

Mars 2
Avril 0
Mai 1

Bulletin n°1

DANS CE NUMÉRO

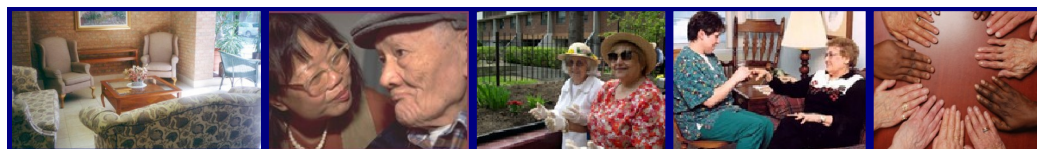
Présentation de l'Écho des Aînés francophones	1
Défi Toronto : joignez-vous à nous !	1
La semaine du bénévolat présentée par Jean Tété	2
Les 6 mois de notre nouveau Point de service Eglinton	2
CAH en partenariat avec le Centre francophone, au bénéfice de notre communauté !	3
L'arrivée du Test InterRAI CHA	3

Rubrique "Lumière sur" :

Notre service de jour	3
-----------------------	---

Rubrique "Arrêt sur"

Le rôle des préposés	4
----------------------	---



CENTRES D'ACCUEIL HÉRITAGE (CAH) EST FIER DE VOUS PRESENTER SON NOUVEAU BULLETIN TRIMESTRIEL !

Nous sommes fiers de vous présenter notre nouveau bulletin trimestriel.

Celui-ci a pour but de réunir une communauté francophone, et aussi de la tenir au courant des dernières nouvelles de Centres d'Accueil Héritage en l'informant



des événements et programmes qui se déroulent chez nous. Le bulletin est composé de plusieurs rubriques : la rubrique « Lumière sur »

qui vous présentera chaque fois un des multiples services que nous offrons ; la rubrique « Arrêt sur » vous fera connaître les différentes professions de nos employés.

Centres d'Accueil Héritage vous souhaite une bonne lecture !

DÉFI TORONTO : JOIGNEZ-VOUS À NOUS !

La 21^{ème} édition du Toronto Challenge (Défi Toronto) aura lieu le dimanche 10 juin 2012. Centres d'Accueil Héritage prendra part encore une fois à cette activité spéciale de levée de fonds organisée par la Direction des maisons pour personnes âgées de Toronto.

Le but de cet événement est d'aider les agences communautaires, qui offrent des services et soins aux personnes âgées, à recueillir des fonds pour permettre à leurs clients de profiter d'une meilleure qualité



de vie dans leur lieu de résidence. L'an passé, les fonds amassés ont permis d'améliorer l'équipement technique de CAH.



TORONTO CHALLENGE
PRESENTED BY
MonsterMortgage.ca

Le défi comprends une marche de 1 km ou 5 km, et une course de 5km. L'inscription pour participer à la marche ou à la course est de :

*20,00\$ pour les adultes de 15 à 64 ans.

*10,00\$ pour les aînés (65+) et les enfants de moins de 15 ans.

Si vous désirez obtenir davantage d'informations ou êtes intéressés à participer à ce grand événement, et ainsi nous aider à soutenir les résidents de la Place St-Laurent, n'hésitez pas à contacter Jean Tété au 416-365-3350, poste 266 ou par courriel à jtete@caheritage.org.



« Le bénévolat constitue la pierre angulaire de notre organisme et, sans eux, il ne serait pas possible d'offrir tous nos services »

LA SEMAINE DU BÉNÉVOLAT Présentée par Jean Tété

La Semaine nationale du bénévolat a pour but de rendre hommage aux millions de bénévoles canadiens qui mettent généreusement à contribution leur temps et leur énergie.

Il s'agit de la manifestation la plus importante organisée au Canada pour la reconnaissance du bénévolat.

Ainsi, c'est l'occasion pour CAH de mettre en avant l'aide exceptionnelle de nos bénévoles dans le bon fonctionnement de nos activités. Le bénévolat constitue la

pierre angulaire de notre organisme ; sans les bénévoles, il ne serait pas possible d'offrir tous nos services. Alors, il me fait un grand plaisir de leur rendre hommage et de leur transmettre tous nos sincères remerciements.

Bénévoles de Centres d'Accueil Héritage, ce sera à votre tour de vous laisser parler d'amour au cours de notre soirée de reconnaissance, qui aura lieu le

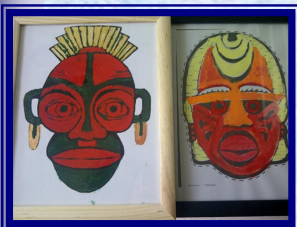
17 mai prochain.

Votre présence fait la différence !

Jean Tété



Ci-dessus, Jean Tété, coordinateur du bénévolat



Peintures réalisées par le Service de jour pour la célébration du mois de l'histoire des noires le mardi 21 février



Deux aînées discutant dans le salon de Centres d'Accueil Héritage.

LES 6 MOIS DU NOUVEAU POINT DE SERVICES À EGLINTON



Cela fait maintenant six mois que Centres d'Accueil Héritage s'est agrandi en ouvrant ses portes à Eglinton ! Notre deuxième Service de jour se trouve au **2562 Eglinton avenue ouest** (Intersection de Keele et Eglinton).

Nos animateurs accrédités vous offrent des activités qui s'appuient sur les dernières découvertes dans la promotion du bien-être physique et mental, dans une ambiance accueillante.

Comme pour le centre à Parliament/Front, ce programme inclut de nombreuses activités récréatives (jeux de société, cours d'anglais, cours d'informatique, discours thématiques, bricolage, chant, danse et encore !), un programme d'exercice physique, et des sorties variées et engageantes.

Pour vous inscrire ou pour toute information, **contacter Georgette au 416-365-3350, poste 226, ou à gmane-na@caheritage.org.**

"LUMIÈRE SUR" :

NOTRE SERVICE DE JOUR

TÉL. : 416-365-3350, poste 226

Ce programme, offert en français, est destiné aux personnes âgées de 55 ans et plus, en perte d'autonomie physique ou intellectuelle, vivant dans la région du Grand Toronto.

Ce programme inclut un grand nombre d'activités récréatives et sociales, telles que :



des jeux de mémoire, des cours de langue, des cours de cuisine, des ateliers thématiques, des

sorties et des séances d'exercices physiques.

Nos animateurs sont de vrais professionnels, ils aident les participants à atteindre et maintenir un niveau d'autonomie maximum, en offrant un espace de répit et de soutien confortable.

CAH EN PARTENARIAT AVEC LE CENTRE FRANCOPHONE, AU BÉNÉFICE DE NOTRE COMMUNAUTÉ !

Depuis l'automne 2011, tre francophone dans CAH a un nouveau partenariats avec le Centre francophone de Toronto. Grâce aux efforts conjoints des deux organismes, ce service spécialisé est maintenant disponible en français pour la communauté francophone. Une grande victoire ! Ces soins sont offerts par le Centre, contactez Clarisse

au 416-365-3350, poste 233.



L'ARRIVÉE DU TEST INTERRAI CHA

CAH a répondu avec succès aux exigences du gouvernement pour la mise en œuvre de l'InterRAI CHA le 2 mars dernier. Ce nouvel outil est une évaluation très complète de nos clients qui porte sur des domaines variés (médical, cognitif, social...). Il nous permet de mettre en relief les besoins de chacun et d'établir un plan d'action sur mesure dans un ca-

dre de prévention et de stabilisation du bien être de nos personnes âgées francophones. Les données recueillies sont confidentielles et sont stockées dans un système électronique sécurisé. Comme toujours, notre but est de vous offrir le meilleur service possible.

Côté Cuisine

Recette du mois LA SPINAKOPITA

Un classique grec, à faire et à refaire. Il se congèle très bien, cependant ne le faites pas cuire. Vous n'aurez qu'à le mettre au four directement du congélateur, en ajoutant quelques minutes de temps de cuisson.

Ingrédients :

Portions: 27

- *1 paquet d'épinards surgelés, décongelés, pressés et bien égouttés
- *1 boîte de feta
- * $\frac{1}{2}$ emballage de fromage à la crème
- *sel et poivre, au goût.
- *1 1/2 paquet (454 g chacun) de pâte phyllo surgelée
- *1 1/2 tasse de beurre, fondu.

Instruction :

1. Préchauffer le four à 180°C (350°F).
2. Dans un bol, mélanger le fromage, les épinards, le sel et le poivre
3. Séparer une feuille de phyllo du paquet et la badigeonner légèrement de beurre fondu.
4. Placer une autre feuille de phyllo par-dessus la première et les presser l'une contre l'autre.
5. Couper les feuilles pressées en trois longues bandes de 8 cm de large.
6. Couvrir les feuilles de phyllo restantes pour éviter qu'elles ne s'assèchent. Et voilà ! Le tour est joué, ne reste plus qu'à déguster !!



Mmmm !!!

ATELIER DE CUISINE

Quand ? les jeudis à 10h30 (sauf le 2^{ème} jeudi du mois)

Où ? Dans la salle à manger de la Place Saint-Laurent

JOIGNEZ VOUS A NOUS !!

Pour plus de renseignements :
(416) 365-3350,
poste 226

"ARRÊT SUR": Le rôle des préposés

Comment définir un préposé ? C'est une personne diplômée qui soutient les bénéficiaires des services communautaires en leur procurant des soins et en les aidant dans leurs tâches quotidiennes pour qu'ils puissent participer au maximum à la vie de leur collectivité.

Plus précisément, les préposés ont pour rôle de gérer les soins personnels, c'est-à-dire d'aider à l'habillement, à l'hygiène corporelle, à la mobilité, et de s'occuper

des responsabilités familiales, des activités sociales et récréatives. Ils sont chargés aussi de s'occuper des tâches ménagères, telles que les emplettes, l'entretien ménager et la préparation des repas.

Les préposés sont présents dans différents milieux de travail, tels que les centres de réadaptation, les organismes communautaires, les établissements de soins de longue durée, les services de jour pour personnes âgées et handica-

pées, les milieux hospitaliers ainsi que les foyers de groupes pour les personnes souffrant de troubles mentaux.

Chez nous, à Centres d'Accueil Héritage, les préposés ont pour objectif essentiel l'amélioration de la qualité de vie des séropositifs et des personnes d'expression française en perte d'autonomie.



*Ci-dessus, Sally SY,
superviseur des
préposés aux soins*



cah

CENTRES D'ACCUEIL HÉRITAGE

33 Hahn Place
Toronto, ON M5A 4G2
(Parliament/Front)

Retrouvez nous aussi sur le web :
www.caheritage.org

Téléphone : 416-365-3350, poste 226
Fax : 416-365-1533
Courriel : gmanena@caheritage.org

Si actuellement vous ne recevez pas notre bulletin et désirez le recevoir, contactez nous!

CAH, seul pourvoyeur de services de soutien communautaires en français dans le Grand Toronto