

White Cane Week 2021

Since 1946, the first full week of February has been designated as White Cane Week in Canada. This important week raises public awareness of the abilities of Canadians living with vision loss. Too often, visual impairment and blindness are viewed as insurmountable obstacles to leading a fulfilling and productive life. This year, from February 8th to 12th, the CIUSSS West-Central Montreal will be holding virtual events to highlight White Cane Week and share the accomplishments of clients of the Lethbridge-Layton-Mackay Rehabilitation Center.

Challenging Your Skills: Accomplishing a Daily Living Task without Sight **Monday, February 8 to Friday, February 11 on Facebook**

Check out our CIUSSS West-Central Montreal and Habilitas Foundation Facebook pages throughout White Cane Week! Activities will be posted each day of the week and you will be encouraged to use the strategies taught to you by Vision Rehab Professionals to complete the task without the use of your vision. Participant's names will be entered into a draw to win a prize at the end of the week.

Studying and Working with a Visual Impairment: Testimony of Persons living with a Visual Impairment **Thursday, February 11 from 6 pm to 8 pm on Zoom**

Join us for a discussion highlighting the variety of educational career paths undertaken by clients of the Lethbridge-Layton-Mackay Rehabilitation Center. The panel will consist of clients who will discuss their choice of career, as well as the obstacles and successes that they have encountered along the way.

Please contact Ana Carmona to receive the Zoom link: AnaCarmona01@ssss.gouv.qc.ca

Blind Yoga **Friday, February 12 from noon to 1 pm on Zoom**

Marty Klein; a yoga instructor living with a visual impairment will be facilitating a one-hour free session over Zoom. There is no prior yoga experience needed. All you need is access to Zoom, a chair, a little bit of space and you are ready to go!

Please contact Ana Carmona to receive the Zoom link: AnaCarmona01@ssss.gouv.qc.ca

Semaine de la canne blanche 2021

Depuis 1946, la première semaine complète de février est reconnue au Canada comme étant la « Semaine de la canne blanche ». Cette semaine importante vise à accroître la sensibilisation du public envers les capacités des Canadiens vivant avec une perte de vision. Cette année, du 8 au 12 février, le CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal organise des événements pour souligner la Semaine de la canne blanche ainsi que les accomplissements des clients du Centre de réadaptation Lethbridge-Layton-Mackay.

Mettez vos capacités au défi: Accomplir une activité quotidienne sans la vue **Lundi 8 février au vendredi 11 février sur Facebook**

Consultez les pages internet de notre CIUSSS-Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal et de la fondation Habilitas pendant la Semaine de la canne blanche! Des activités seront postées à chaque jour de la semaine. Vous seriez encouragés à utiliser des stratégies qui vous seront enseignées par des professionnels de la réadaptation en déficience visuelle pour compléter des tâches sans l'utilisation de votre vision. Les participants inscrits auront droit à un tirage d'un prix à la fin de la semaine.

Please contact Ana Carmona to receive the Zoom link: AnaCarmona01@ssss.gouv.qc.ca

Étudier et travailler avec une déficience visuelle : Témoignages de personnes vivant avec des limitations visuelles

Jeudi 11 février de 18h à 20h sur Zoom

Joignez nous pour une discussion soulignant la diversité des parcours éducatif et professionnel des clients du Centre de Réadaptation Lethbridge-Layton-Mackay. Les clients discuteront de leur choix de carrières, ainsi que les obstacles et les réussites qu'ils ont rencontrés en cours de route.

SVP communiquer avec Ana Carmona pour recevoir le lien Zoom :
AnaCarmona01@ssss.gouv.qc.ca

Yoga Aveugle

Vendredi 12 février de midi à 13h sur Zoom

Marty Klein; un instructeur de yoya avec une une déficience visuelle animera une session gratuite de yoga pour une durée d'une heure. Tout ce que vous aviez de besoin est un accès à Zoom, une chaise, un peu d'espace et tout est prêt!

SVP communiquer avec Ana Carmona pour recevoir le lien Zoom :
AnaCarmona01@ssss.gouv.qc.ca