

Seniors' Centre WITHOUT WALLS

Timiskaming Home Support | Timiskaming Health Unit
PROUD PARTNERS IN CONNECTING SENIORS

WHAT IS IT?

- FREE telephone-based seniors' activity program
- Fun activities, educational and health and wellness programs
- Learning opportunities and more!
- Scheduled activities INCLUDING Christmas and New Years
- A community-creating, loneliness-busting program for isolated seniors

WHO CAN PARTICIPATE?

- Seniors 55+ and adults with physical disabilities who find it difficult to leave home
- All Temiskaming district and area residents

WHAT ARE THE BENEFITS?

- Just need a telephone...NO computer or internet required
- Creates community and friendships... from the comfort of home
- Removes barriers – relieves isolation and loneliness
- Enhances existing seniors' programs
- Listen and interact with speakers sharing interesting information

FOR INFORMATION OR TO REGISTER CALL:

Seniors' Centre Without Walls Coordinator
705-672-2254 | 1-800-361-5820
scww@homesupportservices.ca

Do you know someone who has a travel story or a job that your peers might like to hear about? **Let us know!**



ACTIVITIES

Only the Good News

Writing Workshop

Resources for Seniors

Exercise in a Chair

Travel Series

Dental Hygiene and Aging

Fall Prevention

Seniors Safety Tips

Monthly Birthday Party

Name That Tune

Biographies

Sports Chat

Fun Facts

Brain Teasers & Riddles

Tip-Top Trivia

Just Jokes

General Conversations

Mon centre à distance

Soutien à domicile de Timiskaming | Services de santé du Timiskaming
S'UNISSENT AFIN DE BRISER L'ISOLEMENT CHEZ LES AÎNÉS

Qu'est-ce que c'est ?

- Programme d'activités GRATUIT par téléphone
- Activités amusantes et programmes sur l'éducation, la santé et le bien-être
- Possibilités d'apprentissage et plus encore!
- Un horaire d'activités y compris à Noël et le jour de l'An
- Un programme communautaire qui a pour objectif de contrer la solitude et l'isolement des personnes âgées
- Activités à chaque semaine avec différents thèmes

Qui est admissible ?

- Les personnes de 55+ et les adultes ayant une incapacité physique qui se déplacent difficilement
- Les résidents du district de Timiskaming et ses environs

Quels sont les avantages de ce programme ?

- Utilisez votre téléphone... Pas besoin d'un ordinateur ou d'Internet
- Créez de nouvelles amitiés... dans le confort de votre foyer
- Obtenez de l'aide à surmonter l'isolement et la solitude
- Ajoutez aux programmes actuels pour les aînés
- Discutez avec des intervenants à propos de divers sujets intéressants

Pour de plus amples renseignements ou enregistrement appelez :

Gestionnaire du programme Mon centre à distance

705 672-2254, poste 2203 | 1 800 361-5820, poste 2203

scww@homesupportservices.ca

Connaissez-vous quelqu'un qui a une histoire de voyage ou un emploi qui pourrait intéresser les autres aînés? **Faites-nous-le savoir!**



Activités

Tour de table de bonnes nouvelles

Ateliers d'écriture

Ressources pour les aînés

Exercices avec une chaise

Série *tour du monde*

L'hygiène dentaire et le vieillissement

La prévention des chutes

Conseils de sécurité pour les aînés

Fêtes d'anniversaire mensuelles

Nommez cette chanson

Biographies

Parlons sport

Faits amusants

Devinettes et énigmes

Jeux anecdotiques

Juste des blagues

Les conversations générales