



**cah**

**CENTRES  
D'ACCUEIL HÉRITAGE**



## LA GAZETTE : notre lien!

Septembre-octobre 2016

### MESSAGE DE LA DIRECTION

Chers amis de CAH (Centres d'Accueil Héritage),

Nous voilà reparti de plus belle dans l'aventure de l'agrément! Nous nous apprêtons à entreprendre la seconde étape, soit le programme Qmentum, dans notre quête permanente pour améliorer la qualité des services que nous offrons à plus de 500 aînés francophones partout où ils se trouvent, autant à Toronto que dans le Grand Toronto.

Il s'agit d'une démarche qui favorise la mise en place d'une approche d'amélioration continue de la qualité au sein des établissements de santé. La première étape de ce processus a permis de comparer les pratiques de CAH avec les normes d'excellence applicables à l'ensemble des établissements canadiens. Ces normes portent sur tous les aspects des soins et services de santé, qu'il s'agisse de la sécurité des clients, de la qualité des services, de l'éthique, ou encore de la formation du personnel et

des liens de partenariat avec la communauté. CAH s'est démarqué puisque 97 % des critères qui ont servi à évaluer les programmes et les services sont conformes aux normes d'agrément de base d'Agrément Canada.

Si nous avons obtenu autant de succès, c'est grâce à notre équipe dévouée et professionnelle qui a à cœur non seulement de contribuer à l'épanouissement des aînés en français, mais aussi de contribuer à la réussite de CAH. Cette grande réussite a exigé de chacun et chacune un nombre d'heures incalculable de préparation et une implication de tous les instants.

C'est donc en toute confiance que nous entreprenons la deuxième partie de cette expédition, sachant fort bien que nous pouvons compter sur le bel esprit d'équipe qui règne ici à

CAH. Autant les membres du Conseil d'administration que les membres de la direction et les employés mettrons la main à la pâte en alliant nos efforts pour revoir et améliorer nos processus en matière de gouvernance, de leadership, de soutien à domicile, de prévention et de contrôle des infections.

Mais vous, clients, résidents et aidants, vous avez également un rôle à jouer pour assurer le succès de notre agrément! Tout ce travail doit se faire dans un esprit de concertation avec vous. C'est seulement en obtenant vos commentaires et vos idées sur nos programmes et nos services que nous pourrions vraiment répondre à vos besoins et réussir notre agrément!

Ensemble nous ferons en sorte que CAH puisse contribuer davantage à l'épanouissement des aînés en français!

## SOMMAIRE DE LA CONSULTATION DU 3 JUIN 2016

**L**e 3 juin dernier, une session de consultation a eu lieu à la Place Saint-Laurent afin de vous permettre de partager vos idées et vos suggestions avec nous au sujet de la programmation du Centre pour aînés. Cette consultation était la première d'une série de rencontres qui nous permettra de mieux comprendre vos besoins afin d'intégrer votre opinion dans nos programmes et services. Ainsi, grâce à l'information que vous nous avez communiquée, nous pourrions organiser une programmation qui répond davantage à vos attentes. C'est très important pour nous de continuer cette collaboration et cet échange d'idées avec vous; surveillez votre Gazette pour l'annonce de la prochaine consultation! Voici les idées que vous nous avez proposées.

### 1) Les repas sociaux

Nous vous avons entendu haut et fort! Nous avons compris que les clients, tant de la Place Saint-Laurent que de la communauté, veulent des repas sociaux. Ces repas vous donnent l'occasion de vous rassembler et d'avoir du plaisir ensemble. Nous avons également convenu ensemble que pour nous permettre de vous offrir régulièrement ces belles occasions de rencontre, le prix des repas sociaux sera fixé à 10 \$, à l'exception du repas de Noël qui aura un coût un peu plus élevé. Voici l'horaire que nous vous proposons :



### Quatre repas sociaux dans la salle à manger :

janvier \* mars \* juin \* septembre

### Quatre Fêtes célébrées à l'occasion d'un

### repas social dans la salle à manger :

Pâques \* Fête du Canada \*

Action de grâce\* Noël

### 2) Les activités

Pendant cette rencontre, on a également discuté « activités ». Celles qui vous plaisent, mais aussi celles que vous n'aimez pas particulièrement, ou les activités auxquelles on devrait apporter certaines modifications. Si vous regardez notre calendrier, qui se trouve au centre de la présente Gazette, vous retrouverez avec plaisir vos activités préférées : scrabble, bridge, bingo, visites au Pavillon Omer-Deslauriers, sorties culturelles et sociales, yoga, cours d'anglais, ateliers santé, mise en forme quotidienne. On vous a également écouté lorsque vous avez dit que vous appréciez beaucoup les séances d'exercice quotidiennes, mais qu'un peu de variété serait aussi appréciée.

(Suite à la page 3)

(Suite de la page 2)

Ainsi, le calendrier vous propose de la marche nordique le mercredi; quoi de mieux que de s'activer, tout en profitant de la fraîcheur et des couleurs automnales? Puis, en primeur, quelques nouveautés toujours selon vos commentaires : ateliers de danse et cours d'informatique débutant en octobre.

Maintenant, discutons « carte de membre » pour l'année 2017. Elle sera de 20 \$ et inclura la majorité des activités. Pas mal, non? La programmation plus élaborée, telle que sorties et repas sociaux, sera payante. Cependant, le coût sera gardé à un niveau raisonnable. En plus, vous bénéficierez d'un meilleur prix en tant que membre par rapport aux non-membres. La carte de membre n'inclura plus de repas gratuits pour les anniversaires, mais nous vous enverrons un message personnalisé pour le souligner.



Vous pourrez vous procurer une nouvelle carte de membre pour 2017 ou renouveler celle existante, dès le début novembre. Surveillez en novembre notre table de renouvellement à la Place Saint-Laurent ou communiquer directement avec la coordonnatrice du CPA au 416-365-3350, poste 222.

Donc, voilà le résultat de notre première consultation. Nous communiquerons de nouveau avec vous en début d'année 2017 pour continuer notre conversation.

Bon automne!

## VIVRE PLEINEMENT SA VIE!

Profitez de cette toute nouvelle formation amusante et conviviale, offerte par l'Association canadienne pour la santé mentale, en huit séances de 90 minutes chacune à raison d'une fois par semaine.

Ce programme aide toute personne à apporter des changements dans sa vie. Les participants (es) apprennent à gérer leurs émotions telles que le ras-le-bol, l'inquiétude ou le désespoir pour acquérir les compétences nécessaires en vue d'aborder les problèmes de la vie. Développée selon les principes de la thérapie cognitivo-comportementale, cette approche reconnue nous aide à mieux comprendre l'interdépendance entre nos expériences, nos pensées, nos émotions et nos comportements.

**Quand :** Le mardi, du 27 septembre au 29 novembre 2016, de 18 h à 19 h 30

**Endroit :** Centres d'Accueil Héritage, 33 Hahn Place, Toronto

**Coût :** Gratuit

**Information et inscriptions :** [hroussel@cmhato.org](mailto:hroussel@cmhato.org)  
416-789-7957 poste 3342



**Association canadienne  
pour la santé mentale**  
*La santé mentale pour tous*

## REPAS SOCIAL

**À table pour le tout 1<sup>er</sup> repas social de la saison!**

**Mercredi 14 septembre à 12 h**

Quoi de mieux pour souligner la rentrée que de nous rassembler et d'avoir du bon temps ensemble autour d'une bonne table!

**Coût du repas :**

- Membres du CPA : 10 \$
- Non-membres : 15 \$

**Apportez votre vin!**

**Inscrivez-vous sur la liste dès maintenant!**



## MARCHE NORDIQUE

**Première rencontre le mercredi 14 septembre à 16 h pour une 1<sup>re</sup> formation**

Mettez-vous au goût de la marche au rythme accéléré des pays scandinaves!

Nous fournissons les bâtons, vous fournissez les poumons!

**Inscriptions auprès de Sally, poste 222**



## ATELIERS DE DANSE AVEC EMILYN STAM

**Vendredi à 16 h dès le 16 septembre**

Offrez-vous une escapade en France tout en apprenant les danses populaires de ses diverses régions au son de l'accordéon!

**Inscriptions auprès de Sally, poste 222**



## SOYEZ DE NOUVEAU ZEN CET AUTOMNE!

**Jeudi à 11 h**

Profitez des cours de yoga pour améliorer votre posture et votre bonne forme!

**Pour de plus amples renseignements, consultez Sally au poste 222**



# MOMENTS FORTS

## GRANDS MOMENTS EN SEPTEMBRE

### Pause-café : Fête du Travail

Vendredi 2 septembre à 15 h

Qui dit fête du Travail, dit temps de la rentrée et retour de l'automne!

Venez donc vous réchauffer autour d'un bon café!



### Magasinage

Jeudi 8 et jeudi 22 septembre, à 10 h

Besoin de faire votre magasinage d'automne? Joignez-vous à nous! Participation de 10 \$ pour défrayer les coûts de transport.

Inscrivez votre nom sur la liste dès maintenant!



### Barbecue sur la terrasse

Jeudi 8 septembre et jeudi 22 septembre à 17 h 30

Hot dog, chips et boisson 5 \$

Hot dog supplémentaire 2 \$



### Visites amicales à Bendale Acres

Lundi 12 septembre et lundi 26 septembre, à 13 h

Venez faire du bien à nos aînés de Bendale! Si vous avez un peu de temps, joignez-vous à nous pour leur rendre visite. Nous organisons le transport et nous partons tous ensemble.



## ACTIVITÉS RÉGULIÈRES AU CPA

Tous les jours	Pause-café à 15 h
Du lundi au vendredi	Mise en forme de 10 h 15 à 11 h, sauf jeudi
<b>Les lundis</b>	<b>Bridge à 13 h et bingo à 18 h 30</b>
Les mardis	Scrabble à 13 h et cours d'anglais à 14 h 30
<b>Les mercredis</b>	<b>Messe de 11 h 15 à 12 h</b>
Les jeudis	Cours d'anglais à 14 h
Les dimanches	Aquarelle à 15 h

## Calendrier de septembre 2016

### Septembre 2016

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5 <b>Jour férié</b>	6 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Massage shiatsu 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h	7 Mise en forme 10h15 Messe 11h15 Pause-café 3h	8 Magasinage 10h Pause-café 3h Yoga 1h Cours d'anglais 2h	9 Mise en forme 10h15 Pause-café 3h	10 Pause-café 3h	11 Aquarelle 3h Pause-café 3h
12 Mise en forme 10h15 Bridge 1h Bendale 1h Pause-café 3h Bingo 6h30	13 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h	14 Messe 11h15 <b>Repas social 12h</b> Marche nordique 4h	15 Yoga 1h Cours d'anglais 2h Pause-café 3h	16 Mise en forme 10h15 Pause-café 3h Danse 4h <b>*nouveau</b>	17 Pause-café 3h	18 Aquarelle 3h
19 <b>Sortie cueillette de pommes 10h</b> Mise en forme 10h15 Bridge 1h - Pause-café 3h Bingo 6h30	20 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h	21 Mise en forme 10h15 Messe 11h15 Pause-café 3h Marche nordique 4h	22 Magasinage 10h Yoga 1h Cours d'anglais 2h Pause-café 3h <b>Dernier BBQ de la saison 5h30</b>	23 Mise en forme 10h15 <b>Pause-café: Journée des Franco-Ontariens 3h</b>	24 Pause-café 3h	25 Aquarelle 3h Pause-café 3h
26 Mise en forme 10h15 Bridge 1h Bendale 1h Pause-café 3h Bingo 6h30	27 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h <b>Vivre pleinement sa vie 6h *nouveau</b>	28 Mise en forme 10h15 Messe 11h15 Pause-café 3h Marche nordique 4h	29 Yoga 1h Cours d'anglais 2h Pause-café 3h	30 Mise en forme 10h15 Pause-café 3h Danse 4h		

## Calendrier d'octobre 2016

Octobre 2016

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
3 Mise en forme 10h15 Bridgè 1h Quartier chinois 1h Pause-café 3h Bingo 6h30	4 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h Vivre pleinement sa vie 6h	5 Mise en forme 10h15 Messe 11h 15 Pause-café 3h Marche nordique 4h	6 Magasinage 10h Yoga 11h Cours d'anglais 2h Pause-café 3h	7 Repas de l'Action de grâce 12 h	8 Pause-café 3h	9 Aquarelle 3h Pause-café 3h
10 Jour Férié	11 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h Vivre pleinement sa vie 6h	12 Mise en forme 10h15 Messe 11h15 Pause-café 3h Marche nordique 4h	13 Cours d'anglais 2h Yoga 11h Pause-café 3h	14 Mise en forme 10h15 Pause-café 3h Danse 4h	15 Pause-café 3h	16 Aquarelle 3h Pause-café 3h
17 Mise en forme 10h15 Bridgè 1h Bendale 1h Pause-café 3h Bingo 6h30	18 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h Vivre pleinement sa vie 6h	19 Mise en forme 10h15 Messe 11h15 Pause-café 3h Marche nordique 4h	20 Magasinage 10h Yoga 11h Cours d'anglais 2h Pause-café 3h	21 Mise en forme 10h15 Pause-café 3h Cours d'ordinateur 3 h Nouveau	22 Pause-café 3h	23 Aquarelle 3h Pause-café 3h
24 Mise en forme 10h15 Bridgè 1h Sortie IKEA Pause-café 3h Bingo 6h30	25 Mise en forme 10h15 Scrabble 1h Cours d'anglais 2h30 Pause-café 3h Vivre pleinement sa vie 6 h	26 Mise en forme 10h15 Messe 11h15 Pause-café 3h Marche nordique 4h	27 Yoga 11h Cours d'anglais 2h Pause-café 3h	28 Mise en forme 10h15 Pause-café 3h Danse 4h	29 Pause-café 3h	30 Aquarelle 3h Pause-café 3h
31 Mise en forme 10h15 Bridgè 1h Bendale 1h Pause-café partage: Halloween 3h						

## GRANDS MOMENTS EN SEPTEMBRE (SUITE)

### Cueillette de pommes à la ferme Pingle's

**À NE PAS MANQUER !!!**

Lundi 19 septembre toute la journée, départ à 10 h

Faites le plein d'air pur et frais tout en faisant vos provisions de pommes pour l'hiver!



Apportez votre dîner et votre argent pour profiter de toutes les délices du marché de la ferme Pingle's!!! Assurez-vous de porter de bons vêtements chauds et des souliers confortables. Participation de 10 \$ pour défrayer les coûts de transport.

Inscriptions auprès de Sally, poste 222

## GRANDS MOMENTS EN OCTOBRE

### Cours d'anglais

Mardi 14 h 30 et jeudi à 14 h

Mettez-vous à la langue de Shakespeare



Inscrivez votre nom sur la liste dès maintenant!

### Magasinage

Jeudi 6 et jeudi 20 octobre, départ à 10 h

À vos marques, soyez prêt, partez! C'est le temps de profiter du service de transport mis à votre disposition pour aller faire vos achats au coût de 10 \$.

### Cours d'informatique

Vendredi 21 octobre à 15 h

Venez parfaire vos connaissances informatiques en découvrant la magie de l'Internet, de Skype et de YouTube.

Inscriptions auprès de Sally, poste 222



Inscrivez votre nom sur la liste dès maintenant!



### Pause-café partage : Halloween

Lundi 31 octobre à 15 h

Joignez-vous à nous pour célébrer l'Halloween, cette fête qui n'a pas d'âge! N'oubliez pas de venir déguisés et d'apportez vos friandises pour que nous puissions les partager et les déguster ensemble.



## GRANDS MOMENTS EN OCTOBRE (SUITE)

### Promenade dans le quartier chinois de Toronto

Lundi 3 octobre, départ à 13 h

Venez vous dépayser quelques heures avec nous lors de notre balade en TTC dans le Chinatown de Toronto.

Inscrivez votre nom sur la liste dès maintenant!



### Ateliers de danse avec Emilyn Stam

Vendredi 14 et vendredi 28 octobre à 16 h

Offrez-vous une escapade en France tout en apprenant les danses populaires de ses diverses régions au son de l'accordéon!

Inscriptions auprès de  
Sally, poste 222



## RENCONTRE AVEC MADAME MARIE-DOMINIQUE POIROT



Au mois d'août dernier, j'ai su prendre par surprise et surtout par les papilles gustatives les membres du personnel et les clients de CAH! En effet, j'ai décidé de célébrer mon premier anniversaire comme résidente de la Place St-Laurent en offrant à ma belle communauté un buffet garni de bonnes gâteries. Après tout, la bonne bouffe, c'est ma passion!

Je connaissais déjà bien Place Saint-Laurent puisque je participais déjà aux activités du Service de jour, mais venir y vivre a été une toute autre étape à franchir! Je dois avouer qu'il n'a pas été facile au départ de me départir de plusieurs de mes affaires personnelles pour pouvoir être en mesure d'emménager dans un plus petit appartement. Quelle agréable surprise, par contre, quand je me suis retrouvée dans mon appartement avec une vue imprenable sur les arbres d'un côté et sur la ville de l'autre!

Depuis que j'habite au 33 Hahn Place, mes enfants ont l'esprit tranquille et ils sont contents de me savoir ici. Moi aussi d'ailleurs je me sens rassurée, parce que je fais souvent des chutes imprévues... Il fait bon de me sentir aussi bien entourée, sachant que je peux compter en tout temps, 24/7 comme on dit maintenant, sur une équipe de préposés. Plus d'une fois, cette équipe du tonnerre a su me sortir du pétrin de manière très professionnelle!

Je me sens également entourée, car quand je suis au Service de jour je me sens à la maison. Les animateurs savent créer une belle ambiance qui fait en sorte qu'on passe du bon temps ensemble! J'apprécie tout simplement la compagnie, autant des autres clients que celle des animateurs; on s'amuse, on rigole, on plaisante et on fait même de l'exercice pour rester actif!

## COIN JARDINAGE AVEC MARIE CADMAN

**V**oilà! L'automne est déjà arrivé avec toutes ses belles couleurs. Les jours raccourcissent et le fond de l'air est de plus en plus frais. Le beau temps chaud et ensoleillé de cet été nous a vraiment gâtés en nous offrant une récolte extraordinaire! Ça vraiment valu le coup de faire autant d'efforts pour enlever les mauvaises herbes et arroser notre jardin, qui a su mettre de la joie à CAH!

Si vous avez des légumes en trop, faites-en profiter vos amis ou congelez-les. Cet hiver, vous en serez reconnaissant! N'oubliez pas non plus de faire sécher les herbes aromatiques, telles que la menthe pour la tisane ou encore le thym, le romarin, l'origan pour aromatiser vos plats et vos soupes! Célébrons donc l'Action de grâce en remerciant Dieu ou Mère Nature de nous avoir donné la joie de récolter le fruit de nos labeurs et d'avoir pu partager nos récoltes. Prenons également le temps d'être reconnaissants pour toutes les choses positives de notre vie, la paix dans notre pays, la sécurité de notre immeuble et la belle ambiance qui y règne, l'entraide entre les clients, les bénévoles et les employés et bien sûr notre famille et nos amis.



## TÉMOIGNAGE : RENCONTRE AVEC BINTOU, OCTAVIE ET AMINATA



**Tout un honneur que de contribuer à la formation du personnel de première ligne pour mieux contribuer à l'épanouissement de plus d'aînés à Toronto!**

Notre rôle en tant que préposées aux soins a bien évolué depuis les dernières années en raison des divers progrès réalisés dans le domaine des soins de la santé. De plus en plus, nous devons offrir des services de soutien à domicile à des personnes atteintes de conditions plus complexes et qui sont plus âgées que par le passé. Tout un défi que nous pouvons relever grâce au programme de formation continue que CAH a mis en place pour que nous puissions offrir des services de haute qualité à tous nos clients.

On pourrait dire que nous sommes devenues des expertes dans le domaine et que CAH est reconnu pour la qualité de ses services! En tout cas, c'est ce que pense le RLISS du Centre-Toronto qui reconnaît et qui valorise notre expérience. En effet, dans le cadre du site Web de formation portant sur la gestion des médicaments pour le personnel de première ligne, le RLISS a fait appel à notre expertise pour mieux comprendre les besoins réels de nos clients, auxquels nous devons répondre au quotidien, par rapport à la prise de leurs médicaments pour ainsi formuler des recommandations réalistes.

Non seulement nous sommes fières que notre expertise soit reconnue, mais surtout que notre expérience puisse profiter à l'ensemble du personnel de première ligne du Centre-Toronto.

## INVITATION DE MICHÈLE BRENNAN

Saviez-vous que parmi tous les services offerts à la Place Saint-Laurent, nous avons le privilège de pouvoir nous recueillir en tout temps, peu importe notre religion, dans la chapelle située au local 803? Pour la communauté chrétienne, il s'agit d'un endroit de prédilection où l'on peut sentir la présence réelle de Jésus dans le tabernacle et y réciter le chapelet ensemble, du lundi au vendredi, à 17 h. Chaque mercredi à 11 h 15, nous avons également le privilège de pouvoir assister à la messe célébrée par le père Thong Pham, prêtre dominicain. Chaque semaine, 20 à 30 personnes sont heureuses de pouvoir ainsi participer à la vie de l'église.



Il est bon de rappeler qu'à la messe, Jésus est vraiment sur l'autel vivant, qu'il désire nous associer à son sacrifice et que nous devenons unis à la personne du Christ dans l'Eucharistie. C'est notre nourriture spirituelle que nous ne pouvons pas recevoir autrement. C'est aussi le signe de notre union à la grande communauté des croyants. C'est pourquoi nous demandons aux ministres de la communion de porter l'Eucharistie aux malades. Nous invitons donc tous les membres de notre grande communauté de CAH à profiter de notre chapelle. Il s'agit d'un endroit bien à nous, pour nous, pour que nous puissions nous y recueillir ou venir y prier.

## ASTUCES ALIMENTAIRES PAR LÉONARD DESMARAIS, COORDONNATEUR DU SERVICE ALIMENTAIRE

Avec l'arrivée de l'automne et surtout à l'approche de l'Halloween, il est très facile de se laisser tenter par toutes les petites gâteries, autant sucrées que salées, que nous avons supposément achetées pour les enfants... Rappelez-vous cependant que toutes ces friandises doivent être consommées avec modération et qu'elles sont loin de constituer de saines collations. Après tout, la modération a toujours meilleur goût!



Comme vous le savez déjà, il est fortement recommandé pour tout le monde, encore plus pour les personnes âgées, de manger des collations à haute teneur en fibres pour nous permettre de tenir le coup jusqu'au prochain repas. Choisissez des amandes, des raisins secs, du yogourt, du fromage cottage, du beurre d'arachide, de l'hummus ou encore des fruits et des légumes plutôt que des croustilles ou des bonbons. Non seulement c'est mieux pour votre santé, mais surtout vous verrez votre niveau d'énergie monter en flèche!

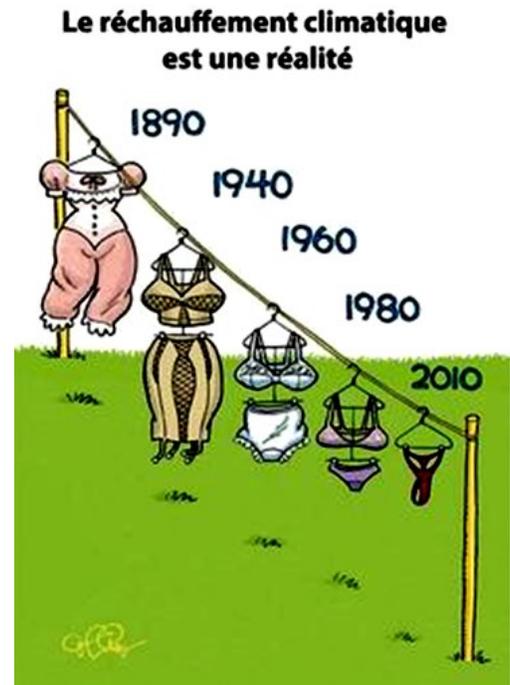
## COIN SANTÉ AVEC CLARISSE WOUNGANG : GESTIONNAIRE DE CAS

La saison de la grippe est à nos portes! Il faut donc prendre des précautions pour ne pas tomber malade. Pour se protéger contre la grippe, il n'y a rien de sorcier! Il suffit simplement de se faire vacciner chaque année contre la grippe et de :

- se laver les mains régulièrement;
- s'alimenter sainement;
- réduire sa consommation d'alcool, de sucre et de caféine;
- faire de l'exercice régulièrement;
- dormir suffisamment et, au besoin, de trouver des moyens de réduire son niveau de stress.



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



Mon **premier** invite la gorge.  
 Mon **deuxième** est un oiseau noir et blanc.  
 Mon **tout** est un jouet d'enfant.

Tourpie



## 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

Clarisse Woungang, bureau 205 **poste 233**  
 Georgette Manéna, bureau 205 **poste 264**  
 Julie Nisin, bureau 104 **poste 226**  
 Équipe des préposés **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 communication **poste 242**

### Service d'aide à domicile

CPA **poste 222**  
 Service de jour **poste 237**  
 Logement : Alanna Fletcher **poste 232**  
 Factures : Jean Tété **poste 242**  
 Sécurité : **poste 249**  
 Cellulaire : **416-990-9685**

### LA GAZETTE - COMMUNICATIONS

Pour partager avec tous une info, appelez Christelle, **poste 244** ou par courriel à [classeur@caheritage.org](mailto:classeur@caheritage.org)