

Bulletin hebdomadaire de sensibilisation et d'information sur les enjeux du vieillissement et sur l'importance pour les personnes vieillissantes de demeurer actives, en santé et impliquées dans leur communauté. **Merci de nous aider à faire connaître notre initiative en partageant dans vos organismes et vos réseaux!**



Le bon voisinage, un remède contre l'hiver !



L'hiver canadien est parfois rude et pourrait nous inciter à rester chez nous, bien au chaud devant notre téléviseur... mais pourquoi ne pas en profiter pour faire revivre la tradition du bon voisinage ?

Écrivez-nous !

Partagez vos petits trucs et vos activités santé!

Que faites-vous pour garder la forme, bien vous alimenter, et vivre pleinement au quotidien?

Voulez-vous faire connaître une activité 'santé' dans votre localité ou votre région?

Vos bonnes idées et vos activités pourraient se retrouver dans notre bulletin hebdomadaire!

Il est important, à tout âge, de savoir créer et alimenter nos liens sociaux. Les longs mois d'hiver nous donnent de multiples occasions de renouer avec nos voisins, et de lier l'utile et l'agréable. Que ce soit par l'offre d'un coup de main pour pelleter la neige ou encore une invitation à prendre une bonne tasse de café chaud devant le foyer après une marche en groupe, le bon voisinage brise la solitude et fait du bien à tous ceux et celles qui le pratiquent!

Suivez-nous !



Le projet *Actifs et en santé, partenaires de nos communautés* est une nouvelle initiative de l'Association francophone des aînés du N.-B, rendue possible grâce à l'initiative nationale Ensemble pour le développement social des communautés francophones et acadienne du Canada, et est financé en partie par le Gouvernement du Canada par le biais du Programme de partenariats pour le développement social – Composante « enfants et familles ».

Canada