



## BULLETIN

Mai 2022

### SUIVI DES AVIS DE LA TABLE

Le 25 avril dernier, la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches (TCA-CA) a fait parvenir à tous les médias de Chaudière-Appalaches un communiqué de presse indiquant la diffusion des Avis. On se souviendra que les Avis ont été réalisés à partir des propos de la Rencontre de concertation tenue le 23 novembre 2021. Ces Avis traitent de cinq enjeux : soins à domicile, pauvreté, isolement, âgisme et transport. Ces priorités continuent de mobiliser la Table. Les Avis sont disponibles en version intégrale et en version synthèse sur le [Site Web de la Table](#).

**Actuellement, les attentes de la TCA-CA sont les suivantes :**

**Afin de donner plus de poids aux démarches proposées, les organismes et les municipalités sont invités à faire parvenir à la Table des résolutions d'appui à des recommandations spécifiques ou à un ensemble de recommandations ou des lettres d'appui.**

Il se peut que des avis diffusés aux municipalités n'ont pas tous été communiqués aux membres des conseils municipaux. À notre avis, il nous faut nous occuper de nos affaires et prendre la peine de contacter nos élus municipaux. Ce n'est pas généralisé puisqu'à date, des municipalités nous ont fait parvenir des résolutions d'appuis sur des recommandations ou des ensembles de recommandations. Merci de votre collaboration.

**Les politiciens et politiciennes devraient réagir à ces recommandations et préciser les actions concrètes qu'ils ou elles proposent de mettre de l'avant.**

Dans un avenir de quelques jours, la Table fera le point sur les réponses reçues des partis politiques. Dès qu'un changement s'annonce ou qu'une nouvelle mesure est introduite dans les sens des recommandations, la Table se fait un devoir de publiciser ces avancés via bulletins et infolettres.

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE LE 21 JUIN 2022

En effet, la Table de concertation des aînés tiendra son assemblée générale annuelle (AGA) le mardi 21 juin 2022 à la Maison des aînés de Lévis au 10, rue Giguère à Lévis (G6V 1N6). **Nous invitons les organisations ne sont pas membre à le devenir en complétant le formulaire 2022-2023 que l'on trouve à l'ANNEXE 1. Il n'y a pas de frais pour être membre de la TCA-CA.** Pour savoir si vous êtes membre, communiquez avec la Table.

Devenir MEMBRE c'est choisir de faire partie d'un groupe afin de constituer une force, d'être associé à un mouvement, d'être solidaire en vue de mieux réaliser nos missions axées sur la qualité de vie des personnes aînées. Être membre, c'est également appartenir à un réseau dynamique et efficace d'informations et de considérations pour le mieux-être des aînés.

## RÉSULTATS DU SONDAGE DE LA TCA-CA SUR LES COMMUNICATIONS

### La Communication au cœur des changements

Le comité de communication veut vous remercier de votre participation au court sondage du mois d'avril qui permettra au comité de direction d'amorcer une réflexion sur l'importance des communications pour la TCA-CA et d'initier, si nécessaire, des modifications à ses méthodes de communication. Les résultats sont clairs, la majorité des participants considèrent la communication très importante pour notre organisme mais une faible partie des répondants consultent notre site Web et Facebook. Le comité devra se pencher sur cet aspect.

Nous avons aussi voulu vérifier dans quel ordre, les répondants classaient les sujets traités en novembre 2021. À cette question, la plupart des répondants considèrent les soins et le soutien à domicile ainsi que la pauvreté comme les sujets primordiaux, sans exclure les autres priorités. Favoriser l'interaction et la concertation entre les tables, les membres et les organismes devraient nous aider à préciser et synthétiser nos demandes et nous permettraient de définir les objectifs communs à tous les groupes impliqués dans l'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées.

Pour ceux et celles qui désirent se procurer l'intégralité des résultats du sondage nous vous invitons à en faire la demande par courriel à TCA de Chaudière-Appalaches [tableainesca12@gmail.com](mailto:tableainesca12@gmail.com). Nous nous ferons un plaisir de vous les transmettre.

## MALTRAITANCE ENVERS LES AÎNÉS : 5<sup>e</sup> SÉRIE DE CAPSULES DU CISSS-CA

Voici la toute dernière des cinq (5) capsules proposées dans le cadre de l'activité de sensibilisation régionale au sujet de la maltraitance envers les personnes âgées. **En plus de faire connaître la Ligne Aide Abus Aînés (1 888 489-2287), cette capsule vidéo sensibilise l'entourage d'une personne aînée sur l'importance d'être bientraitant et de poser une action concrète lorsqu'une situation nous préoccupe au sujet de la maltraitance.**

Cette capsule vidéo doit être vue par un maximum de personnes. Ensemble, visons à ce que les capsules vidéo diffusées dans le cadre de cette activité de sensibilisation soient vues et partagées le plus possible via nos réseaux sociaux professionnels et personnels, nos pages Facebook, nos sites Web, etc.

La capsule « *Repérage – vous êtes inquiets pour une personne aînée* » est accessible par le Facebook du CISSS et sur Youtube :

***Cliquer, aimer, commenter et partager!***

**Lien en français sur Facebook :** <https://www.facebook.com/ciassca12/videos/1065994964126295>

**Lien de la capsule en français sur Youtube :** <https://www.youtube.com/watch?v=qGfQIODiXKM>

**Lien de la capsule en anglais sur Youtube :** <https://www.youtube.com/watch?v=bLDkYk6CATI>

**Nous pouvons faire une différence. Chaque partage compte!**

**Source : Amélie Boutin : Coordonnatrice clinico-administrative communauté, partenariat et accès aux services CISSS-CA**

## APPEL DE PROJETS – PROGRAMME ACTION AÎNÉS QUÉBEC

Le Programme Action Aînés du Québec (PAAQ) est un programme de soutien financier aux organismes pouvant contribuer au maintien de leurs activités destinées aux personnes aînées, grâce à l'embauche de ressources humaines et l'acquisition du matériel ou de l'équipement nécessaires à la réalisation de ces activités.

Les activités soutenues doivent :

- Prévenir le déconditionnement chez les personnes aînées;
- Contrer leur isolement social;
- Valoriser les personnes aînées et encourager leur participation sociale;
- Assurer leur maintien dans leur communauté en toute sécurité.

**L'appel de projets se déroule dès maintenant jusqu'au 17 juin 2022.** Consultez le contenu original : <http://www.newswire.ca/fr/releases/archive/May2022/04/c0899.html> .

## RAPPEL - LE RESPECT DES DROITS DES LOCATAIRES EN RPA

La TCA-CA invite ses lecteurs à signer une pétition qui demande au gouvernement du Québec d'assurer le respect des droits des locataires des RPA contre les hausses abusives de loyer, l'éviction ou les pertes de services, notamment à la suite d'un changement de propriétaire, et ce :

- En instaurant des obligations liées à la certification des RPA, notamment pour maintenir le statut, les services offerts et réguler les coûts des loyers;
- En facilitant l'appropriation et la gestion communautaire ou publique de toute RPA à risque de fermeture ou en défaut face à ses obligations;
- En modifiant les articles 1955 et 1959 du *Code civil du Québec*, afin d'assurer la protection des droits des locataires et d'interdire le changement d'affectation d'un immeuble à logement, à plus forte raison dans le cas d'une RPA.

Les personnes ont jusqu'au 25 mai pour signer cette pétition sur le site de l'Assemblée nationale <https://www.assnat.qc.ca/fr/exprimez-votre-opinion/petition/Petition-9491/index.html>.

**Vous ne pouvez signer la même pétition qu'une seule fois par adresse courriel.**

## MARCHE POUR L'ALZHEIMER – ST-GEORGES : DIMANCHE LE 29 MAI 2022

En allant à [https://support.alzheimer.ca/site/SPageServer/?pagename=wfa15\\_prov\\_quebec&s\\_locale=fr\\_CA](https://support.alzheimer.ca/site/SPageServer/?pagename=wfa15_prov_quebec&s_locale=fr_CA) et en cliquant sur Ville de Saint-Georges, une personne peut faire un don à l'événement, former une équipe, se joindre une équipe ou s'inscrire individuellement. Il sera possible pour les gens de tout Chaudière-Appalaches, qui ne pourront être présents à Saint-Georges, de créer leurs propres événements et de nous faire parvenir leurs vidéos et/ou de faire leurs dons en ligne, avant, pendant et après la marche.

**La Marche IG Gestion de patrimoine se déroulera à Saint-Georges, le dimanche 29 mai, à l'Espace Carpe Diem situé sur la 1<sup>re</sup> Avenue (près de la passerelle barrage gonflable).**

**VOIR L'ANNEXE 2.**

## LE PROGRAMME ITMAV EST PROLONGÉ POUR 2022-2023

Le financement du programme *Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité* (ITMAV) est prolongé pour l'année 2022-2023. Ainsi, ce sont 147 travailleurs de milieu rattachés à des organismes sans but lucratif répartis dans l'ensemble des régions du Québec, qui pourront poursuivre leur important rôle de repérage, de soutien et d'accompagnement de personnes aînées en situation de vulnérabilité ou à risque de fragilisation.

## LA SANTÉ MENTALE – TOUJOURS D'ACTUALITÉ

### Le MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC CHAUDIÈRE-APPALACHES POURQUOI?

- Pour être un rassembleur en promotion de la santé mentale auprès de ses organisations membres en favorisant les échanges, le partage d'expérience et d'expertise et la création de projets conjoints.
- Pour allier les forces vives à travers le Québec dans le but de travailler ensemble à créer, renforcer et développer la santé mentale des Québécoises et Québécois

5935, rue Saint-Georges,  
bureau 110  
Lévis (QC) G6V 4K8  
418 835-5920  
Courriel :  
[info@santementaleca.com](mailto:info@santementaleca.com)

Organisme de charité  
#893125955RR0001



### 7 astuces pour se recharger



### AînéEs

Vous trouverez des exercices, astuces et pistes de réflexion sur les thèmes suivants:

- 7 astuces pour se recharger
- **AGIR**
- **RESSENTIR**
- **S'ACCEPTER**
- **SE RESSOURCER**
- **DÉCOUVRIR**
- **CHOISIR**
- **CRÉER DES LIENS**
- La pause (Voir l'article suivant).
- La reconnaissance
- La sécurité
- La confiance
- Le réseau
- Le stress
- La créativité

Source : site Web Mouvement Santé mentale Québec <https://www.mouvementsmq.ca/>

## UN EXEMPLE DE PAUSE – PAR CAPSANA

**Capsana** est une organisation à vocation sociale détenue par la Fondation ÉPIC, qui est en lien avec l’Institut de Cardiologie de Montréal, et par la Fondation PSI. Sa mission est d'aider les individus à devenir acteurs de leur santé. Pour en savoir plus, visitez [capsana.ca](http://capsana.ca).



**PAUSE** fait la promotion d'une utilisation équilibrée d'Internet afin de prévenir les risques liés à l'hyperconnectivité tout en profitant des avantages de la techno. Cette campagne, qui s'adresse aux jeunes adultes, aux ados et à leurs parents, est réalisée par Capsana avec le soutien du gouvernement du Québec ainsi qu'avec la collaboration d'un comité d'experts et d'un réseau d'appuis. Pour en savoir plus, visitez [Pausetonécran.com](http://Pausetonécran.com). **Voir l'ANNEXE 3**

**Source : SITE WEB CAPSANA**

## CONFÉRENCES GRATUITES

Dans le cadre de l'événement *Vivre et vieillir à Québec*, l'*Initiative pour l'inclusion sociale des personnes aînées* présentera une série de **quatre conférences grand public gratuites**. Celles-ci ont été élaborées en collaboration avec quatre projets : le Collectif A.I.M.E., Mission Régénération, Ma vie sur la Côte et le Réseaux Poivre & Sel.

### À CE MOMENT, IL RESTE TROIS RENCONTRES DONT VOICI LES COORDONNÉES

- **18 mai, 13 h 30 à 15 h30 – Les relations intergénérationnelles**

Inscription: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSckqJ6yP423I8tcALM5rFKwuMuTKEJH8uvyQSAk99wJ13dOJg/viewform>

- **24 mai, 9 h 00 à 12 h 00 – Vieillir en milieu rural**

Inscription: [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc6qZISGhOUA2BtlgsZPHZCPvcxcAl3WYw7hbPdkVqlfH\\_gA/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc6qZISGhOUA2BtlgsZPHZCPvcxcAl3WYw7hbPdkVqlfH_gA/viewform)

- **27 mai, 14 h 00 à 16 h 00 – Collaborer pour vivre et vieillir dans notre communauté (conférence sur l'anxiété)**

Inscription: [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScQroduryBOeSoTmZoJ7-8Jf1AZEZd\\_QJtuH6JsV4116SiMeA/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScQroduryBOeSoTmZoJ7-8Jf1AZEZd_QJtuH6JsV4116SiMeA/viewform)

Voici le lien vers le programme:

[https://www.ivpsa.ulaval.ca/sites/ivpsa.ulaval.ca/files/uploads/VVQ%20-%20Programme%20complet%20\(7\)\\_0.pdf](https://www.ivpsa.ulaval.ca/sites/ivpsa.ulaval.ca/files/uploads/VVQ%20-%20Programme%20complet%20(7)_0.pdf)



## PREMIÈRE JOURNÉE NATIONALE DES MUNICIPALITÉS AMIES DES AÎNÉS (MADA)

La ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, Marguerite Blais, a annoncé la tenue de la toute première rencontre nationale des Municipalités amies des aînés (MADA) sous le thème « **Des collectivités qui ont à cœur les personnes aînées** ».



Cet événement soutiendra le réseautage, le transfert de connaissances et l'échange de bonnes pratiques entre les municipalités en vue de soutenir les communautés du Québec dans leur adaptation au vieillissement de la population. Cette rencontre, organisée en partenariat avec Espace MUNI, se déroulera le 16 juin prochain à Orford, en format comodal.

En allant sur le site web <https://espacemuni.org/evenement/evenement-mada/> on trouve toute l'information et la possibilité d'inscription.

## UNE ACTIVITÉ RÉUSSIE À LA TABLE DES AÎNÉS DE LA NOUVELLE-BEAUCE

La conférence sur les droits des ainés "On ne perd pas ses droits avec l'âge" qui a eu lieu ce lundi le 9 mai au Centre Caztel a été un succès. Quatre-vingt-cinq personnes étaient présentes. Cet atelier Virtuel 360 a été animé par Me Alain Gaulin de Juripop 360. À la suite de la rencontre, les commentaires étaient positifs. Le prochain événement sera l'activité « Le mieux-être des aînés, j'y vois" aura lieu à Vallée-Jonction Salle Olymel de Vallée-Jonction, 259, rue Jean-Marie-Rousseau, le 15 juin prochain.

Source : Maud Provençal, o.c.- Table des aînés de La Nouvelle-Beauce

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	RESPONSABLE
Dim. 29 mai 2022 9 h 00 SAINT-GEORGES	<b>MARCHE POUR L'ALZHEIMER</b> <i>Inscription 9 h, départ 10 h.</i> <b>ESPACE CARPE DIEM</b> (près de la passerelle barrage gonflable)	ALZHEIMER CHAUD. APP. 1-888-387-1230
16 juin 2022 8 h 45 – 15 h 00 ORFORD	<b>JOURNÉE NATIONALE – MADA</b> « Des collectivités qui ont à cœur les personnes aînées » Hôtel Estrimont Suites et Spa – 44, avenue de L'auberge	450 466-9777 poste 215 <a href="mailto:svassigh@espacemuni.org">svassigh@espacemuni.org</a>
17 juin 2022	<b>FIN DE L'APPEL DE PROJETS PAAQ</b>	
Mar. 21 juin 2022 10 h 45 LÉVIS	<b>REMISE DES PRIX HOMMAGE AÎNÉS 2020-2021-2022</b> <b>MAISON DES AÎNÉS</b> , 10, rue Giguère – Salle POIRÉ	TCA-CA 418 833-5678, poste 200

Production et diffusion : Maurice Grégoire



Table de concertation des aînés  
de Chaudière-Appalaches  
5501, rue Saint-Georges,  
Lévis (Québec) G6V 4M7

Téléphone : 418 833-5678, poste 200  
sans frais : 1 877 533-5678  
[www.tabledesainesca.wordpress.com](http://www.tabledesainesca.wordpress.com).

## ANNEXE 1



TABLE DE CONCERTATION  
DES AÎNÉS  
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

## FORMULAIRE D'ADHÉSION À TITRE DE MEMBRE DE LA TCA-CA 2022-2023

Par la présente, notre organisation désire être membre de la TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DE CHAUDIÈRE-APPALACHES. Il n'en coûte rien.

### Identification de l'organisation

Nom de l'organisation : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Municipalité : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ Cellulaire : \_\_\_\_\_

Courriel de l'organisation : \_\_\_\_\_

### Identification du responsable de l'organisation

Nom du responsable de l'organisation : \_\_\_\_\_

Fonction (président, directeur, coordonnateur, etc.) : \_\_\_\_\_

Adresse courriel à privilégier pour communiquer au besoin : \_\_\_\_\_

### Identification du délégué officiel (à compléter seulement si différent du responsable)

Nom du délégué officiel de l'organisation : \_\_\_\_\_

Fonction (président, directeur, coordonnateur, etc.) : \_\_\_\_\_

Adresse courriel à privilégier pour communiquer au besoin : \_\_\_\_\_

\* *La personne déléguée officielle est celle désignée pour participer aux assemblées de la Table et ayant droit de vote au nom de l'organisation, s'il y a lieu.*

Signature du responsable : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

### S.V.P. faire parvenir à :

Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches

Par la poste : 5501, rue St-Georges, Lévis (Québec) G6V 4M7

Ou par courriel à [tableainesca12@gmail.com](mailto:tableainesca12@gmail.com)

Pour informations : 418 833-5678 poste 200 ou 1-877-533-5678

## ANNEXE 2

### Marche pour l'Alzheimer IG Gestion de patrimoine (16<sup>e</sup> édition)

Le 29 mai prochain, les Québécois et Québécoises se rassembleront partout au Québec pour célébrer la Marche pour l'Alzheimer IG Gestion de patrimoine : le plus grand évènement de collecte de fonds au pays qui soutient directement les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif et leurs proches.

Anne-Élisabeth Bossé, nouvelle porte-parole de la Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer s'exprime ainsi : « *Marcher permet de se sentir dans l'action, de vaincre le sentiment d'impuissance et de soutenir une cause importante. Le 29 mai prochain, marchons pour l'Alzheimer. Parce qu'il est grand temps de briser les tabous entourant la maladie d'Alzheimer et de nous sensibiliser à ses enjeux, je suis fière de m'impliquer comme porte-parole de la Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer. Continuons d'approfondir les recherches et surtout, de soutenir ceux qui y font face, directement et indirectement. La Marche pour l'Alzheimer IG gestion de patrimoine permet de financer les services offerts aux personnes vivant avec l'Alzheimer et à leurs proches dans toutes les régions du Québec.* »



Anne-Élisabeth Bossé

« *Cette année encore, les troubles neurocognitifs isolent plus de 163 000 Québécois. D'ici 2040, on estime que le nombre de Québécois atteints aura doublé pour atteindre 300 000 personnes. Il est crucial de favoriser un dépistage rapide et une prise en charge précoce pour qu'un plus grand nombre de personnes puissent profiter des services offerts par leur société régionale et ainsi préserver leur qualité de vie tout au long du parcours de la maladie* », soutient Sonia Nadeau, directrice générale de la Société Alzheimer Chaudière-Appalaches.

En participant à la marche de St-Georges, les participants font une différence positive dans la vie des personnes atteintes. Les étapes à suivre pour s'impliquer sont simples :

- S'inscrire à [marchepourlalzheimer.ca](http://marchepourlalzheimer.ca) ;
- Faire preuve de créativité en marchant, que ce soit en empruntant les escaliers ou en promenant un animal de compagnie ! Il est ainsi possible d'accumuler des kilomètres et des fonds pour la cause ;
- Prendre une photo ou une vidéo et la publier sur les réseaux sociaux en incluant le mot-clic **#MarchepourlAlzheimerIG** ;
- Rejoindre une marche régionale le 29 mai prochain ;
- Faire un don sur [marchepourlalzheimer.ca](http://marchepourlalzheimer.ca).

La Marche IG Gestion de patrimoine se déroulera à Saint-Georges, le dimanche 29 mai, à l'Espace Carpe Diem situé sur la 1<sup>re</sup> Avenue (près de la passerelle barrage gonflable).

## ANNEXE 3



Comme vous le savez sûrement, une utilisation équilibrée d'Internet passe par un usage plus conscient des écrans qui nous fait du bien et notre habileté à les mettre de côté régulièrement.

PAUSE suggère donc **à toutes les familles du Québec** de vivre une expérience de déconnexion pour prendre soin d'elles et passer de bons moments ensemble.

En espérant que **cette journée leur permettra**:

- De prendre conscience de la place de la techno dans leur quotidien;
- De découvrir (ou redécouvrir) des activités sans écran;
- D'expérimenter les bienfaits de se déconnecter;
- D'être ensemble, tout simplement.

**En quoi consiste le 24 h?**

- Les familles s'engagent à **ne pas utiliser d'écran (télé, ordi, tablette, cellulaire) pour des fins de loisirs pendant 24 heures.**
- La formule est simple et surtout non compétitive. Chaque famille est unique et est invitée à vivre le 24 h selon sa réalité.

**Date : Dimanche 22 mai 2022**

**Inscription en ligne : <https://pausetonecran.com/inscription/>**

**Prix :**

- **Un grand prix de 2 500 \$ du réseau Origine artisans hôteliers**
- **Deux cartes-cadeaux de 200 \$ chez Sports Experts ou Renaud-Bray**

Je vous invite donc à en faire la promotion auprès de votre réseau professionnel.

Pour la trousse promotionnelle, c'est ici : <https://pausetonecran.com/trousse-promotionnelle/#section-1>

**En espérant pouvoir réaliser un grand mouvement provincial de déconnexion le dimanche 22 mai !**

**Source : Julie Mayer, coordonnatrice de la campagne sociétale PAUSE -volet famille**

**ANNEXE - Bulletin « Au fil des jours » - mai 2022**