



Centre de ressources
communautaires
Orléans-Cumberland

Bulletin

et Lien d'entraide communautaire

Décembre 2017 • Janvier et février 2018



Dans ce numéro

Information pour la banque
alimentaire – **p. 2**

Programmes et services – **p. 2**

Connaître votre histoire – **p. 3**

Collecte de fonds – **p. 4-5**

Jeunesse et rural – **p. 6**

Centre de la petite enfance
Ottawa-Orléans – **Au centre**

Consultez
notre site Web
WWW.CRCOC.CA



f Find us on
Facebook

240, boul. Centrum
Unité 105
Orléans ON K1E 3J4
T 613-830-4357
info@crcoc.ca

Heures d'ouverture
Lundi au vendredi
8 h 30 à 16 h 30

**Congés en décembre,
janvier et février**
Voir en page 2

• • • • •
Autobus OC Transpo
33, 135, 136, 137, 232
arrêtent près de l'édifice
(côté boul. Centrum)
Tél. 613-741-4390

Travailler avec notre communauté pour aider les individus à réaliser leur plein potentiel

Afin d'analyser l'efficacité et l'impact de nos services auprès des personnes qui viennent au Centre, nous avons, lors des derniers mois, consulté plus de 180 personnes qui utilisent nos services. Nous avons parlé avec nos clients, nos donateurs, nos partenaires, nos bénévoles, nos membres du personnel, nos dirigeants et des membres de la communauté d'Orléans-Cumberland.

Nous avons recueilli des témoignages individuels qui nous ont donné des informations très pertinentes sur la qualité des services qu'ils ont reçus au Centre ainsi que sur les services qu'ils aimeraient recevoir. Les informations qui nous ont été communiquées nous permettront de développer un nouveau plan stratégique et d'ajuster notre prestation de services afin de nous assurer de répondre aux besoins changeants et grandissants dans notre communauté.

Nous leur avons demandé de nous raconter leur histoire en tant qu'utilisateurs de services.

- Faisons-nous les bonnes choses pour répondre aux besoins actuels de la communauté ?
- Offrons-nous des services efficaces ?
- Comment avez-vous apprécié le service que nous vous avons offert ?

Parmi les témoignages et les histoires que nous avons reçues, différents thèmes ont été plus souvent soulevés. Voici quelques exemples :

Accueil chaleureux — « Chaque semaine, lorsque je rencontrais une infirmière au Centre, l'Éducatrice à la petite enfance m'accueillait toujours avec un grand sourire et avait toujours des conseils rassurants pour m'aider avec ma fille (premier enfant) »

Collaboration et esprit d'équipe — « Je suis bénévole à la banque alimentaire – dès le premier jour, j'ai été impressionné et encouragé par l'engagement et les soins personnels, dans le respect de tous les clients par la coordonnatrice et son personnel. Je suis heureux et fier d'avoir l'occasion de servir mes concitoyens canadiens dans un environnement aussi diversifié et accueillant. »

Aux services des gens — « Nous sommes allés au CRCOC pour pouvoir inscrire nos enfants gratuitement au club de soccer de Cumberland. Nous n'avions aucune idée du CRCOC. Au cours de l'entrevue d'évaluation, la dame était très favorable et attentionnée. Elle nous a convaincus de bénéficier d'autres services tels que la banque alimentaire. Elle a assisté à notre histoire et nous a parlé. Nous a fait sentir à l'aise. »

Ces informations, ainsi que d'autres données recueillies grâce à des recherches et à des données statistiques, nous ont permis de développer notre nouveau plan stratégique 2018-2022. Dans notre prochain bulletin, nous vous communiquerons des informations concernant les actions concrètes que nous mettrons en œuvre afin de réaliser les objectifs de notre nouveau plan.

À surveiller : Le site Web du CRCOC et le lancement d'une application (App) !

L'équipe du CRCOC anticipe d'avoir bientôt en ligne son site Web refait à neuf.

Nous sommes aussi très enthousiastes à l'idée d'innover et de vous dévoiler une application pour le centre que vous pourrez télécharger sur votre téléphone cellulaire ou votre tablette. Ceci vous permettra d'avoir facilement et rapidement accès aux programmes et nombreuses activités que nous offrons.

Soyez prêts !



— Nos programmes et nos services sont gratuits —

Adultes et familles

Programme d'accueil et d'intervention – Nous offrons un soutien, de l'intervention de crise, du counseling à court terme, de la défense des intérêts et des ressources communautaires appropriés.

Info. Tracy ou Lisa (613) 830-4357

Contact Nord – Éducation en ligne, les cours et les programmes, services de références et plus encore.

Info. Diane Iadaluca (613) 830-4357, poste 301 ou orleans@contactnorth.ca

Service familial catholique Ottawa (SFCO) – Counseling offert aux individus, couples et familles. (services disponibles selon l'échelle de revenu).

Info. Carole Barrette (613) 830-4357, poste 406

Emploi Ontario – Divers ateliers reliés au marché du travail. tous les ateliers sont offerts gratuitement en français et en anglais. **Info.** (613) 741-9042.

Action logement – Par rapport à des problèmes de logement pour locataires, chambreurs et sans abri. Services de médiation entre propriétaires et locataires.

Info. Eddy Francillon (613) 830-4357, poste 400

Programme du diabète – Séances offertes en groupe tous les mois, le jour et le soir, en français et en anglais. Inscription (613) 233-6655.

Société franco-ontarienne de l'autisme – Offre des programmes et des activités en français qui visent à répondre aux besoins de la personne atteinte d'autisme ainsi qu'aux besoins de sa famille.

Info. www.sfoautisme.org

Enrichissement à la vie des aînés [L.E.S.A.] Counseling pour adultes 55+ pour cesser ou réduire l'abus d'alcool, drogues, médicaments et jeu compulsif – vise à améliorer la santé physique, mentale, sociale, et spirituelle. **Info.** (613) 233-5430

Appui aux finances – Le cabinet Doyle Salewski offre des conseils et des solutions aux personnes qui connaissent des difficultés financières.

Info. Falak Saadalla au (613-830-4357)

Santé publique Ottawa – Cliniques satellite de santé-sexualité communautaire pour les jeunes de 29 ans et moins. Les mercredis de 14h à 17h. **Info.** (613) 830-4357 pour rencontrer Andrée Bourgault ou Marie-Odile Grayson, ou pour fixer un rendez-vous.

Test de dépistage du VIH – Le Centre de santé communautaire Somerset Ouest offre au CRCOC un dépistage anonyme et rapide du VIH aux hommes attirés par les hommes. Les 1^{er} et 2^e mercredi du mois • 16h30 à 18h30*. Aucun nom ou carte de santé sont requis – Résultats prêts en quelques minutes. Portes ouvertes ou rendez-vous en ligne au www.hivtest.setmore.com (en anglais).

Info. : <http://www.swchc.on.ca/our-programs/anonymous-hiv-testing> (en anglais)

* Dates et heures des cliniques sujettes à changement.

Groupe social pour adulte 30 ans+ – Halte-accueil, au CRCOC, salle 212 les jeudis entre 13h-15h • jeux, artisanat et rafraichissements. Pour un soutien avec le transport/un lift communiquer avec Mélanie mjubinville-stafford@croc.ca ou Christine par textos 613.799.7421.

Bébés, enfants et ados

Centre de la petite enfance : consultez le calendrier au milieu du bulletin

Premiers Mots [services d'orthophonie] – Prévention, dépistage précoce et traitement de problèmes phoniques et/ou langagiers des jeunes enfants.

Info. Santé publique Ottawa (613) 580-6744 ou consultez le www.firstwords.ca

Clinique de dépistage dentaire – Offerte chaque 3^e vendredi du mois au CRCOC de 9 h à midi.

Programme jeunesse [7-13] Counseling individuel pour discuter de situations difficiles à la maison, à l'école ou dans leur communauté. Ateliers sur les façons de contrer l'intimidation et groupes pour discuter d'aptitudes sociales et émotionnelles.

Info. Hélène Leblanc (613) 830-4357, poste 152

Programme jeunesse [14-18]

COUNSELING SANS RENDEZ-VOUS — les mardis soirs 16h-19h pour discuter un à un avec une intervenante de vos besoins et obtenir des ressources.

ESPACE JEUNESSE — les jeudis soirs 16h-19h où les jeunes de 13 à 18 ans peuvent rencontrer d'autres jeunes de leur communauté, partager leurs expériences, avoir du plaisir, discuter de leurs besoins et leurs préoccupations. Consultez notre site Web ou nos médias sociaux pour les horaires de soirées mixtes, soirées pour filles et les soirées pour LGBTQ2.

Info. Tanya Lapointe Harris (613) 830-4357, poste 140.

Ressources pour familles des militaires –

Le Centre de ressources les familles des militaires (CRFM-MFRC) offre des services de counseling au CRCOC. **Info.** (613) 998-4888 ou écrivez à capp@mfrc-ncr.org et www.forcedelafamille.ca

Banque alimentaire

Pour les gens qui utilisent les services de la banque alimentaire

Heures d'ouverture :

Mardi — 16h00 à 19h00

Jeudi — 13h30 à 16h30

Vendredi — 9h à midi

***S.v.p. arriver 30 minutes avant la fermeture.

Pour les dons de nourriture

Heures d'ouverture :

Mardi — 11h30 à 15h

Mercredi — 9h à midi

Jeudi — 9h à 16h30

Vendredi — 9h à midi

Fermeture du Centre pour décembre, janvier et février

Fermé les 25 et 26 décembre

Ouvert le 27, 28, 29 décembre de 10h à 15h

Fermé les 1 et 2 janvier

Ouvert le 3 jan. à 8h30

Fermé le 19 février — pour la Journée de la famille



Programme des bénévoles : Perspective d'une bénévole

Le CRCOC bénéficie de la contribution de nombreux bénévoles au cours de l'année. Ils donnent de leur temps et offrent leurs talents en appui aux services et programmes du Centre. Voici un témoignage de Susan Macartney, bénévole au Centre depuis 2002.

Qu'est-ce qui vous motive à faire du bénévolat pour notre organisme ?

Au début, je voulais aider la banque alimentaire de ma communauté. Peu de temps après, j'ai découvert que le CRCOC offrait plusieurs programmes et ressources. Je veux aider là où on a besoin de moi, et beaucoup d'opportunités de bénévolat correspondent à ce que je peux faire.

Quel est votre rôle au Centre ?

En ce moment, j'aide au Centre de la petite enfance en faisant des achats et en livrant des fournitures. Toutes les deux ou trois semaines, une des éducatrices m'envoie par courriel une liste d'achats à faire au Giant Tiger situé sur le boul. St-Joseph, à Orléans.

J'ai eu plusieurs responsabilités au fil des ans. Mon premier travail en tant que bénévole consistait à ramasser des paniers de Noël, préparés à la salle de l'église St. Mary's de Navan, et les livrer aux familles d'Orléans, de Cumberland et des environs. Par la suite, pendant ma recherche d'emploi, je faisais du bénévolat le vendredi matin. Je remplissais des tablettes, je vérifiais la date d'expiration des aliments, je conduisais le véhicule du Centre de ressources pour ramasser du lait, des œufs, de la viande, des fruits et des légumes à la banque alimentaire d'Ottawa située sur la rue Michael.

Au fil des ans, la coordonnatrice du Programme des bénévoles m'a donné des responsabilités à plus court terme. Elle envoie régulièrement des courriels invitant les bénévoles à donner un coup de main à des activités, par exemple des tournois de golf, des cueillettes de nourriture, ou des activités de collecte de fonds.

Qu'est-ce que vous aimez le plus de votre bénévolat ?

Je trouve le travail valorisant parce que j'appuie les programmes offerts par le Centre. Le bénévolat me donne aussi l'occasion d'échanger avec d'autres bénévoles et avec le personnel du Centre. Faire une différence dans la communauté m'apporte beaucoup de satisfaction.

Est-ce que ce poste de bénévolat a changé quelque chose dans votre vie ?

Absolument. J'ai le sentiment d'appartenir à une communauté. Quand je travaille, que ce soit avec le personnel, d'autres bénévoles ou avec des clients du CRCOC, c'est pour ma communauté que je le fais. Nous partageons la même passion, celle d'aider !

On veut connaître votre histoire !

Que vous soyez clients, bénévoles, donateurs, ou simplement un membre de famille d'une personne qui a visité notre Centre, on souhaiterait obtenir votre feedback. En tant qu'organisation à but non lucratif qui a pour objectif de faire une différence dans la communauté, il est important pour nous de connaître l'impact de nos services à votre égard. On aimerait savoir comment et pourquoi vous avez décidé de participer à nos programmes, la qualité de votre expérience et si vous croyez qu'il faudrait apporter des améliorations, etc. De cette façon, nous pourrions améliorer notre offre de services. Vous êtes invités à partager les renseignements et les histoires que vous voulez – de façon anonyme si vous desirez. Si vous voulez partager votre histoire, écrivez-nous à info@croc.ca.



Programme de santé sexualité avec Santé publique Ottawa (SPO)

Le Centre offre en partenariat avec SPO une clinique de santé sexualité pour les jeunes de 29 ans et moins. Ces cliniques sans rendez-vous et à caractère confidentiel sont offertes tous les mercredis après-midi entre 14h et 17h au CRCOC, 240, boul. Centrum - unité 105.

Des infirmières sont sur place pour fournir des conseils, des renseignements, de l'éducation en matière de santé sexuelle et du counseling sur différents sujets dont les infections transmises sexuellement et la contraception. La clinique offre également des tests et traitements pour les infections transmises sexuellement, des tests de dépistage pour le VIH, des tests de grossesse, une vaccination contre l'hépatite A et B pour les clients admissibles et des condoms gratuits. Pour en connaître davantage sur les cliniques de santé-sexualité pour jeunes, nous vous invitons à visiter le site Web www.ottawa.ca/sexualite.



Opioïdes : ressources disponibles

Santé publique Ottawa offre de l'information sur les opioïdes et une liste des pharmacies qui distribuent des trousseaux gratuits de naloxone - voir les liens :

<http://ottawa.ca/fr/residents/saine-alimentation-et-vie-active-dans-les-garderies-information/vie-saine/lalcool-les-1> et https://documents.ottawa.ca/sites/documents.ottawa.ca/files/pharmacy_naloxone_list_fr.pdf.

Les pharmacies qui offrent des trousseaux de naloxone dans notre communauté :

- | | |
|--|-----------------------------------|
| * Rexall, 2555 boul. St. Joseph | * Shoppers, 2954 boul. St. Joseph |
| * Rexall Pharma Plus, 1615 boul. Orléans | * Shoppers, 1937 boul. Portobello |
| * Shoppers, 1675 ch. Tenth Line | * Shoppers, 2301 ch. Tenth Line |
| * Shoppers, 3940 ch. Innes | * Sobeys Pharmacy, 5150 ch. Innes |

Ensemble, nous faisons une différence

Un grand succès...



C'était une très belle journée et plus de 200 participants enthousiastes ont fait de notre 2^e édition de l'événement « On r'tourne pour la charité » un énorme succès. Cette année, nous avons ajouté plusieurs activités pour tous les âges à cet événement qui a eu lieu à la fantastique Ferme Proulx. Une Zone pour enfants (commanditée par Willow & Bellefleur Physiotherapy) leur a permis de satisfaire leur côté créatif avec toutes sortes d'activités amusantes : peinture sur mini citrouilles, maquillage pour enfants, et artisanat.



Notre partenariat avec Ford Canada et Jim Keay Ford a comblé bien des amateurs de voitures et de camions. Les participants ont pu faire un essai routier gratuit de six véhicules luxueux que Jim Keay avait sur les lieux, y compris la très populaire Mustang convertible ! Pour chaque participant, Ford Canada a versé 20 \$ au CRCOC. De plus, en raison de l'incroyable popularité de cet ajout au programme, et grâce à nos commanditaires fantastiques, l'événement communautaire « On r'tourne pour la charité » a permis de recueillir plus de 8 500 \$!

Vous remercier ne semble pas suffisant... nous voulons exprimer notre profonde reconnaissance aux équipes fantastiques suivantes : Lowes Orléans, Alterna Centrum Orléans, les membres de la Chambre de commerce d'Orléans, les étudiants bénévoles si dévoués, ainsi que les bénévoles incroyables du Centre. Ensemble, ils ont tous fait de cet événement communautaire, encore cette année, un succès retentissant.



Nous voulons aussi remercier chaleureusement tous les commanditaires incroyables de l'événement. Sans leur appui, cet événement n'aurait pas eu lieu.



Nous avons déjà hâte de vous revoir à la 3^e édition de cet événement annuel. Inscrivez la date du samedi 29 septembre 2018 à votre calendrier !

Notre communauté au travail...

Le programme de Noël 2017



Dans quelques semaines, ce sera Noël. Cherchez-vous un moyen de faire une différence dans la vie de personnes qui font partie de notre communauté? Le Programme de Noël du CRC Orléans-Cumberland est déjà bien en marche, mais il reste encore du temps pour s'assurer que personne ne manque de choses essentielles pendant les Fêtes.



Vous pouvez aider de plusieurs des façons :

En donnant de la nourriture, des articles de toilette, des articles pour bébés, des aliments spéciaux (sans gluten/pour les diabétiques/sans lactose, etc.)

En donnant de nouveaux jouets et cadeaux (non emballés) pour les enfants de 0 à 14 ans

En commanditant un individu ou une famille (consultez dès aujourd'hui notre site Web au www.crcoc.ca) pour télécharger le formulaire de commandite;

Ou en combinant l'une ou l'autre des options indiquées ci-dessus.



Nous profitons de l'occasion pour remercier les nombreux organismes, groupes et commerces organiseront leur propre collecte de jouets de « *L'Arbre des anges* ». Grâce à eux (voir la liste plus bas) des enfants de notre communauté auront la joie de découvrir un cadeau très spécial sous l'arbre de Noël pendant les Fêtes.

*Cumberland Lions *The Hair Shoppe *HGT Sports Mgmt
*Chambre de commerce d'Orléans *Winners Orléans
*Royal Canadian Legion Branch 632 *Giant Tiger - St. Joseph Blvd.
*Giant Tiger - ch. Watters; *Core Elements *Myers Orléans
*WBC Orléans *Crop-A-While Scrapbooking *Alterna Savings Orléans
*Connexion Family Health Team *Orléans United Church.

Aux centaines de donateurs qui ont participé à ce programme, nous disons UN GROS MERCI du fond du cœur. Sans vous, sans votre générosité, il nous serait impossible d'accomplir autant !

**Joyeux Noël *Joyeux Hanukkah *Joyeux Kwanzaa
*Joyeux Quaid-e-Azam *Bonne année *Joyeux Rosh Hashanah*

Retour à l'école avec flair

L'édition 2017 de notre Programme de fournitures scolaires a été tout un succès. Nous avons remis des fournitures scolaires à plus de 270 étudiants et ainsi contribué à leur succès scolaire. Nous remercions les équipes suivantes de leur générosité : SURE Print Orléans, Staples Orléans, Eddie Bauer Orléans, et Costco rue Innes. Grâce à leur appui, le CRCOC a été en mesure d'offrir ce programme qui est très en demande dans la communauté.

« SURE Print & Graphics appuie le CRCOC depuis plus de 15 ans. Tous les programmes offerts par le Centre sont d'importance cruciale pour la communauté. Le Programme de fournitures scolaires nous donne l'opportunité d'appuyer des enfants de notre région en leur remettant les fournitures dont ils ont besoin. Pour nous, contribuer à la confiance et à l'éducation d'un enfant, c'est faire notre part pour bâtir notre communauté ». ~ Monica Alongie, propriétaire chez Sure Print



Événements à venir

Êtes-vous à la recherche d'événements communautaires pour appuyer les efforts du CRCOC pour bâtir une meilleure communauté ?

Veuillez-vous joindre à nous ainsi qu'aux merveilleux commerces/ organisations/ groupes qui organisent des événements ici-même dans notre communauté.

Tous les détails sur les événements suivants sont disponibles sur notre site Web au www.crcoc.ca

2 déc. 2017 – Déjeuner du Père Noël ~ Salle des Cumberland Lions de 8h à 12h

3 déc. 2017 – Concert bénéfice de Noël par School of Rock's - 13h chez Grace O'Malley, 1151, ch. Ogilvie

3 déc 2017 – Festival des chorales - Église Pentecostal au 1825, boul. St-Joseph

9 déc. 2017 – Collecte de nourriture des pompiers

Déc. 2017 – Exposition de Noël à Orléans par les Orléans/Gloucester Lions.

Venez à la parade

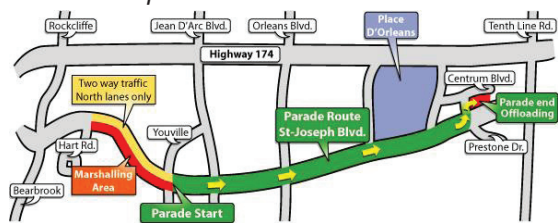


Santa's Parade of Lights
2017



L'édition 2017 de la Parade des lumières d'Orléans aura lieu le samedi 2 décembre à 18h le long du boul. St-Joseph. Cette année, nous fêtons le 20e anniversaire de cette parade et pour l'occasion, nous nous sommes associés au magasin Giant Tiger – boul. St-Joseph. Ensemble, nous allons ajouter une touche festive à la parade.

Venez donc en grande nombre, ça commence bien le temps des Fêtes !



Programmation jeunesse

Plus que des cours de guitare

Grâce à un partenariat avec le Centre des ressources de l'Est d'Ottawa, le Centre de ressources communautaires Orléans-Cumberland offrent des leçons de guitare depuis plusieurs années. Depuis l'automne 2015, le CRCOC a offert quatre programmes d'apprentissage de la guitare offerts après les heures de classe à des enfants/jeunes de 8 à 18 ans. Dans le cadre de ces programmes enrichissants, nous avons eu l'opportunité de rencontrer plus de 50 enfants/



jeunes de notre communauté. Ces programmes populaires apportent beaucoup aux participants. Pour eux, c'est bien plus que des leçons de guitare. Voici quelques témoignages de participants sur l'expérience enrichissante qu'ils ont vécue :

Avant, j'étais juste une fille avec une guitare. Maintenant, je suis devenue une artiste. – Une participante au programme Jeunesse.

J'ai profité de chaque seconde de mes leçons de guitare et j'ai passé plusieurs excellents moments. J'ai été heureux de participer et j'ai d'excellents souvenirs dans un environnement chaleureux et bien agréable. [...] J'ai trouvé les leçons très intéressantes et j'ai beaucoup appris au sujet de la guitare et pour ce qui est de la gentillesse. Cet endroit m'a vraiment remonté le moral et j'ai rencontré beaucoup de personnes fantastiques qui étaient aussi uniques. [...] – Un participant au programme Jeunesse.

Je suis très reconnaissant que vous avez mis ce programme sur pied. J'ai toujours pensé qu'il fallait avoir beaucoup d'argent pour pouvoir prendre des leçons de guitare. Je vous remercie de m'avoir prouvé le contraire. – Une participante au programme Jeunesse.

Merci à tous les enfants et les jeunes de notre communauté qui font de ce programme un grand succès!

« Livres ouverts, esprits ouverts » murale par les jeunes

En partenariat avec la succursale Cumberland de la Bibliothèque publique d'Ottawa, le CRCOC a reçu une subvention de 8 200 \$ de *Prévention du crime Ottawa* pour le projet *À vos pinceaux !* Ce programme de murales réalisées par des jeunes a pour but de favoriser la prévention des graffitis. Il appuie aussi la sécurité au sein des communautés et l'embellissement des quartiers, tout en offrant aux jeunes l'opportunité de réaliser quelque chose de créatif. C'est

aussi une forme d'appui aux arts communautaires puisque des jeunes conçoivent le design et ensuite, ils le réalisent.

La murale a pour titre *Livres ouverts, esprits ouverts* et illustre le fait que les livres permettent de partager des histoires. Ainsi, quand on se plonge dans un roman, on s'ouvre à un monde d'idées, d'expériences et de perspectives. Le design représente des personnes de tous horizons en train de



lire à l'intérieur d'une caverne, de raconter des histoires, d'envoyer des lettres, etc. À l'avant plan, des livres ouverts racontent l'évolution de la communication par l'écrit, à commencer par des peintures réalisées dans des cavernes, jusqu'aux technologies modernes.

Treize jeunes de 13 à 17 ans ont travaillé sur la murale provenant de milieux ethnoculturels différents, contribuant ainsi à la riche diversité du groupe. Pendant le processus, ces jeunes ont acquis de nombreuses habiletés, et pas seulement des techniques de peinture. Ils ont développé des habiletés interpersonnelles, ils ont amélioré leur conscience de soi et leur conscience sociale. Ils ont réalisé un travail d'équipe vraiment inspirant.

Venez admirer la toute première murale réalisée par des jeunes de notre communauté à la succursale Cumberland de la Bibliothèque publique d'Ottawa, située au 1599, chemin Tenth Line, à Orléans.

Programmes à venir pour les enfants et les jeunes

Êtes-vous à la recherche de programmes qui pourraient intéresser votre enfant/jeune ? Consultez le site Web du CRCOC ou suivez-nous sur Facebook/Instagram pour voir les mises à jour des programmes qui seront offerts cet hiver.

- J'aime danser : Pour enfants/jeunes de 7 à 15 ans de familles faible revenu
- Programme Réseau Ado (YNRA) : Pour jeunes de 13 à 18 ans
- Ateliers parents et jeunes : Pour parents de jeunes 12 à 18 ans
- Ateliers d'apprentissage social et émotionnel : Âges des participants à déterminer

****Dates, heures et endroits à déterminer****

La techno facile, J'aime ! – à Sarsfield et à Vars !

Grâce à un appui financier du gouvernement de l'Ontario, le CRCOC offrira gratuitement des sessions interactives avec tablettes pour les aînés (60+) dans le but de surmonter l'appréhension de la technologie. Aucune tablette n'est requise ou vous pouvez apporter la vôtre. **Inscription : 613-830-4357**

Ateliers en anglais à Sarsfield (centre communautaire)

17, 24 et 31 janvier de 13 h 30 à 15 h

Ateliers en français à Vars (école Saint-Guillaume)

6, 13 et 20 février de 10 h à 11 h 30

Désirez-vous...

- Faire du bénévolat ? Communiquez avec Rosanne Canzanella 613-830-4357, poste 307
- Recevoir le bulletin par courriel ? Écrivez à info@crcoc.ca.
- Devenir membre du **Lien d'entraide communautaire** (LEC) ? Composez le 613-830-4357, poste 305.
- Faire un don au CRCOC ? Voir le formulaire affiché sur notre site Web sur la page « Impliquez-vous » <http://crcoc.ca/fr/impliquez-vous/appuyez-votre-communaute-2/>

La techno facile, j'aime !

GRATUIT : Sessions interactives avec tablette pour les aînés (60+)

Surmonter l'appréhension de la technologie en apprenant à utiliser des tablettes.

Ateliers en anglais - Animateurs bilingues.

**AUCUNE
TABLETTE
REQUISE!
OU
APPORTEZ LA
VÔTRE!**

