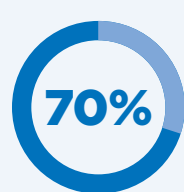


CHARTWELL

Prendre la décision de vivre dans une résidence pour retraités peut se révéler être un nouveau chapitre passionnant de votre vie. La commodité des services et du soutien offerts dans les résidences pour retraités peut vous permettre de vous consacrer à vos centres d'intérêt, de profiter d'un mode de vie actif et de nouer de nouvelles amitiés.

Voici comment la vie en résidence pour retraités peut vous aider à maximiser ces possibilités et vous assurer de profiter pleinement de cette prochaine étape de votre vie.

MATIÈRE À RÉFLEXION



La diminution moyenne du taux de déclin des fonctions cognitives sur cinq ans chez les adultes plus âgés fréquemment actifs socialement.



1/4 canadiens qui déclarent qu'ils aimeraient participer à un plus grand nombre d'activités sociales.

4,8 HEURES

Le temps consacré chaque jour aux responsabilités familiales et domestiques par les femmes âgées de 65 à 74 ans, la moyenne pour les hommes étant de 3,9 heures.

LE SAVIEZ-VOUS?

Nombreux sont les adultes plus âgés qui ne veulent pas ralentir leur rythme de vie à la retraite - ils veulent se sentir occupés. Selon un sondage mené par la TD, les trois principaux objectifs de retraite des Canadiens sont les suivants :



Faire quelque chose qu'ils aiment



Faire du bénévolat au sein de leur communauté



Développer de nouvelles compétences

RÉORIENTEZ VOTRE ÉNERGIE

Plutôt que de vous préoccuper à faire la cuisine, à nettoyer ou à réparer votre maison, vous pouvez laisser le personnel dévoué de la résidence assumer ces responsabilités pour vous, et consacrer enfin votre énergie à passer du temps avec les gens que vous aimez et à vos passe-temps favoris. Voici certains des services pratiques qui sont généralement offerts :



Délicieux repas préparés



Programmes d'animation et de loisirs, activités et sorties variés



Options d'entretien ménager et de lessive



Services de soutien à la personne



Sécurité 24 heures sur 24

SOUTENEZ VOTRE SANTÉ ET VOTRE MIEUX-ÊTRE

Le mode de vie communautaire et les services pratiques offerts par les résidences pour retraités peuvent vous donner bien plus que du temps libre. Ils peuvent vous aider à améliorer ou à maintenir votre sentiment de mieux-être général. Certains des aspects de la vie en résidence pour retraités peuvent avoir une incidence positive sur votre mieux-être général, comme :



Une communauté de soutien composée de pairs/d'employés



Des classes d'exercice physique et de mieux-être



Des événements sociaux, des clubs, des activités et des sorties



Des occasions de bénévolat



Des repas nutritifs



Des espaces extérieurs et autres commodités sur place

Que vous en ayez assez des tâches et des responsabilités associées à votre maison ou votre appartement, que vous désiriez vous sentir en sécurité au sein d'une communauté entouré de pairs et d'employés, ou que vous souhaitiez profiter des bienfaits d'une vie sociale active, Chartwell peut vous aider à bénéficier des nombreux avantages offerts par la vie en résidence pour retraités.



CHARTWELL
résidences pour retraités

Visitez www.chartwell.com pour en savoir plus au sujet de la vie en résidence de Chartwell. Les caractéristiques décrites peuvent varier d'une résidence Chartwell à l'autre. Visitez les pages Web relatives à chaque résidence ou communiquez avec notre centre d'appels au 1 855 461-0685 pour obtenir plus de renseignements sur les services offerts.

Sources:

<http://www.cbc.ca/news/health/socializing-key-to-successful-aging-1.1260922>

<http://www.statcan.gc.ca/pub/89-519-x/2006001/4181659-eng.htm>

<http://globalnews.ca/news/1813874/canadians-are-dreaming-of-retirement-but-not-actually-saving-for-it/>

http://www.gov.mb.ca/shas/publications/docs/senior_centre_report.pdf