



TABLE DE CONCERTATION
DES AÎNÉS
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES
Pour le mieux-être des aînés

BULLETIN AVRIL



Avril 2025

RETOUR SUR L'ACTIVITÉ DU 14 MARS DERNIER DE LA TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS



Les membres du comité organisateur de l'activité de concertation ainsi que la direction de la TCA C-A tiennent à vous dire un très grand merci d'avoir partagé vos idées et votre temps avec nous en cette journée de remue-méninges. Identifier les enjeux spécifiques à votre région et à vos organismes pour en faire des recommandations qui seront envoyées à madame la ministre Sonia Bélanger ainsi qu'aux autres instances gouvernementales appropriées est tout à votre honneur. D'autres rencontres seront à prévoir dans les mois à venir. Soyez à l'écoute!



Un avis portant sur la mobilité des aînés (Transport à la demande) a été produit et sera envoyé aux représentants des partis politiques suivants :

M. François Legault Premier ministre du Québec
M. Marc Tanguay Chef de la première opposition
M. Paul-St-Pierre Plamondon Chef du Parti Québécois
M. Gabriel Nadeau-Dubois co-porte-parole de Québec Solidaire
M. Éric Duhaime Chef du Parti conservateur du Québec

De plus, les représentants membres de la TREMCA, élus municipaux, (Préfets) suivants :

M. Daniel Turcotte (MRC Lotbinière) M. Alexandre Brousseau (MRC des Appalaches), M. Jonathan V. Bolduc (Beauce-Centre), M. Dany Quirion (Beauce-Sartigan), M. Gaétan Vachon (MRC de la Nouvelle Beauce) M. Luc Dion (MRC de Bellechasse), M. Camil Turmel (MRC des Etchemins), M. Gilles Lehoulier (maire de Lévis), M. Normand Caron (MRC de L'Islet) M. Frédéric Jean (MRC de Montmagny).

Vos recommandations concernant les défis de maintien à domicile des aînés de Chaudière-Appalaches ont été consignées et serviront à produire au cours des prochains mois un second avis à la ministre Sonia Bélanger sur les enjeux et pistes de solution que vous avez identifiés durant la concertation de mars dernier.

Encore une fois les organismes de la région se sont exprimés à propos des inquiétudes que vivent les personnes âgées de tout le territoire afin de sensibiliser les décideurs à Québec.



Québec

Plan d'action gouvernemental 2024-2029 – La fierté de vieillir

Plan d'action gouvernemental 2024-2029 – La fierté de vieillir, bilan d'une première année d'actions!

La ministre responsable des Aînés, ministre déléguée à la Santé et ministre responsable de la région des Laurentides, Mme Sonia Bélanger, vous convie à un événement virtuel afin de présenter un aperçu du bilan de la première année de mise en œuvre du Plan d'action gouvernemental 2024-2029 – *La fierté de vieillir*. En présence de nombreux partenaires et invités spéciaux, cet événement se tiendra le **lundi 28 avril 2025 de 13 h à 15 h 15**.

L'événement vous intéresse? [Inscrivez-vous dès maintenant](#) .

VIVRE SANS ANXIÉTÉ POUR LES PERSONNES AGÉES



Le Centre de recherche de l'institut Universitaire de gériatrie de Montréal vous présente le programme VIEsAGE, une initiative gratuite destinée à soutenir les membres de votre organisme ainsi que vos bénévoles, notamment ceux intervenant auprès des personnes âgées.

VIEsAGE propose des ressources telles que la détresse psychologique, l'anxiété, la dépression l'insomnie à travers des conférences des formations et une magnifique plateforme évolutive. Il est également possible de concevoir des outils personnalisés selon vos besoins.

Cette initiative est réalisée grâce au soutien financier de La Fondation Mirella et Lino Saputo

[Pour consulter notre site](#)

FICHE SUR L'ÂGISME – UN STÉRÉOTYPE LIÉ À L'APPARENCE PHYSIQUE

Le culte de la jeunesse ou l'obsession d'avoir l'air jeune est un marché qui rapporte beaucoup à l'industrie commerciale. On tente de nous faire croire qu'il faut paraître jeune à tout prix pour exister. Ce stéréotype peut :

- *Induire une pression sociale pour conserver une apparence plus jeune ;*
- *Influencer l'estime de soi, entre autres ;*
- *Entraîner l'isolement social de celui ou celle qui croit ne pas répondre à des normes de société spécifiques d'apparence physique.*

Reconnaissons la beauté dans sa globalité, elle n'a pas d'âge. Regardons les avantages de vieillir!



Âgisme

Je n'aime vraiment pas ça vieillir. Je me regarde dans le miroir ma peau change, j'aimerais tellement avoir l'air et rester jeune.



Saviez-vous que...

Les préjugés envers les personnes âgées empêchent de voir cette période comme étant positive.

Source : Adapté de L'âgisme c'est assez! De A à Z, Cégep de Drummondville, Centre collégial d'expertise en gérontologie, 2022

Et si on changeait...

Individuellement

Se rappeler que même si une personne connaît des changements du corps qui sont normaux en vieillissement ou des pertes, elle a cumulé du vécu, des connaissances, des expériences.

Source : Adapté de L'âgisme c'est assez! De A à Z, Cégep de Drummondville, Centre collégial d'expertise en gérontologie, 2022

Collectivement

Projetons une image positive du vieillissement dans la société.



Pour plus d'informations concernant l'âgisme, consultez le www.ciasssca.com/agisme

SÉRIE - ENTRETIENS SUR LA MORT

Dix années d'aide médicale à mourir au Québec : où en sommes-nous?

 Mercredi 7 mai à 18 h 30
Salle Le Cercle - Pavillon Alphonse-Desjardins, Université Laval

Conférenciers invités



Ariane Plaisance
Chercheuse spécialisée en soins palliatifs et de fin de vie



Hugues Vaillancourt
Conseiller en éthique
CHU de Québec – Université Laval

Toutes les infos sur coopfuneraire2rives.com

 COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DES DEUX RIVES
Éternellement dévoué 

Bonjour,

À la fin de 2024, la Coopérative funéraire des Deux Rives lançait ses *Entretiens sur la mort*, une série de conférences visant à explorer les multiples facettes de la fin de la vie. Après un premier échange réussi, nous poursuivons ce printemps avec deux rendez-vous sur un sujet aussi délicat qu'essentiel : **l'aide médicale à mourir (AMM)**.

Voici les informations pour la première conférence :



Date et heure : Mercredi 7 mai 2025 de 18 h 30 à 20 h 30



Lieu : Salle Le Cercle, Pavillon Alphonse-Desjardins, Université Laval
2325, rue de l'Université, Québec, G1V 0A6



Inscription gratuite et obligatoire : <https://bit.ly/4caaW7M>

RENOUVELLEMENT D'ADHÉSION À LA TABLE DE CONCERTATION TCA C-A

Chers membres, jusqu'à maintenant nous avons reçu une vingtaine de demandes de renouvellement d'adhésion à titre de membres ou organisme membres de la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches, c'est très apprécié, et il faut continuer. Plus nous serons nombreux à identifier les enjeux et les défis que vivent nos aînés, plus notre voix sera forte auprès des décideurs et de tous nos élus.

Pour l'adhésion, simplement l'imprimer, le compléter et le retourner à la Table de concertation à l'adresse courriel indiquée.

Merci beaucoup.



FORMULAIRE D'ADHÉSION À TITRE DE MEMBRE DE LA TCA-CA 2025-2027

TABLE DE CONCERTATION
DES AÎNÉS
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

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

Identification

Nom du membre ou de l'organisation : _____

Adresse : _____

Ville : _____ 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 : _____ Date : _____

** À titre de membre, vous recevrez automatiquement les bulletins de la Table*

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
Pour informations : 418 833-5678 poste 9 ou 1-877-533-5678

JOURNÉE CONFÉRENCE POUR LES PERSONNES ÂÎNÉES DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

Le 28-29 et 30 avril prochain auront lieu des journées-conférences dans 4 municipalités : Montmagny, Saint-Étienne, Saint-Prospère et Saint-Sylvestre. Le programme est le même pour chaque journée. Cette activité, de 9 h à 14 h 30, s'adresse à l'ensemble des aînés de Chaudière-Appalaches afin d'en apprendre davantage sur le bien-vieillir en milieu collectif et la prévention de la fraude.

La journée comporte un repas de type boîte à lunch, celui-ci est offert gratuitement aux locataires, aux gestionnaires, aux employés, bénévoles et membres du CA d'un OBNL ou d'une coop et aux intervenants en logement social ainsi qu'aux divers organismes et intervenants qui gravitent autour du logement social. Le repas est une gracieuseté de la Stratégie régionale de soutien pour les aînés vivant des vulnérabilités en logement communautaire. Pour les autres, le coût est de 12\$, payable à la FADOQ Québec-Chaudière-Appalaches.



M. Yvon Riendeau
M.A.B.Éd.
Gérontologue social et conférencier

- 9H30 À 11H30 : M. YVON RIENDEAU: BIEN VIEILLIR, LES CHANGEMENTS, LES PERTES ET LES GAINS À VIVRE
- 12H45 À 14H15 : CONFÉRENCE ÂÎNÉ-AVISÉ

Comité des partenaires régionaux du soutien communautaire en logement social et communautaire de Chaudière-Appalaches

fadoq
Club Montmagny
Québec et Chaudière-Appalaches

FROHQC
Fédération régionale des OBNL d'habitation de Québec Chaudière-Appalaches

AINÉ-AVISÉ

Pour s'inscrire à l'activité de votre choix, cliquez ici: URLS.FR/RPSHAC

OU 418-614-2495 POSTE 227



UNIVERSITÉ
LAVAL

L'initiative pour l'inclusion sociale des aînées : un enjeu collectif tire sa révérence. Elle fut un projet intersectoriel et interdisciplinaire d'une durée de cinq ans (2020-2025) qui souhaitait, grâce à une démarche collaborative et de coconstruction, permettre l'amélioration de l'inclusion sociale des personnes aînées sur le territoire de la Communauté métropolitaine de Québec (CMQ) dont Lévis pour la région de Chaudière-Appalaches. L'Initiative qui a fait naître sept projets fut soutenue par l'Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînées (IVPSA) de l'Université Laval. Il peut être inspirant pour des organismes ou instances de collaboration et de concertation de prendre connaissance des sept projets qui touchent diverses actions liées à l'inclusion sociale des personnes aînées telles que l'accès à l'information, la bonification de l'offre de services ou d'activités, le partenariat des forces vives du milieu pour ne nommer que celles-ci.

Vous pouvez consulter les documents par projet ou le document global des sept projets ici :
<https://www.ivpsa.ulaval.ca/publications/les-cahiers-de-linitiative-pour-retracer-les-realizations-de-livpsa-et-des-sept-projets>

AVIS À TOUS LES ORGANISMES ET MEMBRES DE LA TCA-CHAUDIÈRE-APPALACHES

Vous êtes invités à nous faire connaître vos activités, vos projets et vos bons coups. Vous pouvez profiter de notre bulletin pour les faire connaître dans la région. La TCA-CA compte sur vous pour inspirer d'autres milieux à promouvoir des actions pour le mieux-être des aînées.

Il s'agit simplement d'en informer la TCA-CA.

Courriel : tabledesainesca12@gmail.com

ÉVÉNEMENTS EN AVRIL ET MAI 2025

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT
17 AVRIL 2025	Conseil d'administration de la TCA C-A (Formule hybride)
20 AVRIL	Dimanche de Pâques
11 MAI	Fête des mères
27 AVRIL-4 MAI	Semaine de l'action bénévole 2025

Production Norman MacPhee : Corrections : Julie Forgues, Lise Patoine, Sabrina Gonthier Diffusion : Norman MacPhee

Prochaine livraison du bulletin 15 mai 2025, date de tombée 10 mai.



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

Téléphone : 418 833-5678, poste 9
Sans frais : 1 877 533-5678 poste 9
tableainesca12@gmail.com
www.tabledesainesca.wordpress.com

(2025-04)