



Centre Cummings

Favoriser l'épanouissement des adultes de 50 ans et plus et améliorer leur qualité de vie en offrant des programmes dynamiques et novateurs, des services sociaux et des occasions de bénévolat dans un environnement vivant, respectueux, inclusif et empreint de compassion. Ancré dans son héritage juif, le Centre Cummings ouvre ses portes aux personnes de tous les horizons ethniques et socio-économiques.

PROGRAMMES

École des Arts

Misant sur la créativité, l'expression personnelle et l'apprentissage, l'École des arts propose des dizaines d'occasions aux adultes de 50 ans et plus de découvrir leurs talents cachés, de perfectionner leur art, d'apprendre quelque chose de nouveau et de sortir de leur zone de confort.

- Beaux-arts et artisanat
- Groupes sociaux
- Musique et arts du spectacle
- Voyages virtuels
- Programmation adaptée
- Éducation permanente

Santé et bien-être

Conçu spécialement pour les adultes de 50 ans et plus, le Centre de bien-être se démarque en offrant des activités en petits groupes, une attention personnelle et un suivi attentif, en partant du principe que la santé et le bien-être en général sont autant d'ordre physique que mental. Les programmes individuels élaborés par les professionnels du Centre mettent l'accent sur la santé mentale, l'exercice, la force, l'équilibre, la posture et la flexibilité.

- Conditionnement physique
- Centre de bien-être
- Formation personnelle
- Événements et conférences
- Programmes spécialisés et adaptés

Services Sociaux

Les Services sociaux se consacrent à améliorer la qualité de vie des aînés.

- Ligne d'aide et assistance (Covid-19)
- ATASE (transport assisté)
- Soutien aux aidants
- Gestion de cas
- Programme d'aide communautaire
- Santé mentale communautaire
- Services de jour pour les personnes atteintes de démence
- Soins à domicile
- Repas casher à domicile
- Services pour les survivants de l'Holocauste

Information importante : En raison de la pandémie, le bâtiment est fermé. Tous les programmes et services sont offerts virtuellement.

96 Roger Pilon St, Dollard-des-Ormeaux, QC, H9B 2E1
514-343-3510 | www.cummingscentre.org | information@cummingscentre.org

Pour obtenir de l'information sur les autres ressources, communiquez avec le Centre de Ressources Communautaires de l'Ouest-de-l'Île (CRC) au 514-694-6404.





Cummings Centre

To empower and enhance the quality of life of adults aged 50 and over by providing dynamic and innovative programs, social services, and volunteer opportunities in a vibrant, respectful, inclusive and compassionate environment. Building on its Jewish heritage, Cummings embraces people from all ethnic and socio-economic backgrounds.

PROGRAMS

School of the Arts

With emphasis on creativity, self-expression and learning, the School of the Arts provides dozens of opportunities for adults 50 years of age and older to discover hidden talents, hone an existing skill, learn something new or step out of their comfort zone.

- Fine Arts & Crafts
- Social Groups
- Music & Performing Arts
- Virtual Travel
- Adaptive Programming
- Continuing Education

Health and Wellness

The Wellness Centre is uniquely designed for older adults 50 years and older. Small classes, personal attention and monitoring set us apart from standard gyms. Individual programs developed by the Centre's professionals emphasize brain health, physical movement, strength, balance, posture and flexibility.

- Fitness
- Wellness Centre

- Personal Training
- Events and Lectures
- Specialized Adaptive Programs

Social Services

The Social Services Department is committed to enhancing the quality of life of older adults.

- Helpline and assistance (Covid-19)
- ATASE (Assisted Transportation)
- Caregiver Support
- Case Management
- Community Assistance Program
- Community Mental Health
- Day Services for People Living with Dementia
- Homecare
- Kosher Meals on Wheels
- Services for Holocaust Survivors

Important Information: Due to the pandemic, the building is presently closed. All programs and services are being held virtually.

96 Roger Pilon St, Dollard-des-Ormeaux, QC, H9B 2E1
514-343-3510 | www.cummingscentre.org | information@cummingscentre.org

For other resources contact the West Island Community Resource Centre (CRC) at 514-694-6404

