



Services de soutien communautaire

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	<b>1</b> <b>Appel social</b> <b>10h – 11h</b>  <b>Bienvenue au SSC 13h-14h</b>	<b>2 Services en vedette :</b> <b>Santé Publique Ottawa</b> <b>13h –14h</b>  <b>Vacance virtuelle</b> <b>18h30 – 19h30</b>	<b>3 Appel social</b> <b>11h-12h</b>  <b>Yoga sur chaise avec Stewart</b> <b>13h-13h30</b>	<b>4</b> <b>Groupe de discussion</b> <b>10h– 11h</b>	<b>5</b>
<b>7 Artisanat &amp; Conversation</b> <b>13h-14h</b>  <b>Jeu-questionnaire</b> <b>18h-18h45</b>	<b>8 Appel social</b> <b>10h – 11h</b>  <b>Groupe jardinage et</b> <b>alimentation 13h-14h</b>	<b>9</b> <b>Bingo 13h-14h</b>  <b>Vacance virtuelle</b> <b>18h30 – 19h30</b>	<b>10</b> <b>Appel social</b> <b>11h-12h</b>	<b>11</b> <b>Groupe de discussion</b> <b>10h– 11h</b>	<b>12</b> <b>Café &amp; Bonnes Nouvelles</b> <b>10h-11h</b>
<b>14 Artisanat &amp; Conversation</b> <b>13h-14h</b> <b>Présentation spéciale :</b> <b>Musique : Twin Flames</b> <b>14h45-15h45</b> <b>Karaoké en groupe</b> <b>18h30-19h15</b>	<b>15</b> <b>Appel social</b> <b>10h – 11h</b>	<b>16</b> <b>Veillez vous joindre à</b> <b>Musique le 14 juin, ce</b> <b>mois</b>  <b>Vacance virtuelle</b> <b>18h30 – 19h30</b>	<b>17</b> <b>Appel social</b> <b>11h-12h</b>  <b>Yoga sur chaise avec Stewart</b> <b>13h-13h30</b>	<b>18</b> <b>Groupe de discussion</b> <b>10h– 11h</b>	<b>19</b>
<b>21 Artisanat &amp; Conversation</b> <b>13h-14h</b> <b>Présentation spéciale :</b> <b>Histoires de l'Île de la tortue</b> <b>14h45-15h45</b> <b>Groupe de lecture</b> <b>18h00-18h45</b>	<b>22</b> <b>Appel social</b> <b>10h – 11h</b>  <b>Groupe jardinage et</b> <b>alimentation 13h-14h</b>	<b>23</b> <b>Bingo 13h-14h</b>  <b>Vacance virtuelle</b> <b>18h30 – 19h30</b>	<b>24</b> <b>Appel social</b> <b>11h-12h</b>	<b>25</b> <b>Groupe de discussion</b> <b>10h– 11h</b>	<b>26</b> <b>Café &amp; Bonnes Nouvelles</b> <b>10h-11h</b>
<b>28</b> <b>Artisanat &amp; Conversation</b> <b>13h-14h</b>  <b>Karaoké en groupe</b> <b>18h30-19h15</b>	<b>29</b> <b>Appel social</b> <b>10h– 11h</b>  <b>Bienvenue au SSC 13h-14h</b>	<b>30</b> <b>Programme Fête du Canada</b> <b>Nouvelle heure : 12h45-1h45</b>  <b>Vacance virtuelle</b> <b>18h30 – 19h30</b>	<b>Fête du Canada !</b> <b>Jour férié - CRCOO fermé</b>		

**Veillez noter :** Programmes téléphoniques en bleu Programmes Zoom en rouge

## Description des activités du calendrier de programmes sociaux

Vous manquez de vous réunir avec des ami(e)s, d'avoir de bonnes conversations ou simplement vous vous sentez un peu seul(e) ? Nous vous invitons à participer aux programmes sociaux virtuels amusants et intéressants que nous proposons, soit par téléphone, soit par ordinateur (**accès Internet requis**). **Pour participer à l'un de ces programmes sociaux amusants, pour vous renseigner ou pour vous inscrire, composez le 613-591-3686, option 3.**

### Programmes téléphoniques en bleu :



#### **Appels sociaux : (Mardi et jeudi, chaque semaine)**

Nos hôtes guideront la conversation avec des sujets intéressants, des anecdotes, de l'humour et des souvenirs. Des invités se joindront à nous de temps à autre. Participez à la conversation ou asseyez-vous et simplement écoutez, vous pourriez apprendre quelque **Bingo : (2e et 4e mercredi du mois)**

Vous pouvez participer au Bingo dans le confort de votre foyer. Nos hôtes vous fourniront des fiches pour jouer. Les gagnants jouent pour se vanter et quelques petits prix seront attribués.

#### **Services en vedette :**

Des invités spéciaux répondront vos questions à propos les services disponibles dans notre communauté.

#### **Jeu-questionnaire :**

Préparez-vous à chauffer votre cerveau et vous amuser avec le jeu-questionnaire !

#### **Groupe de lecture:**

Installez-vous confortablement dans votre chaise préférée pendant que nous discutons tout en lisant ensemble des histoires courtes, de la poésie et des biographies.

#### **Présentations sociales : Twin Flames et Histoires de l'Île de la tortue**

Nous nous joindrons au Senior Center Without Walls pour ces 2 présentations uniques. Twin Flames emmènera les auditeurs dans un voyage musical à travers le Canada et l'Arctique. Ce spectacle utilise des chansons et des histoires pour partager l'histoire d'un point de vue autochtone.

Histoires de l'Île de la tortue : Des histoires traditionnelles autochtones seront partagées car elles renferment les connaissances, les souvenirs et l'identité des peuples et des communautés des Premières Nations de l'Île de la tortue.

### Programmes virtuels en rouge /Ordinateur et Internet requis



#### **Groupe de discussion :**

Participez à la discussion ou écoutez nos hôtes chaque semaine pendant que nous explorons divers sujets à travers une variété de présentations informatiques.

#### **Artisanat & Conversation :**

Installez-vous avec votre projet d'artisanat préféré en bonne compagnie !

#### **Café & Bonnes Nouvelles : (2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> samedi du mois)**

Versez-vous une tasse de café et préparez-vous à écouter certaines des choses les plus positives qui se passent dans le monde qui nous entoure !

#### **Vacance virtuelle : (Tous les mercredis en soirée)**

Rejoignez-nous chaque semaine alors que nous parcourons le monde et découvrons des cultures, des traditions, des paysages, des sites historiques et la beauté générale que notre monde a à offrir. Apportez votre collation et boisson préférées et venez parcourir le monde avec nous dans le confort de votre foyer.

#### **Bienvenue au SSC :**

Séance d'information pour répondre à toutes vos questions sur les services du CRCOO.

#### **Yoga sur chaise :**

Rejoignez-nous pour le yoga sur chaise dirigé par l'instructeur certifié Stewart McIsaac.

#### **Karaoké :**

Amusons-nous en chantant ensemble !

#### **Groupe jardinage et alimentation :**

Voyons où la conversation nous mène alors que nous parlons de tout ce qui concerne le jardinage, l'alimentation et la nature de la cour. Dites-nous ce qui pousse ou non dans votre jardin, partagez une recette, apprenez-en plus sur l'histoire de la nourriture - ce sera quelque chose de nouveau à chaque fois!

**Ces programmes sont offerts en anglais seulement. Si vous souhaitez recevoir des services en français, veuillez communiquer avec le Centre de services Guigues au 613-241-1266**