



Bonjour à tous!

Lors de notre dernière rencontre de la Table des Aînés vous avez une fois de plus été très nombreux à vous mobiliser malgré nos changements de lieu et la température!

Nous vous avons informé que la Table souhaitait moderniser son image en travaillant sur la création d'un nouveau logo. Lors de notre rencontre nous vous avons proposé de nous partager des mots-clés qui représentent pour vous notre Table. Lorsque j'ai procédé au dépouillement de vos suggestions, je n'ai pas pu résister à l'envie de vous les présenter : voici vos idées inspirantes qui démontrent la force de notre communauté!

Violaine GUERIN

Coordonnatrice

Table des bâtisseurs

Ressource
Écoute
Solutions
Action - Actifs -
pro-actifs
Optimisme
Dynamisme
Engagement
Créativité

Responsabilisation
Information
Communication
Accompagnement
Épanouis
Socialisés
Famille d'aînés
Proximité
Ensemble on est plus fort
Les aînés sont LÀ

Marchons main dans la main
Développement
Concertation
Mieux-être des aînés
Partenaires
Leader
Dignité
Respect
Bâtir ensemble

Vivre dans la continuité : Hier - Aujourd'hui - Demain



50 ANS + : DEVENEZ BÉNÉVOLE-LECTEUR

Qu'est-ce que cela implique?

- Participer à deux formations pour développer vos habiletés de lecture animée avec les enfants;
 - Signer la charte du bénévole en lien avec ce projet;
- Vous engager à être présent une heure une fois par semaine dans une école de la région durant une période de huit semaines consécutives.

Vous avez le goût de vous impliquer dans votre communauté et de partager une expérience enrichissante avec les enfants pour stimuler leur plaisir de lire?

INFORMATION ET INSCRIPTIONS:

VIOLAINE GUERIN, COORDONNATRICE DU PROJET
COORDINATIONTABLEDESAINESDPDH@GMAIL.COM

819-321-9404

Deux offres de formation gratuite pour vous outiller à la lecture animée



Table des aînés
de la MRC des Pays-d'en-Haut

FORMATIONS EN LECTURE ANIMÉE

FORMATION 1 : LES BASES "DES HISTOIRES PLEINS LES YEUX"

Jeudi 6 décembre, de 9h à 12h,
Centre récréatif St-Adolphe,
110 Rue du Collège, Saint-Adolphe-d'Howard

Formatrice: Anne-Marie Fortin, Communication jeunesse

" Comment se préparer pour raconter une histoire selon les stades du développement de l'enfant (lien de confiance, motricité,...), pistes de préparation d'ateliers, rituels de lecture, exemples de production jeunesse, etc."

FORMATION 2: MODÉLISATION ET PRATIQUE

Jeudi 13 décembre, de 13h30 à 16h30.
Salle communautaire J.B. Rolland,
1200 Rue Claude Grégoire, Sainte-Adèle

Formateurs : Guillaume Robert, Roxane Turcotte, Marie-Eve Lauzon.

" Trois invités vous partagent leurs trucs et astuces en lecture animée auprès des enfants et vous la font vivre."

PLACES LIMITÉES !

Je m'inscris en répondant à projet@conseiljeunessepdh.com

info : maude, 514-574-4960



AQDR

Laval-Laurentides

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



Table des aînés
de la MRC des Pays-d'en-Haut

CONFÉRENCE GRATUITE

Démystifier la maladie d'Alzheimer Par la Société Alzheimer des Laurentides

Avoir une meilleure compréhension de la maladie, de ses symptômes et des conséquences pour la personne atteinte et son entourage;

- Favoriser une meilleure communication avec la personne atteinte;
- Diminuer le stress de l'aidant;
- Favoriser un mieux-être pour la personne atteinte.
- Les principaux volets abordés au cours de la conférence sont:
- Connaître la Société Alzheimer des Laurentides et les services offerts dans les Laurentides;
- Comprendre et démystifier la maladie d'Alzheimer;
- L'impact de la maladie sur la personne atteinte et la famille;
- Stratégies d'approche et de communication, les résistances.

Jeudi 6 décembre 2018 de 13h30 à 15h30

Centre communautaire Jean-Baptiste-Rolland

1200, rue Claude-Grégoire

Sainte-Adèle

SVP confirmer votre présence à

Table des aînés de la MRC Pays-d'en-haut

819-321-9404



QUÉBEC
CŒUR DES LAURENTIDES

ST-SAUVEUR:
200, rue Principale
Bureau 4

ST-JÉRÔME:
Maison Aloïs
Alzheimer
651, 5^e Rue

Inscriptions :

JOSEPHINE
450 630.4222

CHANTAL
450 630.4122



PROGRAMMATION DÉCEMBRE 2018

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
						1 <i>Campagne de Gâteaux aux fruits – une geste qui porte fruit!</i> St-Sauveur 10h à 11h Trager (\$)	
2 St-Sauveur et St-Jérôme 10h à 12h Microgroupe pour Proches Aidants	3	4 St-Sauveur 9h à 10h Yoga (\$)	St-Sauveur 10h à midi Café causerie	5 St-Jérôme 10h à 11h Yoga (\$)	6	7 St-Jérôme 10h à 11h Yoga (\$)	8 St-Sauveur 10h à 11h Trager (\$)
9	10	11 St-Sauveur 9h à 10h Yoga (\$)	St-Sauveur 10h à midi Café causerie	12 St-Jérôme 10h à 11h Yoga (\$)	13	14 St-Jérôme 10h à 11h Yoga (\$)	15 St-Sauveur 10h à 11h Trager (\$) St-Jérôme 18h Fête de Noël
16	17	18 St-Sauveur 9h à 10h Yoga (\$)	St-Sauveur 10h à midi Café causerie Fête Noël	19 St-Jérôme 10h à 11h Yoga (\$)	20	21 St-Jérôme 10h à 11h Yoga (\$)	22
23	24 Férialé	25 Férialé	26 Férialé	27	28	29	
29	30 Férialé	31 Férialé					

La programmation s'adresse aux personnes vivant avec la maladie et à leurs proches.
il est important de vous inscrire et de nous prévenir en cas d'absence.
Merci de votre collaboration!

Visiter notre page Facebook pour être bien informé à propos des aînés



450-340-0520

coordinationtabledesainesdph@gmail.com



Communiqué de presse

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

 NOTRE ENGAGEMENT, VOTRE SÉCURITÉ

LES AMIS DU PÈRE NOËL - DÉTAILS DU PROJET

Gatineau, 5 novembre 2018 - Les policiers de la Sûreté du Québec, du poste de la MRC des Pays-d'en-Haut, invitent la population à participer, pour une cinquième année, à une activité communautaire visant à offrir des cadeaux de Noël aux enfants de familles défavorisées.

Pour participer, c'est facile!

Il suffit de se rendre au poste de la MRC des Pays-d'en-Haut, situé au 2141, chemin Jean-Adam à Saint-Sauveur, pour piger un carton dans le sapin de Noël. Votre carton correspondra à un enfant identifié par son prénom seulement. La liste des enfants est remise par des organismes locaux. Grâce à vos contributions, ces enfants pourront déballer un cadeau à Noël. Le carton comportera des suggestions de cadeaux répondant aux goûts de cet enfant. Après avoir acheté, emballé et identifié le cadeau, vous devrez l'apporter au poste de police pour le déposer au pied de l'arbre. La distribution sera faite en auto-patrouille par des policiers, le samedi 15 décembre 2018.

La pige des noms d'enfants se fera à partir du 12 novembre prochain, du **lundi au vendredi, entre 8h30 et 16h30**. Le cadeau, sur lequel sera apposé le carton pigé, devra être retourné au poste de police **au plus tard, le 6 décembre**.

La Sûreté du Québec vous remercie de votre collaboration. Ce merveilleux projet rendra plusieurs enfants heureux en ce Noël 2018.

Responsable du projet : Julie Côté

Sergente Julie Côté
Poste de la MRC des Pays-d'en-Haut
Sûreté du Québec
(450) 227-6848
julie.cote@surete.qc.ca



11^{es}

JEUX D'HIVER 50+

Venez bouger avec nous dans les Laurentides!

fadoq Région des Laurentides
Un réseau engagé auprès des personnes de 50 ans et mieux... depuis 1972 !!

Tournoi de Hockey

1^{er} au 3 février 2019

Tournoi compétitif avec bourses

* Classe récréative avec médailles

550 \$

Équipes de 14 personnes

Date limite d'inscription : 7 janvier



Tournoi de Curling

5 au 7 février 2019

Tournoi compétitif avec bourses

200 \$

Équipes de 4 personnes
Banquet compris

Date limite d'inscription : 11 janvier



Week-end Plein air

8 au 10 février 2019
Sainte-Adèle

Forfait 2 nuits/3 jours
Hôtel Chantecler

Raquette, ski de fond, patin :
350 \$

Par pers., taxes et service inclus
Occ. double/2 nuitées/7 repas

Ski alpin et planche :
30\$ supp./ jour/ billet de ski alpin

Journées plein air multigénérationnelles

3 février 2019 : Saint-Sauveur
9 février 2019 : Sainte-Marguerite

Plusieurs activités au programme, pour tous.
C'est gratuit!



Les Jeux d'hiver 50+ sont à la recherche de bénévoles!

- Équipe de photographes et journalistes bénévoles;
- Guides accompagnateurs bénévoles en ski de fond, raquette, ski et planche;
- Équipes assignées à la logistique des activités.

Amateurs de sports et plein air, venez vous amuser lors de la 11^e édition de ce festival qui se tiendra du 1^{er} au 10 février 2019!



jeux50plus.com

1 877 429-5858, poste 227
loisirs@fadoqlaurentides.org

Allez manger un bon repas de Noël en bonne compagnie!



SOUPE ET COMPAGNIE DES PAYS-D'EN-HAUT
vous convie à son

REPAS DE NOËL

13 décembre 2018

1^{er} service : 11h

2^e service : 12h

3^e service : 13h

Réservez vos billets (10\$) par courriel à
info@soupeetcompagnie.com
OU par téléphone au 450 744-0207

Menu traditionnel : Soupe, Dinde, Tourtière, Ragoût, Légumes, Salade, Dessert
- Verre de vin inclus -

205, rue Principale, St-Sauveur (entrée par la porte arrière du presbytère)

PLACES LIMITÉES



La Coop SORE Recherche des bénévoles!



L'accompagnement auprès des aînés vous intéresse? Rejoignez notre équipe passionnée et dynamique qui oeuvre pour les aidants naturels.

Ateliers sociaux-récréatifs

Les mardis (Saint-Adolphe-d'Howard) Les Jeudis (Sainte-Adèle) et les vendredis (Saint-Sauveur). Sauf fériés.

De 9h30 à 15h (ou en demi journée selon vos disponibilités)

Intégrations à nos formations

Appelez-nous au 450 224 2657

Actualités, revue de presse, documents d'informations et info bulletins en ligne

Voici divers documents, bulletins, articles de journaux, portant sur divers aspects de la vie des aînés

Pour lire ces documents, cliquer  dans la liste ici-bas (ctrl + clic), sur les liens qui vous intéressent.

 [SHE Tournenvert, infolettre novembre 2018](#)

 [Institut du Nouveau Monde, version préliminaire du livre blanc](#)

Pour en savoir plus sur la Table des Aînés, visiter notre page web



La Table des Aînés vous souhaite à tous un excellent temps des fêtes!



