



Soyez en sécurité, demeurez en bonne santé et restez connecté

Vous êtes une personne âgée de la région et vous en avez assez des restrictions que la COVID-19 vous impose ? Si oui, la **Fondation de la vallée Massawippi** a peut-être le programme que vous cherchez. Grâce au soutien du *Fonds d'urgence pour l'appui communautaire du gouvernement fédéral ainsi que de l'organisme Fondations communautaires du Canada*, la **Fondation et CSVM** a mis en place plusieurs programmes novateurs pour les personnes âgées qui peuvent être isolées chez elles. Ces programmes peuvent compter sur de nombreux bénévoles qui se feraient un plaisir de vous parler au téléphone chaque semaine ou encore de faire une petite promenade avec vous dans votre village, avec ou sans collation selon la température.

Ou peut-être aimeriez-vous en savoir plus sur les appels vidéo avec des parents ou des amis. Si vous avez un ordinateur, un portable ou une tablette et que vous êtes connecté à Internet, les bénévoles de la Fondation sont à votre disposition pour vous donner une courte formation en ligne. Vous pouvez également vous joindre au Café social une fois par semaine afin de discuter avec d'autres membres de la communauté autour d'un café ou d'un thé (ou ce que vous préférez !)

Si vous ne connaissez pas bien les appareils de communication et que vous souhaitez en savoir plus, des cours seront dispensés au **Centre Mieux-Être de la Vallée Massawippi à Ayer's Cliff** dès que les consignes liées à la pandémie le permettront. Et si vous êtes intéressé mais que vous ne possédez pas de tablette ou d'iPad, on peut vous prêter un appareil pendant quelques mois pour voir si vous l'aimez suffisamment pour vous en procurer un.

Si l'une de ces options vous intéresse, veuillez envoyer un courriel au connecting-seniors@csvm.ca.

Les programmes débuteront en mars 2021.

Pleins feux sur deux directeurs - vos représentants pour superviser le Centre de santé



Le Dr Charles Palmer Larson a obtenu son diplôme de médecine et ses spécialisations ultérieures en pédiatrie et en médecine préventive et santé publique à l'université McGill. Il a participé à des projets de santé infantile dans le monde entier au cours des 35 dernières années. Il est coordinateur national de la Coalition canadienne pour la recherche en santé mondiale (CCRSM) et enseigne dans le cadre du programme de santé mondiale de l'Université McGill. Les intérêts du Dr Larson se concentrent sur les interventions permettant de sauver des vies chez les enfants de moins de cinq ans.

Lynn Dery Capes est une comptable professionnelle qui a déménagé à Hatley Acres il y a quelques années pour profiter d'activités de plein air avec sa famille lors de sa semi-retraite. Elle continue à temps partiel la gestion administrative du laboratoire de recherche Behr et de l'Initiative interdisciplinaire de McGill en matière d'infection et d'immunité. Elle apporte au Centre 30 ans de connaissances et d'expérience variées dans l'administration et les finances des secteurs privé et public.



Nous vous remercions d'avoir choisi le Centre de santé et de votre appui continu.