

Bulletin printemps 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- Mot de l'équipe

3 - Horaire des activités : Printemps 2023

4 - Assemblée Générale annuelle !

5 - Nos activités hybrides

6 - À la cabane sucre

7 - Nos bons coups !

8 - La pétanque

9 - Activité à venir été 2023

10 - Notre pièce de théâtre

11 - ZOOM sur les aînés

12 - Semaine de l'action bénévole

13 - La vie au SARA d'Anjou

15 - Sorties à venir

20- Nos remerciements



Mot de l'équipe

Le printemps est enfin de retour parmi nous ! En attendant le retour de la chaleur et du soleil, l'équipe du SARA d'Anjou est heureuse de vous présenter cette nouvelle édition de notre bulletin d'activités.

En ce début de saison printanière, nous avons eu le plaisir de tenir une nouvelle activité, la pétanque libre au Centre communautaire d'Anjou, qui rencontre déjà un vif succès. Plus tard dans la saison, pour le plus grand plaisir des amateurs de mots et de lettres, nous tiendrons également une activité de Scrabble.

Dans ce bulletin, vous découvrirez également le programme des sorties; ce ne sont pas les belles idées qui manquent au SARA d'Anjou !

Pour toutes les informations sur nos activités et les périodes d'inscription, nous vous invitons à vous abonner à notre infolettre !

Bonne saison !

L'équipe du SARA d'Anjou

Horaire printemps 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 au 30 mai 2023

13h00 à 16h00

Scrabble local 133

Du 23 mai au 5 septembre 2023

Mercredi

10h00 à 11h00

**Club de marche au parc
d'Antioche**

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

13h à 16h

Pétanque libre

13h30 à 14h20

Étirements hybride

En virtuel et en présentiel au local 128

Du 26 janvier au 18 mai 2023

Vendredi

10h00 à 11h00

Club de marche au parc

Lucie Bruneau

13h00 à 15h00

Atelier d'informatique

local 128

***Pour les 50 ans et plus**

Assemblée générale annuelle

Avec le retour du beau temps vient aussi le retour de notre traditionnelle assemblée générale annuelle. Ce rendez-vous est l'occasion de venir rencontrer l'équipe incroyable du SARA d'Anjou, d'écouter le bilan de nos activités, et de poser vos questions !

**Cette année, notre AGA se tiendra le mardi 13 juin 2023, à 14h00 au Centre communautaire d'Anjou (local 024).
Dessert et café vous seront offerts**



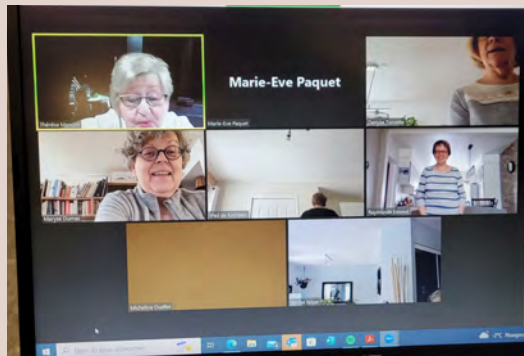
Nos activités hybride

ViActive

Présentiel



Via ZOOM



Mise en forme

Présentiel



Via ZOOM

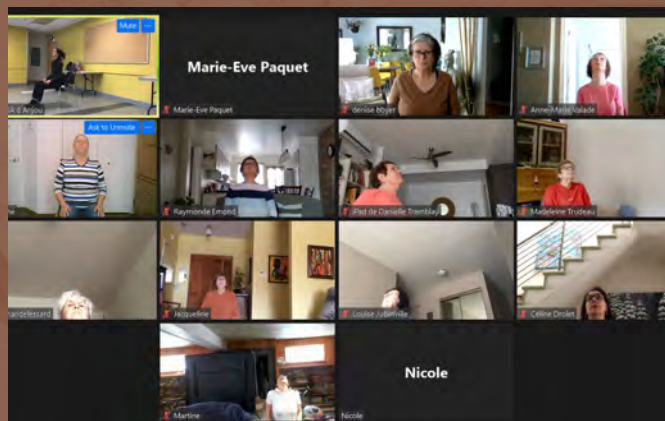


Étirements

Présentiel



Via ZOOM



Nos sorties à la Cabane à sucre

La Cabane à sucre Au Pied de l'Érable



Nos sorties à la cabane à sucre sont toujours très populaires. Cette année, nous avons mis les bouchées doubles et sommes allés à deux cabanes différentes !

La Cabane chez Constantin



Nos bons coups

Prestation aux Halles d'Anjou



Le 14 février dernier à l'occasion de la St-Valentin, le chœur SARA d'Anjou s'est rendu aux Halles d'Anjou pour offrir une prestation surprise.

Sous la direction de leur chef de chœur, M. Frédéric Vogel, les choristes ont interprété les chansons Pour un flirt avec toi de Michel Delpech et Le petit pain au chocolat de Joe Dassin, accompagné de 3 musiciens. Cet interlude musical a agrémenté la journée des passants en plus de permettre à notre magnifique chorale de se faire connaître du public !



Gardez l'œil ouvert pour nos prochaines prestations !

Merci aux Halles d'Anjou pour l'accueil chaleureux


Nouvelle activité à l'horaire

Pétanque

Une nouveauté est venue s'ajouter au calendrier d'activités du SARA d'Anjou. En effet, vous pouvez désormais venir jouer avec nous à la pétanque. C'est un rendez-vous !

Tous les Jeudis de
13h à 16h





Activité à venir

Scrabble d'été

Du 23 mai au 5 septembre

Tous les mardis de 13h00 à 16h00

**Au centre communautaire d'Anjou
local :133**

***Pour les inscriptions, contactez Marie-Ève au
514-351-2517 au poste 104 ou au
m.paquet@sara-anjou.com***

NOTRE PIÈCE DE THÉÂTRE



Le 22, 23 et 24 février dernier, la troupe de théâtre du SARA d'Anjou a offert de magnifiques performances, alors qu'ils nous ont présenté la pièce *Grattez pour gagner*.



Cette pièce originale, écrite par Jacques Racicot, mise en scène par Steve Breault et produite par le SARA d'Anjou, a été présentée pour la première fois aux citoyens d'Anjou. Merci à tous les comédiens pour leur travail extraordinaire !



Zoom sur les aînés d'Anjou



Étant un organisme communautaire entièrement dédié aux personnes de 50 ans et plus, la lutte à la maltraitance et à la fraude visant les aînés est une de nos grandes préoccupations. En compagnie de tous les partenaires du projet, nous nous sommes promenés au cours de l'automne et de l'hiver dernier dans les HLM et résidences pour aînés d'Anjou afin de présenter de petites saynètes et sensibiliser les aînés à la maltraitance et à la fraude.

Journée mondiale de lutte contre la maltraitance - 15 juin 2023

Le SARA d'Anjou joint sa voix à l'ensemble des gens du monde entier préoccupés par le bien-être et la dignité des aînés afin de souligner la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes aînées. Nous souhaitons, plus que jamais, inciter les gens à adopter des comportements bienveillants à l'égard des aînés, qui sont des membres précieux de nos sociétés.

Si vous pensez vivre une situation de maltraitance ou avez été témoin d'une telle situation, n'hésitez pas à communiquer avec la ligne Aide Abus Aînés au 1 (888) 489-2287, ouvert tous les jours de 8h à 20h.

Semaine de l'action bénévole

Cette année, la semaine de l'action bénévole se tiendra du 16 au 22 avril 2023.

En tant qu'organisme communautaire, si nous parvenons tous les jours à remplir notre mission auprès des aînés en brisant l'isolement et en offrant des services et des activités de qualité, c'est grâce à l'implication et au dévouement extraordinaire de nos nombreux bénévoles !

Toute l'équipe du SARA d'Anjou tient à remercier chaleureusement tous nos bénévoles dévoués à nos différents services:

- Le service d'accompagnement-transport
- Le service des visites et appels d'amitié
- Le service de la clinique annuelle d'impôts
- Le conseil d'administration
- Nos activités

À tous nos bénévoles nous vous réservons une belle activité, restez à l'affût !



La vie au SARA d'Anjou





**Offerte par Mme
Christine Hamel**

**Auteure du livre
*Visite d'un ange***



CONFÉRENCE

"Réalisez vos rêves"

Mercredi

5 avril, 2023

DÉBUT À 13H30



centre communautaire local 128

Biscotte et café offerts sur place

Inscription obligatoire

Pour inscription par téléphone au :



514 351-2517 poste 104

Ou par courriel au :



m.paquet@sara-anjou.com

Sortie Carrefour 50 ans et plus

Le Salon Carrefour 50 ans + se veut une véritable agora d'informations où les visiteurs pourront trouver les réponses à leurs questions.

Il offre une vitrine aux entreprises et aux organismes à but non lucratif pour offrir aux visiteurs des ressources et des solutions à leurs différents besoins.



LE SALON Carrefour 50 ans +

14 15 16 avril 2023 ENTRÉE GRATUITE

PALAIS DES CONGRÈS DE MONTRÉAL

NOUVEAUTÉ!
Section emploi main d'œuvre d'expérience

Quand : Vendredi 14 avril 2023 Prix : Gratuit
Départ : 10h00 du 7800 boul. Métropolitain est
Retour : Départ 15h45 du Palais des Congrès

****Date limite d'inscription 7 avril 2023****

**Pour les inscriptions, contactez Marie-Ève au
514-351-2517 au poste 104 ou au
m.paquet@sara-anjou.com**

Visite de la Basilique Notre-Dame



Suivie d'une promenade dans le
quartier chinois

Quand : Vendredi 12 mai 2023 Prix : 10\$

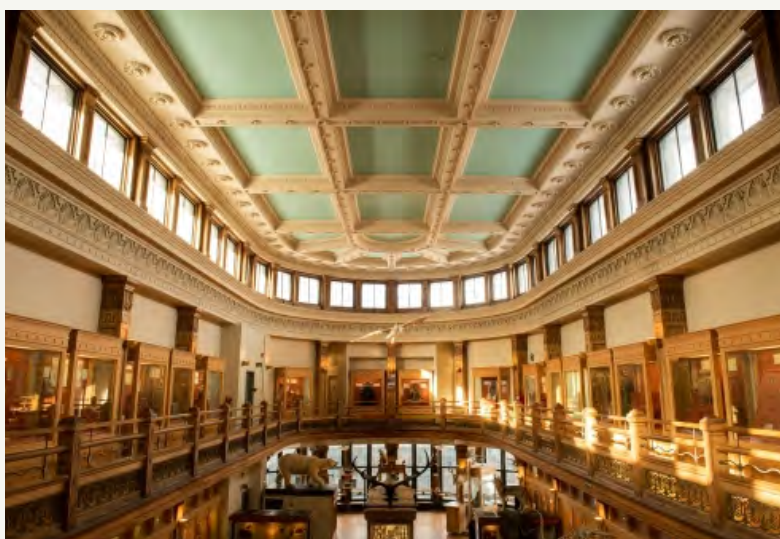
Départ : 10h00 du 7800 boul. Métropolitain est

Retour : Départ du quartier chinois 16h

****Date limite d'inscription 23 avril 2023****

**Pour les inscriptions, contactez Marie-Ève au
514-351-2517 au poste 104 ou au
m.paquet@sara-anjou.com**

VISITE AU MUSÉE REDPATH ET PROMENADE AU CENTRE-VILLE



Quand : 19 mai 2023

Prix : 10\$

Départ : 10h00 du 7800 boul. Métropolitain est

Retour : 16h00 du Centre-Ville

****Activité non recommandée pour
les personnes à mobilité réduite****

****Date limite d'inscription 12 mai 2023****

**Pour les inscriptions, contactez Marie-Ève au
514-351-2517 au poste 104 ou au
m.paquet@sara-anjou.com**

ÉCOMUSÉE DU FIER MONDE

Musée d'histoire et musée citoyen



Quand : Vendredi 2 juin 2023 Prix : 5\$

Retour : 10h00 du 7800 boul. Métropolitain e

Départ : Départ du Musée 15h30

APPORTEZ LUNCH FROID

****Date limite d'inscription 26 mai 2023****

**Pour les inscriptions, contactez Marie-Ève au
514-351-2517 au poste 104 ou au
m.paquet@sara-anjou.com**



REMERCIEMENTS

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

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 



Anjou

Montréal 



SARA
D'ANJOU

Service d'Aide et de
Référencement Aîné

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