

INFOLETTRE AOÛT 2023

*Toutes les bonnes nouvelles du
Centre!*

Bienvenue en août!

Août au CABG

- **RECHERCHE DE BÉNÉVOLES**

En automne 2023, le Centre aura un projet dénommé "**l'aîné au coeur de la jeunesse**". Consultez le jebenevole.ca pour plus d'informations.

MENU POPOTE ROULANTE DISPONIBLE

Consultez notre site web ou notre page Facebook.

Pour plus d'informations :
(819)568-0747 poste 103

- **PROGRAMME PIED POUR PRÉVENIR LES CHUTES**

Un programme mis en place **pour les aînés de 55 ans et plus**. Des informations importantes et intéressantes pour vous. Cliquez sur le lien dans la suite des informations.



Cliquez sur ces différents liens pour accéder aux informations :

Site web : <http://www.cabgatineau.com/news/id/76>

Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100069090787260>

Jebénévole : https://www.jebenevole.ca/_emploi/id/16742

CISS Outaouais : https://ciyss-outaouais.gouv.qc.ca/news/programme-pied-pour-prevenir-les-chutes/?fbclid=IwAR3IqApBoPKewLzhbbmcs3-oU_YsFKQcBMzpRk-lAhoy0GpRoqjX2AiMIKY



Nous sommes toujours à la recherche de bénévoles pour nos différents services.



Popote roulante



Visites d'amitié



Service d'aide aux Impôts



Accompagnement transport

Pour vous engager contactez-nous au **819 568-0747** poste 107 ou par courriel au **commcabg@videotron.ca**.

Viens donnez un coup de main!

Société Alzheimer à besoin de vous.
Inscrivez-vous massivement pour aider à la réalisation de ce bel évènement!

Devenir bénévole

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour notre
collecte de fonds - barrages routiers
9 septembre 2023
8h30 à 11h30 et/ou 11h à 14h30

Communiquez avec nous pour vous inscrire!

Accompagner et sensibiliser les personnes touchées par un trouble neurocognitif majeur, tel que la maladie d'Alzheimer, en Outaouais.

Tél : 819 777-4232 | Sans frais : 1 877 777-0888 | alzheimeroutaouais.com

Société Alzheimer
OUTAOUAIS

Le programme VIEsÂGE vous offre une série de conférences.



Animées par Dre Caroline Desrosiers, psychologue. Elles vous permettront de mieux comprendre les défis et enjeux vécus par les personnes âgées ayant **des problèmes de sommeil**.

Conférence 1:

« *Mieux comprendre les changements normaux dans le sommeil en vieillissant et apprendre à les distinguer des problèmes d'insomnie* » le **25 août 2023** de **13h30 à 15h00**

Conférence 2:

« *Introduction aux notions de base pour accompagner une personne âgée aux prises avec des problèmes de sommeil* » le **29 septembre** de **13h30 à 15h00**

vous pouvez vous inscrire directement en cliquant sur cet hyperlien: www.viesage.ca/conference_caroline_desrosiers

Celle-ci animée par Dr Sébastien Grenier, psychologue, portera sur **la détresse psychologique** chez les personnes âgées. Cette conférence sera donnée en virtuel sur Zoom le **mercredi 9 août 2023, de 10h à 11h30**.

Ceci est l'hyperlien Zoom afin d'accéder à la conférence: <https://umontreal.zoom.us/j/87299633532?pwd=MGdFNnFFO2hoNVlJbF10NkVWwkc0QT09>

D'ici là, nous vous invitons à explorer notre plateforme d'apprentissage. Vous y trouverez une foule d'informations ainsi que l'enregistrement d'autres conférences.

Visitez le: www.viesage.ca.

Nous aimerions en savoir plus sur vos besoins en santé mentale des personnes âgées.

Nous vous invitons à remplir ce court sondage de 5 questions. Aucune information personnelle ne sera compilée. <https://limesurvey.criugm.qc.ca/index.php/883664?lang=fr> .

Pour plus d'informations: **514-340-3540** poste **4758**

Le programme VIEsÂGE est réalisé grâce au soutien financier de la Fondation Mirella et Lino Saputo.

Centre d'Action bénévole de Gatineau

42 avenue Gatineau, J8T 4J3, Gatineau

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Se désinscrire](#)

