

VIEILLISSEMENT EN SANTÉ
QUALITÉ DE VIE

Des conférences, des certifications de
formateurs et des ateliers disponibles
dans votre milieu

PROGRAMMATION
2018 | 2019

AvantÂge
en tournée



AvantÂge en tournée

CERTIFICATION POUR LES FORMATEURS

Ces formations s'adressent à des intervenants en loisirs, animateurs communautaires, pairs-aînés, etc. qui seront ensuite en mesure d'animer des ateliers destinés aux personnes âgées de leur milieu.

Institut universitaire de gériatrie de Montréal
du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

4545, chemin Queen-Mary
Montréal (Québec)
H3W 1W5

514 340-2800, poste 3139
avantage.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca
www.centreaavantage.ca

facebook.com/avantageiugm

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal

Québec

Pour découvrir en premier les conférences et les formations de notre programmation AvantÂge, abonnez-vous à notre infolettre sur www.centreaavantage.ca et suivez-nous sur [facebook.com/avantageiugm](https://www.facebook.com/avantageiugm).

Comment vivre un vieillissement « réussi » ?
universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal ainsi que son centre de recherche réunissent leurs expertises pour présenter les stratégies gagnantes pour prendre le pouvoir sur son vieillissement.
C'est pour atteindre cet objectif que l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM) du Centre intégré de santé et de services sociaux (CIUSSS) du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal ainsi que son centre de recherche réunissent leurs expertises pour présenter les stratégies gagnantes pour prendre le pouvoir sur son vieillissement.
Grâce à AvantÂge, le grand public a accès aux résultats des plus récentes recherches de ses chercheurs et professionnels de la santé par le biais de conférences, de certifications de formateurs et d'ateliers.
Par ses activités, AvantÂge contribue à l'amélioration de la santé globale et à l'autonomisation des personnes de 55 ans et plus.

Partage de connaissances scientifiques
pour les 55 ans et +

L'Institut universitaire de gériatrie de Montréal du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal souhaite rejoindre les personnes de 55 ans et + près de leur domicile.

Avec AvantÂge en tournée, les organisations des secteurs public et privé peuvent elles aussi offrir à leurs publics un accès direct aux derniers résultats de la recherche.

Depuis son lancement en 2015, AvantÂge en tournée a rejoint près de 3 000 personnes à proximité de leur domicile. AvantÂge en tournée remplit donc sa mission : rendre les savoirs de

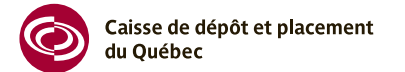
l'IUGM et de ses chercheurs accessibles au-delà de ses murs et nous en sommes ravis!

Une nouvelle programmation riche et diversifiée pour l'année 2017-2018, incluant seize conférences, deux certifications de formateurs et un atelier, est disponible.

Nos conférenciers et formateurs sont de grands experts, et ils ont la vulgarisation à cœur. Ils présentent donc leur contenu dans un style clair et accessible. Contactez-nous dès maintenant afin d'accueillir une activité de diffusion des connaissances à votre mesure et dans votre milieu!

Remerciements

Nous tenons à remercier nos partenaires privilégiés pour leur appui financier, ainsi que le Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal pour son apport scientifique et son soutien.



Atelier de stimulation
pour une santé cognitive



Dr^e Sylvie Belleville,
Ph. D., neuropsychologue, directrice scientifique du CRIUGM*, professeure titulaire au Département de psychologie de l'Université de Montréal

Apprenez et transmettez les bienfaits de la pratique d'activités cognitives pour stimuler la mémoire et l'attention des aînés au quotidien et ainsi favoriser leur santé cognitive grâce aux conseils de l'équipe de Dr^e Sylvie Belleville. Cette formation présente les grands concepts de la mémoire et de l'attention, les changements liés au vieillissement, des stratégies et des astuces pour maintenir et améliorer la mémoire et des activités pour favoriser la discussion et le partage d'expériences.

4 heures

30 participants maximum

Programme d'exercices
physiques pour les aînés



Dr^r Louis Bherer,
Ph. D., neuropsychologue, chercheur, CRIUGM*, directeur de la recherche, Centre EPIC, Institut de cardiologie de Montréal, professeur titulaire, Centre PERFORM, Université Concordia et professeur titulaire, Université du Québec à Montréal

Ce n'est plus un secret, il existe un lien direct entre le niveau d'activité physique et l'état de santé général des aînés. Cette formation présente des résultats issus de la recherche, un programme d'exercices pour les aînés et des recommandations concrètes afin de bénéficier des bienfaits de l'activité physique.

3 heures

30 participants maximum

Tarification et informations complémentaires :
Merci de nous contacter pour une soumission sur mesure.

avantage.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca
514 340-2800, poste 3139

AvantÂge iugm
Institut universitaire de gériatrie de Montréal

* Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (CRIUGM)