

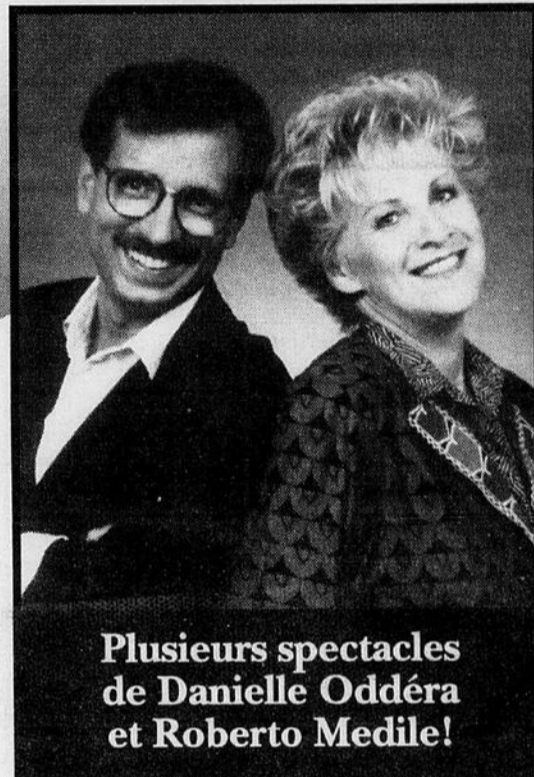
**PROGRAMME
OFFICIEL**

Le Salon de la belle retraite

Au profit du Centre de jour Guigues

Le premier salon régional francophone
de la retraite et de la préretraite sous
le présidence d'honneur
de Danielle Oddéra
et Roberto Medile!

*Plus
qu'un
salon...
c'est
une fête!*



Plusieurs spectacles
de Danielle Oddéra
et Roberto Medile!



Venez jaser et cuisiner
avec soeur Angèle!

Information et
divertissement
vous attendent

- conférences
- ateliers
- exposants
- concours
- tournois
- spectacles

DU 20 AU 22 OCTOBRE 1995 AU PATRO D'OTTAWA 40, RUE COBOURG

Organisé en collaboration avec la Fédération des aînés francophones
de l'Ontario et le Conseil régional de l'Âge d'Or, Outaouais.

 **SRC**
Télévision et radio
Ontario / Outaouais

LeDroit

cjrc 1150
LE LEADER DE L'INFORMATION

Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Nous sommes fiers de vous présenter la première édition du Salon de la belle retraite. Nous voulons en faire le rendez-vous annuel des 55 ans et plus de toute la région. Ce grand salon de la retraite et de la préretraite s'adresse autant aux résidents du Québec qu'à ceux de l'Ontario. Nous avons voulu qu'il soit orienté vers l'information et le divertissement et qu'il traite des sujets qui vous concernent. Le comité organisateur est donc formé de différents groupes qui connaissent bien vos attentes : la Fédération des aînés francophones de l'Ontario, le Conseil régional de l'Âge d'Or, Outaouais (Fadoq), le Patro d'Ottawa et le Centre de jour Guigues.

Nous vous souhaitons d'y faire des découvertes, d'y apprendre des choses et surtout de vous y amuser. En terminant, il était important pour nous d'appuyer une cause qui nous tient à coeur, les profits seront donc versés au Centre de jour Guigues.

Bon salon

Le comité organisateur

La fondation

Les amis du Centre de jour polyvalent des Aînés francophones d'Ottawa-Carleton

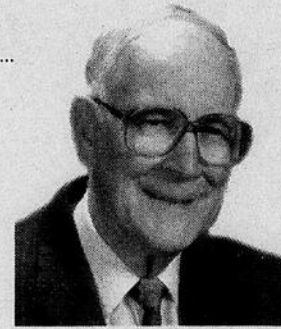


Mot du président de la Fondation Les Amis du Centre de jour

Depuis plusieurs mois, notre Fondation s'est penchée sur différents scénarios susceptibles d'inciter la population franco-ontarienne à s'impliquer dans le projet de rénovation et de construction de l'école Guigues pour en faire un Centre de jour pour aînés(es) francophones. Le Salon de la belle retraite conçu spécialement pour nos préretraités(es) et retraités(es), dont les profits seront versés à cette cause, nous est apparu comme une formule des plus appropriées. Nous souhaitons donc que ce premier Salon soit un vif succès et qu'il constitue dans l'avenir, une visite que vous aimerez ajouter à vos belles sorties de la rentrée automnale.

Maurice Pagé,

Président du Conseil d'administration
Fondation les Amis du Centre de jour



Le Centre de jour Guigues

(Centre de jour polyvalent des aînés francophones d'Ottawa-Carleton)

Mot du président du Centre de jour Guigues

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que je désire souhaiter la bienvenue à tous ceux et celles qui viendront visiter le premier Salon francophone en Ontario spécialement dédié aux gens à la retraite et à ceux qui se dirigent vers cette étape de vie. Nous espérons que celui-ci sera le premier d'une heureuse série, car nous sommes persuadés que chacun(e) y trouvera grand intérêt tout en participant à la cause de la francophonie par le biais du projet de construction de l'école Guigues. Au nom du Conseil d'administration du Centre de jour Guigues, je désire remercier tous les intervenants qui ont mis temps et énergie à faire de ce Salon une réussite et un point de ralliement pour nos retraités francophones.

Lionel Desjarlais,
Ph D., D.U.

Président du Conseil d'administration
du Centre de jour Guigues

Heures d'ouverture

Vendredi,
20 octobre :
14 h à 21 h

Samedi,
21 octobre :
10 h à 21 h

Dimanche,
22 octobre :
11 h à 16 h

Circuits d'autobus

STO
Prendre les autobus qui se rendent au Centre Rideau.
OC Transpo,
du Terminus Rideau, prendre les autobus numéros 4, 5, 6 (pas le dimanche) ou 7, ils passent tous devant le Patro d'Ottawa.

Stationnements :
Au Patro d'Ottawa
À proximité :
École secondaire De La Salle
Clinique Ste-Anne
(samedi et dimanche)

Points de vente
dans les Jean Coutu suivants : **succursales**
Aylmer, Buckingham, Gatineau -succ. Gréber et succ. Maloney, Hawkesbury, Hull, Orléans, Ottawa -succ. Alta Vista et succ. Meadowlands, Vanier

JEAN GOUTU



Qualité Supérieure

- Grand espace de rangement
- Intercom
- Téléphone à vos frais si désiré
- Avertisseur d'incendie dans toute la bâtisse

Bâtisse : Un étage à l'épreuve du feu
Unités : 24 chambres privées ou occupation double richement meublées, 500 \$ par mois.

Résidents : 24, donc meilleurs soins, meilleurs services, plus d'attention.

Stationnement

Transport : Service d'automobiles.
Chauffage : Électricité, contrôle dans chaque pièce.

Nourriture : Menu varié, adapté à chacun.

Un Oasis de Bonheur

Pavillon Central

- Salon - Foyer - T.V. - Câble
- Salle à manger
- Espace récréative avec orgue et piano
- Salon de coiffure
- Pharmacie sécuritaire
- Buanderie

Unique en son genre
dans l'ouest québécois

Activités

- Croquet
- Bingo
- Exercice / Gymnastique
- Soirée de danse et de chansons 2 fois par mois

Violette
& Léandre Grégoire

**VEILLENT SUR LES
RÉSIDENTS AVEC UN
PERSONNEL COMPÉTENT**
479, Pierre Laporte, Ange-Gardien
(Buckingham, Québec) J8L 2W7 •
(819) 281-4524 / (819) 777-5941

Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Fidèle à son mandat, la Télévision française de la Société Radio-Canada est fière d'offrir des émissions diversifiées de grande qualité susceptibles d'intéresser tous les auditeurs. Pour la saison 1995-1996, la SRC en Ontario/Outaouais produit et diffuse sur ses ondes quatre émissions qui couvrent un vaste champ d'intérêt : CE SOIR, IMPACT, ESPACE LIBRE et VIDÉOCLIPS, en plus de la populaire émission MANIGANCES animée par Manuel Hurtubise et diffusée au réseau national.



La télévision de la SRC en Ontario/Outaouais en direct du Salon De tout pour faire un monde

CE SOIR
L'émission d'information qu'il faut suivre absolument pour être au fait de tout ce qui se passe en Ontario et en Outaouais, ainsi que sur la scène nationale et internationale, c'est CE SOIR, animée par Pierre Granger. Chef de file en information, l'émission est diffusée du lundi au vendredi à 18 h.

Branchée directement sur l'actualité régionale, grâce au concours d'une équipe de journalistes chevronnés, CE SOIR suit l'évolution des dossiers économiques, sociaux et culturels et fait part des répercussions sur notre communauté. Ainsi, le débat référendaire au Québec et son impact dans l'Outaouais de même que les divers changements proposés par le gouvernement Harris en Ontario sont suivis de près.

Sous la direction de Denis D'Amour, producteur délégué, l'émission propose également des interviews en profondeur sur les sujets qui préoccupent la population, des reportages d'actualité, la météo avec Claude Lavoie, et les sports avec Diane Sauvé. Un volet culturel s'intègre également à l'émission de façon régulière. Les «fenêtres» - très appréciées par la majorité des téléspectateurs - constituent aussi un aspect important de l'émission.

En seconde partie d'émission, les diverses chroniques s'adressent aux jeunes et moins jeunes. Le mercredi Véronique Dicaire, ex-lauréate du concours Ontario Pop, anime la chronique jeunesse, en alternance avec Cécilia Sura. Des portraits de

gens de chez-nous sont présentés le jeudi. Jean Groulx est de retour à la barre de la très appréciée chronique «Les Maux de la langue» le vendredi ainsi que Diane Sauvé avec «Le sport en délire» qui présente de façon humoristique diverses situations cocasses dans le domaine sportif.

Un autre aspect important de l'émission est sa participation aux manifestations et événements importants organisés par la communauté francophone. Ainsi, le CE SOIR était présent à l'ouverture officielle du Collège Boréal dans le Nord en septembre; il diffusait en direct du Salon du livre de Toronto le 13 octobre dernier, et c'est avec grand plaisir qu'il s'associe avec les organisateurs du premier Salon de la belle retraite à Ottawa pour une émission spéciale le vendredi 20 octobre.

IMPACT
«Impact», c'est un nouveau magazine d'affaires publiques diffusé tous les samedis à 17 h. En ondes depuis le 7 octobre, l'émission reprend les grands dossiers qui ont été présentés au CE SOIR au cours de la semaine. Elle est également diffusée à RDI le samedi à 13 h 30 et en reprise le dimanche à 2 h 30.

Animée par Pierre Granger, l'émission analyse l'impact des événements politiques, sociaux, économiques et environnementaux sur la population de l'Ontario et de l'Outaouais.

ESPACE LIBRE
Depuis maintenant trois ans, ESPACE LIBRE est le magazine culturel de l'Ontario français et de l'Outaouais. Diffusée le vendredi à 21 h 30 et à RDI le dimanche à 14 h 30. Cette émission fait place à toutes les formes d'expression artistique à travers ses reportages et ses portraits.

Chaque semaine, ESPACE LIBRE est présentée à partir d'un site culturel différent. A l'occasion, l'émission se déplace lors de la tenue d'événements culturels en

Ontario et en Outaouais. Elle couvrira notamment le Salon du livre de l'Outaouais et celui de Toronto ainsi qu'Octobre sans frontières à Hawkesbury.

L'artiste-animatrice Julie Huard anime ESPACE LIBRE. Reconnue en tant qu'auteure et photographe ainsi que pour son goût des grands voyages, Julie ajoute sa touche personnelle afin de rendre l'émission des plus intéressantes. Elle est secondée par des correspondants et correspondantes, soit Monique Cousineau et Martine Charron à Toronto ainsi que Jocelyn Desjardins à Sudbury.

VIDÉOCLIPS
VIDÉOCLIPS, c'est l'émission à ne pas manquer tous les samedis, à 11 h 30. Animée par la dynamique Monique Cousineau, VIDÉOCLIPS vous entraîne dans un tourbillon de chansons françaises. Au programme : des vidéoclips, le palmarès des 5 chansons les plus populaires de la semaine, des entrevues surprenantes et des nouvelles artistiques. L'émission présentera également des artistes de l'Ontario français ayant déjà participé à Ontario Pop et à La Brunante à la SRC.

PARTICIPATION AUX ÉMISSIONS DU RÉSEAU
Une première cette année : une équipe, composée d'un réalisateur, Pierre Fournier, et d'un journaliste, Daniel Bouchard, est en place à Ottawa afin de produire des reportages qui seront éventuellement diffusés dans l'ensemble du pays. Sont prévues pour cette saison des

BINGO

Ne manquez pas les bingos du Patro d'Ottawa. Tous les vendredis et dimanches à 18 h 45 vous êtes invités à jouer au bingo dans une salle très bien équipée où règne la bonne humeur... et la chance! Le vendredi, l'équivalent du prix de votre billet d'entrée au Salon (3 \$) vous sera remis en cartes supplémentaires. **5 500 \$ en prix**

contributions à diverses émissions telles La Facture, Découverte, Second Regard et La Semaine verte.

Information, culture, jeunesse, variétés, sports, environnement :

la Télévision de la SRC offre une grande diversité d'émissions qui reflètent la richesse culturelle des francophones et qui rejoignent l'ensemble de leurs intérêts et de leurs préoccupations.

Les commanditaires

Merci à tous nos partenaires, commanditaires et bénévoles, de précieux alliés...

Le resto-bar Richelieu Laurier

Le Salon de la belle retraite offrira à ses visiteurs la chance de se désaltérer au resto-bar Richelieu Laurier. Des rafraîchissements et de légers goûters seront servis tout au long de la durée du Salon. L'endroit idéal pour faire des rencontres intéressantes et se reposer un peu!

À la Résidence Simon

ceux qui ont vu ont choisi...



845, rue St-Jean, C.P. 400, Rockland, Ontario K4K 1K5
Gary et Geneviève Morris, prop

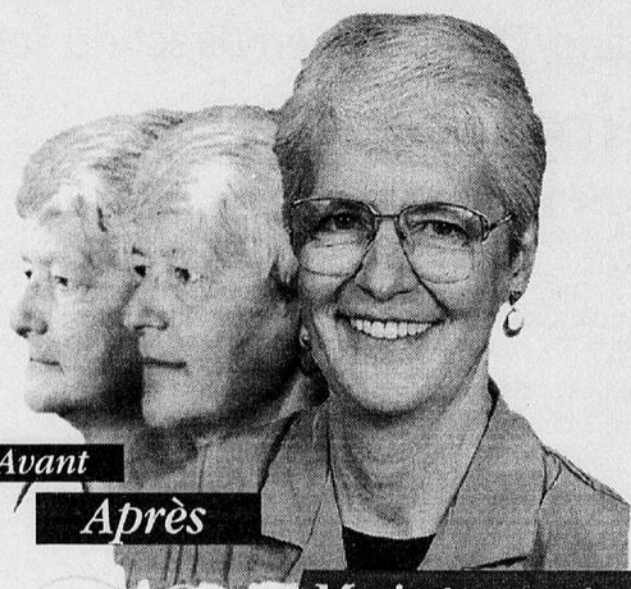
(613)446-7023

- le tout sur un seul plancher, aucun escalier
- surveillance 24 heures
- visite personnelle de votre médecin
- chambres privées et semi-privées
- téléphone et câble individuels
- salon de coiffure
- grand salon avec foyer
- grande salle de récréation, avec loisirs organisés
- service de buanderie
- cafétéria
- petit café ouvert 24 heures, avec nourriture et breuvages à votre disposition
- Geneviève Lafleur-Morris, infirmière licenciée
- membre de l'Association des résidences de l'Ontario
- messe à toutes les semaines
- transport gratuit aux cliniques et chez les spécialistes



Lapointe

cliniques de denturologie



Avant

Après

Maintenant...

Lapointe!

Avec des prothèses dentaires signées Lapointe
votre vie ne sera plus jamais la même!
Vous êtes unique... nous aussi!

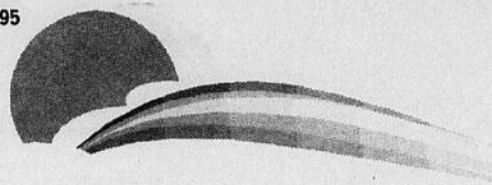


500, boulevard Gréber

Prenez rendez-vous maintenant
en composant sans frais:

1 800 Lap-oïnte
527-6468

- ✓ LACHINE
- ✓ MONTRÉAL (métro Cadillac)
- ✓ GATINEAU
- ✓ LAVAL
- ✓ MONTRÉAL (métro Laurier)
- ✓ QUÉBEC
- ✓ LONGUEUIL
- ✓ MONTRÉAL-NORD (boul. Gouin)
- ✓ ST-CONSTANT
- ✓ LOUISEVILLE
- ✓ ST-HYACINTHE



Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Participez à la course au trésor des Caisses populaires de l'Ontario-Région d'Ottawa

Les Caisses populaires de l'Ontario-Région d'Ottawa vous invitent à découvrir où est caché le trésor!

À votre arrivée au Salon, nous vous remettrons votre carnet de voyage, il vous servira à dénicher l'endroit où est dissimulé le trésor...

Faites la course, repérez les indices, remplissez correctement votre carnet de voyage, découvrez où se trouve le trésor et déposez votre carnet au kiosque des Caisses populaires de l'Ontario-Région d'Ottawa, en ayant bien pris soin d'y inscrire votre nom, votre adresse et votre numéro de téléphone.



Vous serez alors admissible aux tirages des prix suivants :

premier prix,
2 billets d'avion pour la destination de votre choix en Europe sur les ailes d'Air Canada

deuxième prix,
un ensemble de logiciels Microsoft, incluant Windows 95, d'une valeur approximative de 1 000 \$

Les tirages se feront juste avant la fermeture du Salon, dans le Cabaret LeDroit.

Vous pouvez participer à chacune de vos visites. Voyez les règlements au kiosque des Caisses populaires de l'Ontario-Région d'Ottawa.

Les ambassadeurs

Le Salon de la belle retraite accueille des ambassadeurs de différentes régions de l'Ontario.

La Société Radio-Canada/Ontario présentait sur les ondes de ses stations de radio, en collaboration avec Air Ontario et l'Hôtel Clarion Centre-ville de Hull, le concours :

«Devenez ambassadeur de votre région au Salon de la belle retraite»

Les gagnants seront reçus au Salon pour la fin de semaine.

Ils voyageront sur les ailes d'Air Ontario, séjourneront à l'Hôtel Clarion Centre-ville de Hull et auront le plaisir de partager un repas avec sœur Angèle, le vendredi et Roberto Medile et Danielle Oddera, le samedi.

Ambassadeurs, c'est un honneur de vous recevoir!

Bon séjour dans la région de la capitale nationale.



Tirage du Salon de la belle retraite

Lors de votre visite au Salon de la belle retraite, participez aux tirages des quatre toiles peintes par des artistes de la région. Les billets, au coût de deux dollars, sont en vente au Salon. Les profits seront remis à la Fondation des Amis du Centre de jour polyvalent des aînés francophones d'Ottawa Carleton.

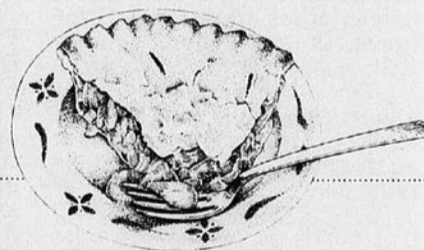
premier prix,
1 toile de Robert-Émile Fortin
(valeur de 1 000 \$)

deuxième prix,
1 toile de Carol Weidman
(valeur de 950 \$)

troisième prix,
1 toile de Claire Labrosse
(valeur de 650 \$)

quatrième prix,
1 toile de Robert-Émile Fortin
(valeur de 250 \$)

Le tirage aura lieu le 22 octobre à 15 h au Salon de la belle retraite.
Allez, seulement 2 \$ et ce serait si beau dans votre salon ...



Concours de La meilleure tarte aux pommes

Tous vos amis vous l'ont dit... Vos enfants ne mangent que la vôtre... Votre partenaire vous en redemande continuellement... C'est enfin le moment de la vérité!

Votre tarte aux pommes est-elle la meilleure de la région? Apportez un exemplaire de votre chef-d'œuvre gastronomique et inscrivez-vous au concours de la meilleure tarte aux pommes. Vous donnerez la chance au jury constitué d'experts en la matière de goûter votre petite merveille culinaire.

Chaque jour, venez voir et entendre nos goûteurs émérites faire la critique des tartes à l'atelier de cuisine MÉTRO avec sœur Angèle. Le nom du grand gagnant ou de la grande gagnante sera dévoilé dimanche le 22 octobre à l'atelier de cuisine Métro de sœur Angèle.

Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Participez à

«La cuisine Métro de Soeur Angèle»

Tous les jours, soeur Angèle offrira aux participants la chance de cuisiner avec elle dans la cuisine Métro. Bien plus qu'un cours de cuisine, c'est toute la bonne humeur et le charme de soeur Angèle qui vous attendent.

Elle a préparé plusieurs recettes avec les aliments de saison : des soupes et des potages, des compotes, des ketchups, des plats qui se préparent en petite quantité et de superbes desserts qui se mangent en grande quantité!

Les jeux et les concours de soeur Angèle, qui a de petits cadeaux en réserve, sauront animer les ateliers.

De plus, elle a prévu des périodes de discussion après les ateliers, histoire de faire un brin de jasette et de faire connaissance avec les gens qui y participeront.

Venez cuisiner, apprendre de nouvelles techniques, de nouvelles recettes mais aussi vous amuser et rencontrer une personne extraordinaire, tout à fait ordinaire...

Soeur Angèle sait communiquer sa bonne humeur et sa vitalité mais elle sait aussi écouter et partager. Une rencontre qu'il ne faut pas manquer!

Ateliers



Atelier de caricatures avec Marc Grandmaison

LA CARICATURE C'EST DRÔLEMENT FACILE!

Samedi et dimanche

Vous aimez dessiner? Monsieur Grandmaison est prêt à divulguer les trucs du caricaturiste. Avec un peu de talent et un sourire en coin vous pourrez faire la caricature des gens que vous aimez (et même vous défouler en pensant à ceux que vous aimez moins). Noël est à deux pas, parents et amis seront ravis de recevoir vos chefs-d'œuvre humoristiques, n'est-ce pas une idée originale de cadeau?

Atelier de foulards de soie Vendredi, samedi et dimanche

On peut créer des motifs sur un foulard de soie au MICRO-ONDES! Étonné? Madame Janette Desjarlais maîtrise très bien cette technique. Lors de cet atelier on vous enseignera comment on peut peindre sur la soie. Le mélange des couleurs se fait au micro-ondes et donne des résultats assez spectaculaires. Vous verrez ce n'est pas compliqué et c'est une belle façon de personnaliser vos cadeaux.

Tournois du Salon de la belle retraite

à la salle des tournois des «Promenades de l'Outaouais» **LES PROMENADES**

Dans le cadre du Salon de la belle retraite, vous êtes invités à participer à de nombreux tournois organisés par diverses organisations régionales. Le prix d'entrée au Salon vous y donne accès sans frais supplémentaires.

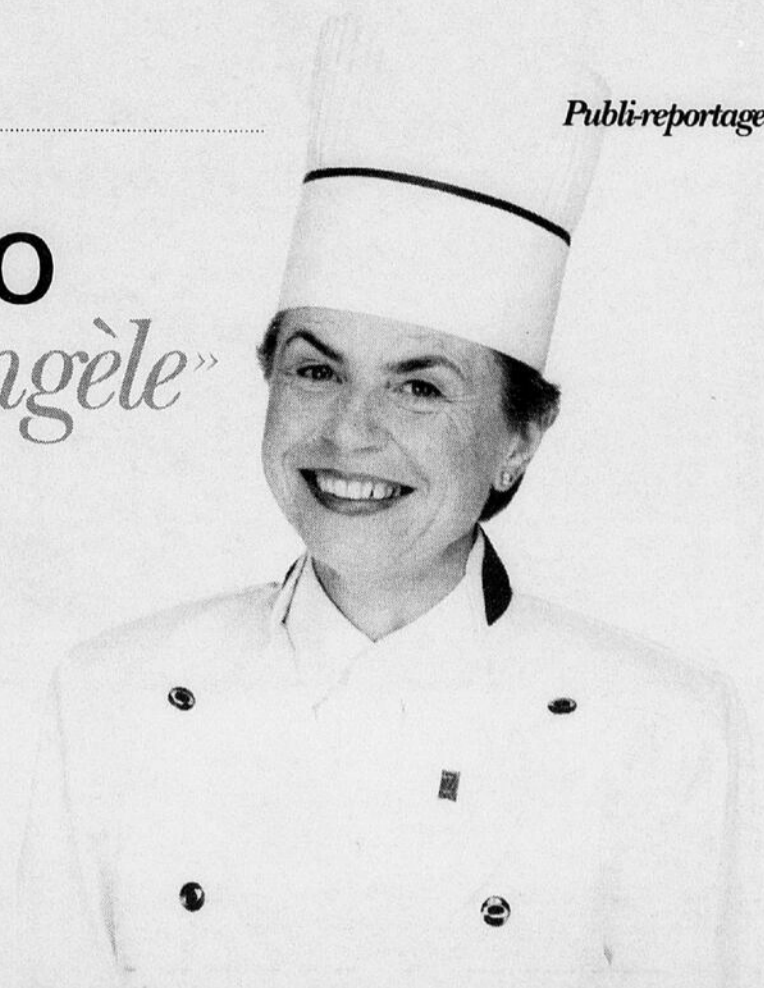
Le vendredi 20 octobre à 15 h, vous êtes invités à participer au **tournoi de 500** organisé par la Fédération des aînés francophones de l'Ontario (FAFO). Si vous avez 50 ans et plus et que vous voulez relever le défi, vous pourriez remporter les prix qui seront attribués aux gagnants. Vous devez vous inscrire le plus tôt possible auprès de la FAFO en composant le 747-0469.

Votre partenaire et vous êtes des champions? Le **tournoi de bridge** se déroulera à la salle des tournois des Promenades de l'Outaouais, le samedi 21 octobre dès 10 h. Les inscriptions doivent se faire en communiquant au 777-5774. Les règlements du tournoi seront disponibles sur place et de nombreux prix seront décernés aux gagnants. Une invitation toute spéciale des Aînés de la Cabane en bois rond de Hull. C'est à ne pas manquer. N'oubliez pas, inscrivez-vous rapidement, le nombre de places est limité!

Le Centre de jour Guigues est responsable de l'organisation du **tournoi de billard**, le samedi 21 octobre entre 14 h et 17 h et entre 19 h et 21 h. Vous êtes intéressés? Eh bien, vous n'avez qu'à contacter Paul Sawyer au 241-4070 ou à vous présenter lors du Salon le 21 octobre avant 14 h et/ou 19 h et montrez à tous qui est le maître!

Seize équipes participeront au **tournoi de sacs de sable**, le dimanche 22 octobre à 13 h. Ce tournoi, organisé par le Centre de jour Guigues donne la chance aux diverses associations d'aînés d'être représentées. Vous avez déjà votre équipe? C'est la meilleure? Alors communiquez au plus vite avec Louise Rainville au 241-4070.

Enfin, le Patro d'Ottawa sera responsable du **tournoi de base-ball intérieur (base-ball poche)**. Huit équipes de différents Clubs d'âge d'or vont se rencontrer dès vendredi et tout au cours de la fin de semaine, pour déterminer qui est le vrai champion dans la région. M. Fernand Lacombe est le responsable de ce tournoi et il vous invite à vous inscrire dès maintenant en composant le 789-7733.



Grand-papas! Grand-mamans!

Aimeriez-vous impressionner vos petits-enfants par vos connaissances informatiques?

Que diriez-vous d'un tour du monde, dans votre salon, avec Internet?

Deltranik
INFORMATIQUE MULTIHExA

Deltranik/Informatique MultiHexa s'intéresse aux personnes retraitées désireuses d'en connaître un peu plus sur le monde informatique.

Vous êtes convoqués à une séance d'information gratuite sur les possibilités de formation dans le domaine, et ce, selon vos besoins.



Téléphonez-nous pour vous inscrire à cette séance qui se tiendra le 25 octobre 1995 777-3232

Racine Robert et Gauthier

259, rue St-Patrick, Ottawa

260, rue Besserer, Ottawa

300, rue Olmstead, Vanier

241-3680

Programme de pré-arrangements funéraires assuré

- ✓ Économies pouvant atteindre 46% sur les frais funéraires
- ✓ Protection des êtres chers contre le stress et les fardeaux financiers inutiles
- ✓ Possibilité de décider vous-même à l'avance de vos dispositions funéraires
- ✓ Commodité et souplesse de paiement

En toute dignité.

Venez nous rencontrer au Salon de La Belle Retraite, au Patro d'Ottawa du 20 au 22 octobre



Un cadre de vie pour une retraite bien réussie au **Domaine Boisé**



Vivre en campagne avec tous les avantages qu'offre la ville ! Les arbres aux coloris automnaux remplissent les sept acres de terrain entourant la Résidence du Domaine Boisé. Les promenades dans la nature sont donc à la portée de tous sans devoir faire des kilomètres de voiture.

La vie au Domaine Boisé, c'est à l'image de ce site enchanteur. Les résidents y forment une famille unie grâce, entre autres, aux bons soins d'un préposé qui est sur place 24 heures par jour. Même le médecin se joint à la famille lors de ses visites hebdomadaires.

Vivre à la Résidence du Domaine Boisé, c'est être entouré d'une famille qui s'occupe des plus petits détails. Comme, par exemple, de s'assurer de la présence d'un employé de la Caisse populaire St-Joseph de Hull pour effectuer les transactions financières des résidents. Le propriétaire, Claude Beaudoin, est entouré de ses deux enfants, Marie-France et Benoît pour assurer le confort des résidents.

Les journées au Domaine Boisé passent à la vitesse de l'éclair. Jeux de cartes, bingo, jeu de poche, pause-santé et artisanat occupent les résidents. Et que dire des journées thématiques organisées par les membres du personnel... C'est avec joie que les résidents participent à une soirée de magie, à une exposition de vieilles voitures et se sucent le bec à la cabane à sucre !

L'heure des repas est comme à la maison. Les résidents du Domaine Bois décident de leur propre menu. Si la suggestion du chef ne fait pas l'affaire, tant pis pour le chef... il s'ajustera à la demande des résidents.

Habiter à la Résidence du Domaine Boisé, c'est adopter un mode de vie sécuritaire. Les résidents n'ont pas à monter ou à descendre de marches. Finie pour eux la peur de tomber dans les escaliers... et que dire du système de sécurité permettant d'aviser le personnel en appuyant sur une sonnette d'urgence présente dans toutes les chambres et salles de bain.

La vie à la résidence du Domaine Boisé est pour tous. Couples ou célibataires, hommes ou femmes, tous sont les bienvenus. La résidence pourra même accueillir de nouveaux pensionnaires d'ici peu dans des nouvelles chambres offertes à prix tout à fait concurrentiel.

Attention! Aussi des places disponibles pour personnes nécessitant un court séjour. Choisir de vivre au Domaine Boisé, c'est une qualité de vie qui nous est offerte. Il ne reste plus qu'à la saisir!

Renseignements : Le Domaine Boisé, propriétaire, M. Claude Beaudoin (819) 669-0092.

L'horaire

Vendredi,
20 octobre

14 h **Ouverture**
Salon Air Canada
14 h 30 **Conférence : L'activité physique - Hélène Rollin** Salon Radio-Canada
14 h 30 **Tournoi de base-ball intérieur** Salle 1 des Promenades de l'Outaouais
14 h 30 **Conférence : Les services du MTCLO - Pierre Benson** Salle CJRC
14 h 30 **Atelier de cuisine et concours de soeur Angèle** La cuisine Métro
15 h **Atelier de foulards de soie au micro-ondes** Salle Clarion
15 h **Tournoi de 500** Salle 2 des Promenades de l'Outaouais
15 h 30 **Conférence : Les procurations (MPG) - Daniel Raymond** Salle CJRC
15 h 30 **Conférence : Serv. de santé d'O.-C. - Marthe Lavoie** Salon Radio-Canada
16 h 30 **Conférence : La sagesse du soir - René Bédard** Salon Radio-Canada
16 h 30 **Conférence : Le logement - Sylvain Charlebois** Salle CJRC
18 h **Le CE SOIR en direct** Salon Air Canada
18 h **Atelier de foulards de soie au micro-ondes** Salle Clarion
18 h 30 **Conférence : L'estime de soi - Evelyne Dutrisac** Salle CJRC
18 h 30 **Conférence : Le 3^e âge, une nouvelle vie - Florian Chrétien** Salon Radio-Canada
18 h 30 **Bingo du Patro**

Le Cabaret LeDroit
19 h 30 **Cérémonies d'ouverture** Salon Air Canada
19 h 45 **Spectacle de Danielle Oddéra et Roberto Medile** Salon Air Canada
20 h **Atelier de cuisine de soeur Angèle** La cuisine Métro
20 h **Conférence : La chiropratique - D' Rioux** Salon Radio-Canada
20 h **Conférence : La réflexologie - Jean-Louis Dubé** Salle CJRC
21 h **Fermeture**

Samedi,
21 octobre

10 h **Ouverture** Salon Air Canada
10 h **Tournoi de bridge** Salle 2 des Promenades de l'Outaouais
11 h **Atelier de cuisine de soeur Angèle** La cuisine Métro
11 h **Conférence : La santé positive - Gabriel Blouin** Salon Radio-Canada
11 h **Atelier de caricatures - Marc Grandmaison** Salon Air Canada
11 h 30 **Conférence : Le bénévolat au MBAC - Gérard Matte** Salle CJRC
12 h **Ouverture du Café chantant, Parole à nos parrains** Le Cabaret LeDroit
12 h 10 **Chants d'ouverture du Café chantant** Le Cabaret LeDroit
12 h 30 **Les Zéphyr, Chorale du Centre de jour Guigues** Le Cabaret LeDroit
13 h **Conférence : Le logement - Luis Rodriguez** Salle CJRC

13 h **Discussion avec soeur Angèle** La cuisine Métro
13 h **Conférence : Serv. de santé d'O.-C. - Marthe Lavoie** Salon Radio-Canada
13 h **Gerry Carisse, chanteur d'Orléans** Le Cabaret LeDroit
13 h 20 **Henri Doucet à l'accordéon avec la Troupe du Café chantant** Le Cabaret LeDroit
14 h **Spectacle Danielle Oddéra et Roberto Medile** Le Cabaret LeDroit
14 h **Atelier de caricatures - Marc Grandmaison** Salon Air Canada
14 h **Conférence : La chiropratique - D' Rioux** Salle CJRC
14 h 30 **Conférence et démonstration de tai-chi - Anne Tomking** Salon Radio-Canada
15 h **Tournoi de billard** Salle 1 des Promenades de l'Outaouais
15 h **Conférence : Réussir son vieillissement - Isabelle Delisle** Salle CJRC
15 h **Danse en ligne avec «Les Boute-en-train»** Le Cabaret LeDroit
15 h 20 **Chorale de l'Amitié de Gatineau, dirigé par Gilles Richard** Le Cabaret LeDroit
15 h 50 **Chants d'occasion avec Roger Trudel d'Orléans** Le Cabaret LeDroit
16 h **Conférence : La spiritualité - Jean-Louis Allard** Salon Radio-Canada
16 h **Atelier de foulards de soie au micro-ondes** Salle Clarion
16 h 10 **Chants à l'unisson de Madeleine et Maurice** Le Cabaret LeDroit
16 h 30 **Chansons Country avec**

Guy Maisonneuve
Le Cabaret LeDroit
18 h **De toutes les couleurs, Maurice et Madeleine** Le Cabaret LeDroit
18 h 20 **Chorale «Le Coeur d'Orléans» dirigé par Marcel Legault** Le Cabaret LeDroit
18 h 50 **Chants de fermeture du Café chantant** Le Cabaret LeDroit
19 h **Atelier de caricatures - Marc Grandmaison** Salon Air Canada
19 h 30 **Spectacle de Danielle Oddéra et Roberto Medile** Le Cabaret LeDroit
19 h 30 **Conférence : La gymnastique intellectuelle - Irish Sullivan** Salon Radio-Canada
19 h 30 **Conférence : La sexualité - Pierrette Morissette** Salle CJRC
21 h **Fermeture**

Dimanche,
22 octobre

10 h **Messe Église Ste-Anne**
11 h **Ouverture** Salon Air Canada
11 h 30 **Conférence : Vieillir dans la lumière - Monique Coulombe** Salon Radio-Canada
11 h 30 **Atelier de cuisine de soeur Angèle** La cuisine Métro
12 h **Conférence : La planification de la retraite - Jean Paquette** Salle CJRC
12 h **Atelier de caricatures avec Marc Grandmaison** Salon Air Canada
12 h **Spectacle de Danielle Oddéra et Roberto Medile** Le Cabaret LeDroit

12 h 30 **Atelier de foulards de soie au micro-ondes** Salle Clarion
13 h **Tournoi de sacs de sable** Salle 2 des Promenades de l'Outaouais
13 h **Conférence : L'estime de soi - Evelyne Dutrisac** Salle CJRC
13 h **Conférence : Le partage des petits-enfants - Liliane George** Salon Radio-Canada
13 h 15 **Ouverture du Café chantant, Chants à l'unisson** Le Cabaret LeDroit
13 h 45 **Cécile et Gerald Roy chantent Sweet People** Le Cabaret LeDroit
14 h **Concours culinaire de tartes aux pommes avec soeur Angèle** La cuisine Métro
14 h **Conférence : La chiropratique - D' Rioux** Salon Radio-Canada
14 h **Atelier de caricatures avec Marc Grandmaison** Salon Air Canada
14 h **Conférence : Serv. de santé d'O.-C. - Marthe Lavoie** Salle CJRC
14 h 10 **Chante-Clairs de Champlain avec Raymond Boyle au piano** Le Cabaret LeDroit
14 h 50 **Spectacle de Danielle Oddéra et Roberto Medile** Le Cabaret LeDroit
15 h **Conférence : La sexualité - Pierrette Morissette** Salle CJRC
16 h **Tirage de la Course au trésor des Caisses populaires de l'Ontario-Région d'Ottawa** Le Cabaret LeDroit
16 h **Fermeture**

Ginsberg, Gingras et Associés Inc.

Barbara Personnel

Ministère des
affaires étrangèresLes Caisses populaires de l'Ontario
Région d'OttawaBanque internationale
d'information
des États francophones
(BIEF)

Un nom

Chambre économique
de l'Ontario

World Travel Market

Centre de jour
Guigues

ACDI

Développement économique
Prescott-RussellRHÉAL
LEROUX
& ASSOCIÉS INC.Banque d'information
des gens d'affaires
(BIGA)

Tourisme Canada

Marcil, Lavallée,
Loyer et Associés

Le Festival franco-ontarien

Conseil canadien du sport

Recherche/Marketing - Gestion de projets - Études de faisabilité
Relations publiques/Communication - Foires internationales

37-1010, rue Polytek, Ottawa, Ontario K1J 9J2 Tél. : (613) 741-9397 Téléc. : (613) 741-9906

Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Une petite entrevue

Nos présidents d'honneur sont des gens très chaleureux, attentionnés et remplis d'affection pour leur public. Il faut les entendre : «Nous sommes très heureux de pouvoir nous rendre au Salon de la belle retraite. Pour nous c'est l'occasion de rencontrer les gens que l'on aime, et de vivre des moments privilégiés avec un public que l'on adore.»

Q. C'est vrai, on dirait que vous avez toujours été près des aînés?

«Oui, je ne sais pas pourquoi, mais nous avons toujours chanté des chansons qui leur ont plu... Au fond, c'est peut-être parce que nous avons tou-



Danielle Oddéra et Roberto Medile, les présidents d'honneur du premier Salon de la belle retraite

jours eu beaucoup de respect pour nos aînés. On sait que l'âge ce n'est qu'un chiffre, que les rides c'est bien joli et que vieillir ce n'est pas si terrible! En plus, nous avons toujours eu un faible pour eux, ce sont des gens remplis de tendresse, de passion et d'attention.»

Q. Ah! Vous n'avez pas peur de vieillir?

«Non, vieillir ne nous fait pas peur... C'est le temps d'aller un peu moins vite, de vivre et d'aimer les belles choses. Non, le 3^e âge, c'est le bel âge, il suffit de l'apprécier avec tout ce qu'il offre.»

«Vous savez chaque temps a sa raison d'être. Chaque âge a sa beauté, son importance...»

La carrière?

«Ce n'est pas parce qu'on nous voit moins à la télé, qu'on ne travaille pas! Au contraire, nous sommes revenus aux spectacles après un peu d'absence. Mais nous avons un plaisir énorme à rencontrer

notre public. Vous savez nous sommes très chanceux, nous avons un public qui ne nous laisse pas tomber. On est un peu gâté...»

Q. Mais est-ce que l'on vous reverra ensemble à la télévision?

«Oh, il y a un projet pour l'été prochain où l'on serait tous les deux... Mais vous comprenez nous aimerions ne pas en parler tout de suite, on ne sait jamais...»

De toutes façons, nous savons qu'ils seront au Patro d'Ottawa pour toute la durée du Salon. Ne manquez pas cette occasion de les voir et de les entendre en spectacle. Et surtout, allez faire un brin de jasette avec eux, vous découvrirez deux êtres merveilleux.

Le café chantant, Le rendez-vous des aînés

Maurice Auger. et homme orchestre, Maurice
Accordéoniste-chansonnier Auger coordonne et anime le

café chantant depuis 3 ans. Il a créé cette année le café spectacle des Aînés

Henry Doucet et la troupe du café.

Accordéoniste folklorique et aussi un des rares joueurs de scie, Henry Doucet, accompagné par Nelson Cashen et Conrad Bourguignon, nous fera danser au son des giges, des polkas et des valse.

Madeleine Milittello.

Son style de chant fait vibrer tout ceux qui aiment la chanson romantique française et québécoise.

Gerry Carisse.

Ses chansons feront revivre les nostalgiques des années 50 et 60.

La chorale Les zéphirs du Centre de jour Guigues.

Ce groupe nous présente un répertoire varié de chansons françaises.

Groupe de danseurs en ligne Les Boute-en-train.

Fondé il y a 3 ans par Julie Diotte, ce groupe de six danseurs nous présente cette nouvelle vague de danses populaires.

La Chorale de l'Amitié du centre communautaire

des Aînés de Gatineau.

Ces 45 aînés répètent toutes les semaines et chantent devant divers auditoires. C'est un plaisir pour eux de s'exprimer par le chant, de fraterniser et de propager la joie.

Roger Trudel.

Depuis qu'il est tout petit, il se passionne pour le chant. Il est heureux de s'associer au café chantant pour nous faire entendre ses plus belles chansons.

Les Chante-Clair de Champlain.

Sur invitation, ils visitent les maisons de retraités francophones et se produisent lors d'événements populaires dans la région. Venez entendre ce tour de chant, plein d'entrain et de vivacité.

Le Chœur d'Orléans.

Depuis 1986, l'orgueil du Chœur d'Orléans et sans contredit, l'inauguration des concerts de Noël. A l'occasion du café chantant, il nous présente un concert populaire qui promet de nous faire passer un très beau moment.

Cécile et Gérard Roy.

Gérald a toujours aimé chanter, son épouse Cécile joue de l'orgue. Combinaison gagnante puisqu'ils sont un couple très en demande. Leur spectacle au café chantant saura vous séduire.

Guy Maisonneuve.

Guy chante et joue de la guitare. Ses talents d'auteur-compositeur ont su en émouvoir plus d'un. Si vous aimez la chanson country, Guy a une chanson d'occasion qui saura vous plaire.

VOUS OU L'UN DE VOS PROCHES A BESOIN D'AIDE À DOMICILE?

Nouvellement établie dans la région, SDO offre à la population de l'Outaouais : Services de santé 24 heures par jour, en milieu rural et urbain

Professionalisme

Services personnalisés

Prix compétitifs



- Soins infirmiers (pansement - intraveineuse - soins palliatifs)
- Auxiliaire familiale (entretien ménager - soins personnels - préparation de repas - accompagnement)
- Réadaptation (physiothérapie - ergothérapie - évaluation pour vignette personne handicapée)
- Orthophonie



Sharon Potvin / Alice Turpin
Infirmières propriétaires

SDO 669-0911 ou 1-800-200-0911

The Council on Aging
Le Conseil sur le vieillissement
Ottawa - Carleton

Les membres de l'Assemblée des affaires francophones vous souhaitent un très agréable Salon de la belle retraite!

256, av. King Edward, Bureau 300
Ottawa (Ontario) K1N 7M1
Tél.: (613) 789-3577 Télécopieur: (613) 789-4406

Service d'entraide communautaire pour les aîné-e-s francophones
Organisme de soutien à domicile

241-1266

Pour une meilleure qualité de vie à domicile

Venez nous rencontrer à notre kiosque les 21 et 22 octobre 1995 au Salon de la Belle Retraite





Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Les conférences

Pierre Benson
Le ministère de la Culture et des Loisirs - Les services offerts

Monsieur Pierre Benson œuvre dans la région, à titre de conseiller en affaires culturelles et en loisirs, auprès d'organismes et d'associations. Sa conférence portera sur les services offerts par le ministère de la Culture, du Tourisme et des Loisirs dans la province d'Ontario.

J.-L. Allard
Les aînés servent-ils à quelque chose?



Monsieur Jean-Louis Allard, professeur émérite à l'Université d'Ottawa, a publié plusieurs ouvrages et donné des conférences ici et à travers l'Europe. Son sujet de conférence promet de nous mener vers une réflexion enrichissante.

Liliane George
Le partage des petits-enfants avec les grands-parents

GRAND est un organisme qui vient en aide aux grands-parents qui, à la suite de problèmes familiaux, ne peuvent

plus voir leurs petits-enfants. Au cours de sa conférence, madame George saura démontrer que la Société GRAND assure l'aide et le support dont vous pouvez avoir besoin.

D^r Denis Rioux
La chiropratique et ses bienfaits



Il y a 12 ans, le D^r Denis Rioux ouvrait sa clinique de chiropratique à Aylmer. Il nous parlera des bienfaits de la chiropratique dans le traitement des petits et grands problèmes de santé.

Jean-Louis Dubé
La réflexologie et ses bienfaits

Diplômé en réflexologie et en psychologie, Jean-Louis Dubé est président de l'Association de réflexologie du Canada et s'intéresse depuis plusieurs années au bien-être de soi ainsi qu'aux thérapies de guérisons naturelles. Au cours de sa conférence sur la réflexologie, il nous fera connaître les bienfaits de cette médecine douce.

Évelyne Dutrisac
L'estime de soi

Madame Dutrisac termine présentement sa maîtrise ès arts en sciences pastorales. Depuis plusieurs années, elle anime des sessions de groupes d'entraide dans divers domaines. Sa conférence intéressera particulièrement ceux qui, au début de la retraite, peuvent se sentir dévalorisés et inutiles.

(suite en page A10)

AU SERVICE DES AÎNÉS FRANCOPHONES

PUBLI-REPORTAGE

Le nom de notre organisation est relativement nouveau, mais les institutions qui la forment desservent les communautés d'Ottawa-Carleton et des environs depuis très longtemps. Avec plus de 1 000 lits et 65 000 consultations externes par année, le Service de santé des Soeurs de la Charité d'Ottawa (SSSCO) est l'un des plus importants complexes de soins de longue durée au Canada. Organisme bilingue, le SSSCO comprend l'Hôpital SCO, formé du Pavillon Saint-Vincent (anciennement l'Hôpital) et du Pavillon Elisabeth-Bruyère (anciennement le Centre de santé), la Résidence Saint-Louis, un foyer pour personnes âgées francophones situé à Orléans, et la Villa Marguerite, une maison de soins infirmiers. Comme le Pavillon Elisabeth-Bruyère, la Villa se trouve dans l'ancien édifice de l'Hôpital général d'Ottawa, en plein cœur de la ville.

La Bonne retraite... Savoir que de l'appui est disponible quand on en a besoin procure une tranquillité d'esprit qui aide à vieillir en santé. Cet appui, le SSSCO l'offre à sa clientèle grâce à ses nombreux services de consultations externes, à ses cliniques et programmes spécialisés. De concert avec d'autres organismes et professionnels de la santé de la communauté, comme le Centre de jour Guigues, le SSSCO travaille au maintien de la qualité de vie et de l'autonomie des personnes âgées, et ce, malgré les problèmes de santé que certaines d'entre elles éprouvent.

Quand les gens pensent aux institutions qui forment le SSSCO, ils pensent d'abord à leur longue et bonne réputation dans les domaines des soins institutionnels aux malades chroniques, des services de réadaptation, des soins de longue durée et des soins palliatifs aux malades en phase terminale. Nous sommes d'ailleurs fiers de poursuivre notre engagement à dispenser des soins et à offrir une variété de services à ceux qui ne peuvent pas demeurer à la maison en raison de leur condition médicale et des soins continus qu'ils requièrent. Pourtant, bien que tout aussi important pour nous, l'appui que nous offrons aux personnes qui demeurent à domicile est moins connu du public. Voici donc quelques exemples :

Service Secours - Le programme Service Secours a pour but d'offrir à ses abonnés une intervention rapide en cas d'urgence. Ce service de surveillance 24 heures par jour est le plus important du genre dans l'est et dans la région centrale du pays. Les personnes âgées et vulnérables qui vivent seules dans la communauté peuvent ainsi avoir l'esprit tranquille grâce au dispositif d'alerte qu'elles portent. À la pression du bouton, un signal est envoyé au personnel du Service Secours qui peut

alors communiquer avec l'abonné et lui fournir l'aide nécessaire. En situation de crise, les services d'ambulance ou de police sont immédiatement informés.

Podologie/Bio-Ped - Une gamme complète de services de soins des pieds, d'orthèses et de prothèses est offerte aux clients de tout âge. On tente particulièrement de répondre aux besoins des personnes âgées qui souffrent de problèmes de pieds et d'ongles précis ou qui requièrent des chaussures ou des appareils spécialisés en raison de leur état de santé.

Equipe mobile d'évaluation gériatrique (est) - Nous disposons de l'une des deux équipes mobiles du Programme régional d'évaluation gériatrique. Cette équipe est formée d'un groupe de professionnels qui visitent à domicile les clients pour évaluer leur état physique et mental, leur situation sociale et les problèmes qu'ils vivent. Ces visites sont faites à la demande du médecin de famille et vise à recommander des solutions pratiques aux clients.

Hôpital de jour pour adultes et hôpital gériatrique de jour - Les pavillons Saint-Vincent et Elisabeth-Bruyère offrent des programmes de jour pour les personnes ayant besoin d'une surveillance médicale en raison d'une maladie chronique ou d'une déficience. Ces programmes mettent l'accent sur la réadaptation active et sur le maintien des capacités en ce qui a trait au fonctionnement quotidien et à l'orientation cognitive. Ces programmes jouent un rôle très important pour ce qui est d'éviter ou de retarder l'institutionnalisation.

Programme de jour pour aînés francophones (Orléans) - La Résidence Saint-Louis met sur pied un programme de jour pour les aînés francophones en perte d'autonomie physique ou cognitive. Offert cinq jours par semaine, ce programme visera essentiellement à aider le client à améliorer ou à maintenir son niveau de fonctionnement de façon à améliorer sa qualité de vie. De l'appui et de la formation seront aussi offerts aux familles et aux autres personnes qui dispensent des soins à ces personnes âgées. Un programme de relève de nuit est aussi prévu à la Résidence pour les personnes âgées souffrant de démence. Cette surveillance nocturne permettra aux soignants de se reposer.

Clinique des troubles de mémoire - Cette clinique en pleine expansion met l'accent à la fois sur la recherche et sur le diagnostic de la démence. Son expertise en fait le seul programme du genre dans la région.



Une abonnée du Service Secours prend plaisir à cuisiner avec ses petites-filles. Grâce au pendentif qu'elle porte, elle sait qu'en cas de besoin, il lui suffit d'appuyer sur le bouton pour transmettre immédiatement un message au personnel du Service Secours. Cette communication instantanée se fait au moyen d'un dispositif électronique installé dans sa maison.

Adoptant une approche orientée vers le patient et sa famille, la clinique entretient des liens étroits avec d'autres programmes communautaires comme l'Unité d'Alzheimer et maladies liées et d'autres programmes du SSSCO visant ce même groupe cible et leurs soignants.

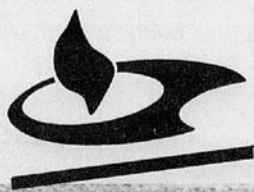
Clinique Photoderme - Cette clinique offre des traitements spécialisés aux patients en consultations externes. Parmi les affections chroniques de la peau qui y sont traitées, mentionnons le psoriasis, les démangeaisons liées à l'insuffisance rénale et aux maladies du foie et l'eczéma. Les clients sont dirigés vers la clinique par leur dermatologue.

Soins de relève (patients hospitalisés et soins en résidence) - Pour aider temporairement les soignants, des séjours de quelques jours ou quelques semaines sont offerts aux personnes souffrant d'importants troubles physiques ou cognitifs. Ce répit permet au soignant de se libérer un peu de sa lourde tâche pour mieux la reprendre ensuite, et permet au client de demeurer à la maison plutôt qu'en institution. Ces soins sont offerts dans tous les établissements du SSSCO.

Comme vous pouvez le constater, le SSSCO peut vous aider à vieillir en santé et contribuer à votre bien-être. En effet, il offre une variété de services pouvant répondre à vos besoins de santé particuliers et à ceux de vos proches. Pour obtenir plus d'information sur les programmes du SSSCO, y compris les services de soins de longue durée et les soins en établissement, veuillez communiquer avec les Relations communautaires au (613) 782-2752...

Bonne retraite!

Service de santé des
Soeurs de la Charité d'Ottawa / Sisters of Charity of Ottawa
Health Service



Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Les conférences (suite)

La Société de tai-chi taoïste d'Ottawa Démonstration de tai-chi

Le tai-chi taoïste est un art de santé chinois qui fut introduit au

Canada par un moine taoïste, maître Moy Lin-Shin, il y a déjà 25 ans. Cet art consiste en des mouvements naturels, lents et doux qui permettent aux gens de tout âge et de toute condition

physique d'améliorer leur concentration et de développer leur flexibilité et leur force musculaire, tout en encourageant une profonde détente physique et mentale.

Le bel âge pour bien se nourrir Bouger c'est la santé L'art de s'épanouir en santé

Le Service de la Santé d'O-C. joue un rôle clé en contribuant au mieux-être et à la qualité de vie de la collectivité. Nos profes-

sionnels de la santé vous proposent trois ateliers qui visent à promouvoir des habitudes de vie saine.

Monick Coulombe Bien dans sa peau à 60 ans - La visualisation créatrice

Madame Coulombe œuvre dans le domaine de la gérontologie et en soins palliatifs depuis plus de 11 ans. Elle aide de nombreuses personnes en leur enseignant l'acceptation et la maîtrise de leurs émotions. Conférencière appréciée des aînés, elle vous aidera à devenir l'artisan actif et dynamique de votre propre mieux-être.

Hélène Rollin L'activité physique

Depuis les 8 dernières années, madame Rollin travaille à la Régie régionale de la santé et des services sociaux de l'Outaouais où elle occupe le poste d'Agent de planification en promotion de l'activité physique. Elle est aussi responsable du programme Kino-Québec. Sa conférence portera sur les bienfaits de l'exercice pour vieillir en santé et favoriser le mieux-être psychologique.

Sylvain Charlebois Le ministère des Affaires municipales et du Logement

Sylvain Charlebois travaille pour la région de l'Est au ministère des Affaires municipales et du Logement. Ayant acquis une grande expertise dans le domaine, il nous entretiendra des diverses options en ce qui a trait au logement dans Ottawa-Carleton, ainsi que des différentes lois qui le régissent.

Gérard Matte Le bénévolat - Une expérience enrichissante

Retraité, monsieur Matte est toujours actif au sein de la communauté. En 1982, il se découvre une passion pour le bénévolat alors qu'il fait des visites guidées avec des groupes d'écoliers au Musée des beaux-arts du Canada. Lors de sa conférence, il nous fera partager cette expérience enrichissante.

Florian Chrétien Le vieillissement - Le 3^e âge, une nouvelle vie



Conférencier au Japon et au Canada pendant 17 ans, Monsieur Chrétien fut aussi traducteur au Secrétariat d'État et professeur à Tokyo. Son expérience de la vie orientale lui permet de voir le vieillissement avec un regard neuf.

Jean Paquette Les Régimes de pension du Canada



Depuis les 10 dernières années, Jean Paquette agit comme consultant en planification de la retraite.

(suite en page suivante)

Attention Age d'Or Club sociaux de compagnies et autres organismes.

Vous planifiez des Voyages en Groupe pour 96? Nous pouvons vous aider. Tél. à Mtl. au 744-3867, ou ailleurs 1-800-476-2571, et recevez GRATUITEMENT une copie de la revue VOYAGE EN GROUPE qui contient une liste de plus de 300 organismes

QUI SE SPÉCIALISENT DANS LES VOYAGES EN GROUPE

comme :

- Brasserie la Mère Clavet repas groupes
- Forges du St-Maurice Trois-Rivières
- La Régie des Installations Olympiques
- Auberge Val Margarita pour l'âge d'or
- Château Madelinot Îles de la Madeleine
- Feux Sacrés Basilique N-Dame de Québec
- Centre Culturel La Poudrière Windsor
- Association Touristique de Grand-Mère
- Casino de Montréal Montréal
- Casino de Charlevoix Pointe-au-Pic
- Croisière Bellevue Ste-Anne-de-Bellevue
- Village d'Émilie Grand-Mère
- Croisières Memphrémagog Magog
- Auberge Estrimont Magog Orford
- Vignoble Angell St-Bernard-de-Lacolle
- Colonie de Vacances des Grèves Contrecoeur
- Hôtel Motel Le Dauphin Drummondville
- LlamaDoux, Musée Vivant des Lamas, Sutton
- Hôtel-Motel Baie Bleue Carleton en Gaspésie
- Le Village Canadiana Rawdon
- Cidrerie et Verger Léo Boutin Mt St-Grégoire
- Funiculaire du Vieux Québec Québec
- Cabane à Sucre Chalet du Ruisseau Mirabel
- Cinéma IMAX Vieux Port de Montréal
- Ontario Northland North Bay Ontario
- Exposition du Tourisme Bienvenue Québec
- Tourcom services touristique du Québec
- Le Tortillard du St-Laurent train animé
- Corporation Touristique de Sept-Iles
- Oratoire St-Joseph Montréal
- Autobus Murray Hill, Aérocar, Sabem
- Maison Nationale des Patriotes St-Denis
- Musée Régional Vaudreuil-Soulanges Vaudreuil
- Érablière Jean Labelle Saint-Eustache
- Sucrerie Casselman Casselman Ont.
- Les chutes Dorwin Rawdon
- Cabane à Sucre Lalande St-Eustache
- Musée François-Pilote La Pocatière
- Val-estours circuit touristique Valcourt
- Auberge du Vieux Foyer Val David
- Résidences Université Laval Québec
- Cabane à Sucre Constantin St-Eustache
- Les Plaines d'Abraham Québec
- Pavillon Lussier Marieville
- Croisière Marjolaine Chicoutimi
- Jardin Forestier région de Lanaudière
- Fabuleuse Histoire d'un Royaume La Baie
- Théâtre des Variétés Montréal
- Érablière au Sous-Bois Mont St-Grégoire
- Hôtel des Gouverneurs Matane
- Croisières Alouette Ste-Agathe-des-Monts
- Centre d'Interprétation de la Pomme Rougemont
- Auberge sur Mer Notre-Dame-du-Portage
- Festival des violons d'Amérique Valleyfield
- Auberge Watel pour âge d'or Ste-Agathe
- Cabane à sucre Domaine de l'Érable Ste-Rosalie
- Théâtre Capitol Québec
- Amphi Bus Vieux Port de Montréal
- Verger Guy et Lucille Mercier Marieville
- Croisières Richelieu St-Jean
- Sanctuaire N.D. du Cap Cap-de-la-Madeleine
- Île des Moulins Terrebonne
- Théâtre de la Chèvrerie St-Fortunat
- Auberge du Parc Orford Magog
- Les 3 Restaurants Da Giovanni Montréal
- Centre Vacances Nature Lac Bouchette
- Village Plein Air Lac Edouard Lac Edouard
- Chocolaterie La Cabosse d'Or Mt-St-Hilaire
- Croisière Bateau Mouche Québec
- Cabane à Sucre la Grillade Granby
- Résidence du CEGEP Rimouski
- Best Western Rose City Welland Niagara

Service de la Santé d'Ottawa-Carleton



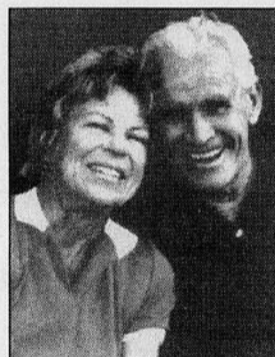
Voyages Rideau Travel

La famille Doré:
Florence, Carole, Danielle et Michel

Au service de la francophonie depuis 20 ans,
est fière d'être associée
à cet événement.

418B, rue Rideau, Ottawa (Ont.)
Tél.: (613) 789-4816

Pour les 50 ans et plus



Voici de quoi dormir sur vos deux oreilles

assurOr^{MC}

nouveau rabais : 20 %

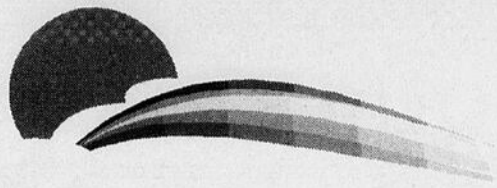


Profitez dès maintenant des avantages exclusifs que la Fédération de l'âge d'or du Québec a négociés pour vous.

Notre dépliant publicitaire sera disponible au kiosque de la F.A.D.O.Q., ainsi qu'à nos bureaux



Pour plus de renseignements :
J.C. Leduc & Associés
Courtiers d'assurance inc.
Une filiale de J.C. Gauthier et Associés Inc.
214 boul. St-Joseph, Hull
Tél. : 770-5565 - Fax 776-5745



Le Salon de la belle retraite

Publi-reportage

Les conférences (suite)

Sa conférence portera sur les différents régimes de pensions du Canada. Il nous informera des lois, des critères d'admissibilité et nous donnera quelques trucs pour calculer le montant de la pension auquel nous avons droit.

Isabelle Delisle Réussir son vieillessement



Madame Delisle est professeur à l'UQAH. Lors de sa conférence, elle nous entretiendra de la préparation nécessaire pour bien réussir son vieillissement, une autre étape pleine de récompenses.

Irish Sullivan Démonstration de gymnastique intellectuelle

Irish Sullivan a plus de 18 ans d'expérience dans le domaine de l'enseignement, elle est professeure de «Brain Gym» accréditée par la Fondation de kinésiologie éducative d'Amérique du Nord. Venez expérimenter une nouvelle façon d'être, en utilisant le mouvement comme véhicule pour améliorer

vos capacités physiques, mentales et émotionnelles. Avec le «Brain Gym», vous penserez mieux et vous aurez plus de contrôle sur votre corps et sur vos émotions.

Robert et Clarisse Doyle Avoir du plaisir à voyager

Monsieur et Madame Doyle sont de grands voyageurs, ils ont choisi les circuits touristiques et les voyages organisés comme les destinations plus exotiques pour voyager à leur rythme. Ce que nous apprendrons en les écoutant c'est que nous devons trouver du plaisir à toutes les étapes d'un voyage, des préparatifs à la classification des souvenirs.

Pierrette Morissette La sexualité des personnes vieillissantes

Madame Morissette est une conférencière très recherchée. Elle oeuvre dans le domaine de la sexualité depuis 15 ans. Diplômée de l'Université d'Ottawa, elle possède une formation de psychopédagogue et de sexologue.

L'objectif de son exposé consiste à démontrer qu'une partie du potentiel humain concerne la sexualité et que cette dernière ne s'adresse plus seulement aux jeunes. Les preuves sont maintenant établies que les personnes, même très âgées, peuvent vivre une sexualité active et satisfaisante.

Gabriel Blouin et Louise Timmins Comprendre le vieillessement et comment mener une vie active

Monsieur Blouin est le président de l'Institut de santé positive pour aîné(e)s inc. Il fait partie de cet organisme depuis 1987. Madame Timmins travaille en gérontologie depuis 1985. Elle planifie et coordonne des projets communautaires à l'intention des aîné(e)s. Leur conférence vous aidera à comprendre le vieillissement et vous donnera les conseils appropriés pour mener une vie active, saine et adéquate.

René Bédard La sagesse du soir

Professeur à la Faculté d'éduca-

tion de l'Université d'Ottawa, monsieur Bédard offre des ses-

sions sur la préparation psychologique à la retraite.

Les exposants

Le Salon regroupera divers exposants qui nous feront part de leurs produits et services. Ceux-ci seront présents durant les trois jours du Salon. C'est une occasion tout à fait spéciale de s'informer grâce aux nombreux conseils prodigués par des spécialistes provenant de différents domaines.

- Protectron
- Les Caisses populaires de l'Ontario-Région d'Ottawa
- Le journal LeDroit
- La Fédération des aînés francophones de l'Ontario
- Le Conseil régional de l'Âge d'Or, Outaouais (FADOQ)
- La Sun Life du Canada
- La Société Radio-Canada
- Le Groupe Investors
- Gaston G. Gaudreau, expert en planification financière
- Le Patro d'Ottawa
- Lévesque, Beaubien, Geoffrion inc., services financiers
- Maison funéraire Racine, Robert & Gauthier
- Lapointe, cliniques de denturologie
- Denis Rioux, chiropraticien
- Services de santé Para Med
- Voyages Rockland
- Distribution J. André Hébert, livres, vidéos, CD et CD ROM
- Jardins Belle Rive
- La Société canadienne de la sclérose en plaques
- Condominiums Guiges
- Coalition des services communautaires, canton de Cumberland
- Clinique des troubles de mémoire
- Services d'entraide communautaire pour les aînés et aînées francophones
- Office des affaires francophones de l'Ontario
- Clés santé
- Et plusieurs autres

LA FONDATION LES AMIS DU CENTRE DE JOUR POLYVALENT DES AÎNÉS FRANCOPHONES D'OTTAWA-CARLETON

est heureuse de s'associer au

SALON DE LA BELLE RETRAITE

qui se tiendra au PATRO d'Ottawa
du 20 au 22 octobre 1995

et

dont les profits de ce 1er salon seront versés au projet de construction
et de rénovation de l'école GUIGUES

pour en faire un complexe de condominiums pour aînés francophones
et y relocaliser le Centre de jour polyvalent des aînés francophones
le

CENTRE DE JOUR
GUIGUES

Bienvenue à tous-tes nos retraités-es et pré-retraités-es!!!

B12

Et
l'histoire
se
poursuit!

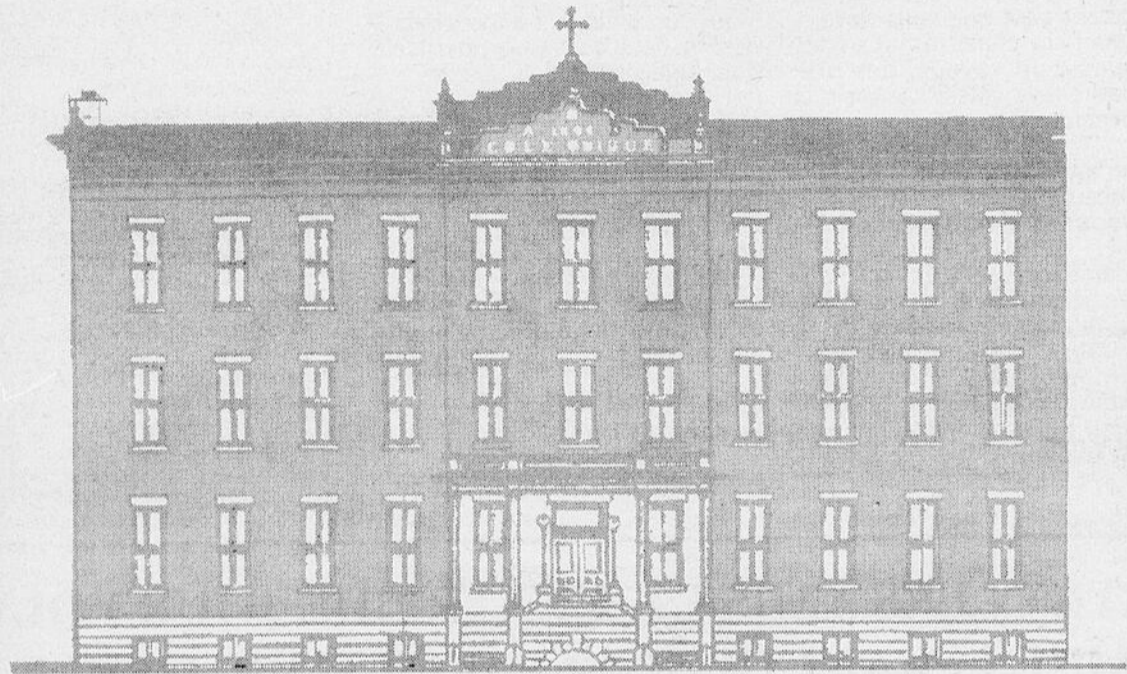
LES CONDOMINIUMS GUIGUES

À
PARTIR
DE
88 900 \$

à vendre

*Dans l'ancienne école Guigues,
située au 159, rue Murray, à Ottawa,
14 condominiums seront construits*

Pour achat ou investissement



Ouverture
en
septembre
1996

Situés au
centre-ville
et près de
tous les
services

*Venez nous rencontrer au
Salon de la belle retraite
au Patro d'Ottawa
du 20 au 22 octobre prochain!*

Unité	Pi. ² (approx)	Prix de vente	Unité	Pi. ² (approx)	Prix de vente
35	636	105 000 \$	40	507	88 900 \$
36	592	88 900 \$	44	1014	135 000 \$
37	643	105 000 \$	45	966	135 000 \$
38	636	105 000 \$	46	636	105 000 \$
39	636	105 000 \$	47	636	105 000 \$

*Pour présentation, trousse d'information, etc.,
veuillez communiquer avec Rachel Gauthier
au (613) 741-9397 du lundi au vendredi*

Les condominiums Guigues, c'est la vie moderne sur une page d'histoire