

January 2023

Janvier 2023

January is Alzheimer's
Awareness Month

*Janvier est le mois de la
sensibilisation à la
maladie d'Alzheimer*





January 2023 | Janvier 2023

Education Programs | Programmes d'éducation

Name of the Event	Date and Time	Registration
Mind Your Brain Health- in English Pensez à la santé de votre cerveau- en anglais	January 12 5:00-6:00 PM le 12 janvier 17h00 - 18h00	Register Here Inscrivez-vous ici
Your Brain Health: Stress and Depression as Risk Factors for Dementia- in English Votre santé cérébrale : Le stress et la dépression, facteurs de risque de démence- en anglais	January 18 5:00 - 6:00 PM le 18 janvier 17h00 - 18h00	Register Here Inscrivez-vous ici
Live Q&A Session with Local Dementia Experts- Bilingual Séance de questions-réponses en direct avec des experts locaux en démence- bilingue	January 31 5:00 - 6:00 PM le 31 janvier 17h00 - 18h00	Register Here Inscrivez-vous ici
Dementia Inclusive Training- in English Formation sur la démence- en anglais	Every Tuesday 6:00 - 6:45 PM Tous les mardis 18h00 - 18h45	Register Here Inscrivez-vous ici

To register, click on the activity on the page, or visit: DementiaHelp.ca/activities or

DementiaHelp.ca/education

Pour vous inscrire, cliquez sur l'activité sur la page, ou visitez le site DementiaHelp.ca/fr/activities/ ou

DementiaHelp.ca/fr/education





January 2023 | Janvier 2023

Social Programs | Programmes sociaux

Name of the Event	Date and Time	Registration
<p>Creative Cards and Crafts- in English</p> <p>Cartes et artisanat créatifs- en anglais</p>	<p>Every Tuesday January 10 - June 20 10:30 - 11:30 AM</p> <p>Tous les mardis du 10 janvier au 20 juin 10h30 h à 11h30</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Musical Connection Arabian Tunes</p> <p>Connexion musicale - Mélodies arabes</p>	<p>Every 2nd Wednesday January 4 - June 21 6:00 PM – 8:00 PM</p> <p>Tous les 2èmes mercredis du 4 janvier au 21 juin 18h00 - 20h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Musical Connections with Chris White- in English</p> <p>Connexions musicales avec Chris White- en anglais</p>	<p>Every Monday January 9 - June 26 10:30 AM - 12:00 PM</p> <p>Tous les lundis du 9 janvier au 26 juin 10h30 - 12h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Let's Get Moving with Bea- in English</p> <p>Allons bouger avec Bea- en anglais</p>	<p>Every Tuesday January 10 -June 27 1:00 - 2:00 PM</p> <p>Tous les mardis Du 10 janvier au 27 juin 13h00 - 14h00</p>	<p>Register here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>





January 2023 | Janvier 2023

Social Programs | Programmes sociaux

Name of the Event	Date and Time	Registration
Afternoon at the Opera- in English Après-midi à l'Opéra- en anglais	January 19 1:00 - 2:00 PM le 19 janvier 13h00 - 14h00	<u>Register Here</u> <u>Inscrivez-vous ici</u>





January 2023 | Janvier 2023

In-Person Caregiver Support Groups

Groupes de soutien aux aidants en personne

Name of the Event	Date and Time	Registration
Support Group at Western Ottawa Community Resource Centre- in English Groupe de soutien au Centre de ressources communautaires d'Ottawa Ouest - en anglais	January 13 10 AM - 12:00 PM le 13 janvier 10h00- 12h00	Register Here Inscrivez-vous ici
Support Group at Hunt Club-Riverside Park Community Centre- in English Groupe de soutien au Centre communautaire Hunt Club-Riverside Park- en anglais	January 20 10 AM - 12 PM le 20 janvier 10h00 - 12h00	Register Here Inscrivez-vous ici
Support Group at Orléans Health Hub- in English Groupe de soutien au Centre de santé d'Orléans- en anglais	January 26 10 AM - 12 PM le 26 janvier 10h00 - 12h00	Register Here Inscrivez-vous ici

To register, click on the activity on the page, or visit: DementiaHelp.ca/activities

On the left side navigation under 'Program Format', select 'Support Group' to find the group that suits your needs.

Pour vous inscrire, cliquez sur l'activité sur la page, ou visitez le site DementiaHelp.ca/fr/activities/

Sur le côté gauche de la navigation, sous "Format du programme", sélectionnez "Groupe de soutien" pour trouver le groupe qui correspond à vos besoins.





January 2023 | Janvier 2023

Topic Specific Support Groups

Groupes de soutien spécifiques à un sujet

Name of the Event	Date and Time	Registration
<p>Grief and Loss Peer Support Group- in English</p> <p>Groupe de soutien par les pairs sur le deuil ou la perte- en anglais</p>	<p>January 12 6:30 - 8:30 PM</p> <p>le 12 janvier 18h30 à 20h30</p>	<p><u>Register Here</u></p> <p><u>Inscrivez-vous ici</u></p>
<p>LTC & Retirement Home Support Group- in English</p> <p>Groupe de soutien – Établissement de soins de longue durée et foyer pour personnes âgées- en anglais</p>	<p>January 11 2:00 - 3:30 PM</p> <p>le 11 janvier 14h00 à 15h30</p>	<p><u>Register Here</u></p> <p><u>Inscrivez-vous ici</u></p>
<p>Young Caregiver Virtual Support Group- in English</p> <p>Groupe de soutien en ligne virtuel pour les jeunes aidants- en anglais</p>	<p>January 19 6:30 - 8:30 PM</p> <p>le 19 janvier 18h30 à 20h30</p>	<p><u>Register Here</u></p> <p><u>Inscrivez-vous ici</u></p>



January 2023 | Janvier 2023

Virtual Caregiver Support Group

Groupe de soutien virtuel pour les aidants

Name of the Event	Date and Time	Registration
<p>Caregiver Support Group: Tuesdays- in English</p> <p>Groupe virtuel de soutien aux proches aidants: Mardi- en anglais</p>	<p>Every Tuesday 10 AM - 12:00 PM</p> <p>Tous les mardis 10h00 - 12h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Caregiver Support Group: Wednesdays- in English</p> <p>Groupe virtuel de soutien aux proches aidants: Mercredi- en anglais</p>	<p>Every 2nd and 4th Wednesday of the month 6:30 PM - 8:30 PM</p> <p>Tous les 2ème et 4ème mercredi du mois 18h30 - 20h30</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Caregiver Support Group: Thursday- in English</p> <p>Groupe virtuel de soutien aux proches aidants: Jeudi - en anglais</p>	<p>Every Thursday 1:00 PM - 3:00 PM</p> <p>Tous les jeudis 13h00 - 15h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>





January 2023 | Janvier 2023

Support Groups - Arnprior and Renfrew County

Groupes de soutien - Arnprior et comté de Renfrew

Name of the Event	Date and Time	Registration
<p>Renfrew Coffee Club- in English</p> <p>Café-rencontre de Renfrew- en anglais</p>	<p>January 5 10:30 AM - 12:00 PM</p> <p>le 5 janvier 10h30 - 12h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Memory Café- in English</p> <p>Café de la mémoire- en anglais</p>	<p>January 18 10:30 AM - 12:00 PM</p> <p>le 18 janvier 10h30 - 12h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Arnprior Coffee Club- in English</p> <p>Café-rencontre d'Arnprior- en anglais</p>	<p>January 31 10:30 AM- 12:00 PM</p> <p>le 31 janvier 10h30 - 12h00</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>
<p>Pembroke Caregiver Support Group- in English</p> <p>Groupe de proches aidants de Pembroke- en anglais</p>	<p>January 30 1:30 - 3:30PM</p> <p>le 30 janvier 13h30 à 15h30</p>	<p>Register Here</p> <p>Inscrivez-vous ici</p>