CENTRES D'ACCUEIL HÉRITAGE

LA GAZETTE : notre lien!

avril-mai 2019

MESSAGE DE LA DIRECTION

Chers amis,

Nous y sommes! L'hiver nous dit au revoir et le printemps frappe déjà à la porte; quel soulagement!

Nous venons de passer un hiver difficile, plusieurs d'entre nous ont eu du mal à cause du froid, de la glace et des maladies saisonnières particulièrement agressives cette année. Parmi nous, il y en a qui sont encore en train de se remettre d'une chute, un rappel de l'importance de travailler notre équilibre et notre tonicité musculaire!

En profitant de la remontée de notre niveau d'énergie et d'enthousiasme dû au changement de saison, je suggère qu'on commence à se préparer à reprendre pleinement notre vie active et stimulante. N'oubliez pas qu'on a pas mal de choses qui nous attendent ici à CAH.

Entre autres, le Défi Toronto qui, encore une fois, nous fera marcher ensemble les 5 km habituels et revendiquer l'importance des services de soutien communautaire qui nous permettent de rester chez nous en sécurité et de continuer à profiter de la vie, chacun à notre façon. Sommes-nous prêts? C'est justement le moment de commencer à nous préparer… étirer les muscle endormis…et reprendre nos activités de mise en forme.

Notre jardin se réveille, et encore une fois il y aura bien du travail pour notre bande de jardiniers! Restez à l'écoute pour savoir quand le jardin communautaire 2019 sera inauguré. N'oublions pas non plus notre côté créatif et profitons des beautés de cette saison en sortant nos pinceaux et nos appareils photos!

La recherche nous indique qu'une vie active à la fois physique, cognitive et sociale augmente la qualité de vie, prolonge l'autonomie et réduit le risque de chutes qui peuvent avoir un impact dévastateur sur la vie d'une personne âgée. Notre centre pour aînés (CPA) s'appellera dorénavant le Centre de vie active, en plus d'organiser des activités de socialisation et d'activation pour les aînés francophones de la région du grand Toronto, l'accent sera mis sur le maintien et la fortification des capacités fonctionnelles de notre clientèle.

Je vous encourage aussi à vous engager dans la planification de nos activités d'été en vous joignant au comité de programmation.

Au plaisir de continuer à nous retrouver pour partager ces petits bonheurs au quotidien!

Barbara Ceccarelli
Directrice générale de CAH

APPEL DE CANDIDATURES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DE CAH

Centres d'Accueil Héritage (CAH) est à la recherche de **CANDIDATES ou de CANDIDATS** qui sont membres de la communauté, résidents de la Place Saint-Laurent, clients ou aidants qui reçoivent des services de CAH pour se joinder au Conseil d'administration de CAH. Une connaissance des **Services de santé et de soutien communautaire** ou du **Système de logement social ontarien** serait un atout.

Ceci est une excellente occasion pour vous de contribuer à l'avancement des services de santé pour les aînés francophones. Les réunions du CA ont lieu le 4e jeudi de chaque mois, entre septembre et juin.

Pour déposer votre candidature, veuillez communiquer avec Marek Nesvadba, président du comité de nomination du CA de CAH, par courriel à secretaire@caheritage.org **d'ici le 10 mai 2019.**

Pour plus d'information sur l'engagement des membres du conseil d'administration, visitez notre site web à ww.caheritage.org.

NOS ACTIVITÉS

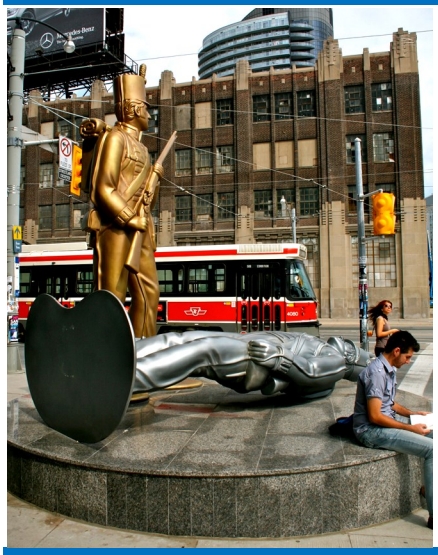
Tous les jours	**Pause-café à 15 h**
Les lundis	**Mise en forme à 10 h, bridge à 13 h, Zumba gold/pilates à 16 h 30 et bingo à 18 h 30.**
Les mardis	**Mise en forme 10 h, scrabble à 13 h.**
Les mercredis	**Messe à 11 h 15, mise en forme à 13 h 45.**
Les jeudis	**Yoga à 9 h 30, magasinage un jeudi sur deux à 10 h.**
Les vendredis	**Mise en forme 10 h, atelier de théâtre à 14 h.**
Les dimanches	**Aquarelle à 15 h.**

Pour toutes inscriptions aux activités du CPA
416-365-3350, poste 222.

Nous nous réservons le droit d'annuler ou de modifier les activités en tout temps et ceci sans préavis, s'il y a lieu.

À SURVEILLER

DÉCOUVREZ TORONTO AVEC NATHALIE!



Vous saviez que notre "fille des communications" Nathalie Prézeau est aussi auteure de six guides sur Toronto? Elle nous offre une présentation sur les plus jolis recoins qu'elle a explorée en 20 ans de recherche. Peut-être reconnaitrez-vous quelques panoramas?

Vous êtes tous invités à cette soirée de découverte. Une petite collation sera servie!

Quand : Mardi 2 avril , à 19 h 00

SORTIE À LA CABANE À SUCRE

Le Centre de vie active (CVA) organise une sortie exceptionnelle à la cabane à sucre de **Korthright** . N'hésitez pas à venir découvrir ce bel endroit et vivre cette belle expérience en plein air. Une visite dans cet univers sucré est toujours synonyme de plaisir et de gourmandise. Plusieurs activités pour vous divertir seront au rendez-vous. Venez profiter des premiers jours ensoleillés du printemps entre amis.

Quand : Jeudi 4 avril, départ de 33 Hahn Place à 9 h 30
Participation : 12$ incluant les frais d'admission et le transport

N.B. : le site n'est pas accessibles aux personnes à mobilité réduite
N'oubliez pas de porter vos bottes et surtout apportez votre repas ou achetez sur place!

BRUNCH DU PRINTEMPS À LA PLACE SAINT-LAURENT

« Le printemps est arrivé, la belle saison, l'amour et la joie sont revenus chez toi.. », Victor Hugo.

Chers membres, clients et amis de CAH, fêtons ensemble la belle saison autour d'un brunch spécial. **Le menu du brunch sera affiché sur le babillard quelques jours à l'avance.**

Veuillez vous inscrire sur la liste qui sera bientôt disponible sur le babillard.
Quand : Mardi 16 avril, à 9h 30
Participation : 5$

QUOI DE NEUF ?

PETIT DÉJEUNER SOCIAL DES HOMMES

CAH est fier de vous annoncer le lancement d'une nouvelle activité spéciale pour les hommes résidant à la Place Saint-Laurent ainsi que dans la communauté. **Un vendredi par mois,** un petit déjeuner spécial sera servi dans la salle à manger, avec l'aide de quelques participants et bénévoles.

L'objectif primordial de cette activité est de permettre aux hommes de se réunir autour d'un petit déjeuner afin d'échanger sur différents thèmes. Ce genre de rencontre a démontré une multitude de bienfaits au niveau psychologique et social des participants. Un menu équilibré et délicieux vous sera offert au petit déjeuner. Messieurs, avec vous, le petit déjeuner des hommes sera désormais un rendez-vous incontournable à la Place Saint-Laurent. **N'hésitez pas à inviter vos amis de se joindre à vous!**

Quand : Vendredi 12 avril, de 9 h 30 à 11 h
Participation : 3 $

À SURVEILLER

SAISON DE JARDINAGE PRINTEMPS 2019

L'activité de jardinage à la Place Saint-Laurent a toujours eu un grand succès d'une année à l'autre. Chaque saison on réalise le grand impact de cette activité sur la vie quotidienne des participants. Les participants déclarent que le jardinage leur donne de la motivation et de l'énergie dans leur vie de tous les jours ainsi qu'une multitude de bienfaits thérapeutiques, au niveau physique, mental et social. Cette activité démontre le grand engagement et l'implication des participants et, bien évidement, leur amour et attachement envers le jardinage et la terre. La réussite de cette activité est une vraie fierté pour nous tous !

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DU JARDINAGE

Affichage de la liste d'inscription des participants
Quand : Vendredi 5 avril
Rencontre pour le tirage au sort des participants de cette saison.
Quand : Jeudi 18 avril à 14 h

Veuillez consulter le babillard pour plus de détails sur la rencontre du jardinage. Le nombre de parcelles et de potagers disponibles est limité.

Nous souhaitons une belle saison de jardinage à tous!

ATELIER SANTÉ

Le Centre francophone de Toronto en collaboration avec CAH

Thème : la santé digestive
Quand : Mercredi 17 avril, à 13 h 30

JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA TERRE

La Journée internationale de la Terre est célébrée chaque année pour nous rappeler que la Terre et ses écosystèmes nous soutiennent et nous nourrissent durant toute notre vie.

C'est également l'occasion pour nous sensibiliser aux défis auxquels est confrontée notre planète. Pendant la pause-café spéciale que nous organisons pour commémorer cette journée, nous vous présenterons quelques capsules et documentaires qui mettent l'accent sur les bonnes astuces et idées qui nous aideront à protéger notre planète et notre environnement dans la vie quotidienne.

Quand : Mardi 23 avril, à 15 h

REPAS DE PÂQUES

Comme chaque année à l'occasion de Pâques, CAH organise un repas de fête spécial pour ses clients et ses résidents de la Place Saint-Laurent. Le repas de Pâques à la place Saint-Laurent représente une des traditions dont on est fiers d'une année à l'autre. Ceci permet à plusieurs parmi vous de célébrer cette fête spéciale entourés de vos proches, amis et voisins.

Donc, ne ratez pas cette occasion de vivre d'agréables moments ensemble avec de la belle musique et de la belle ambiance. Le menu et la liste d'inscription seront affichés sur le babillard.

Nous souhaitons à vous et à vos familles, une joyeuse fête de Pâques!

Quand : Jeudi 25 avril, à 12 h
Participation : 10 $ pour les membres, 13 $ pour les non-membres

Avril 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1 Mise en forme 10 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h3 0 Bingo 18 h 30	2 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Pause-café 15 h Présentation : découvrir Toronto avec Nathalie à 19 h	3 Épicerie à No Frills 10 h Messe 11h 15 Mise en forme 13 h 45 Pause-café 15 h	4 Yoga sur tapis 9 h 30 Sortie à la cabane à sucre 9 h 30 Pause-café 15 h	5 Mise en forme 10 h Atelier théâtre 14 h Pause-café 15 h	6 Pause-café 15 h	7 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
8 Mise en forme 10 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h 30 Bingo 18 h 30	9 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Pause-café 15 h	10 Épicerie à No Frills 10 h Messe 11 h 15 Mise en forme 13 h 45 Pause-café 15 h	11 Yoga sur tapis 9 h 30 Magasinage 10 h Atelier de decorations de Pâques 14 h Pause-café 15 h	12 NOUVEAU Petit déjeûner social hommes 9 h 30 Mise en forme 11 h Atelier théâtre 14 h Pause-café 15 h	13 Pause-café 15 h	14 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
15 Mise en forme 10 h Bendale 13 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h 30 Bingo 18 h 30	16 Brunch du printemps 9 h 30 Mise en forme 10 h 30 (exceptionnel) Scrabble 13 h Pause-café 15 h	17 Épicerie à No Frills 10 h Messe 11 h 15 Atelier santé CFT 13 h 30 Pause-café 15 h	18 Yoga sur tapis 9 h 30 Magasinage 10 h Tirage pour le jardinage 14 h Pause-café 15 h	19 Férié Vendredi saint Pause-café 15 h	20 Pause-café 15 h	21 Joyeuses Pâques à tous!
2 Férié Lundi de Pâques Pause-café 15 h	23 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Pause-café spéciale journée de la terre 15 h	24 Épicerie à No Frills 10 h Messe 11h 15 Mise en forme 13 h 45 Pause-café 15 h	25 Yoga sur tapis 9 h 30 Repas de Pâques 12 h	26 Mise en forme 10 h Atelier théâtre 14 h Pause-café 15 h	27 NOUVEAU Mise-en-forme 10 h Pause-café 15 h	28 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
29 Mise en forme 10 h Bendale 13 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h 30 Bingo 18 h 30	30 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Pause-café 15 h Club de lecture 14 h 30					

RÉCAPITULONS

mai 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Di-manche
		1 Messe 11 h 15 Mise en forme 13 h 45 Pause-café 15h	2 Yoga sur tapis 9 h 30 Magasinage 10 h Pause-café 15 h	3 SPECIAL Mise-en forme 10 h Pièce de théâtre Acteurs de CAH 14 h Pause-café 15 h	4 Mise en forme 10 h Pause-café 15 h	5 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
6 Mise en forme 10 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h 30 Bingo 18 h 30	7 Mise en forme 10 h Scrable 13 h Décoration de chapeaux 13 h 30 Pause-café 15 h	8 Messe 11 h 15 Mise en forme 13 h 45 Pause-café 15h	9 Yoga sur tapis 9 h 30 Pause-café 15 h	10 Mise en forme 10 h Atelier théâtre 14 h Pause-café spéciale Fête des mères 15 h	11 Pause-café 15 h	12 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
13 Mise en forme 10 h Visite à Bendale 13 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h 30 Bingo 18 h 30	14 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Pause-café 15 h	15 Messe 11h 15 Atelier santé 13 h 30 Pause-café 15h	16 Yoga sur tapis 9 h 30 Magasinage 10 h Pause-café 15 h Soirée reconnaissance des bénévoles 17 h 30	17 Petit déjeuner hommes 9h30 Mise en forme 11 h Atelier théâtre 14 h Pause-café 15 h	18 Pause-café 15 h	19 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
20 **Férié** **Fête de la reine**	21 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Pause-café 15 h	22 Messe 11 h 15 Mise en forme 13 h 45 Tea Party 15 h	23 Yoga sur tapis 9 h 30 Pause-café 15 h	24 Mise en forme 10 h Atelier théâtre 14 h Pause-café 15 h	25 Mise en forme 10 h (temporaire) Pause-café 15 h	26 Aquarelle 15 h Pause-café 15 h
27 Mise en forme 10 h Visite à Bendale 13 h Bridge 13 h Pause-café 15 h Zumba 16 h 30	28 Mise en forme 10 h Scrabble 13 h Club de lecture 14 h 30 Pause-café 15 h	29 Messe 11 h 15 Mise en forme 13 h 45 Pause-café 15 h	30 Yoga sur tapis 9 h 30 Magasinage 10 h Pause-café 15 h	31 Mise en forme10 h Atelier théâtre 14 h Pause-café 15 h		

À SURVEILLER

ATELIER DE DÉCORATION DE CHAPEAUX

Comme à 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. Cet atelier a toujours eu de gros succès. Donc n'hésitez pas à venir décorer vos chapeaux avec de jolies fleurs et accessoires.

Nous vous encourageons à les porter le jour de la pause-café spéciale « fête des mères » car les trois plus beaux chapeaux seront choisis et des prix seront décernés aux heureuses gagnantes.

Quand : Mardi 7 mai, à 13 h 30

CÉLÉBRATION DE LA FÊTE DES MÈRES

« Maman était ma plus grande enseignante, une enseignante de compassion, d'amour et de courage. Si l'amour est doux comme une fleur, alors ma mère est cette douce fleur de l'amour » *Stevie Wonder*

Nous célébrerons nos chères et tendres mamans. C'est l'occasion de mettre les mamans au centre de toutes les attentions, avec des petits mots d'amour. Les dames qui porteront un chapeau fleuri auront la chance de participer au tirage au sort des plus beaux chapeaux.

Quand : Vendredi 10 mai, à 15 h
N'oubliez pas d'apporter vos chapeaux!

ATELIER SANTÉ

Le Centre francophone de Toronto en collaboration avec CAH

Théme : La santé du cœur
Quand : Mercredi 15 mai, à 13 h 30

À SURVEILLER

RECONNAISSANCE ET HOMMAGE À NOS BÉNÉVOLES

CAH rendra un vibrant hommage à tous ses bénévoles pour marquer de manière tangible leur contribution exceptionnelle à l'épanouissement de nos aînés francophones et pour montrer la valeur incommensurable que nous accordons à leurs contributions. Ce sera l'occasion de leur dire merci et de leur exprimer toute notre reconnaissance.

Quand : Jeudi 16 mai, à 17 h 30
Attention : sur invitation seulement!

TEA PARTY POUR LA FÊTE DE LA REINE VICTORIA

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

La fête de la reine Victoria est un jour férié canadien célébré chaque année le lundi précédent le 25 mai, en l'honneur de la reine. Afin de vivre pleinement cette journée exceptionnelle dans une belle ambiance avec de la musique, CAH vous invite à un "High Tea Party" à la Place Saint- Laurent.

Venez célébrer avec nous les 93 printemps de la reine Elizabeth II.

Quand : Mercredi 22 mai, à 15 h 00
Participation : 5 $

RECHERCHE DE PHOTOS

Vous êtes résident de la Place Saint-Laurent ou client de CAH dans la communauté? Il y a de bonnes chances que vous ayez dans vos tiroirs des photos témoignant de votre présence à CAH au cours des 40 dernières années. Aidez-nous à faire un bel album souvenirs pour les 40 ans de CAH!

Prêtez vos photos souvenirs à Ayda ou à Jean afin qu'ils les copient avant de vous les remettre.

Ou envoyez vos photos par courriel à Nathalie à torontofunplaces@gmail.com

NOUVELLES D'OSHAWA

Quelles aventures nous avons vécues en mars!

Le mois a commencé avec une célébration spéciale du Mardi Gras. Nous avons joué le jeu du mot interdit. Chacun a reçu une tresse de cheveux colorée qu'on a mis dans nos cheveux et que nous risquions de perdre à la personne qui nous entendait utiliser le mot « non ». Ceci a duré toute la journée et les pièges étaient nombreux – certains ont perdus et gagnés leurs tresses à plusieurs reprises. Les stratégies étaient intéressantes et nous avons bien ris. La grande gagnante à la fin de la journée était Lucette Thériault car elle a réussi à capturer trois tresses! Bravo!

Nous avons poursuivi notre projet de réminiscence « Notre histoire » en relatant les détails que l'on pouvait d'après ce qui nous a été raconté de la rencontre et du mariage de nos parents. Petit à petit ce projet prend forme et les participants prennent plaisir à partager leurs réponses entre eux. Nous avons eu une journée porte ouverte pour offrir l'expérience d'une journée authentique au service de jour aux membres de la communauté francophone. La journée a été un vrai succès! Les visiteurs étaient nombreux et nous espérons revoir plusieurs des gens qui se sont amusés avec nous.

Le mois d'avril nous apportera Pâques, bien sûr, et mai la belle température, nous espérons! Ce sont deux mois plein d'activités excitantes. Il y aura la journée mondiale de l'autisme . Un représentant de l'association locale qui pourvoie des services aux gens qui vivent avec l'autisme viendra nous expliquer ce que c'est et comment les gens adaptent leur vie en fonction de leurs symptômes; Lors de notre bingo de Pâques, il y aura de nombreux prix mystère à gagner sous le thème de la couleur de Pâques – lilas. Mais attention au prix coco (un prix qui n'est qu'une blague)!

Parmi nos autres activités prévues : la musicothérapie (une toute nouvelle activité pour nous à Oshawa!), la journée mondiale du livre (tous sont encouragés de partager le livre qui leur a été le plus agréable à lire ou utile ou tout simplement celui qu'ils ont le plus apprécié), Cinco de Mayo, une journée qui prouve qu'on n'a pas besoin d'être Mexicain pour fêter comme au Mexique!

Pendant ces deux mois nous allons continuer d'écrire « Notre histoire » en soulignant les souvenirs qui nous ont été racontés entourant notre naissance. Ceci se fera en deux partie avec des questions biens précises sur ce qui nous a été dit de ce jour spécial! Et puis les jours se font plus longs et bientôt ce sera l'été! Nous sommes déjà en train de mijoter des activités intéressantes! C'est à suivre…

DÉFI TORONTO 2019

VENEZ MARCHER AVEC CAH! DIMANCHE 9 JUIN 2019

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. En 2018, les participants enregistrés avec CAH ont recueillis plus de 4 000 $ pour aménager la terrasse de La Place Saint-Laurent.

Avec les fonds que nous recueillerons en 2019, nous prévoyons aquérir une nouvelle fourgonnette pour assurer le transport et la sécurité de nos usagers lors des visites sociales et récréatives qui brisent l'isolement. L'événement aura lieu le **dimanche 9 juin 2019** à **Toronto City Hall (Nathan Phillips Square) 100, rue Queen** à partir de 8 h 30 h et comprend à votre choix une **marche de 1 km et de 5 km** ainsi qu'une **course de 5 km**.

Vous ne pouvez pas participer à la marche le 9 juin ?
Faites alors un don au profit de CAH!

Date limite des inscriptions en groupe 31 mai 2019
Frais d'inscription (vous donnant droit à un T-shirt)

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 de 4.

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. Vous pouvez toutefois visiter notre site web pour plus d'information ou pour faire un don.

MOT MYSTÈRE

À TROUVER UN MOT DE 6 LETTRES - THÈME : LA CHASSE

ABATTIS
AGRAINER
AMEUTER
BASSET
BETE
BRAMER
BRISEES
BUISSON
COURRE
COYOTE
DIANE
ECHASSIER
ELAN
ENGINS
EPAULER
EPERVIER
EPIEU
EPREINTES
EQUIPAGE
GABION
GIBIER
GLU
HALBRAN
HARPAIL
HERE
HOURVARI
HURE
LAIE
LANIER
LITEE
MARCASSIN
NATURE
NOIRE
ORTOLAN
PANTIERE
PERDRIX
PIPEE
PISTE
POIL
RALE
REMBUCHER
RENARDEAU
RENARDIERE
REPEUPLER
RESERVE
SACRE
SERVIR
SONNERIE
SOUCHET
TABLEAU
TIGRE
TIRER

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

Réponse : TRAQUEUR

NOUS JOINDRE

Direction et administration

Barbara Ceccarelli, directrice générale	**poste 243**
Paul Lapierre, directeur général adjoint	**poste 262**
Linda Legault, directrice du contrôle et de la qualité	**poste 235**
Clarisse Nangué, gestionnaire des programmes	**poste 233**
Jean Tété, administration et communications	**poste 242**

Gestionnaires

Julie Nisin,	**poste 265**
Ella-Monia Irakoze	**poste 263**
Junie Zamor	**poste 264**

Services et programmes

Service d'aide à domicile	**poste 265**
Service de jour Toronto	**poste 237**
Service de jour Oshawa	Cellulaire : **905-914-0126**
Centre de vie active/CPA	**poste 222**
Logement abordable	**poste 232**
Unité de soins de transition	**poste 233**
Factures	**poste 242**
Équipe des préposés	**poste 234**
Sécurité	**poste 249**
	Cellulaire : **416-990-9685**

CENTRES D'ACCUEIL HÉRITAGE
33 Hahn Place, bureau 104
Toronto (ON) M5A 4G2
416-365-3350, info@caheritage.org

Site web : www.caheritage.org
Facebook : www.facebook.com/CAHToronto – www.facebook.com/CAHOshawa