

Journal L'Express



**FÉMINISTES
DE TOUTES
NOS FORCES**

Journée
internationale
des droits
des femmes
2020

Collectif 8 mars

Sommaire

Mot de la direction

Page 2

À ne pas manquer

Pages 3-4

Volet activités

Page 5

Enjeux de société

Page 6

Bénévolat & Café

Page 7

Babillard

Page 8

Place aux membres

Pages 9-10

Bulletin Board

Page 11

L'équipe de l'Express

Collaboratrices: Alejandra Herida, Caroline Lussier, Émilie Laplante, Hélène Lapierre, Stéphanie Lambert,
correcteurs : Bénévole

Impression: Chantal Arseneault

On peut obtenir une copie papier au centre ou consulter la version électronique sur le site web : www.cvmlasalle.org

Centre du Vieux Moulin de LaSalle

7644 rue Édouard (angle 4ième ave), bureau 210
LaSalle, Québec H8P 1T3
Téléphone: 514-364-1541
Télécopieur: 514-364-6565

Administration: De 08h30 à 16h30
Du lundi au vendredi
Café des aînés: De 07h30 à 15h00
Du lundi au vendredi



En ce mois de mars, il y a beaucoup d'effervescence dans la place. Encore une fois, vous avez de belles activités au programme dans cette édition de l'Express.

Nous sommes déjà en train de planifier la nouvelle programmation de cours et d'ateliers des sessions printemps-été ainsi que celle de l'automne dont la sortie est prévue au début du mois d'avril. Il y a également, le Festival de Théâtre et des Arts qui se prépare et arrive vite du 23 au 26 avril 2020. Au niveau des ressources humaines, ça bouge légèrement, car nous avons un remplacement de la cuisinière au Café des aînés pour une période de 6 à 10 semaines et nous accueillons une nouvelle ressource permanente au sein de l'équipe administrative.

Le 8 mars, ce sera la journée internationale de la femme et j'aimerais en profiter pour souligner le travail extraordinaire de l'équipe d'employées et des professeures du CVML qui est majoritairement constituée de femmes.

Votre passion et votre dévouement pour la mission de l'organisme sont palpables au quotidien. Merci de contribuer au bien-être des aînés de la communauté et de former une équipe soudée, toujours prête à relever tous les défis. Merci aussi aux femmes qui sont membres, bénéficiaires et bénévoles de l'organisme qui font la différence autour d'elles.

Mars, c'est aussi la semaine des popotes roulantes menée par le regroupement provincial pour les popotes roulantes et autres services alimentaires bénévoles. Ici, nous avons une popote roulante à raison de trois jours semaine tout au long de l'année. Ce service essentiel est offert aux personnes en légère perte d'autonomie du territoire afin de leur permettre de demeurer le plus longtemps possible chez eux. Ce service requiert un grand nombre de bénévoles pour en assurer le bon fonctionnement. Je vais profiter de cette occasion pour remercier et souligner le dévouement et la fidélité des bénévoles de la popote roulante du Vieux Moulin. Les bénéficiaires sont toujours reconnaissants de votre bonté, car pour certains, vous êtes l'unique visite hebdomadaire. Vos yeux sur le terrain permettent à notre organisme d'assurer une vigilance auprès de cette clientèle.

Hélène Lapierre
Directrice générale

Une aide-cuisinière précieuse



Félicitations à Sylvie Chiasson pour ses 5 ans comme aide-cuisinière au Centre du Vieux Moulin. Son énergie et sa créativité apportent une touche chaleureuse au Café des aînés. Nous espérons pouvoir compter sur ta présence pour encore au moins 5 ans.

Conditions routières difficiles

Nous nous sommes penchées sur la question du service de transport du Moulin Bus lors des tempêtes hivernales. Lorsque les conditions routières sont dangereuses ou que l'accumulation de neige nuit aux déplacements, nous préférons annuler le service de transport Moulin Bus pour la sécurité de tous.

Advenant le cas où le service sera suspendu, les usagers seront avisés par téléphone. L'autobus reprendra du service, lorsque nous considérons que les risques sont minimes.

Nous vous remercions de votre compréhension. La sécurité avant tout.



Projet rapprochement culturel



Nous sommes un groupe d'étudiants à l'université de Sherbrooke à la Maîtrise en Médiation interculturelle. Nous comptons faire des **capsules vidéo racontant des histoires de couples interculturels**. Les récits recueillis seront préparés pour les activités du Centre du Vieux Moulin de LaSalle.

Pour ce faire, nous lançons un appel de participation aux couples intéressés. Vous avez vécu ou vous vivez une histoire d'amour où les cultures se côtoient? Vous souhaitez partager vos réalités? Participez à notre projet qui rendra hommage à votre récit de vie de couple.

Pour plus d'information :

Écrivez- nous aux adresses courriel suivantes : Lorena.garrido@usherbrooke.ca Ou Hajer.ben.mariam@usherbrooke.ca

Ou appelez-nous sur le 514-802 2083, le 514-606 3177 ou sur le 438-922 9038.

Possibilité de faire les entrevues dans les langues suivantes : français, anglais, arabe et espagnol.

Encore quelques places disponibles pour la clinique d'impôt

Les critères d'admissibilité sont déterminés par les gouvernements, à savoir:

- Personne seule: revenu annuel maximal de 25,000\$
- Couple: revenu annuel maximal de 30,000\$.
- De ces montants, il ne peut y avoir plus de 1000\$ d'intérêts de placements et dividendes et les propriétaires ne sont pas éligibles.

Toutes les personnes intéressées par ce service doivent prendre rendez-vous dès maintenant

[Prendre rendez-vous par téléphonez au 514-364-1541](tel:514-364-1541)

Dîner communautaire

10 mars 2020 à 12h00

Au menu :

Dîner style brunch (Cabane à sucre, omelette, jambon, saucisses, légumes)
Dessert et breuvage inclus

Vous pouvez vous procurer votre billet à la réception.
Pour membre seulement



Pour ceux et celles qui apportent leur lunch et qui souhaite participer quand même à l'activité de groupe dans le Café, vous devez nous aviser pour réserver votre place et un coupon spécial vous sera remis pour bien vous identifier.

Nouvelle date : Rencontre d'information Comprendre le Parkinson



Dû à la tempête de neige du 7 février dernier la rencontre avec la société du Parkinson a été déplacé

Venez poser vos questions et apprendre davantage sur la maladie du Parkinson :

Date: Vendredi 20 mars 2020

Heure: 10h00

Locale: 211

Veuillez réserver votre présence à la réception ou par téléphone 514-364-1541

Rappel rencontre d'information : Revenu Canada

Voici quelques sujets qui seront abordés:



Agence du revenu
du Canada

- Frais médicaux;
- Dépenses pour l'accessibilité domiciliaire;
- Fractionnement du revenu de pension;
- Crédit d'impôt pour personnes handicapées (CIPH);
- Montant canadien pour aidants naturels;
- Arnaques;
- Service d'aide en impôt- Programme des bénévoles;

Vous pourriez bénéficier d'information qui pourrait améliorer votre situation.

Inscrivez-vous dès maintenant par téléphone au 514-364-1541 ou à la réception (210)

Date: Mardi 3 mars 2020

Heure: 9h30

Locale: 211

Ligue du Vieux Poêle



Thème de la rencontre: « Trains et Hyperloop » beau voyage du passé au futur proche

Mardi 10 mars 2020, à 9h30 au local 211

La rencontre sera suivie du dîner communautaire, n'oubliez pas de réserver votre billet.

* La ligue du Vieux Poêle est un groupe de socialisation pour homme qui se rencontre mensuellement. Si vous souhaitez rejoindre cette activité vous pouvez donner votre nom à Stéphanie, intervenante au 514-364-1541.

C'est déjà le temps de vous réinscrire

C'est maintenant le temps de renouveler votre carte de membre et vous réinscrire pour vos cours de la session d'automne et printemps 2020. Restez à l'affût des nouveautés. La programmation sera disponible à partir du mois d'avril.

PÉRIODE DE RÉINSCRIPTION AUTOMNE 2020

Pour les personnes déjà inscrites dans les cours et ateliers de la session hiver 2020 et qui désirent se réinscrire le même jour à la même heure : Les groupes du vendredi - à partir du **vendredi 3 avril 2020**. Les groupes du lundi au jeudi - du **6 avril au 10 avril 2020**

INSCRIPTION POUR LA SESSION AUTOMNE 2020

Pour les personnes qui veulent changer de cours/atelier(s) et les nouveaux membres résidant à LaSalle : **De lundi 20 avril au jeudi 23 avril 2020**

Les inscriptions seront ouvertes à toutes les personnes de 50 ans et plus : **À partir du 24 avril 2020**

INSCRIPTION POUR LA SESSION PRINTEMPS /ÉTÉ 2020

La session printemps/été vous permet de poursuivre vos activités ou d'essayer de nouvelles activités. Il y aura des cours qui auront lieu à l'extérieur sur le bord de l'eau ou sinon dans nos locaux désormais climatisés. Restez à l'affût des nouveautés pour saison printemps/été à **partir du 6 avril 2020**

Arrêt temporaire de l'info-membre par courriel

Veuillez prendre note que notre info-membre par courriel est arrêté pour se refaire une beauté et pour une migration vers un autre programme d'exploitation. Il devrait reprendre du service d'ici la fin mars 2020. Vous pouvez voir les menus du Café des aînés et les repas congelés sur la page Facebook ainsi que sur notre site Internet: www.cvmlasalle.org. Pour les activités, consultez votre copie du journal L'Express.

Festival de théâtre et des arts 2020

Notre rendez-vous culturel annuel arrive en grand. Réservez les dates à vos agendas pour ne pas manquer cet événement rassembleur qui souligne le travail et le talent des artistes du Centre du Vieux moulin.

Théâtre, chorale, exposition & expo-vente

Du jeudi 23 au dimanche 26 avril 2020

Température dans les locaux

Plusieurs d'entre vous nous ont mentionné que la température dans les locaux est parfois inadéquate. Sachez que nous sommes à l'écoute de vos commentaires et que nous prenons la situation au sérieux. Le nouveau système en place prend plus de temps que prévu à se stabiliser. Chaque fois que vous nous avez partagé votre inconfort dû à la température dans les locaux, nous avons transmis les détails aux gestionnaires. Nous devons collaborer avec les différents locataires dans la bâtisse ainsi qu'avec l'arrondissement LaSalle. Nous continuons de travailler sur le dossier afin d'améliorer la situation pour que tout le monde soit à l'aise dans l'immeuble et puisse pratiquer leurs activités dans un contexte agréable.



Merci de votre compréhension !

Journée internationale des droits des femmes

La Journée internationale des femmes a lieu le 8 mars de chaque année. La FFQ profite de cette journée pour célébrer le chemin parcouru par les femmes pour l'atteinte de l'égalité. Le 8 mars est une journée de fierté pour les femmes, mais elle est aussi une occasion pour souligner la pertinence des luttes féministes, ici comme ailleurs. Alors que les femmes ont fait de nombreux gains, les discriminations et les violences que subissent les femmes sont toujours très présentes dans nos sociétés. Le 8 mars est un moment pour faire entendre des voix féministes sur les enjeux sociaux, politiques, économiques et culturels.



(source: <https://ffq.qc.ca/participer-actions/8-mars/>)

Refuser L'AUGMENTATION DE LOYER, c'est votre droit



Déjà se profile à l'horizon la période des augmentations de loyer. Que vous soyez locataire d'un logement conventionnel ou en résidence privée pour aînés (RPA), vous avez tout intérêt à connaître vos droits, dont celui de refuser l'augmentation. « Beaucoup de gens croient qu'ils n'ont que deux possibilités au moment de recevoir leur augmentation de loyer : l'accepter ou déménager. Or, il y a une troisième voie : refuser l'augmentation et demeurer dans le logement.

Comment savoir si une augmentation est abusive ?

« Il faut tenir compte du taux d'ajustement de la Régie du logement, du taux de variation des taxes, du coût des travaux majeurs s'il y a lieu, etc. Votre comité logement ou votre association de locataires

vous aidera à y voir plus clair. »

Quels documents doit fournir le locataire pour prouver que l'augmentation demandée est abusive ?

« Le fardeau de justifier la hausse de loyer est uniquement sur les épaules du propriétaire. Vous devez toutefois être présent au moment de l'audience. Au besoin, un représentant de votre comité logement peut vous aider à vous préparer à l'audience.»

Est-ce qu'un locataire a des recours si le prix du loyer reste stable mais que le coût des services monte en flèche ?

« Il peut refuser une augmentation abusive du coût des services au même titre qu'une augmentation induite du loyer. Si une entente n'intervient pas entre le propriétaire et le locataire, le propriétaire devra faire ouvrir un dossier à la Régie et prouver que la hausse du coût des services est justifiée.

Si vous souhaitez obtenir plus d'information vous pouvez contacter le comité logement Lachine-LaSalle au 514-544-4294 ou vous pouvez vous adresser à une intervenante du Centre du Vieux Moulin.

Mars, mois de la nutrition

Le Mois de la nutrition est planifié et mis en œuvre par Les diététistes du Canada depuis plus de 30 ans, en mars. Le principal objectif de la campagne est de sensibiliser le public à l'importance de la saine alimentation en présentant les diététistes comme étant la source la plus crédible pour de l'information sur les aliments et la nutrition.

Le thème de la campagne 2020 :

Au-delà des aliments – La façon dont vous mangez compte aussi!



Nous sommes présentement à la recherche de personnes pour faire parti de notre base de références professionnelles.

Que vous soyez:

- ❖ Dame de compagnie
- ❖ Podiatre
- ❖ Homme à tout faire
- ❖ Femme de ménage
- ❖ Comptable
- ❖ Préposé aux bénéficiaires
- ❖ Coiffeur
- ❖ Et plus encore...



Grâce à vous, nous pourrions proposer les ressources nécessaires à domicile dans le but de prolonger l'autonomie des aînés et améliorer leur qualité de vie.

Venez nous rencontrer au Centre du Vieux Moulin de LaSalle, 7644 rue Édouard. Demandez Alexandra 514.364.1541.

We are currently looking for candidates to be part of our professional references.

Whether you are:

- ❖ Companion
- ❖ Podiatrist
- ❖ Handyman
- ❖ Housekeeper
- ❖ Accounting
- ❖ Beneficiary attendant
- ❖ Hairdresser
- ❖ And more...



Thanks to you, we could offer the resources required for home care support for seniors in LaSalle in order to extend their autonomy and improve their quality of life.

Come and meet us at The Community Centre of Vieux Moulin de LaSalle, 7644 rue Édouard. Ask for Alexandra 514.364.1541.

À la recherche de nouvelles idées

Vous avez une idée d'activité ou de cours et ateliers? Vous pouvez en tout temps nous faire part de vos recommandations ou de vos suggestions.

Pour ce faire:

1. Boîte à suggestion
2. Sondage en ligne ([cliquer ici](#))
3. Directement avec Émilie au bureau 210

Par ailleurs, il est toujours possible de vous impliquer dans l'organisation et la mise sur pied de nouvelles initiatives. [Vous pouvez communiquer avec Émilie au 514 364-1541, ou en personne au bureau 210 ou par courriel à \[projet2@cvmlasalle.org\]\(mailto:projet2@cvmlasalle.org\)](#)

Nouvelle recrue dans l'équipe

Le lundi 9 mars prochain, nous avons le plaisir d'accueillir au sein de notre équipe Pascale Morin. Elle sera la nouvelle responsable administrative des services communautaires pour aînés. Son mandat sera de coordonner les services de maintien dans la communauté ainsi que la ressource bénévole. Une période de transfert de connaissance est prévue dans les premières semaines. Nous comptons sur votre belle collaboration. Elle est une personne très organisée, de confiance et possède une forte expérience en gestion administrative et en ressources humaines.

Nous lui souhaitons la plus cordiale des bienvenues et longue vie au sein de notre organisation.

Où sont les verres d'eau et les tasses du Café des aînés ?

Depuis la session d'automne, nous avons mis à disposition une cruche d'eau avec des verres pour diminuer l'utilisation des bouteilles d'eau à usage unique. Nous avons remarqué que plusieurs de nos verres disparaissent et même des tasses à café. Nous vous demandons votre collaboration pour respecter le matériel du Centre. Lorsque vous empruntez un verre d'eau, nous vous demandons de le laisser au Café. Il est strictement interdit de sortir la vaisselle du Café des aînés.



Merci de votre compréhension

Vous êtes âgés entre 65 ans et 80 ans ?

Ce projet pourrait vous intéresser



Une équipe de chercheur (Geri-PARTy) travaille présentement sur les troubles gériatriques de l'humeur à l'Hôpital général juif. À l'heure actuelle, il offre un traitement alternatif pour aider les personnes âgées souffrant de dépression. Leur équipe, Geri-PARTy se concentre sur la recherche et la mise en œuvre de meilleures façons d'apporter des programmes corps-esprit à la communauté pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale. Ils sont présentement à la recherche de femmes et hommes âgés entre 60 et 85 ans qui souhaitent essayer de nouvelles méthodes pour soulager les symptômes de dépression.

Le projet commence au printemps 2020

Une compensation sera offerte

Douglas Hospital: 6875 Boulevard LaSalle, Verdun, QC H4H 1R3

Pour plus d'informations:

Rim Nazar, MSc-Coordinatrice de recherche : (514)340-8222, ext. 25205 ou (514) 467-5047

Avez-vous votre carte ?

Le Canadian Tire de LaSalle vous offre une carte de rabais de 10% applicable sur tous les achats sauf pour les cartes cadeaux.

Vous pouvez vous procurez votre carte à la réception. Fait à noter que la carte est applicable au Canadian Tire de LaSalle seulement.

Faites-vite quantité limitée



Prédire l'efficacité de la physiothérapie du plancher pelvien

Il y a présentement un projet de la Chaire de recherche du Canada en santé urogynécologique et vieillissement qui tente de recruter des femmes de 18 ans et plus souffrant d'incontinence urinaire pour une étude portant sur la rééducation du plancher pelvien.

Avantages liés à la participation ?

Matériel remis : 1. Fiches informatives utilisées pour l'enseignement des astuces permettant de prévenir et traiter l'incontinence urinaire.

2. Programme d'exercices des muscles du plancher pelvien.

Intervention:

1. Accès immédiat à des traitements gratuits de physiothérapie.
2. Évaluation et traitement par des physiothérapeutes expérimentés avec une formation universitaire post-graduée en rééducation des muscles du plancher pelvien.



Pour plus d'information :

Téléphone : (514)-340-3540 poste 4825 ou 4129 ou Courriel : labodumoulin@gmail.com

L'AMOUR

Aimer est le plus beau des verbes

Qui existe dans le vocabulaire

Par sa beauté, sa joie, sa verve

Il porte en lui toute l'énergie de l'univers

Il est infini, car il n'a ni borne, ni frontière

Dès l'aube de la vie, jusqu'à sa nuit

Il ne cesse de répandre son joyeux message

"Vivez, chantez, soyez heureux, mais aimez..."

Il sème la vie, et le monde s'épanouit

Partout sur son passage

Ragaillardi, nourri, imprégné par son énergie

Tout se transforme comme par magie

Refleurissent et s'embellissent les paysages

Grandit la joie illuminant les visages.

L'Amour est don de soi

Ne parle plus juste du Moi

Il ouvre des portes sur la vie

Pour celui ou celle qui en a envie

Son participe présent, "aimant"

Attirant par son pur enchantement

Nous invite et nous convie

Au présent même, à vivre

d'Amour

Pour remplir et combler nos jours

Du bonheur tant recherché

Délicats flocons de tendresse

Grisant l'âme d'une douce caresse

Les cœurs s'éveillent émerveillés

Pour se donner à la joie d'aimer et d'être aimé.

Nicole Groleau



Coin des gourmands

1 ou 2 c. à soupe d'eau (au besoin)

BOULES D'ÉNERGIE



INGRÉDIENTS

- 1 tasse d'amandes crues
- 1/2 tasse de noix de cajou crues
- 1 tasse de dattes, dénoyautées
- 1/4 de tasse d'abricots séchés
- 1 c. à soupe de graines de chia
- 1/4 de tasse de

poudre de cacao

- 1 c. à soupe de sirop d'érable

ÉTAPES

Dans un robot culinaire, mélanger les amandes et les noix de cajou jusqu'à ce qu'elles soient grossièrement hachées.

Ajouter le reste des ingrédients puis mélanger pendant quelques minutes ou jusqu'à ce que le tout soit homogène et se tienne ensemble.

Former 15 boules puis conserver au frigo.

(Source: Trois fois par jour)

Journal L'Express

Anniversaire du mois

1er mars :

Murielle Gingras
Diane Larrivée
Françoise Boucher
Francine Pilotte

2 mars :

Carmelle Lusignan
Olga Shwec

3 mars :

Joanne Egglefield
Lucie Goudreau
Gisèle Bédard
Caroline Lussier,
Adjointe administrative

4 mars :

Bernadette Tanti
Pauline Bilodeau

5 mars :

Norina Iarlori
Liette Cyr Clément
David Gorman
Céline Auger
Claudette Bélanger
Ginette Denis

6 mars :

Carole Jean
Fabiola Renaud
Rose-Lise Renaud
Carmela Lavina-Fuller
Hélène Dutil

7 mars :

Suzanne O'Neill
Alexandre Cheaib
Caterina Bella
Paul Armand Daviau

8 mars :

Lise Trépanier
Guy Legault
Suzanne Paré Lemieux

9 mars :

Jovette Desaulniers
Diane G Côté

10 mars :

Elilla Mascuana
Frank Taddeo
Pauline Boisvert

12 mars :

Micheline Léger

13 mars :

Marguerite Boily
Tom Conway
Monique Longpré
Marcelle B. Morin

14 mars :

François Boucher

15 mars :

Incoronata Francione

16 mars :

Francine Sirois
Denise Aubé
Nathalie Séguin

17 mars :

Gervaise Duval
Josée Brais

18 mars :

Lyse Dallaire
Daniel Hébert
Gérald Mc Elligott

20 mars :

Christiane Bédard

21 mars :

Sandra Sorel
Diane Ste-Marie
Anne Simonklein

22 mars :

Richard Labossière
Jude Allard
Liliane Bittursi

23 mars :

Hilda Arsenault Cyr
Miranda Mallet Brossard
Gérald Olson

24 mars :

Jacqueline Leduc
Françoise Nimbley
Sylvie Barthell
Paul André Bouchard
Micheline Lechasseur
Harold Goldstein
Johanne Brière
Arlette Walter

25 mars :

Yvon Lavigne
Michelle Paquin
Jean-Guy Bonnier
Christiane Savage

26 mars :

Thérèse Émond-Viger

27 mars :

Suzanne Leduc
Françoise Bissonnette
Joanne Lalonde
Thérèse Côté
Francine Fafard
Hélène Lapierre,
directrice générale

28 mars :

Pierrette Forget

29 mars :

Jeannette Filteau
Bernard Turcotte

30 mars :

Huguette Marleau
Barbara Bordon
Adrienne Carrière
Joyce Widmer
Diane Caron

31 mars :

Evelyn Daigneault
Claudette Clouâtre
Rita Quesnel

Les languettes de canettes

Plusieurs membres nous apportent les languettes de canettes afin de fabriquer des fauteuil roulant. C'est grâce à l'implication d'une de nos membres que nous contribuons à ce beau projet. Elle s'occupe d'apporter les languettes amassées vers les centres de cueillette prévu à cet effet. Dans 1 sac de 33 litres il y a plus de 40 000 languettes qui servent à la fabrication de fauteuil roulant.

26 sacs de 33 litres = 1 fauteuil roulant
86 sacs de 33 litres = 1 fauteuil roulant électrique

Merci de notre contribution

Nos sincères condoléances aux conjoints (es) et famille

Pierre Goyette (membre) et mari de Francine Goyette est décédé 3 février 2020

Thérèse Beaudoin décédée le 2 février 2020

Thérèse Marquaire (membre) décédée le 12 février

Registration for Spring and Fall session 2020

We remind you that preregistration for people who wish to take the same class(es), on the same day, at the same time for fall session will take place in the following manner :

Friday groups - start on Friday April 1, 2020
Groups from Monday to Thursday - from April 6 to April 10, 2020

For people who want to change courses / workshop (s) and new members residing in LaSalle:

From Monday April 20 to Wednesday April 23, 2020

Registrations will be open for everyone over 50 :

From April 24, 2020

The spring / summer session allows you to continue your activities or to try new activities. Stay tuned for news activities, courses and workshops.

From April 6, 2020

The Spring and Fall schedule and choice of classes will be available at beginning of April 2020

The membership card renewal will be on April 1st, the fee will be \$10.

Alternative Treatments to Help Late-Life Depression Study



We are a research team (Geri-PARTy) for geriatric mood disorders at the Jewish General Hospital. Currently, we are offering an alternative treatment to help older adults with depression. Our Geri-PARTy team is focused on finding and implementing better ways to bring mind-body interventions to the community for people with mental health issues. WE ARE LOOKING FOR: Women and Men Aged between 60–85 years old with depression

Starting spring 2020

Compensation will be offered

Douglas Hospital: 6875 Boulevard LaSalle, Verdun, QC H4H 1R3

For more information:

Rim Nazar, MSc (Research Coordinator) (514)340-8222, ext. 25205 or (514) 467-5047

Gagnants activité partage - Winners half & halg



7 février 2020 / February 7th: Nicole Doucet

14 février 2020 / February 14th : Sylvie Martinet

21 février 2020 / February 21st : Françoise Tanguay

28 février 2020 / February 28th: Francine Tremblay

mars 2020



Centraide

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Ouest-de-
l'Île-de-Montréal

Québec

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
1	2	3 <i>Rencontre d'info: Revenu Canada</i>	4	5	6	7
8 <i>Journée internatio- nale des femmes</i>	9	10 <i>Dîner Com.: Style Brunch Groupe d'hommes</i>	11	12	13 <i>Clinique d'impôt</i>	14
15 <i>----- Semaine québécoise des popotes roulantes -----</i>	16	17	18	19	20 <i>Clinique d'impôt Rencontre info: Parkinson</i>	21
22	23	24	25	26	27 <i>Clinique d'impôt</i>	28
29	30	31				