Entre-nous
Centre de ressources communautaires d'Ottawa-Ouest

L'AUTOMNE 2013

Dans cette édition:

Article vedette
Un siècle, ça se fête! Deux aînés centenaires

Message de la directrice générale
~p.2~

Réception en plein air pour les bénévoles
~p.3~

Club d'aide aux devoirs!
~p.3~

Novembre – Mois de sensibilisation des femmes victimes de violence
~p.5~

Prendre soin de ma santé... une question d'équilibre!
~p.5~

L'histoire de la réussite d'un bénévole du CRCOO
~p.6 ~

Halte-accueil à Carp
~p.6~

Un siècle, ça se fête! Deux aînés centenaires

par Dahlia Liwsze

Qui a dit qu'on ne pouvait pas s'amuser à 100 ans? « J'étais pratiquement las de faire la fête », a déclaré Alfred Moore, en nous parlant des célébrations entourant son centième anniversaire de naissance en mars

Le Diners' Club de Kanata avait organisé une grande fête en son honneur le 20 mars (la veille de son anniversaire de naissance) au Kanata Seniors' Centre, qui a été télévisée à CTV.

En outre, ses fils, Clifford et Douglas, et d'autres membres de sa famille ont eu une fête pour lui, tout comme la chorale Sounds of Music de Kanata, dont il fait partie.

M. Moore, qui est né à Montréal de parents immigrants irlandais, dit que sa mère a vécu jusqu'à 101 ans.

Jean et Alf qui rigolent du récent thème terre-neuvien de la fête organisée par le Diner's Club.

« J'imagine que j'ai les bons gènes. J'ai eu une bonne santé et je fais beaucoup d'exercice. C'est très important ».
Il ajoute qu'il est aussi vital de rire de bon cœur pour vivre sainement.

« Je suis le gars qui raconte des farces...
Rire est très bon pour votre santé...
J'aime voir les gens rire. »

M. Moore a été marié à Evelyn Flower (décédée en 2000) pendant 65 ans et a un petit-fils. Il a travaillé chez Eaton pendant 50 ans où il était directeur et acheteur, ce qui l'amenait à voyager en Amérique du Nord et en Europe.

photo par Danielle Lynn Photography

Message de la directrice générale

Un vrai leader passe pratiquement inaperçu; lorsque son travail est accompli et son but atteint, les autres pensent avoir tout fait seuls. ~Lao Tzu~

Ce mois-ci, j'ai eu le plaisir d'être l'hôte d'une fête champêtre automnale en l'honneur de nos bénévoles. Le comité organisateur, qui comprenait le personnel du Centre de ressources communautaires d'Ottawa ouest (CRCOO), a concocté un parfait mélange avec orchestre sur place, excellents hors-d'œuvre et accueil chaleureux.

Cette merveilleuse activité d'appréciation m'a permis de revoir des gens qui sont avec nous depuis de nombreuses années et qui font partie intégrante de nos programmes et services, et d'en rencontrer de nouveaux désireux de faire un impact positif dans leur collectivité. Nous avons échangé des histoires, des nouvelles et des expériences. Je n'ai pu faire autre que d'être inspiré par le dévouement et le soutien indéfectibles de nos bénévoles.

À titre de directeur général du CRCOO, je suis toujours impressionné par le travail acharné et l'engagement que démontrent nos bénévoles année après année. Ils sont responsables de notre succès et nous, comme organisation, leur en sommes très reconnaissants.

Au cœur de ce succès se trouve notre conseil d'administration (CA), composé de 12 dévoués bénévoles. Grâce à l'expertise professionnelle particulière de chacun, tous les membres contribuent à la longévité et la stabilité de l'organisation.

Nous avons accueilli, pour cet exercice financier, trois nouveaux membres au CA, soit Robert Bourgeois, Larry Peterson et Claudette Roy. Ils apportent un bagage d'expérience variée — consultant en gestion auprès des plus importantes universités canadiennes, responsable de l'élaboration de cadres de contrôle financier pour des organismes sans but lucratif, responsable de l'établissement d'une fondation internationale de soins de santé à l'étranger. Le CRCOO est certes très heureux de compter des gens aussi compétents et distingués au sein de son CA.

Nous sommes convaincus que leur service comme membres du CA nous aidera à promouvoir nos convictions profondes, notre vision et notre mission, tout en rehaussant notre engagement à offrir des services qui répondent aux besoins de notre collectivité dynamique.

Sainement vôtre,

Cathy Jordan directrice générale

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2013-2014

Président Robert (Bob) McGaraughty
Coprésident Michael D. Merpaw
Coprésidente Johanne Lamarre
Coprésident Trevor Kraus

Administrateurs
Shelley Bond
Robert Bourgeois
Teisha Gaylard
Cindy O'Leary
Larry Peterson
Mary-Ann Rowan
Claudette Roy
Eric Saemisch

Réception en plein air destinés aux bénévoles 1.Le duo de Steve Boudreau divertit la foule. 2. Les membres du Conseil d'administration du CRCOO profitent du beau temps – Cindy O'Leary, Mary-Ann Rowan, Robert Bourgeois, Johanne Lamarre et Claudette Roy. 3. Les gens se mêlent à la foule.4. Property scenery 5. Keitha Mitchell, CRCOO, Programme de jour pour adultes, Lori Lee et Ginette Lebel, bénévoles pour le Programme de jour pour adultes 6. Les bénévoles savourent les amuse-gueules. 7.Laine Johnson, coordonnatrice bénévole et Cathy Jordan, directrice générale, présentent des épinglettes commémoratives du nombre d'années de service au sein du CRCOO à Joan Plouffe, Maha El-Chantiry et Blyth Robertson.

Club d'aide aux devoirs

Le Club d'aide aux devoirs est un milieu de soutien où les élèves de la 3e à la 8e année peuvent obtenir de l'aide pour faire leurs devoirs, prendre une petite collation, accéder à un ordinateur et à une imprimante. Une fois leurs devoirs terminés, on demande aux élèves de rentrer à la maison.

Club d'aide aux devoirs – École primaire Bridlewood
Les mardis et jeudis à compter du 1er octobre
De 14 h 30 à 16 h
63, ch. Bluegrass, à la bibliothèque de l'École primaire Bridlewood Community

Club d'aide aux devoirs – École publique South March
Les lundis et mercredis à compter du 30 septembre
De 15 h 45 à 17 h 15
1032, ch. Klondike, à la bibliothèque de l'École publique South March

Veuillez télécharger le formulaire d'inscription au wocrc.ca

Pour en savoir davantage, prière de communiquer avec Colleen Taylor, organisatrice communautaire auprès des enfants, au 613-591-3686, poste 228 ou à l'adresse suivante : taylora@wocrc.ca

Il vit seul à Kanata où il a déménagé en 1990 pour être plus près de Douglas.

M. Moore aime se tenir occupé et participe aux activités du Diners' Club depuis environ 15 ans. En plus, il chante depuis 14 ou 15 ans dans la chorale Sounds of Music.

Une autre membre du Diners' Club, Jean Hansen, a eu 100 ans le 6 septembre et va au Club depuis les débuts il y a 15 ans. Mme Hansen fréquente l'Église unie de Kanata. Tout comme M. Moore, elle vit seule à Kanata et la longévité règne dans sa famille puisque sa mère a vécu jusqu'à 99 ans.

Terre-Neuvienne d'origine, le Diners' Club lui avait aussi organisé une fête avec comme thème Terre-Neuve au Kanata Seniors' Centre le 11 septembre dernier. Elle a aussi célébré avec ses enfants, Harold et Carol-Ann, ainsi qu'avec ses amis qui l'ont invitée au restaurant. Enfin, son Église lui a présenté un gâteau le 15 septembre.

Lorsqu'on lui demande ce qu'elle retient du dernier siècle, Mme Hansen répond : «J'ai appris beaucoup de choses. J'ai été bien élevée. J'ai fréquenté une école privée. Mes parents étaient Anglais. Ils étaient stricts, mais pas trop.»

Femme au foyer, Mme Hansen a été mariée à James pendant plus de 60 ans et a cinq petits-enfants et six arrière-petits-enfants. Elle a vécu à Montréal et à London (Ontario).

La surprise de Jean au moment de voir son gâteau pour la première fois.

Elle a visité plusieurs endroits, dont la Floride et la Norvège où James est né.

Carol Diguer, qui dirige le Diners' Club de Kanata, connaît M. Moore et Mme Hansen depuis environ sept ans.

« Ils sont tous les deux merveilleux et me sont chers... Ils sont une inspiration pour nous tous », a-t-elle ajouté.

Lorsqu'on lui a demandé ce qu'il désirait pour son 101e anniversaire, M. Moore a répondu: « Je ne pense pas à cela. Je considère chaque jour comme un boni... laissons le bon Dieu décidé... j'ai eu une belle vie. »

Prendre soin de ma santé...une question d'équilibre!

Séance d'information
Le mardi 5 novembre 2013
13 h à 14 h
CRCOO – 2, cour MacNeil
Kanata ON K2L 4H7
Conférencière : Ginette Asselin , inf., B.Sc. inf., Santé publique Ottawa

Clinique mobile(sur rendez-vous)
Le mardi 19 novembre 2013
CRCOO – 2, cour MacNeil
Kanata ON K2L 4H7

On examinera les personnes âgées pour évaluer leurs risques de chutes liées à la pression artérielle posturale, aux médicaments, à l'ostéoporose et aux facteurs de risques psychologiques. Elles pourront en apprendre davantage sur les mesures à prendre afin de réduire leurs risques de chutes.

Pré-inscription requise due à l'espace limité
Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec Christine, d'ici le 28 octobre, en composant le : 613-820-4922, poste 3560.

Novembre – Mois de sensibilisation des femmes victimes de violence

La violence faite aux femmes peut prendre différentes formes – physique, sexuelle, psychologique/mentale, verbale, et financière. Ces dernières sont souvent liées entre elles et touchent les femmes de la naissance à la vieillesse.La violence faite aux femmes ne se limite ni à une culture ni un pays déterminés ni à des groupes de femmes précis. La discrimination continuelle envers les femmes est à la base de la violence faite aux femmes.

Prévenons la violence faite aux femmes!

- Moins d'une femme sur dix victimes d'agression sexuelle signalent le crime à la police.
- Le taux d'homicides conjugaux chez les femmes autochtones est huit fois plus élevé que celui des femmes non autochtones.
- Au Canada, un homicide sur cinq implique un partenaire intime.
- Les femmes sont trois fois plus susceptibles de signaler une agression ou des menaces faites par leur partenaire ou ex-partenaire.
- Une Canadienne sur trois sera victime d'agression sexuelle au cours de sa vie adulte.

Moins de 25% des victimes de violence conjugale signalent l'incident à la police.

La violence conjugale est plus répandue chez les 25 à 34 ans.

Près de 40 % des femmes agressées par leur conjoint ont affirmé que leurs enfants avaient été témoins des signes de violence à leurs égards.

6% des Ontariennes mariées ou conjointes de fait déclarent être victimes d'agression physique ou sexuelle de la part de leur partenaire.

Au Canada, 16% des homicides sont des homicides conjugaux.

Plus de 50% des femmes agressées et leurs enfants se réfugient dans des foyers pour femmes victimes de violence.

83% des victimes de violence conjugale sont des femmes.

Les femmes sont les victimes dans 91% des cas d'homicides conjugales.

On estime que 15 % des étudiantes universitaires au Canada sont victimes d'agression sexuelle.

Source infographique: http://www.womensownresource.org/november-is-woman-abuse-prevention-month/

L'histoire de la réussite d'un bénévole du CRCOO

Je m'appelle Dave. Depuis 14 ans, je passe une journée par semaine au Programme de jour pour adultes en tant que bénévole. J'y travaille avec d'autres bénévoles et des membres du personnel pour organiser des journées intéressantes et amusantes pour les personnes âgées (et des moins âgées). Notre programme vient en aide non seulement les clients, mais donne un répit aux aidants naturels pour qu'ils puissent faire des courses, rencontrer des amis ou juste relaxer et décompresser.

J'ai décidé de devenir bénévole pour le Programme, car ma mère souffrait de la maladie d'Alzheimer et elle demeurait dans une autre ville, et que je ne pouvais pas la visiter souvent. Toutefois, je pouvais changer les choses régulièrement, ici même à Stittsville ou à Kanata.

J'ai continué à participer au Programme même après le décès de ma mère, car les employés ont vraiment à cœur leur travail, ils sont très gentils et attentionnés avec les clients et les bénévoles. Il y a toujours beaucoup d'humour et de moments joyeux pendant que nous pratiquons une variété d'activités.

Nous sommes à même de constater comment la dynamique de groupe, la musique ou le chant, ainsi que l'humour peuvent faire émerger la vraie personnalité des gens atteints de démence. Les sourires compensent largement notre travail et les jours s'écoulent rapidement. J'aimerais alléger les fardeaux des aidants naturels, car ils sont les plus accablés.

Je recommande fortement ce travail à quiconque aime travailler avec les gens et faire une contribution, si petite soit-elle, à des personnes spéciales au moment où elles ont le plus besoin d'aide. Ah oui, nous obtenons aussi du café et des muffins gratuitement!but important contribution to special people when they most need a hand. We also get free coffee and muffins!

Dave Anderson – bénévole au Programme de jour pour adultes

Le vendredi

19 h à 21 h

Centre communautaire de Huntley *(ou la Cabane de glace)*

2240 rue Craig, Carp ON K0A 1L0

- Venez faire un tour et rencontrer de nouveaux ou de vieux amis!
- Profitez d'un excellent choix de musique, d'aliments savoureux et d'une agréable compagnie.
- De l'aide aux devoirs est offerte, et deux ordinateurs portatifs et une imprimante sont disponibles.

Veuillez communiquer avec

Jessie (la ZONE)

cornford@wocrc.ca ou 613-591-3686

Sarah (Ville d'Ottawa)

sarah.hanniman@ottawa.ca

Youth Connexion

youthconnexion@ottawa.ca ou 613.580.2424 x 43307

Nous vous tenons au courant

Entre-nous est publié au moins quatre fois par années, au printemps, en été, à l'automne et en hiver - pour que vous restiez au courant des nouvelles et activités concernant le CRCOO. Si vous souhaitez en apprendre davantage sur un sujet particulier, ou si vous avez une idée de publication, veuillez nous envoyer un courriel à info@wocrc.ca et nous tenterons de traiter ce sujet dans l'une des publications à venir.

Western Ottawa Community Resource Centre
Centre de ressources communautaires d'Ottawa ouest

2 Cour MacNeil Kanata ON K2L 4H7
Tél. : 613-591-3686 Téléc. : 613-591-2501TTY : 613-591-0484
www.wocrc.ca info@wocrc.ca
B.N. 12821 9201 RR 0001