



# La Concertation ... en bref

Nous vous invitons à visiter le  
site de votre table régionale :  
[www.ainesestrie.qc.ca](http://www.ainesestrie.qc.ca)

2013 : no. 2

1<sup>er</sup> mai 2013

Mot du président

## Participation des aînés au développement économique du Québec



Claude Quintin

Les aînés participent déjà au développement économique du Québec : ils paient des impôts, jouent au golf, entretiennent leurs autos, sans parler des millions d'heures de bénévolat qu'ils font gratuitement chaque année.

Mais plusieurs d'entre eux POURRAIENT et VOUDRAIENT faire plus si on leur en donnait la chance.

Cette participation permettrait aux aînés d'améliorer leur qualité de vie personnelle : rester actif améliore la santé et répond à un besoin de valorisation personnelle et parfois même à des impératifs économiques essentiels.

Le Québec manquera bientôt de main-d'œuvre à cause du vieillissement de la population d'une part et du faible taux de natalité d'autre part. Le problème est connu de tous, il a été fortement documenté à partir des statistiques publiques indéniables et tous admettent qu'il est incontournable.

La population du Québec vieillit de manière accélérée. En 2030, il n'y aura que 2,1 travailleurs potentiels pour chaque personne de 65 ans et plus, alors qu'il y en avait 7,8 en 1971. L'espérance de vie augmente

sans cesse et il serait donc normal d'allonger la vie de travail. Dans un tel contexte, comment préserver les acquis sociaux et la compétitivité économique des Québécoises et des Québécois ? Qui paiera les impôts ? Qui maintiendra les régimes publics de retraite à flot ? Qui paiera pour maintenir le filet de sécurité sociale ?

Il est URGENT d'agir DÈS MAINTENANT pour accroître la participation des travailleurs expérimentés au marché du travail et améliorer ainsi leur autonomie financière. Il faut agir sur de nombreux leviers. Aucune solution, prise isolément, ne permet d'atténuer significativement les effets de l'évolution démographique.

Les Québécois partent tôt à la re-

...suite, page 2

 **COOPÉRATIVE  
FUNÉRAIRE  
DE L'ESTRIE**  
depuis 1974  
L'approche sensible et responsable  
[www.coopfuneraire.com](http://www.coopfuneraire.com)



Membre de :  **FÉDÉRATION  
DES COOPÉRATIVES  
FUNÉRAIRES  
DU QUÉBEC**

Arrangements préalables  
Funérailles traditionnelles et crémation  
Cimetière • Mausolée • Columbarium

**819-565-7646**  
Service 24 heures

Visitez-nous au 485, rue 24-juin à Sherbrooke

# Participation des aînés au développement économique du Québec, suite de la page I

traite et n'entendent pas changer de comportement. De plus, ils n'épargnent pas suffisamment en prévision de la retraite.

Ces changements auront un impact significatif sur la croissance économique du Québec. L'importance de la population active est, en effet, un élément déterminant de la croissance du PIB. Lorsque moins de gens travaillent, cela signifie généralement une croissance économique moins forte.

Par ailleurs, plus des deux tiers des travailleurs québécois du secteur privé sont sans régime de retraite d'employeur. De plus, la rente, même maximale, du Régime des rentes du Québec (RRQ), jumelée au faible niveau de cotisation au REER condui-

ront à une forte diminution du niveau de vie pour environ 50 % des travailleurs québécois à la retraite.

## Des pistes d'action

Il est primordial d'inciter les entreprises à offrir davantage de formation aux travailleurs de 50 ans et à bonifier la rente future pour ceux qui, sur une base volontaire, prennent leur retraite plus tard.

Pour contrer la perspective d'appauvrissement des retraités québécois qui n'ont pas accès à un régime de retraite d'employeur, il faut mettre en place un régime volontaire d'épargne retraite. On pourrait même exiger graduellement le versement d'une cotisation minimale obligatoire pour le travailleur ainsi que pour l'employeur.

Le gouvernement précédent a déjà agi, notamment avec :

- la mise en place depuis janvier 2012 d'un crédit d'impôt pour les travailleurs de 65 ans ou plus ;
- la bonification des rentes de retraites tardives du régime de rentes du Québec, soit celles prises après 65 ans ;

Parmi les nombreuses solutions que l'on peut mettre de l'avant, notons :

- Assouplissement réglementaire et légal (gouvernement)
- Convaincre les employeurs qu'ils font partie de la solution :
- garder les aînés au travail : ils sont déjà formés, moins souvent absents, transfert des connaissances aux plus jeunes (mentorat, etc.)
- leur donner de la formation, même après 50 ans
- arrêter de donner des primes aux travailleurs pour qu'ils partent à la retraite

- arrêter de les réengager à gros prix comme contractuel (Les organismes publics sont aussi des employeurs. Ils sont de mauvais exemples puisqu'ils paient des gens pour partir et ensuite ils les réengagent comme consultant à prix fort.)
- la retraite progressive doit être privilégiée plutôt que la retraite anticipée
- assouplir les conditions de travail ou la durée du travail, surtout pour les tâches pénibles

Nous n'avons pas les moyens, comme société, de nous priver des compétences, des connaissances et de l'apport économique des aînés qui restent ou qui veulent retourner au travail.

*Claude Quintin*



## La Concertation... en bref

ISSN (imprimé) 1918-4352

ISSN (en ligne) 1918-4360

AQDR .....	6
Calendrier .....	12
AEIFA-DIRA .....	11
FADOQ .....	5
L'APPUI .....	4
Maison Grands-parents .....	10
Table Coaticook .....	11
Table Granit .....	9
Table HSF .....	6-7
Table régionale .....	1-2, 3

2013 : no 2, 1<sup>er</sup> mai

## Ententes spécifiques

Voici les dernières informations disponibles concernant les ententes spécifiques. Elles découlent de discussions entre le Secrétariat aux aînés et le Comité spécial des CRÉs vendredi dernier.

**Les ententes spécifiques seront renouvelées.** Des sommes seront prélevées à l'intérieur des quatre enveloppes suivantes et seront ajoutées au montant de base des ententes :

1. régionalisation du QADA
2. carrefours d'information
3. travailleurs de milieux
4. maisons des grands-parents.



## Assemblée générale annuelle et banquet «Hommage 2012 de la Table régionale»

Mardi, 11 juin 2013 à 13 h

(inscription 13 h, début de l'activité à 13 h 30)

Centre communautaire  
du Ste-Catherine-de-Hatley,  
85, de la Grand-Rue

Sainte-Catherine-de-Hatley (Québec) J0B 1W0



(Au cœur du village)

### Déroulement de la journée :

- 13 h Accueil et inscription
- 13 h 30 Assemblée générale annuelle»
- 15 h Pause
- 15 h 20 «D'hier à aujourd'hui, quels changements avons-nous connus?»  
Jasons-en ensemble!
- 16 h 30 Coquetel (gratuit pour les personnes inscrites au banquet)
- 17 h Banquet

Pour information et réservation : 819-822-0204 ou [info@aineseestrie.qc.ca](mailto:info@aineseestrie.qc.ca)

### Ordre du jour de l'assemblée générale annuelle de la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie

11 juin 2013

1. Accueil
2. Mot de bienvenue / welcome
3. Nomination présidence et secrétaire d'assemblée
4. Lecture et adoption de l'ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal de l'AGA du 12 juin 2012
6. Rapport du président
7. Rapport financier
8. Rapport des activités de communication
9. Procédure de l'élection
10. Élections et résultats
11. Courte pause (5 minutes) pour l'élection de l'exécutif par le CA
12. Présentation du nouvel exécutif
13. Varia
14. Levée de l'assemblée

Bienvenue !

### Prix Hommage de la Table régionale

#### Mises en candidatures

La Table régionale veut souligner l'apport de bénévoles aînés de la région par son prix annuel «Hommage de la Table régionale». La Table régionale donnera un banquet en l'honneur de ces bâtisseurs le 11 juin prochain.

Tous les candidats seront reconnus et de ceux-ci, un comité de sélection aura déterminé un(e) lauréat(e) pour l'Estrie. Cette personne sera ensuite reconnue par le prix «Hommage aîné» du gouvernement du Québec.

**Tous** les organismes membres de la Table sont invités à soumettre une candidature.

Pour plus d'information ou pour demander un formulaire de mise en candidature, communiquez avec le personnel de la Table régionale.

**RAPPEL : la date limite pour faire parvenir une candidature est le 10 mai 2013** (le sceau postal fera foi de la date d'envoi).

## Plus de 365 000 \$ versés à des organismes de l'Estrie

Dans le cadre de son second appel de projets visant à développer l'offre de services destinés aux proches aidants d'ânés de la région, l'Appui Estrie annonce le financement de dix (10) projets totalisant un engagement financier total de 290 787,<sup>49</sup> \$ en 2013-2014 et 75 595,<sup>38</sup> \$ en 2014-2015.

### Pour aider les aidants...

On estime à plus de 13 000 le nombre de proches aidants estriens consacrant cinq heures ou plus par semaine à un être cher en perte d'autonomie, qu'il s'agisse de tâches ménagères, d'empettes, d'accompagnement à des rendez-vous médicaux ou d'aide aux soins et à l'habillement. « Plusieurs organismes communautaires offrent des services variés et du personnel compétent pour venir en aide aux proches aidants d'ânés de l'Estrie. Malheureusement, ceux-ci tardent souvent à demander de l'aide et s'épuisent ainsi à la tâche », mentionne Marie-Pierre Laurent, présidente de l'Appui Estrie.

Pour la liste des projets acceptés dans le cadre du deuxième appel à projets, visitez [http://www.ainesestrie.qc.ca/pdf/appui\\_liste\\_projets.pdf](http://www.ainesestrie.qc.ca/pdf/appui_liste_projets.pdf)



### Ligne Info-aidant

L'Appui Estrie opère également une ligne d'écoute, d'information et de référence pour les proches aidants d'ânés. La **ligne info-aidant** offre du lundi au vendredi entre 8 h 30 et 12 h ainsi qu'entre 13 h et 16 h 30 un service personnalisé, il suffit de composer le **819 791-7772** ou le **1-855-852-7796**.

Si plusieurs raisons expliquent cette sous-utilisation des services disponibles (faibles moyens financiers, sentiments de culpabilité et d'abandon de l'autre, peur de déranger si on demande de l'aide à une connaissance, sentiment d'échec dans sa capacité à aider, insécurité à faire entrer une autre personne chez soi, refus de l'aidé, manque d'information sur les ressources disponibles ou difficultés à s'y retrouver, etc.), le proche aidant d'âné doit assurément franchir ces barrières afin de bénéficier de toute l'aide et de tous les services disponibles qui lui permettront de maintenir un équilibre, de pouvoir prendre soin de lui et ainsi, d'améliorer sa qualité de vie et de mieux prendre soin de l'autre.

« Les services qui seront déployés par les organismes financés grâce à ce deuxième appel de projets sont entièrement dévoués aux proches aidants d'ânés : soutien psychologique individualisé, tournée de sensibilisation et d'information, répit de groupe, ateliers de formation et plus encore. La compétence et la crédibilité de ces organisations sont reconnues dans leur milieu et il est clair que tout sera mis en œuvre avec ces projets afin de répondre aux besoins des proches aidants d'ânés dans chacune des MRC », affirme Geneviève Côté, directrice générale de l'Appui Estrie.

Pour de plus amples informations sur ces initiatives, renseignez-vous auprès de l'Appui Estrie en composant le : 819-791-7771.

## Soyez de la fête!



Le Service d'aide aux Néo-Canadiens vous invite à sa  
42<sup>e</sup> édition du Buffet des nations.

**Samedi 4 mai 2013 à 18 h 30**

Centre de l'activité physique, Cégep de Sherbrooke  
355, rue du Cégep, Sherbrooke

**Billets en vente au Service d'aide aux néo-Canadiens**

**de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h, 530 rue Prospect, à Sherbrooke**  
Tél. : 819 566-5373

**Entrée : 60 \$**

# La FADOQ – Région Estrie a le vent dans les voiles

## Un membership en progression

Depuis l'an dernier, le membership de la FADOQ-Région Estrie a augmenté de 10% et compte maintenant plus de 19 600 membres. Vous aussi, joignez-vous à nous et bénéficiez de nombreux avantages, rabais et privilèges! Contactez-nous dès aujourd'hui pour connaître les coordonnées d'un club près de chez vous.

## Jeux FADOQ provinciaux

Cette année, les Jeux provinciaux se dérouleront à Sherbrooke les 17, 18 et 19 septembre au Centre de Foires de Sherbrooke, au Parc Belvédère et au Salon de Quilles et Billard Sher-Mont et Club de golf Sherbrooke.

## 100 bénévoles recherchés!

Pour assurer le succès de ces Jeux, des bénévoles sont requis pour l'accueil et l'accréditation des athlètes, le montage et démontage des installations, la distribution des repas et collations, la présence sur les plateaux de compétition, etc.

Venez jouer avec nous!

## Programme Qualité Logi-être (PQLE)

En conférence de presse le 22 mars dernier, la FADOQ – Région Estrie a procédé au lancement officiel d'un programme d'appréciation des résidences privées pour aînés dans chacune des MRC de l'Estrie.

Vous êtes une femme ou un homme alerte, articulé, débrouillard et autonome?

Vous avez à cœur la qualité de l'hébergement des aînés en résidences?

Vous avez des compétences et des expériences à partager?

Nous vous invitons à faire partie de l'équipe de visiteurs-bénévoles que nous sommes à constituer dans le cadre du Programme.

Contactez : Raymonde Lapointe  
Coordonnatrice régionale PQLE  
819 566-7748, poste 6  
pqle@fadoqestrie.ca

## Infolettre

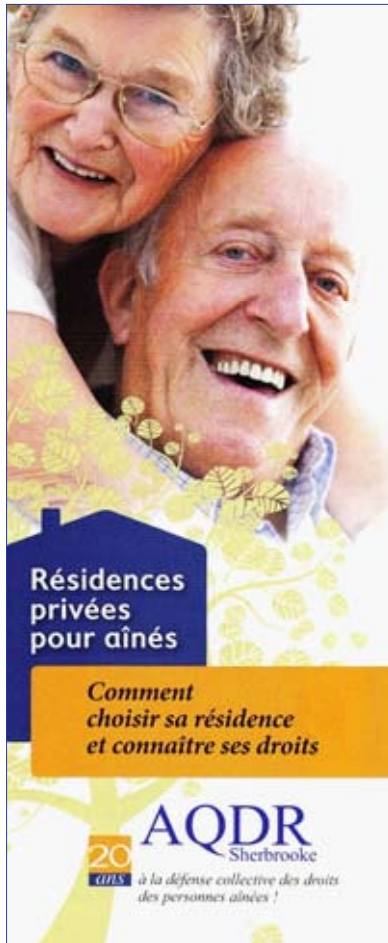
Il est maintenant possible de s'inscrire à l'infolettre qui est envoyée chaque mois. Faites parvenir votre demande par courriel à [infos@fadoqestrie.ca](mailto:infos@fadoqestrie.ca)

Information :  
Martine Grégoire  
819 566-7748, poste 2  
[martine.gregoire@fadoqestrie.ca](mailto:martine.gregoire@fadoqestrie.ca)  
**FADOQ-Région Estrie**  
288, rue Marquette, bureau 102  
Sherbrooke, QC J1H 1M3  
819 566-7748



## FADOQ - région Estrie, calendrier des activités

Jeux FADOQ régionaux	6 au 17 mai, 4 et 6 juin
Assemblée générale annuelle	31 mai, inscriptions obligatoires
Tournée Santé & Prévention	13 novembre, prix des billets à confirmer
Messe country à Beauvoir	21 août, réservation obligatoire
Salon FADOQ	30 octobre, au Carrefour de l'Estrie. Entrée gratuite
Jeux FADOQ provinciaux	17-18-19 septembre Centre de Foires de Sherbrooke
Pour plus de détails, consultez le calendrier en ligne : <a href="http://www.fadoqestrie.ca/fr/Calendrier/">http://www.fadoqestrie.ca/fr/Calendrier/</a>	



## Un dépliant sur le choix d'une résidence privée pour aînées et leurs droits

*L'AQDR Sherbrooke est fière de rappeler que son dépliant « Résidences privées pour aînés, Comment choisir sa résidence et connaître ses droits » est disponible pour les personnes aînées et les proches aidants de la région de Sherbrooke.*

Dans le cadre d'un projet intitulé « *Le choix d'une résidence pour personnes âgées et leurs droits, une formation sur mesure pour les proches-aidants et les aînés bénévoles-accompagnateurs* » un dépliant d'information sur le choix d'une résidence, sur le bail et son annexe, sur les droits des aînées en résidence privée et sur les ressources existantes en Estrie a été créé pour répondre aux besoins des personnes aînées et des proches-aidants.

De ce projet sont aussi nés des formations qui ont été animées dans plusieurs groupes de la région de Sherbrooke et en Estrie, et un réseau d'aînés-bénévoles formé pour effectuer des accompagnements dans le choix d'une résidence privée pour aînés et dans la défense de leurs droits en résidence.

Ce projet a pu voir le jour grâce à la contribution financière de la Conférence régionale des élus (CRÉ) de l'Estrie dans le cadre du Fonds d'initiatives locales et régionales pour les personnes aînées.

*Pour obtenir des dépliants ou pour plus d'information, contactez-nous!*

AQDR Sherbrooke  
165, rue Moore – Bureau 212  
Sherbrooke 819 829 2981

## Active dans sa communauté

### Conférence de Dr Lacombe

La Table de concertation était fière d'inviter la population du Haut-Saint-François à la conférence de Dr Lacombe sur les troubles cognitifs en lien avec la maladie d'Alzheimer. L'évènement qui a eu lieu le 13 mars a regroupé des aînés touchés de près ou de loin par la maladie, de même que des intervenants et stagiaires du domaine de la santé et des services sociaux. La conférence a suscité l'intérêt d'en savoir davantage chez plusieurs participants. Une suite est à prévoir afin d'approfondir le sujet.

### Une activité intergénérationnelle

Le 25 et 27 mars dernier, il y a eu une activité intergénérationnelle intitulée « Cuisinons et partageons » dans le Haut-Saint-François. Cette activité organisée par le comité Bientraitance de la Table de concertation avait pour but de créer un lien intergénérationnel entre les aînés et les jeunes de la Polyvalente Louis Saint-Laurent. L'activité s'est déroulée en deux temps.

Dans un premier temps, les aînés ont cuisiné des muffins en compagnie des 76 élèves de secondaire cinq. Les muffins ont été partagés entre les élèves et les aînés. De ce nombre, 60 ont été réservés pour la seconde partie de l'activité.

Dans un deuxième temps, des élèves de la Polyvalente, en compagnie d'une représentante de la Table de concertation, ont été distribués les 60 muffins aux résidents, à la famille et aux employés du CHSLD le Domaine de la Sapinière.

Cette activité fut un succès et a suscité l'intérêt, chez quelques élèves, de faire du bénévolat auprès des aînés de leur communauté.



Photo : Journal du HSF

## Active dans sa communauté, suite

### PARAVAN : Partenariat dans la communauté pour les aînés du HSF!

La Table de concertation du HSF en partenariat avec le CSSS du HSF, la Sûreté du Québec du HSF et le CAVAC ont signé un Programme d'Accompagnement et de Ressources pour les Aînés Vulnérables aux Abus et Négligences (PARAVAN) le 28 mars dernier. Le programme comporte trois volets soit l'accompagnement en situation de crime, l'accompagnement en situation générale et la prévention/promotion.

Ce programme a permis une réflexion sur les services offerts et l'amélioration du continuum de services pour les aînés vulnérables aux abus et aux négligences. Cela a également permis de faire connaître davantage les activités du comité Bientraitance de la Table de concertation auprès des partenaires et de la communauté.



### Conférence sur les maladies cardiovasculaires

Le 28 mai prochain, il y aura présentation d'une conférence organisée par la Table de concertation des personnes âgées sur la prévention des maladies cardiovasculaires par la Kinésiologue Lucie Laflamme. La conférence aura lieu le 28 mai prochain à 9 h au Centre communautaire de Bury (563 rue Main à Bury). La conférence est gratuite et ouverte à tous.

### Journée mondiale pour la prévention des mauvais traitements envers les personnes âgées

La journée mondiale sera célébrée de façon locale le 8 juin prochain à la Place centrale à East-Angus. Un arrimage avec la Fête des voisins, la fête *Communau'Terre* et la journée mondiale a été fait afin d'augmenter la visibilité et la participation à l'évènement. Plusieurs activités sont prévues. À suivre...

*Maylis Toulouse*

Membre de la table de concertation des personnes âgées du Haut-Saint-François et  
Organisatrice communautaire du CSSS du Haut-Saint-François

### Tranches de vie

Le comité Bientraitance de la Table de concertation des personnes âgées du Haut-Saint-François a organisé l'activité Tranches de vie pour les aînés de la MRC et leurs proches.

L'activité était composée de deux volets. Le premier volet est une pièce de théâtre jouée par des comédiens locaux. Les Saynètes représentent la réalité vécue au quotidien par la personne âgée vieillissante (personne aidée) et la personne qui l'aide (proche aidant). Elle vise également à sensibiliser les aînés à la maltraitance envers les aînés qui peut être subtile par moment.



Dans le second volet, il y a présentation des services offerts dans la MRC par le CSSS, le Centre d'action bénévole, le Service d'aide domestique et la Sûreté du Québec. Il y a également une sensibilisation à la maltraitance envers les aînés et explication des ressources disponibles.

Il y a eu deux représentations de l'activité soit le 16 avril à Lingwick et le 24 avril à La Patrie. Au total, plus de 80 personnes ont participé. L'activité fut une réussite et il y a beaucoup de demandes pour des représentations supplémentaires l'année prochaine.

**Brisons le silence!**

Informations  
•  
Outils  
•  
Ressources

WWW.STOP-ABUS-AINES.CA

Une initiative de  
La Table de concertation contre  
les mauvais traitements faits envers  
les personnes âgées de l'Estrie

malmeunier

Journée mondiale pour la prévention des mauvais traitements  
envers les personnes âgées



Campagne du ruban mauve  
2013



*Vous êtes cordialement invité au*  
**Rassemblement de solidarité pour contrer la maltraitance  
envers les personnes âgées**

**Vendredi le 14 juin 2013 de 13 h à 15 h**  
**au Parc Jacques-Cartier – Sherbrooke** (Pavillon de danse)

*«Portez un vêtement ou un accessoire mauve et apportez votre chaise de parterre»*

**HORAIRE**

- 13 h** Accueil :
- ✓ Musique d'ambiance
- 13 h 15** Mot d'ouverture et brèves allocutions:
- ✓ Jean Arel, porte-parole francophone
  - ✓ Heather Bowman, porte-parole anglophone
  - ✓ Lecture d'un message de Réjean Hébert, Ministre de la santé et des services sociaux et Ministre responsable des aînés
  - ✓ Serge Cardin, député provincial de Sherbrooke
  - ✓ Mariette Fugère, Présidente du groupe de travail Ville amie des aînés
  - ✓ Claude Quintin, président de la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie
  - ✓ Maurice Bernier, président de la Conférence régionale des élus
  - ✓ « Slam à répondre » avec Patrick Jalbert
- 13 h 45** Bal en mauve - danse en lignes avec Jean-Guy Lavoie  
Breuvages et collation  
Visite de Kiosques d'information  
Signature du cahier d'engagement contre la maltraitance
- 15 h** Fin des activités



**Bénévoles demandés**

**Handi Apte** sollicite votre implication comme bénévoles. Être bénévole à Handi Apte, c'est offrir un peu de son temps pour faire la différence dans la vie **d'une personne handicapée physique**. Vous pouvez vous investir de différentes façons : **visite à domicile, accompagnement lors de sorties, accompagnement transport, aide à la correspondance, membre de comités organisateurs, etc.**

Une formation de base et un suivi personnalisé est offert gratuitement.

Joignez-vous à notre équipe !

**Informations : 819-562-8877 poste 4**



## Table de concertation des personnes âgées de la MRC du Granit

La Table de concertation des personnes âgées de la MRC du Granit s'est vue octroyer une subvention dans le cadre du Programme Nouveaux Horizons pour les Aînés. Notre projet « Initiation à l'informatique pour les aînés » débutera le 29 avril prochain.

Le projet consiste à des cours d'initiation à l'informatique pour les **aînés débutants**. Les cours s'échelonnent sur une période de 8 semaines à raison de 2 fois/semaine et d'une durée d'une heure et demie par cours. Les cours seront adaptés à la réalité des aînés qui n'ont jamais expérimenté l'ordinateur. La formatrice sera accompagnée de bénévoles qui pourront l'assister afin de répondre rapidement aux questions des participants.

Afin de susciter l'intérêt de nos aînés et étant donné l'étendue de notre territoire, nous nous déplacerons dans 8 municipalités afin de faciliter la participation. Nous avons prévu initialement offrir le cours à 50 aînés, mais à ce jour, nous avons reçu 70 inscriptions....

Nous espérons pouvoir répondre aux demandes des municipalités qui souhaitent participer à ce projet. Ce projet s'avère un autre succès pour notre Table de concertation et nous en sommes fiers.

*Johanne Bastien,*  
agente de développement,  
Table de concertation des personnes âgées de la MRC du Granit

## Reconnaissance Aînés Estriens

Le dimanche 21 avril dernier, 21 aînés de l'Estrie ont reçu la Médaille d'argent du Lieutenant-gouverneur du Québec lors d'une cérémonie au Manège militaire de Sherbrooke.

### Récipiendaires de la Médaille d'argent

Madame Marthe Bélanger  
Madame Annette Bibeau-Blanchet  
Monsieur Richard Caron  
Madame Louise Carrier  
Madame Louise Delorme-Kelly  
Monsieur Laval Denis  
Monsieur Patrice Desmarais  
Madame Giselle Duval  
Madame Françoise Gauthier  
Madame Lucie Gélinas  
Madame Clémence Grenier Lafontaine  
Monsieur Simon Langeveld  
Monsieur Jean-Guy Laprise  
Madame Yvette Lavoie  
Madame Ouida Moliner  
Madame Mary Rhodes  
Madame Alvine Rousseau  
Monsieur Roger Roy  
Monsieur Normand St-Pierre  
Madame Pierrette Tremblay-St-Laurent  
Monsieur Bertrand Turcotte

### Aînés qui demeurent à Sherbrooke,

### nous sollicitons votre participation à un sondage VADA

Voici le lien : <https://fr.surveymonkey.com/s/projetMADA-aines>

Pour plus d'information, consultez l'invitation au sondage sur le site Web de la Table régionale : [http://www.ainesestrie.qc.ca/pdf/vada\\_sondage\\_invit.pdf](http://www.ainesestrie.qc.ca/pdf/vada_sondage_invit.pdf)

*Audrey Allard,* étudiante à la maîtrise en gérontologie - Université de Sherbrooke,  
Assistante de recherche - Projet Municipalités (villes) amies des aînés du Québec - Centre de recherche sur le vieillissement CSSS-IUGS



## Projet de recherche sur les oméga-3 et la mémoire



**Vous êtes intéressés à participer à un projet de recherche?**

Centre de santé et de services sociaux –  
Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke  
Health and Social Services Centre –  
University Institute of Geriatrics of Sherbrooke

### Nous recherchons

- hommes et femmes, non fumeurs
- entre 20 et 80 ans
- en bonne santé

**Contactez l'agente de recherche:  
Christine Rioux-Perreault  
au 819-780-2220, poste 45526**

### Objectif

Évaluer s'il y a un lien causal entre la consommation de gras oméga-3 et la mémoire

# La Maison des Grands-Parents de Sherbrooke... bientôt 15 ans

La Maison des Grands-Parents de Sherbrooke fut incorporée le 7 mai 1998 et célébrera bientôt ses 15 ans.

Un comité organisateur a élaboré tout un plan d'activités pour souligner cet anniversaire tout au cours de la prochaine année.

L'organisme qui a pour mission de mettre en action ses membres dans toutes sortes d'activités intra-générationnelles et intergénérationnelles s'est de plus offert un joli cadeau pour marquer la fête.

En effet, le 3 avril dernier, la MGPS se portait officiellement acquéreur du presbytère St-Joseph. De fructueuses négociations avec le conseil de fabrique de la paroisse ont porté fruit et le rêve est devenu réalité.

## Une vraie maison



La nouvelle maison des grands-parents

Une vraie maison ayant pignon sur rue principale, en face de l'école des Quatre-Vents son premier lieu d'intervention il y a quinze ans, à côté des Habitations Mont-Bellevue (église St-Joseph réaménagée)... entourée de partenaires et de voisins exceptionnels... Wow !!! Un avenir prometteur.

Il reste des travaux à effectuer et nous rendrons publique la liste des activités qui voudront inviter la population et nos partenaires à célébrer avec nous.

Aux grands-parents qui sont intéressés à s'investir dans un bénévolat dans lequel le plaisir est le principal ingrédient... bienvenue!

*Robert Gagné*, président de la Maison des Grands-Parents  
1265, Belvédère sud  
Sherbrooke (Qc) J1H 4E2  
Tél. (819) 820-9803  
Courriel : [info@mgpssherbrooke.org](mailto:info@mgpssherbrooke.org)



« VIEillir, c'est la VIE »



## Salon Info-Aînés du Val-Saint-François

Mercredi 22 mai 2013

13 h à 21 h 30

Centre Régional Le Bel Âge  
6, 6<sup>e</sup> avenue à Windsor

**Entrée gratuite**

- 13 h Ouverture / Visite libre des exposants
- 13 h 45 Mot officiel et présentation de la présidente d'honneur
- 14 h, 16 h Conférence « L'âge, une sagesse à découvrir et 18 h dans la joie de vivre »
- 15 h Lancement du Bottin des proches aidants
- 17 h Souper et animation
- 19 h Fermeture des kiosques
- 19 h 30 Spectacle avec Jean Nicol



Transport gratuit  
Réservez tôt votre place  
819 826-6166  
450 532-2255

Gracieuseté des Services d'autobus  
L. Carignan

### Souper sur place

Achetez votre billet avant le 15 mai 2013

Prix : 13 \$

Richmond : 819 826-6166

Valcourt : 450 532-2255

Windsor : 819 845-5522

Caravane santé Proxim  
sur place



**12 mai 2013**

**Bonne fête à toutes les mères  
et grand-mères !**

# Table de concertation des aînés de la MRC de Coaticook

Je viens vous présenter un bref aperçu de nos activités de l'année.

Nous sommes à faire l'accréditation **des lettres patentes** de notre TCA : la gouvernance, les règlements et le code d'éthique avec notre mentor M. Jacques Demers.

Nous avons une responsable de notre projet sur la **maltraitance**. Elle continue ce qui fut commencé avec le projet « Aînés vulnérables » Elle organise notre journée du ruban mauve.

Nous avons préparé un projet à **l'Appui**. Les proches aidants seront accompagnés et aidés (formation, information, et répit) lorsque nous recevrons l'approbation de notre projet.

Des visites ont été faites dans le but de se renseigner sur les résidences **coopératives** pour aînés

Notre ville et 12 villes de notre région ont désormais une politique familiale des aînés. Chacune a reçu l'accréditation «**Municipalité amie des aînés** ». Dans la définition des aînés, on met l'accent sur le fait qu'ils sont très actifs et qu'ils sont porteurs d'un héritage qu'ils sont souvent empressés de partager. On y intègre la dimension «aîné» dans les bonnes habitudes de vie-(sport, alimentation), le transport actif (vélo, covoiturage, Actibus). Le tout se fait en collaboration avec le *Comité concertation pour La solidarité et l'inclusion sociale*.

Notre responsable des dossiers qui relève de la santé et des services sociaux nous annonce qu'il y a plus de place pour donner plus de répit aux proches aidants et nous avons assisté à la présentation de la planification stratégique du **CSSS**.

Nous organisons des cours **de formation** avec la collaboration de la maison de la famille de Sherbrooke. Les bénévoles de toute la région y sont invités et en sortent enrichis.

Un groupe de la Fadoq a mis en œuvre le programme « **Musclons nos méninges** ». Ce programme qui vient de Cavendish est fait d'ateliers sur la vitalité intellectuelle pour les aînés. Ce fut un succès.

*Monique Morrissette*, présidente de la TCA de la MRC de Coaticook

## Formations à la gouvernance

La Table régionale met à la disposition des organismes d'aînés de l'Estrie des formations sur mesure sur la gouvernance.

Faites-vite, il reste peu de temps pour les inscriptions!

Pour plus d'information, téléphonez au :

819-822-0204

ou envoyer un courriel à [info@ainesestrie.qc.ca](mailto:info@ainesestrie.qc.ca)



## Bonne nouvelle!

L'Association estrienne pour l'information et la formation des aînés (AEIFA-DIRA) a reçu récemment une subvention du programme *Québec ami des aînés (QADA)* pour la réalisation d'un projet dans les MRC des Sources et du Haut St-François.

Le projet d'une durée d'un an, consiste à implanter dans ces deux MRC de l'Estrie, le modèle développé par l'AEIFA-DIRA pour la prévention et la lutte contre la maltraitance des aînés. Les principales opérations comprendront le recru-

tement et la formation de nouveaux bénévoles résidant dans ces MRC, bénévoles qui deviendront des personnes-ressources dans leur localité, constituant en quelque sorte le début d'un réseau de veille régional. Ce projet permettra à l'AEIFA-DIRA d'étendre davantage sa mission dans la région de l'Estrie, et de rendre plus efficaces les initiatives visant la prévention contre la maltraitance.

*Lucie-Caroline Bergeron*,  
Coordonnatrice, AEIFA-DIRA

## Votre bulletin **La Concertation ... en bref**

Pour recevoir *La Concertation ... en bref* par courriel, envoyez un message à [concertation@ainesestrie.qc.ca](mailto:concertation@ainesestrie.qc.ca)

Pour recevoir *La Concertation ... en bref* par la poste, faites parvenir vos coordonnées à : TRCAE, 554, rue Dufferin, Sherbrooke J1H 4N1 ou les laisser sur notre boîte vocale au 819-822-0204.

## Calendrier

- 10 mai Date limite candidatures prix Hommage 2013 de la Table régionale. [Voir page 3.](#)
- 16 mai Conférence de la Société Alzheimer de Sherbrooke «La mémoire, qui est-elle, quand est-ce que je dois m'en préoccuper?», 13h30 et 19h, Sherbrooke. Info : 819-821-5127.
- 17 mai Journée internationale de lutte à l'homophobie.
- 22 mai Salon Info-Aînés du Val-St-François. Windsor. [Voir page 10.](#)
- 24 mai AGA de la TCA de la MRC de Coaticook.
- 28 mai AGA de l'AQDR de Sherbrooke. 819-829-2981.
- 29 mai AGA de l'AEIFA-DIRA. Sherbrooke. Info: 819-346-0679.
- 31 mai AGA FADOQ - région Estrie. [Voir page 5.](#)
- 5 juin AGA de la Table de concertation «service aux aînés» des Sources.
- 7 juin AGA de l'Association des Townshippers au Centre d'art d'Orford. 819-566-5717.
- 11 juin AGA et banquet «Hommage 2013 de la Table régionale. [Voir page 3.](#)
- 14 juin Rassemblement de solidarité pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées. [Voir page 8.](#)

AGA et prix « Hommage  
de la Table régionale »,  
le 11 juin 2013

Ce bulletin est produit et distribué grâce à la généreuse contribution de nos commanditaires et de nos partenaires, dont le Secrétariat aux aînés et la Conférence régionale des élus de l'Estrie.



**Famille et Aînés**  
**Québec**



 **Dufresne**

### PLANIFIER SA SUCCESSION : POUR QUE LE FILS EN AIT PLUS QUE LE FISC

En planifiant dès maintenant votre succession, vous vous assurez de répartir votre patrimoine selon vos volontés.

Renseignez-vous auprès de votre conseiller à la caisse.

**PLANIFICATION  
DE LA SUCCESSION**

[desjardins.com/planifiersasuccession](http://desjardins.com/planifiersasuccession)

 **Desjardins**

Coopérer pour créer l'avenir