

ACTIVITÉS ET SERVICES  
offerts par le CCBM

- \* Demi journées d'animation proposant:
  - . Activités socio-culturelles, éducatives et communautaires (thèmes reliés au domaine de la santé et des services sociaux)
  - . Activités socio-sanitaires (alimentation, logements, activités physiques, fêtes communautaires, etc...)
- \* Formations à l'intention des Aînés(es)
- \* Dépistage d'Aînés(es) isolés(es)
- \* Entraide, support, assistance (bénévolat, transport, écoute et accompagnement, service de répit à partir des groupes d'entraide existants, etc.)
- \* Accueil, information, traduction, interprétation de documents, références aux Aînés(es) et aux familles, représentation sociale, demandes de retraite, de nouvelles cartes, etc...
- \* Formation de groupes d'entraide pour répondre aux besoins des Aînés(es), recrutement de bénévoles, coordination bénévole de services d'aide.
- \* Popote congelée

CENTRE COMMUNAUTAIRE  
BÉNÉVOLE MATAWINIE

562, rue de l'Église, Chertsey, Qc., J0K 3K0  
Tél: (450) 882-1089 (sans frais) 1-888-882-1086  
Télécopie: (450) 882-1084  
[animation@ccbm.qc.ca](mailto:animation@ccbm.qc.ca)

Groupe Répit Rawdon:

CHSLD Heather, 3931 LakeShore  
Chaque vendredi dès le 11 janvier 2013

2 formules proposées:

- . de 11h00 à 15h00 avec dîner (\$5)
- . en après-midi de 13h à 15h (gratuit)

Inscription:

aux numéros ci haut mentionnés



Groupe RÉPIT St-Alphonse:

1100 rue Notre-Dame  
de 13h00 à 15h30

UN LUNDI sur DEUX dès le 14 janv.

Frais de \$5 pour l'ensemble des rencontres



# Groupes RÉPIT

**Pour en finir  
avec l'isolement  
venez participer à  
une activité intéressante  
offerte par:**

**Le Centre communautaire  
bénévole Matawinie**

Programmation  
Janvier/mai 2013

## **Groupe Répit St-Alphonse**

### CLIENTÈLE VISÉE

La clientèle du “CAFÉ-RÉPIT”

est constituée de:

- . personnes retraitées ou pré-retraitées,
- . âgées de 60 ans et plus,
- . autonomes ou en perte d'autonomie, .  
souhaitant maintenir cette autonomie  
par la participation sociale et  
communautaire.



Ressentez-vous le besoin:

- . de sortir un peu?
- . de rencontrer des gens?
- . de vous informer?
- . de garder la forme?

Alors... N'hésitez pas à nous appeler

et vous joindre à notre groupe.

Vous passerez un bel après-midi!

\* \$5./session

### ST-ALPHONSE: Les objectifs

- Promouvoir l'autonomie et la qualité de vie de la personne
- Développer ses habiletés et ses aptitudes
- Favoriser sa participation, son intégration sociale et ses interactions avec la communauté environnante
- Prévenir la perte d'autonomie physique et intellectuelle
- Briser l'isolement et créer un environnement stimulant
- Encourager l'entraide individuelle



### RAWDON :Les objectifs

- Permettre à *l'aidant(e)* quelques heures de répit
- Permettre à « *l'aidé(e)* » et à la personne vivant seule, de passer un bon moment, socialisant avec les autres participants, sous la vigilance de deux animatrices.

## **Groupe Répit Rawdon**

### CLIENTÈLE VISÉE

Le Groupe Répit, affilié à celui du Centre de Jour de Rawdon, accueille la personne en perte d'autonomie vivant seule ou avec l'aidant(e).

### ACTIVITÉS:

- Café, échanges sur l'actualité
- Bon repas
- Exercices physiques légers
- Jeux cognitifs adaptés
- Cuisiner et déguster nos plats
- Bricoler et offrir en cadeau nos chef-d'œuvre
- Chanter
- Se raconter par le jeu
- Jeu de poche, ballon, quilles sur table
- etc...

2 formules proposées:

Nous accueillons votre *aidé(e)* soit: . de 11h00 à 15h00 avec dîner (\$5)

. en après-midi de 13h à 15h (gratuit)