N°105 - 1er juin 2021

LE CAB EXPRESS

819-849-7011 - cabmrccoaticook.org

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2021

L'assemblée générale annuelle (AGA) 2021 du CAB se tiendra le **jeudi 17 juin, à 19 h**, et devrait durer au maximum une heure et demie

Étant donné l'incertitude concernant les mesures sanitaires qui auraient pu être en vigueur en juin, l'AGA se tiendra **sur Internet, via la plateforme ZOOM**.

Le lien ZOOM pour accéder à l'assemblée se trouve dans le calendrier du site Internet du CAB : cabmrccoaticook.org/calendrier/

Au programme de l'AGA:

- Modifications aux règlements généraux
- Faits saillants 2020-2021
- États financiers 2020-2021
- Élections au conseil d'administration

Pour se porter candidat.e au conseil d'administration du CAB

Selon l'article 18.3 de nos règlements généraux, **il est obligatoire de remplir un formulaire de mise en candidature et de le remettre au CAB d'ici le 11 juin, midi**. Des copies du formulaire sont disponibles à l'accueil du CAB. Vous pouvez aussi télécharger le formulaire depuis la section *Documentation* de notre site Internet : cabmrccoaticook.org/cab/documentation.php

Respect du quorum

Afin de nous assurer que nous atteindrons le quorum (20 bénévoles), **nous demandons aux bénévoles qui participeront à l'assemblée de s'inscrire** auprès d'Olivier Girondier, au 819-849-7011, poste 215, ou par courriel à benevoles@cabmrccoaticook.org

JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LA MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES AÎNÉES 2021

Le 15 juin se tient la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes aînées.

Le Comité de prévention des mauvais traitements envers les aînés de la MRC de Coaticook vous invite à profiter de cette occasion pour vous retrouver de façon virtuelle afin de partager les actions qui ont permis de soulager les effets les plus néfastes de la situation et ainsi apporter à nos aînés le soutien et le réconfort dont ils avaient besoin.

Le comité vous invite donc à participer à une activité virtuelle, à 13 h 30. À cette occasion, il y aura un visionnage d'une vidéo exposant la Charte de la bientraitance des personnes aînées de l'Estrie réalisée par la Concertation estrienne et présentée par Yvon Riendeau, le parrain de la charte.

Le lien ZOOM pour accéder à cette activité se trouve dans le calendrier du site Internet du CAB : cabmrccoaticook.org/calendrier/

HORAIRE D'ÉTÉ DU CAB

L'horaire d'été du CAB **commencera le lundi 14 juin pour finir le vendredi 3 septembre**.

- Lundi au jeudi: ouvert de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.
- Vendredi, samedi, dimanche: fermé.

Pendant cette période, les plats de la popote roulante du vendredi seront livrés le jeudi.

Notez que **la popote roulante sera fermée du lundi 19 juillet au vendredi 6 août**.

Notre friperie, la Boutique Mod-Écolo, sera ouverte lundi, mardi, mercredi de 13 h à 16 h 30, ainsi que le jeudi de 13 h à 18 h.

Notez aussi que **nous serons fermés les jeudis 24 juin et 1er juillet** pour la Fête nationale et la Fête du Canada.

CONSULTATIONS BUDGÉTAIRES GRATUITES

Nous vous rappelons que **des consultations budgétaires sont offertes gratuitement à la population de la MRC de Coaticook**. Elles sont données par Serge Bélanger, bachelier en administration des affaires de l'Université du Québec à Chicoutimi.

Grâce à une formation suivie à l'organisme *Solutions Budget Plus,* Serge vous conseillera judicieusement pour gérer un budget. Les consultations sont offertes à tout le monde, et ce, peu importe le revenu gagné. Réservez une place au **819 849-7011 poste 224**.

INFOLETTRE PAR COURRIEL

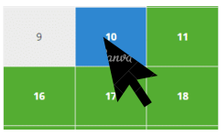
Pour recevoir le CAB express ou d'autres informations par courriel, abonnez-vous à notre liste de diffusion à partir de la section *Infolettre* de notre site internet.

cabmrccoaticook.org/cab/infolettre

CALENDRIER DES ACTIVITÉS EN LIGNE

cabmrccoaticook.org/calendrier

Pour tout savoir sur les activités du CAB.
Allez le consulter régulièrement !



BABILLARD DES ACTIVITÉS

ACTIVITÉS GRATUITES POUR AÎNÉ.E.S

Ces activités sont financées par le programme Québec ami des aînés et par le Programme Action Aînés du Québec du gouvernement du Québec, ainsi que par le programme Nouveaux Horizons du gouvernement du Canada.

CAFÉ BRANCHÉ VIRTUEL

**Tous les mardis, de 9 h à 11 h, jusqu'au 22 juin | ** Offert via Zoom
Café des aînés virtuel avec une **thématique différente à chaque fois**. Surveillez notre calendrier des activités sur notre site internet cabmrccoaticook.org
Inscription : 819-849-7011 poste 216 ou participation@cabmrccoaticook.org

CONFÉRENCES VIRTUELLES: SPECTACLE, SANTÉ, LITTÉRATURE, ETC.

**Tous les mercredis, à 13 h 30, jusqu'au 16 juin | ** Offert via Zoom
Sujets divers, surveillez notre calendrier des activités sur notre site internet cabmrccoaticook.org
Information : 819-849-7011, poste 215, ou animation@cabmrccoaticook.org

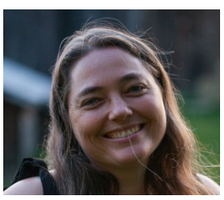
Nous offrons gratuitement le prêt de tablette électronique et une formation à l'utilisation d'une tablette. Pour en profiter, contactez le **819-849-7011, poste 240**.

ACTIVITÉS POUR LES PROCHES AIDANT.E.S

Ces activités sont **gratuites** grâce au soutien de L'APPUI pour les proches aidants d'aînés de l'Estrie.

PROMENADE ET PIQUE-NIQUE EN NATURE

Mardi 8 juin, à midi | Rendez-vous à la grange ronde du Parc de la Gorge de Coaticook
Inscription requise : 819-849-7011 poste 223 ou aidant@cabmrccoaticook.org



FORMATIONS INTERACTIVES : « SE BRANCHER CŒUR » FOCUS SUR L'EMPATHIE

Jeudis 3 et 10 juin, à 13 h | Offert via Zoom
Animé par Mélanie Whitham, formatrice et fondatrice
Inscription requise : 819-849-7011 poste 223 ou aidant@cabmrccoaticook.org

LA MALTRAITANCE ENVERS LES PROCHES AIDANTS : RECONNAÎTRE, PRÉVENIR ET SENSIBILISER

**Mercredi 16 juin, à 13 h | ** Offert via Zoom
Par Marie Beaulieu, Ph. D, professeure et titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes aînées
Inscription requise : 819-849-7011 poste 223 ou aidant@cabmrccoaticook.org