



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

## BULLETIN



Février 2025

### RAPPEL - INSCRIPTION ACTIVITÉ RÉGIONALE DE CONCERTATION

TABLE DE CONCERTATION  
DES AÎNÉS  
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

# ACTIVITÉ DE CONCERTATION

Organisée par La table de concertation des aînés  
de Chaudière-Appalaches

La Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches a le plaisir de vous inviter à une activité régionale de concertation.

L'événement se tiendra le vendredi 14 mars 2025, de 8h45 à 12h00 (accueil dès 8h15), à la Salle Desjardins du Centre récréatif - Aréna de Saint-Henri situé au 120, rue Belleau (Québec) G0R 3E0.

Votre participation est importante! Cette concertation est une occasion idéale pour partager des idées nouvelles et novatrices afin d'améliorer les conditions de vie des aînés.

*Nous comptons sur votre présence pour enrichir les discussions et explorer des pistes de solutions. Plus nous serons nombreux, plus nous pourrons trouver des idées concrètes qui auront un réel impact sur les aînés de notre région. Venez faire entendre votre voix!*

*Nous voulons explorer et proposer des pistes de solutions sur deux sujets cruciaux :*

- 1. La mobilité des aînés : transport à la demande*
- 2. La disponibilité des services pour le maintien à domicile des aînés*

*En cas de tempête, l'activité sera reportée au 17 mars 2025. Les participants inscrits recevront un courriel de confirmation le 13 mars 2025 en fin de journée pour les informer.*

*Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec Norman MacPhee de la Table de Concertation des aînés de Chaudière Appalaches au (418) 833-5678 ou [tableainesca12@gmail.com](mailto:tableainesca12@gmail.com)*

*Au plaisir de vous y retrouver en grand nombre. Inscription gratuite mais obligatoire!*

[CLIQUEZ ICI POUR VOUS INSCRIRE](#)

## TROUSSE SUR LA CAPACITÉ À CONDUIRE DE LA PERSONNE ÂNÉE – PERSONNES RECHERCHÉES

L'équipe de recherche en vieillissement de l'Université Laval, en collaboration avec la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ), mène un projet d'adaptation et de déploiement provincial d'une trousse sur la sécurité routière et la mobilité des personnes âgées.

L'équipe de recherche souhaite outiller les personnes âgées susceptibles de voir des

changements liés au vieillissement affecter la conduite automobile et est à la recherche de participants pour répondre à un questionnaire.



Les objectifs liés au contenu de la trousse qui concernent les participants recherchés sont :

- Vous informer et vous outiller sur les aptitudes nécessaires pour conduire et sur la transition de conducteur à passager, incluant le maintien de la mobilité malgré la perte du permis de conduire;
- Mieux répondre à vos besoins pratiques, informationnels et émotionnels dans le continuum de sécurité routière.

Les résultats de cette recherche permettront l'adaptation et le déploiement sur le plan panquébécois d'une trousse sur la capacité à conduire de la personne âgée. Il n'y a pas de limite de temps pour répondre au questionnaire, bien que l'équipe de recherche ait estimé que cela devrait vous prendre environ 30 minutes. Vous êtes bien sûr complètement libre de refuser de participer à ce projet et vous pouvez décider en tout temps d'arrêter de répondre aux questions.

Les critères d'inclusion pour participer à cette étude sont les suivants :

- Être une personne âgée de 65 ans et plus;
- Être un résident du Québec;
- Parler et comprendre le français;
- Avoir une pleine capacité de conduire ou en difficulté de conduire ou avoir une perte temporaire ou définitive de la capacité à conduire.

Le critère d'exclusion pour participer à l'étude est le suivant :

- Avoir un diagnostic de trouble neurocognitif majeur ou avoir des déficits cognitifs ayant un impact fonctionnel sur une ou plusieurs activités de la vie quotidienne : alimentation, habillement, soins d'hygiène, mobilisation et élimination.

Lien vers le questionnaire : <https://forms.office.com/r/642mG7jgJu>

Source : Adapté de [www.areg.lacsq.org](http://www.areg.lacsq.org)

## ATELIERS ÉDUCALOI PAR UN(E) JURISTE BÉNÉVOLE DANS VOTRE ORGANISME



Éducaloi offre aux OBNL et aux bibliothèques des ateliers gratuits et interactifs sur des thématiques qui intéressent vos membres ou vos usagers. Ils sont conçus par des juristes spécialistes en communication claire du droit et en pédagogie.

Ces ateliers sont animés par des juristes bénévoles, partout au Québec, en présentiel ou en virtuel, en français et en anglais. Ils peuvent aisément être organisés dans vos locaux, que ce soit dans une salle de rassemblement, un bureau ou une bibliothèque.

Les ateliers d'une durée moyenne de 90 minutes sont gratuits (incluant le déplacement) et couvrent un large éventail de thématiques.

Le droit touche tous les aspects de notre quotidien. Ainsi, les thématiques de droit abordées dans ces ateliers sont nombreuses : proche-aidance, testament, soins de santé, logement et bien d'autres!

Pour demander un atelier pour votre organisme et connaître les autres modalités [consultez la page web d'Éducaloi](#)

## 811 OPTION 1 – LE RACCOURCI VERS DES SOINS DE SANTÉ PENDANT L'HIVER



*Jusqu'au 30 avril 2025, des rendez-vous sont offerts dans certaines cliniques de la région, que vous ayez un médecin de famille ou non, pour traiter des symptômes hivernaux comme :*

- *Symptômes grippaux : fièvre, toux, congestion;*
- *Symptômes gastro-intestinaux : diarrhée, vomissements, douleurs abdominales.*

*Comment accéder au service? Composez le 811, puis faites le 1. À la suite de l'évaluation du service Info-Santé, les personnes dont la condition de santé nécessite une consultation médicale se verront offrir un rendez-vous.*

*Ce service contribue à réduire les visites non urgentes aux urgences.*

# GUIDE PRATIQUE POUR VOS IMPÔTS

## WEBINAIRE EN DIRECT

 19 FÉVRIER 2025

 18 H À 19 H

 GRATUIT ET  
OUVERT À TOUS

Présenté par

**Appui**  
proches aidants

 **Desjardins**



L'APPUI pour les proches aidants en collaboration avec Desjardins, vous présentent ce webinaire, le 19 février 2025, mettant en lumière des conseils pratiques pour les personnes proches aidantes. Pour plus d'informations, rendez-vous au <https://www.lappui.org/fr/actualite/webinaire-gratuit-guide-pratique-pour-vos-impots/>

Ce rendez-vous dédié aux personnes proches aidantes vise à offrir des conseils pratiques pour mieux comprendre les différents crédits d'impôts disponibles, démêler ce qui est provincial et fédéral, et ainsi simplifier la gestion des impôts.

[Inscrivez-vous dès maintenant en cliquant sur ce bouton pour réserver votre place](https://www.lappui.org/fr/actualite/webinaire-gratuit-guide-pratique-pour-vos-impots/)

Source : <https://www.lappui.org/fr/>

## FICHE SUR L'AUTOÂGISME – PRÉJUGÉ AYANT UN IMPACT SUR L'AUTONOMIE

En janvier dernier, une cinquième fiche était publiée sur l'autoâgisme, fruit d'une collaboration entre le CISSS de Chaudière-Appalaches et la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches.

Par fierté ou parce qu'on a associé certains comportements seulement qu'aux personnes âgées, une personne peut s'opposer à utiliser ce qui pourrait l'aider dans sa vie courante. Ce préjugé peut coûter cher à l'autonomie. Voyez comment en consultant la fiche personnalisable à votre organisme [En cliquant ici](#).

Accédez à la trousse d'outils en visitant le [www.cisssca.com/agisme](http://www.cisssca.com/agisme) dans la section pour les professionnels.

## AVIS À TOUS LES ORGANISMES ET MEMBRES DE LA TCA-CA

*Vous êtes invités à nous faire connaître vos activités, vos projets et vos bons coups. Vous pouvez profiter de notre bulletin pour les publiciser ou encore la TCA-CA compte sur vous pour inspirer d'autres milieux à faire des actions pour le mieux-être des aînés. Il s'agit simplement d'en informer la TCA-CA.*

*Courriel : [tabledesainesca12@gmail.com](mailto:tabledesainesca12@gmail.com)*

## ÉVÉNEMENTS EN FÉVRIER 2025

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT
8 MARS	<i>Journée internationale des femmes</i>
11 MARS	<i>Journée nationale d'hommage aux victimes du terrorisme</i>
13 MARS	<i>Déjeuner conférence "Revenu viable" par l'AQDR de Montmagny</i>
14 MARS	<i>Journée de concertation de la Table de concertation des aînés</i>
À VENIR	<i>Mars : mois de la prévention de la fraude</i>
À VENIR	<i>Mars mois de la nutrition</i>

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

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



TABLE DE CONCERTATION  
DES AÎNÉS  
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

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](mailto:tableainesca12@gmail.com)  
[www.tabledesainesca.wordpress.com](http://www.tabledesainesca.wordpress.com)

(2025-02)