

Coop Santé Eastman

ET LES ENVIRONS

Bulletin d'information à l'intention des membres de la Coop Santé Eastman et les environs
Édition – Avril 2025

Ateliers à inscrire à votre agenda

- **Abolir les montagnes russes du sucre!**

Êtes-vous intéressé.es à prévenir ou à mieux vivre avec le diabète ?

Si oui, nous vous confirmons ce tout nouvel atelier, animé par Élisabelle Hardy, nutritionniste et Marie-Noëlle Fontaine, kinésologue.

Offert en deux temps soit les 26 mai et 9 juin prochains de 14 h à 15 h 30, l'atelier se tiendra au Club la Missisquoise situé au 25, rue Missisquoi à Eastman.

Gabrielle Fortin, infirmière à la Coop Santé, sera également présente pour les personnes qui souhaiteraient ensuite prendre un rendez-vous avec celle-ci pour expérimenter le *Free Style Libre*, un outil de suivi en continu de la glycémie offert gratuitement pour les participants.

- **Prévenir les maladies chroniques, ça passe par l'assiette!**

La Coop Santé et Bolton-Est vous invitent à un atelier qui portera sur les nutriments-clés pour une vie en santé. Animé par Élisabelle Hardy, nutritionniste, l'atelier aura lieu à la salle communautaire de l'Hôtel de ville de Bolton-Est le 28 mai prochain de 18 h à 19 h 30.

Pour participer à l'un ou l'autre de ces ateliers, vous devez réserver votre place par courriel à l'adresse info@coopsanteeastman.com ou en communiquant avec Lucie Bouchard, agente administrative, au (450) 297-4777 poste 4.

Ateliers au Carrefour municipal d'Austin

La Clinique Santé sur la prévention et l'accompagnement des problèmes de santé chronique du 14 avril dernier a été un franc succès selon les évaluations reçues. Il reste encore quelques places pour les personnes intéressées à participer aux ateliers subséquents en réservant en ligne :

Atelier 2 - Nutriments-clés pour une vie en santé- 7 mai de 14 h à 15 h30 avec Élisabelle Hardy, nutritionniste.

<https://www.zeffy.com/ticketing/atelier-2-nutriments-cls-pour-une-vie-en-sante-presentation-de-coop-sante-eastman>

Atelier 3 - Proactif pour ma santé- 12 mai de 15 h à 16 h 30 avec Marie-Noëlle Fontaine, kinésiologue.

<https://www.zeffy.com/ticketing/atelier-3-proactif-pour-ma-sante>

Vous pouvez aussi réserver par courriel à l'adresse info@coopsanteeastman.com ou en communiquant avec Lucie Bouchard, agente administrative, au (450) 297-4777 poste 4.

Le Carrefour d'Austin est situé dans l'ancienne petite église au 1, Chemin Millington à Austin.

Rappel : Assemblée générale annuelle 2025

L'assemblée générale annuelle de la Coop Santé aura lieu mercredi, le 11 juin prochain à 19 h au rez-de-chaussée du Complexe St-Édouard.

L'avis de convocation vous sera transmis dans un délai de quinze (15) jours précédant la date de l'assemblée à même notre Bulletin d'information. Conformément à l'article 4,2 des règlements de régie interne de la Coop Santé, l'avis mentionnera le lieu, la date et l'heure de l'assemblée ainsi que les questions qui y seront débattues. À prévoir à votre agenda !

L'équipe de la Coop Santé vous souhaite de Joyeuses Pâques!

La Coop Santé sera fermée lundi de Pâques, le 21 avril.



Adhésion à la Coop Santé

Pour devenir membre de la Coop Santé Eastman et les environs, vous devez d'abord compléter le formulaire d'adhésion et acquérir cinq parts sociales de 10 \$, pour un total de 50 \$ par adulte. Ce montant ne sera réclaté qu'une seule fois, au moment de votre inscription et est remboursable si vous cessez d'être membre. Une contribution annuelle de 165 \$, toutes taxes incluses, est requise pour confirmer l'adhésion. Le coût annuel par enfant est de 50 \$, pour les deux premiers enfants d'une même famille. Aucune contribution n'est exigée pour le troisième enfant et les suivants d'une même famille.

Pour connaître les avantages offerts aux membres et obtenir un **formulaire de demande d'admission**, visitez le site www.coopsanteeastman.com sous l'onglet « adhésion » et téléchargez le formulaire **ou écrivez à info@coopsanteeastman.com ou téléphonez au 450 297-4777 poste 4.**

La Coop Santé Eastman bénéficie de l'appui de ses partenaires

