NOUS UNE DÉCOUVERTE SPECTACULAIRE QUI A RÉUSSI À NOUS DONNER UN PORTRAIT VIVANT DE LA COMMUNAUTÉ D'ANJOU.

« POUR MOI, LE SARA D'ANJOU EST UNE PARTIE INTÉGRANTE DU BON DÉROULEMENT SOCIAL DE LA COMMUNAUTÉ AÎNÉE D'ANJOU. JE LE CONSIDÈRE COMME UNE PLAQUE TOURNANTE ENTRE LES AÎNÉS ET LES AUTRES CITOYENS DE L'ARRONDISSEMENT, CE QUI CONTRIBUE À CRÉER UNE BELLE SOLIDARITÉ AU SEIN DE LA COMMUNAUTÉ. AINSI, L'ÉQUIPE DU SARA D'ANJOU RÉPOND SINCÈREMENT À SON MANDAT ET JOUE UN RÔLE CRUCIAL DANS LA VIE DES AÎNÉS D'ANJOU. »

**INESS**

« POUR MOI, LE SARA D'ANJOU C'EST UN PILIER DE LA COMMUNAUTÉ ET DE LA COHÉSION SOCIALE DE L'ARRONDISSEMENT. C'EST LE SEUL ORGANISME EN SON GENRE ET JE TROUVE QU'IL RÉPOND À UN BESOIN CRIANT. LES AÎNÉS DOIVENT AVOIR ACCÈS À DES SERVICES ET DES DISPOSITIFS QUI LES FONT SE SENTIR INTÉGRÉS DANS LEUR LOCALITÉ, ET QUI LES ENCOURAGENT À S'IMPLIQUER DANS LEUR ENSEMBLE. LE SARA D'ANJOU EST UN POINT CENTRAL ET NE LAISSE PERSONNE DERRIÈRE DANS SA MISSION! »

**CHARLIE**

NOUS SOMMES FIÈRES DE FAIRE PARTIE D'UNE ÉQUIPE QUI EST IMPLIQUÉE DANS LE QUOTIDIEN DES PERSONNES AÎNÉES DE L'ARRONDISSEMENT D'ANJOU. NOUS AVONS PU TÉMOIGNER DE LA SOLIDITÉ ET DE LA FORCE DE L'ENSEMBLE LOCALE ET COMPRENONS MAINTENANT LA SIGNIFICATION DU SLOGAN « ANJOU POUR LA VIE ». NOUS AURONS L'OCCASION DE VOUS ACCOMPAGNER CET ÉTÉ DANS LE CADRE DES ACTIVITÉS OFFERTE PAR LE SARA D'ANJOU COMME LA MISE EN FORME, LES SORTIES, LE CLUB DE MARCHÉ "LES PAS POSSIBLE" ET LES ÉVÈNEMENTS DIVERS! AU PLAISIR DE SE CROISER SUR LE TERRAIN ET DE CRÉER ENSEMBLE UNE PÉRIODE ESTIVALE DES PLUS PLAISANTE.



# RETOUR SUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Le 13 juin dernier a eu lieu notre assemblée générale annuelle. Nos membres participants ainsi que nos bénévoles ont eu l'occasion de venir rencontrer l'équipe, poser leurs questions et entendre le bilan de notre incroyable année 2022-2023.



Cette année, deux postes étaient en élection pour notre conseil d'administration. Félicitations à M. Raymond Chaput qui a été réélu, et à Mme Johanne Bétournay qui fait son entrée au conseil !



# HORAIRE ÉTÉ 2023

## LUNDI

**LA GRANDE MARCHÉ  
DU SARA D'ANJOU**

**10 JUILLET 2023**

**GRAND DÉPART À 10H00  
RENDEZ-VOUS AU 7800  
CHÂTEAUNEUF**

## MARDI

**9H00 À 9H45  
MISE EN FORME**

**À LA SCÈNE DU PARC GONCOURT  
6 JUIN AU 26 SEPTEMBRE 2023**

**9H00 À 11H30  
BONHOMME À LUNETTES  
CCA LOCAL 103**

**EN VACANCES DU 22 JUILLET AU 15 AOUT**

**13H00 À 16H00  
SCRABBLE LOCAL 133  
DU 23 MAI AU 5 SEPTEMBRE 2023**

## MERCREDI

**10H00 À 11H00**

**CLUB DE MARCHÉ  
"LES PAS POSSIBLES"  
AU PARC D'ANTIOCHE**



## JEUDI

**9H00 À 9H45  
MISE EN FORME**

**À LA SCÈNE DU PARC GONCOURT  
1<sup>er</sup> JUIN AU 28 SEPTEMBRE 2023**

**13H À 16H  
PÉTANQUE LIBRE  
AU CENTRE COMMUNAUTAIRE**

**13H30 À 15H30  
ATELIER D'INFORMATIQUE  
LOCAL 131**

## VENDREDI

**10H00 À 11H00**

**CLUB DE MARCHÉ  
"LES PAS POSSIBLES"  
AU PARC LUCIE BRUNEAU**

**\*POUR LES 50 ANS ET PLUS**

# LA GRANDE MARCHÉ ANNUELLE AVEC LE SARA D'ANJOU!

## ITINÉRAIRE:

POINT DE DÉPART ET  
D'ARRIVÉE AU 7800, BOUL.  
CHÂTEAUNEUF SUIVRE LES  
INDICATIONS SUR LE  
PARCOURS

IL Y AURA 2 STATIONS DE  
RAFRAÎCHISSEMENT SUR  
VOTRE ROUTE

**Prix : Gratuit**

**Quand : 10 juillet 2023**

**À : 10h00**

**Départ : 7800 Boul. Châteauneuf**

**Fin : Retour au 7800 Boul. Châteauneuf**

**inscription à partir du 5 juin**

**Pour les inscriptions, contactez Marie-Ève au**

**514-351-2517 au poste 104 ou au**

**[m.paquet@sara-anjou.com](mailto:m.paquet@sara-anjou.com)**

# Projet de recherche Accompagnement-citoyen personnalisé d'intégration communautaire (APIC)

**L'APIC est un programme sur mesure de rencontre hebdomadaire d'environ 3h pendant un an entre une personne âgée et une personne accompagnatrice-bénévole.**

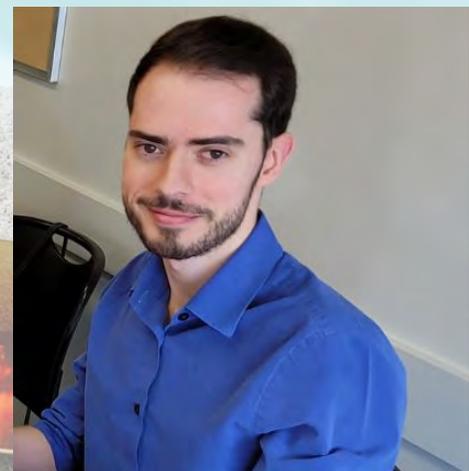
**L'objectif de ces rencontres :** Accompagner la personne âgée à réaliser des activités sociales et de loisirs significatives pour elles selon ses ressources.

**Nous recherchons des personnes :** Des gens âgés de 65 ans et plus résidant à domicile ou en résidence privée qui sont restreints dans au moins une activité de la vie quotidienne (ex.: faire les courses, le ménage, etc.)

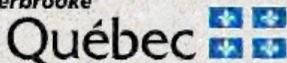
**Nous sommes à la recherche d'accompagnateurs-bénévoles...** Désirant s'impliquer auprès des aînés ayant une bonne capacité d'écoute ayant une facilité à entrer en contact avec les gens disponibles et flexibles ayant des habiletés numériques

- L'APIC repose sur...**
- Le respect des besoins et des intérêts des aînés
  - L'échange d'égal à égal
  - Le respect des différences
  - L'importance de l'inclusion dans la communauté

**Ce projet vous intéresse ?  
Pour y participer ou avoir plus d'informations,  
contactez David au  
d.nadeau@sara-anjou.com ou au 514 351-2517 poste 101**



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



Centre de recherche  
sur le vieillissement



Ensemble pour la  
participation sociale des aînés



# Nos bons coups

## La foire des organismes



Les 19 et 20 avril derniers, nous étions présents à la foire des organismes à la résidence Les Terrasses Versailles et Anjou-sur-le-Lac, afin de présenter nos services et nos activités aux résidents ! De nombreux aînés ont pu prendre conscience de la multitude de services qui s'offrent à eux.



# La foire du SARA d'Anjou

Résidence Les Terrasses Versailles

24 mai 2023



# NOS BON COUPS

## NOS SORTIES

### BASILIQUE NOTRE-DAME



### Salon 50 ans et plus



# NOS BONS COUPS

## *Un Florilège printanier*



Une fois de plus, nos choristes et leur chef de chœur ont brillé par leur talent lors de notre traditionnel concert de fin d'année. C'est sous le thème de l'amour qu'ils nous ont enchanté de leurs belles voix. Cette année, nous avons offert deux représentations, une première à l'église Jean XXIII et une seconde à l'église St-Conrad.



À l'occasion de la Fête des Mères, le Chœur SARA d'Anjou est reparti à l'action avec une magnifique prestation aux Halles d'Anjou. Ils ont interprété les chansons *Maman la plus belle* et *Ma mère chantait toujours*. Les visiteurs ont donc eu droit à une belle surprise !



# NOS BONS COUPS

## Dépannage informatique avec Best Buy Anjou

Nos participants à l'atelier d'informatique ont eu droit à une merveilleuse surprise. À l'occasion d'un atelier spécial, nous avons reçu la visite de techniciens de Best Buy Anjou qui sont venus répondre aux questions de nos participants et les aider à résoudre des problèmes qu'ils peuvent rencontrer avec leurs appareils électroniques !



Nous avons également procédé au tirage parmi les gens présents de cartes cadeau Best Buy, d'une valeur de 25\$. Les gagnantes ont grandement apprécié cette attention.

Un grand merci à Best Buy Anjou pour leur présence et leur générosité !

# NOS BONS COUPS

## Le Grand défi Pierre Lavoie

Cette année encore, nos participants ont démontré qu'il n'y a pas d'âge pour être actifs et en forme ! Ce sont près de 40 personnes qui ont répondu à l'appel pour une marche de 5 km dans le cadre du Grand défi Pierre Lavoie

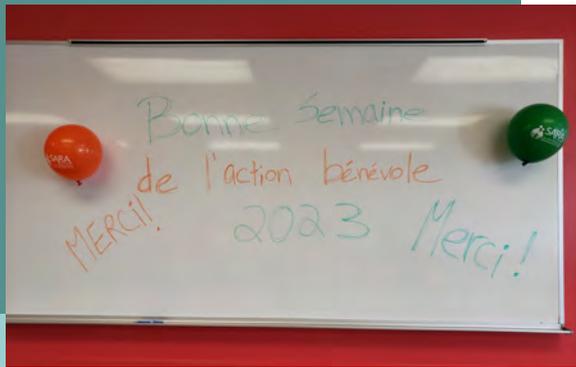


# Nos bons coups

## Semaine de l'action bénévole 2023



Du 16 au 22 avril 2023 avait lieu la Semaine de l'action bénévole. Pour remercier chaleureusement nos précieux bénévoles pour tout le temps qu'ils consacrent généreusement à l'organisme, nous les avons conviés à un dîner en compagnie des membres du personnel.







# **Bénévoles recherchés**

**Nous sommes présentement à la recherche de bénévoles dévoués pour accompagner des personnes âgées à leurs rendez-vous médicaux ou pour faire leurs commissions.**

**Vous possédez une voiture ? Vous avez une demi journée, une journée ou même plusieurs jours par semaine ?**

**Vous souhaitez faire une différence dans la vie des aînés ?**

**Contactez-nous au  
(514) 351-2517 poste 101 ou par courriel au  
[info@sara-anjou.com](mailto:info@sara-anjou.com)**



# MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES ET À NOS BÉNÉVOLES

Canada 

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 

*Les Terrasses*



*Versailles*



Anjou



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