



cah

**CENTRES
D'ACCUEIL HÉRITAGE**

La Gazette - mai-juin 2017



**Après la grisaille...
le beau temps!**

LA GAZETTE : notre lien!

mai-juin 2017

DÉFI TORONTO 2017- VENEZ MARCHER AVEC CAH !

Le défi Toronto est une activité de levée de fonds qui permet d'amasser des fonds pour les organismes sans but lucratif qui offrent des services aux aînés. Familles, amis et animaux domestiques sont tous conviés à cet événement amusant.



L'événement aura lieu le **dimanche 11 juin 2017** à Toronto City Hall (Nathan Phillips Square) **100, rue Queen** à partir de 9 h et comprend à votre choix une **marche de 1 km et de 5 km** ainsi qu'une **course de 5 km**. Une fois inscrit, vous demandez à votre entourage de vous commanditer.

Date limite des inscriptions en groupe 1 juin 2017

20,00 \$ pour les adultes de 15 à 64 ans. (25 \$ le jour de la course)

10,00 \$ pour les aînés (65 +) et les enfants de 14 ans et moins.

40,00 \$ pour une famille.



Vous ne pouvez pas être présents le 11 juin. Alors vous pouvez commanditer un participant de votre choix ou faire directement un don au profit de CAH.

Votre participation à cette activité de levée de fonds est essentielle pour nous aider à améliorer la qualité de vie de nos aînés francophones dans leur lieu de résidence. Les fonds amassés serviront à l'achat de nouveaux matériels audio-visuels dans la salle à manger et à terminer l'aménagement de notre terrasse. Nous envisageons également d'organiser des sorties sociales de groupe pour nos clients.

N'hésitez pas à communiquer avec Jean Tété au **416-365-3350, poste 242**, ou à jtete@caheritage.org pour vous inscrire ou commanditer un marcheur/coureur au bénéfice de CAH.

Contribuer à l'épanouissement des aînés en français

COIN JARDINAGE

Les bienfaits du jardin pour la santé ou l'hortithérapie

Qu'est-ce que l'hortithérapie ?

L'hortithérapie, dont le nom signifie littéralement **thérapie par le jardinage**, consiste à utiliser les jardins et les activités de jardinage pour améliorer l'état physique et psychique des participants.

Les plantes ont des vertus thérapeutiques non seulement par les principes actifs qu'elles contiennent mais aussi par leur simple présence à nos côtés, dans les jardins, sur les balcons et dans les maisons. La méthode qui consiste à se mettre au vert pour se sentir mieux est appelée "Hortithérapie".



Les bienfaits de la nature



Cette méthode n'est pas réservée aux seuls jardiniers. Même si vous ne pratiquez pas le jardinage, vous pouvez profiter des bienfaits de cette thérapie en vous mettant plus souvent au vert. Le jardin est bénéfique pour tous nos sens. Non seulement la vue de la végétation nous rend plus optimistes mais les bruits de la nature (chant des oiseaux, bruit de l'eau ou du vent dans les arbres) nous apaisent.

Jardiner, c'est encore mieux!

Le jardinage permet de pratiquer **une activité physique au grand air**. Il améliore notamment l'équilibre, la coordination, la souplesse et la force, et permet de brûler autant de calories que la marche rapide. Jardiner aide également à renforcer la confiance en soi, car les amateurs s'échangent des conseils et reçoivent des compliments. Et puis, cultiver ses propres fruits et légumes garantit des produits « frais et sans pesticides » !

Le fait de cultiver ses propres fruits et légumes incite les jardiniers à consommer ces aliments bénéfiques pour la santé.

Celui qui plante un jardin, plante le bonheur. Proverbe chinois

Un jardin, même tout petit, c'est la porte du paradis. Marie Angel



ATELIER DE CUISINE VÉGÉTARIENNE

Apprenez à cuisiner végétarien! C'est en pratiquant qu'on apprend le mieux!



1er atelier le vendredi 19 mai à 1 h 30

NOUVEAU!!!

Venez nous rejoindre et découvrir les subtilités de la cuisine végétarienne lors de notre atelier de cuisine communautaire. Cet atelier permettra à ceux et celles qui le souhaitent de s'initier aux délices de la cuisine végétarienne et de trouver une alternative à la viande dans leurs repas .

LE SAVIEZ-VOUS ?



L'origine de la fête des mères

Chaque année, à peu près à la même période, nous célébrons la fête des mères. Mais au fait, d'où vient cette charmante fête ? La fête des mères est une fête annuelle célébrée en l'honneur des mères dans de nombreux pays. C'est une tradition très ancienne ! Les premiers à avoir instauré une journée consacrée aux mamans sont les Grecs et les Romains, qui organisaient chaque année au printemps une cérémonie en l'honneur de Rhéa et Cybèle, les divinités mères des Dieux.

À cette occasion, les enfants offrent des cadeaux à leur mère. Cette fête est également célébrée par les adultes de tous âges pour honorer leur mère. La date de la Fête des mères varie d'un pays à l'autre, mais la majorité d'entre eux a choisi de la célébrer en mai. Au Canada, la fête des mères est célébrée chaque année **le deuxième dimanche du mois de mai. (cette année le 14 mai)**. Les petits enfants bricolent un cadeau pour leur maman, avec leur maîtresse ou avec l'aide de leur papa. C'est une fête officielle et tous les petits canadiens y mettent tout leur cœur pour qu'elle soit réussie. En tout cas, et quoiqu'il en soit :

bonne fête maman !

Toutes les inscriptions aux activités du CPA

416-365-3350, poste 222.

Tous les jours Pause-café à 3 h

Les lundis Mise en forme à 10 h 15 , bridge à 1 h,
Zumba gold/pilates à 4 h et bingo à 6 h 30.

Les mardis Mise en forme 10 h 15, scrabble à 1 h.

Les mercredis Mise en forme à 10 h 15, messe à 11 h 15.

Les jeudis Yoga à 9 h 45, magasinage un jeudi sur deux à 10 h, aquagym à 12 h 30,
conversation anglais 2 h.

Les vendredis Mise en forme à 10 h 15,

Les dimanches Aquarelle à 3 h.

ACTIVITÉS EN MAI



COC

Jeudi 4 mai, de 10 h 45 à 13 h

Franz Schubert

Les membres de l'Orchestre du COC réalisent l'une des œuvres principales de musique de chambre de Schubert. **Participation 2 \$**



Décoration de chapeaux

Mardi 9 mai à partir de 1 h 30

Comme chaque année à l'occasion de la fête des mères, vous êtes invités à participer à notre atelier de décoration de chapeaux dans la salle à manger.



Fête des mères

Jeudi 11 mai à 3 h

Nous célébrerons nos chères et tendres mamans. L'occasion de mettre les mamans au centre de toutes les attentions, avec des petits mots d'amour.



N'oubliez pas d'apporter vos chapeaux!

Les dames qui porteront un chapeau fleuri le 11 mai auront la chance de participer à un concours du plus beau chapeau.



Tea Party pour la fête de la reine Victoria

Mercredi 24 mai 3 h

Ladies et Gentlemen, parez-vous de vos chapeaux et de vos gants pour notre « *High Tea Party* » !

La fête de la Reine ou fête de Victoria (anglais : *Victoria Day*) est un jour férié célébré chaque année le lundi précédant le 25 mai en l'honneur de la reine Victoria. La fête de la Reine est aussi informellement considérée comme marquant le début de la saison d'été au Canada.

Profitons-en pour célébrer cette année les 90 printemps de la reine Élisabeth II.

Participation : 5 \$



ACTIVITÉS EN MAI



Pique-nique à l'ombre des arbres de High Park

Jeudi 25 mai à 10 h 30

Nous organisons une sortie sociale, soit un pique-nique à High Park, le plus grand espace vert à se trouver dans les limites de la ville de Toronto. Célèbre pour sa riche faune et flore, ses arbres rares, ses jardins impeccables et ses installations sportives, ce parc vous invite à explorer son magnifique réseau de sentiers. Vous pouvez apporter votre plat préféré pour le partager avec les autres.

Participation : 5 \$

Reconnaissance et hommage à nos bénévoles (sur invitation seulement)



Dans la soirée du **vendredi 26 mai 2017 à 5 h 30**, CAH rendra un vibrant hommage à tous ses bénévoles qui contribuent activement aux services de qualité qui y sont offerts. Le travail qu'effectuent ces personnes parfois dans l'ombre pour le bien-être de nos bénéficiaires est un apport important à la communauté francophone.

Les bénévoles constituent la pierre angulaire de CAH car ils sont extrêmement importants pour le bon fonctionnement de nos activités. Sans eux, il ne serait pas possible d'offrir tous nos services. Alors, ce sera l'occasion de leur rendre hommage et de leur exprimer toute notre reconnaissance.



RECHERCHE DE JOUEURS DE BRIDGE !!!

Le club de bridge est à la recherche de joueurs de tous niveaux.

Tous les lundis à 1 h.

Appelez Ayda au poste 222

ATELIER SANTÉ



ATELIER SANTÉ

Le mercredi 31 mai de 1 h 30 à 2 h 30

Thème : les troubles de la vision présentés par un oculiste

RÉCAPITULONS

Mai 2017

La Gazette - mai-juin 2017

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1 Mise en forme 10 h 15 Bridge 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	2 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	3 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Pause-café 3 h	4 Magasinage 10 h Mise en forme 10 h 15 COC 10 h 45 Aquagym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café spéciale 3 h	5 Pause-café 3 h	6 Pause-café 3 h
7 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	8 Mise en forme 10 h 15 Bridge 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	9 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Décoration de chapeaux 1 h 30 Pause-café 3 h	10 Mise en forme 10 h 15 Visite des élèves 10 h Messe 11 h 15 Pause-café 3 h	11 Yoga sur tapis 9 h 45 Aquagym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Célébration fête des mères 3 h	12 Mise en forme 10 h 15 Pause-café 3 h	13 Pause-café 3 h
14 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	15 Mise en forme 10 h 15 Bendale 1 h Bridge 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	16 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	17 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Pause-café 3 h	18 Yoga sur tapis 9 h 45 Magasinage 10 h Aquagym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h	19 Mise en forme 10 h 15 Atelier de cuisine communautaire végétarienne 1 h 30 Pause-café 3 h	20 Pause-café 3 h
21 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	22  Fête de la reine Pause-café 3 h	23 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h	24 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Fête de la reine Tea Party 3 h	25 Yoga sur tapis 9 h 45 Pique-Nique à High Park 10 h 30 Aquagym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h	26 Mise en forme 10 h 15 Pause-café 3 h	27 Pause-café 3 h
28 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	29 Mise en forme 10 h 15 Bridge 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	30 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	31 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Atelier santé 1 h 30 Pause-café 3 h			

RÉCAPITULONS

Juin 2017

La Gazette - mai-juin 2017

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
4 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	5 Mise en forme 10 h 15 Bridges 1 h Visite des élèves 1 h 30 Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	6 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	7 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Pause-café 3 h	1 Yoga sur tapis 9 h 45 Magasinage 10 h Aquaquym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h	2 Mise en forme 10 h 15 Atelier de cuisine communautaire végétarienne 1 h 30 Pause-café spéciale : Mois des aînés 3 h	3 Pause-café 3 h
11 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	12 Mise en forme 10 h 15 Bendale 1 h Bridges 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	13 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café spéciale : Mois des aînés 3 h	14 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Atelier artistique : drapeau canadien 2 h Pause-café 3 h	8 Marché St-Jacobs 9 h 45 Yoga sur tapis 9 h 45 Aquaquym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h Hot Dog 6 h	9 Mise en forme 10 h 15 Pause-café 3 h	10 Pause-café 3 h
18 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	19 Mise en forme 10 h 15 Bridges 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	20 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	21 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Atelier artistique : drapeau canadien 2 h Pause-café 3 h	15 Yoga sur tapis 9 h 45 Magasinage 10 h Aquaquym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h	16 Mise en forme 10 h 15 Atelier de cuisine communautaire végétarienne 1 h 30 Pause-café spéciale : fête des pères 3 h	17 Pause-café 3 h
25 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	26 Mise en forme 10 h 15 Bendale 1 h Bridges 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	27 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	28 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Pause-café 3 h	22 Yoga sur tapis 9 h 45 Aquaquym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h	23 Mise en forme 10 h 15 Pause-café spéciale : la Saint-Jean-Baptiste	24 Pause-café 3 h
25 Aquarelle 3 h Pause-café 3 h	26 Mise en forme 10 h 15 Bendale 1 h Bridges 1 h Pause-café 3 h Zumba / Pilates 4 h Bingo 6 h 30	27 Mise en forme 10 h 15 Scrabble 1 h Pause-café 3 h	28 Mise en forme 10 h 15 Messe 11 h 15 Pause-café 3 h	29 Yoga sur tapis 9 h 45 Magasinage 10 h Aquaquym 12 h 30 Conversation anglais 2 h Pause-café 3 h	30 Mise en forme 10 h 15 Célébration 150 ^e anniversaire du Canada 12 h (BBQ) Pause-café 3 h	



ACTIVITÉS EN JUIN

Juin, le Mois des personnes âgées en Ontario

L'année 2017 marque la 33^e célébration annuelle du Mois des personnes âgées en Ontario. Le thème de cette année est : **« Pour la meilleure vie possible »**.

Deux pauses-café auront lieu le **2** et le **13 juin**, afin de célébrer nos aînés à CAH et de promouvoir l'implication de nos aînés dans la vie communautaire, précisément dans le milieu francophone. Le but de ces rencontres sera de valoriser et de mettre en lumière les réalisations et les réussites de nos aînés dans la vie de tous les jours.



*« La jeunesse est le temps d'étudier la sagesse, la vieillesse est le temps de la pratiquer »
Jean-Jacques Rousseau*



Flanerie à St Jacobs

Jeudi 8 juin, de 9 h 45 à 3 h

Le village de St. Jacobs est une destination bien-aimée, imprégnée d'histoire et située dans un endroit charmant le long de la rivière Conestoga. Cette petite communauté est connue pour les arts et l'artisanat d'origine et une myriade de magasins. St. Jacobs est devenu célèbre parmi les acheteurs avisés comme un lieu qui offre les plaisirs d'un cadre pastoral. **Participation 5 \$**



Gay Pride de Toronto 2017

La Gay Pride Toronto est l'événement le plus marquant et populaire de l'année pour la communauté gay du pays. Elle est reconnue mondialement pour son dynamisme et ses activités culturelles.

Elle aura lieu cette année le **25 juin 2017**. Alors, c'est plus de 150 000 personnes qui seront au rendez-vous pour célébrer ensemble la diversité.



Invitation à l'assemblée générale de CAH

28 juin 2017 à 7 h

L'assemblée générale est ouverte à tous. Toutefois, seuls les membres de la corporation de CAH auront droit de vote.

ACTIVITÉS EN JUIN



Fête des communautés francophones

Pour célébrer la Saint-Jean-Baptiste, nous vous invitons à une pause-café festive **le vendredi 23 juin, à 3 h**. Venez avec vos **chants**, vos **instruments de musique**, partagez la fierté culturelle et la richesse du patrimoine des canadiens. Des pancakes avec sirop d'érable, des fruits et de la crème glacée seront servis.



Célébrons ensemble le 150^e anniversaire de la confédération!

CANADA 150

Le jour de la fête du Canada, nous célébrons nos libertés et nos droits. Nous rendons hommage à notre histoire, à nos symboles et à nos valeurs qui nous définissent en tant que canadiens et qui nous confèrent notre identité. **Le vendredi 30 juin à 12 h**, vous êtes tous invités à venir célébrer avec nous en musique et autour d'un repas-barbecue le 150^e anniversaire du Canada.



Prix du repas : 8 \$ (membres), 10 \$ (non-membres)

NOUVELLES D'OSHAWA



Nous avons tellement hâte à l'été – c'est la saison du soleil et surtout de la chaleur tant attendue pendant ces interminables mois d'hiver! Il fait bon de retourner dehors sans être couvert de la tête aux pieds et de respirer la fraîcheur de la saison. L'été 2017 affiche déjà plein d'activités à l'horaire pour nous à Oshawa. Nous ferons bien sûr nos activités estivales habituelles telles les pique-niques, la marche extérieure, la cueillette de petits fruits saisonniers et, si possible, une visite à nos amis du service de jour de

Toronto! Le mois de juin est le mois des aînés qui a pour thème « Pour la meilleure vie possible », alors nous profiterons de l'occasion pour offrir des ateliers pour que nos clients puissent continuer de fleurir dans leur milieu.

Certains de nous voyageront pendant l'été et reviendront ré-énergisés et pleins d'histoires et d'aventures vécues! Quel plaisir de se retrouver après avoir été séparés! Il y a toujours plein de choses au service de jour d'Oshawa. Si vous vivez dans la région de Durham ou connaissez quelqu'un qui habite par chez nous, svp envoyez-les faire un tour! Nous sommes très accueillants!



LE SAVIEZ-VOUS ?



Pilates et zumba gold

Tous les lundis, à 4 h

Un professeur spécialisé en zumba gold, adapté au rythme de chacun, nous proposera du pilates et du zumba. Venez essayer, vous ne serez pas déçus!!! Vous ferez des mouvements que même votre corps ne savait pas qu'il était capable de faire!



Visite amicale à Bendale Acres

Lundi 15 mai à 1 h - 12 juin à 1 h - 26 juin à 1 h

Si vous avez un peu de temps, joignez-vous à nous pour rendre une visite amicale à nos aînés du Pavillon Omer Deslauriers à Bendale Acres.

Nous organisons le transport et nous partons tous ensemble.

Cours d'autogestion des maladies chroniques



Félicitations aux finissants et finissantes de la formation à l'autogestion des maladies chroniques offerte par CAH. Cette formation est ouverte à tous ceux qui vivent avec une maladie chronique.

Elle est offerte chaque année. Si vous êtes intéressés, adressez-vous à **Georgette au poste 264**.

NOUVELLES DE LA PLACE SAINT-LAURENT



Je suis **Faustine Mbimbu Ndaka** et mon fils **Cédrick L. Kabakele**, nouveaux locataires de la Place Saint-Laurent depuis le 15 décembre 2016. Je suis éducatrice qualifiée de la petite enfance et je travaille à la garderie La Farandole. J'aime la nature, le sport et les enfants. Mon fils est étudiant à York University/Campus de Glendon en études internationales. Il a comme passion : le sport, le voyage, la nature.

Nous sommes très heureux de rejoindre la communauté francophone de Centres d'Accueil Héritage. Nous nous sentons chez nous et merci pour l'hospitalité.

LES BOUQUINS CONSEILLÉS PAR T. SHERRARD

Les finalistes du prix Jacques-Brossard

Saint-Denis, 12 avril 2017 – Le jury du prix Jacques-Brossard a distingué, parmi les 56 auteurs en lice, les noms de Dave Côté, de Martine Desjardins et de Renaud Jean comme finalistes du prix Jacques-Brossard 2017. L'identité de la lauréate ou du lauréat sera dévoilée lors de la cérémonie de remise du prix le vendredi 5 mai, à la Maison de la littérature, à Québec.



T. Sherrard

À propos de Dave Côté – En 2016, Dave Côté a publié deux remarquables nouvelles de science-fiction. Si « Angle mort », parue dans *Brins d'éternité* n° 43, met en présence une IA (intelligence artificielle) et des monstres de l'espace. « Je ne voterai pas » fait plutôt, au ras des pâquerettes, le récit d'une résistance, celle que le narrateur oppose au Big Brother qui impose sa démocratie avec ses moyens de communication. Les jurés ont apprécié la verve, l'imagination et l'originalité de l'auteur quel que soit le sujet qu'il aborde.

À propos de Martine Desjardins – Avec *La chambre verte*, publié chez Alto, l'auteure signe son cinquième roman. L'écriture, d'une élégance, d'une sensualité et d'une fluidité exceptionnelles, s'allie, chez Martine Desjardins, à une intrigue sans faille pour présenter une saga familiale qui se déploie dans une maison qui a une âme. Pour vrai. Cette fable à l'humour fin mais incisif illustre à quelles extrémités peut mener le culte du tout-à-l'économie sans donner dans la thèse. Le jury a en outre remarqué l'exploitation complète du thème sans aucune redite.

À propos de Renaud Jean – En août dernier, les éditions du Boréal ont publié *Rénovation*, le premier roman de Renaud Jean. L'auteur y construit un monde kafkaïen où l'individu, anonyme et impuissant, subit l'absurde d'une mécanique qui tourne à vide. Les jurés ont évoqué le « cauchemar lucide » pour parler de ce récit rythmé, bien construit, qui forge la métaphore du monde du travail et de la déshumanisation qu'il peut engendrer. On a aussi remarqué le potentiel théâtral de cette histoire de SF sociale.

ALBUM SOUVENIR



E	E	U	Q	E	T	S	A	P	E	S	E	C
T	S	S	N	O	N	G	U	R	B	E	L	A
T	I	T	O	C	I	R	B	A	R	L	L	N
E	O	S	E	L	L	E	R	I	A	L	E	N
U	B	N	R	T	A	L	R	U	B	I	B	E
G	M	E	T	T	O	I	R	G	U	T	A	B
I	A	S	I	S	S	A	C	T	H	R	R	E
R	R	C	R	A	N	B	E	R	R	Y	I	R
R	F	E	E	E	P	S	E	R	U	M	M	G
A	I	A	N	E	I	E	S	I	A	R	F	E
G	C	U	C	R	E	H	C	S	T	E	U	Q
N	R	H	E	S	A	L	E	S	S	A	H	C
P	E	C	S	E	L	L	I	E	S	O	R	G

- | | | |
|-------------|---------|--------|
| GARRIGUETTE | GRIOTTE | FRAISE |
| CANNEBERGE | BURLAT | PRUNE |
| GROSEILLES | CASSIS | MURES |
| CHASSELAS | CERISE | PECHE |
| MIRABELLE | | |
| CRANBERRY | | |
| FRAMBOISE | | |
| MYRTILLES | | |
| QUETSCHES | | |
| PASTÈQUE | | |
| AIRELLES | | |
| RHUBARBE | | |
| BRUGNONS | | |
| ABRICOT | | |



Mots mêlés : fruits d'été

Quelques devinettes

Mot mystère

Quel mot courant a une seule consonne et cinq voyelles toutes différentes ?

Réponse
OISEAU

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	3								
2				3	8				9
3		7		2	6				5
4		5						3	1
5	8		3		9		7		6
6	2	6						9	
7	5				2	6		8	
8	6			1	5				
9									3

NOUS JOINDRE

NUMÉRO D'URGENCE CAH

416-365-3350, poste 234

Cellulaire 416-678-4393

Permanence 24/7, bureau 205

Gestionnaires de cas et préposés

Georgette Manéna, bureau 205 **poste 264**

Julie Nisin, bureau 100 **poste 232**

Équipe des préposés, bureau 205 **poste 234**

Cellulaire : 416-678-4393

CENTRES D'ACCUEIL HÉRITAGE

33 Hahn Place, bureau 104

Toronto (ON) M5A 4G2

416-365-3350, info@caheritage.org

Administration – Direction

Isabelle Girard, directrice générale **poste 243**

Barbara Ceccarelli, directrice adjointe **poste 262**

Linda Legault, directrice des programmes **poste 235**

Jean Tété, administration et communications **poste 242**

Service d'aide à domicile **poste 250**

Responsable soins complexes

Clarisse Nangué **poste 233**

Responsable Accueil / Services **poste 222**

Service de jour **poste 237**

Logement **poste 232**

Factures **poste 242**

Sécurité **poste 249**

Cellulaire : 416-990-9685

Site web : www.caheritage.org

Facebook : www.facebook.com/CAHToronto