

Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées

Par la TCA-CA



Le 15 juin, à l'occasion de la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées, participez à la Vague mauve! Ce mouvement de mobilisation, déployé partout au Québec, vise à sensibiliser la population à la maltraitance envers les aînés et à promouvoir la bientraitance.

Ensemble, portons le mauve et posons des gestes concrets pour favoriser le respect, la dignité et le bien-être des personnes âgées.

Journal L'écho Bientraitant- Édition III

Par le CISSS de Chaudière-Appalaches



C'est avec fierté que le Comité d'activités de sensibilisation à la bientraitance du CISSS de Chaudière-Appalaches vous présente la troisième édition du journal L'Écho bientraitant, une publication inspirante et mobilisatrice.

Ce journal aborde la sexualité et le vieillissement sous l'angle de la bientraitance. Découvrez la version PDF du journal : [Cliquer ici](#)

Prix Hommage Aînés 2026-Appel de candidature

Par le gouvernement du Québec



Connaissez-vous une personne aînée dont l'engagement bénévole fait une réelle différence dans sa communauté? C'est l'occasion de souligner son apport exceptionnel!

La Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches invite la population à soumettre des candidatures pour le **Prix Hommage Aînés 2026**.

 Date limite : **3 juillet 2026**

Pour les inscriptions voici le formulaire à remplir : [Formulaire](#) et à nous retourner à l'adresse courriel : tableainesca12@gmail.com

✨ De plus, toutes les personnes lauréates de Chaudière-Appalaches sont invitées à la **cérémonie de reconnaissance organisée par la TCA-CA** afin de souligner leur contribution exceptionnelle. L'événement se tiendra **le 24 septembre 2026**. Plus de détails suivront prochainement.

L'appel de proposition du PNHA-2026-2027

Par le gouvernement du Canada



 L'appel de propositions du **Programme Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA)** est maintenant ouvert!

Les organismes communautaires ont jusqu'au **14 juillet 2026 à 15 h** pour soumettre leur projet et pourraient obtenir un financement pouvant atteindre 50 000 \$.

À retenir :

-  Ouverture de l'appel : 2 juin 2026
-  Date limite : 14 juillet 2026 à 15 h
-  Financement maximal : 50 000 \$ par projet
-  Dépôt des demandes : en ligne, par l'entremise du portail SELSC

Le PNHA représente une excellente occasion de soutenir des projets porteurs qui favorisent la participation sociale, l'inclusion et le mieux-être des personnes aînées dans nos communautés.

 Pour connaître les critères d'admissibilité et soumettre une demande, consultez la page officielle d'Emploi et Développement social Canada : [site Web d'Emploi et développement social Canada](#)

L'âgisme- Résistance au changement

Par le CISSS-CA et TCA-CA

On suppose malheureusement trop souvent à tort qu'avec l'âge, les personnes expérimentées ou aînées sont moins flexibles ou moins capables de s'adapter. Ce préjugé minimise les compétences et l'expérience de celles-ci.

Et si on changeait notre façon de voir les choses car il ne s'agit pas d'une question d'âge mais d'ouverture, d'apprentissage ? Valorisons l'expérience des personnes expérimentées, c'est un atout et non un frein.

Télécharger la fiche est [ici](#) ou encore au www.cisssca.com/agisme.



Âgisme

Des collègues présument que je ne peux pas m'adapter aux changements, me passent des remarques ou font des blagues sur mon âge.

Saviez-vous que...

Pourtant les membres du personnel plus âgés ont vécu de nombreux changements dans leur longue carrière et ont su s'y adapter.

Et si on changeait...

Individuellement

Comme personne qui reçoit les moqueries, ne pas avoir peur de nommer les réussites et adaptations vécues pendant le parcours du travail.

Chacun doit également prendre conscience de ses préjugés en regard du vieillissement qui peuvent nous habiter. Il faut penser que nous sommes tous l'ainé de demain.

Collectivement

Voir la personne salariée plus âgée comme capable de s'adapter aux changements avec des compétences, des connaissances, une expertise mises au profit de l'entreprise.

Sensibiliser, éduquer les travailleurs au sein de l'organisation, de l'entreprise.

Pour plus d'informations : cisssca.com/agisme



Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches

Québec



Vieillir dans la dignité : Un projet de société

Par la conférence des tables régionales de concertation des aînés



La première capsule vidéo de la série « Vieillir dans la dignité, un projet de société » est maintenant disponible!

Réalisée dans le cadre de la **Journée internationale des aînés 2026**, cette série est le fruit d'une collaboration entre plusieurs organisations engagées auprès des personnes aînées partout au Québec.

À travers des témoignages et des réflexions inspirantes, ces capsules mettent en lumière les réalités vécues par les personnes aînées et rappellent l'importance de bâtir une société où chacun peut vieillir dans la dignité. De nouvelles capsules seront dévoilées progressivement d'ici le 1^{er} octobre.

📺 Visionnez la première capsule et participez à la réflexion sur l'avenir que nous souhaitons pour nos aînés. Lien de téléchargement : <https://cjsr.fromsmash.com/FSIKqk2eqJ-it>

Musclez vos méninges 2.0

Par le Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGRÉS)



Le Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGRÉS) a mandaté le Centre d'expertise en santé de Sherbrooke (CESS) d'assurer la formation à l'animation du programme *Musclez vos méninges*, qui a été mis à jour récemment. Le programme *Musclez vos méninges!* est composé de sept ateliers interactifs visant à outiller les personnes vivant un vieillissement intellectuel normal. La formation est obligatoire pour donner les ateliers. [Pour plus d'information](#)

Conseils climat- Sensibilisation aux effets de la chaleur

Par le ministère de la santé et des services sociaux du Québec



Nous vous recommandons de rester attentifs aux alertes de chaleur extrême via meteo.gc.ca, [Conseils Climat](#) ou une application mobile comme [MétéoCAN](#), ainsi qu'aux messages de la Direction de la santé publique en cas de vague de chaleur.

Liens web pertinents

- [Page chaleur du CISSS-CA](#)
- [Qui sont les personnes les plus vulnérables à la chaleur?](#)
- [Quels sont les signes et symptômes à surveiller?](#)
- [Recommandations sur les températures intérieures Québec – Prévisions et conditions météo par endroits](#)
- [Téléchargez et utilisez l'application MétéoCAN](#)

Si vous avez des questions, nous vous invitons à nous contacter au **Service de santé et environnement** au **418 389-1520** pendant les heures ouvrables, soit du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

Publication du Plan d'action gouvernemental 2026-2031

Par la Stratégie nationale de prévention en santé



Publication du Plan d'action gouvernemental 2026-2031 de la Stratégie nationale de prévention en santé 2025–2035, intitulé *Unir nos forces pour mieux prévenir*. Disponible sur le [site du ministère de la Santé et des Services sociaux](#).

Le Plan propose des mesures visant à réduire la croissance du fardeau des maladies évitables et à diminuer les écarts de mortalité prématurée liés aux inégalités socioéconomiques. Il contribue également à atténuer la pression sur le système de santé et de services sociaux, tout en préservant notre capacité collective à répondre aux besoins actuels et futurs des Québécoises et des Québécois.



Chaque année, depuis 13 ans, la Fondation Sunny permet à 11 000 aînés de recevoir la visite de jeunes bénévoles, dans 130 établissements à travers la province.

Sa mission est toutefois fragilisée, faute de financement public depuis 2022. Elle pourrait devoir fermer ses portes dans les prochains mois. Nous vous invitons à vous informer sur leur campagne. Entre autres, la Fondation organise actuellement un moitié-moitié.

<https://www.rafflebox.ca/raffle/fondationsunny>

<https://www.facebook.com/FondationSunny>

La tournée : Aller à la rencontre des écosystèmes locaux de soutien au vieillissement



INVITATION - Webinaire La Tournée : Aller à la rencontre des écosystèmes locaux de soutien au vieillissement

Ce webinaire gratuit présentant les résultats de *La Tournée*, une démarche ayant réuni des acteurs de divers secteurs et des personnes citoyennes vieillissantes de quatre régions du Québec afin de mieux comprendre les enjeux liés au vieillissement et de mettre en lumière des approches innovantes.

 29 septembre 2026 à 12 h (Zoom)

 Inscription requise.: <https://uqtr.zoom.us/meeting/register/yL2HU06OTIG96UvcxtxIIQ#/registration>



Le 28 mai dernier, la FADOQ a lancé sa **nouvelle identité visuelle** avec un logo modernisé, de nouvelles couleurs et la signature « **Faire rayonner la force de l'âge** ». Cette nouvelle image reflète l'évolution de l'organisation et met en valeur la contribution, l'engagement et le dynamisme des personnes de 50 ans et plus. [Pour en savoir plus](#)



Club FADOQ St-Georges
Québec et Chaudière-Appalaches

Le Club FADOQ St-Georges poursuit sa croissance et a franchi le cap des 3 000 membres au 30 avril 2026. Parmi les nouveautés, le Club dispose maintenant d'un numéro de téléphone officiel pour les renseignements généraux (581-744-1347), diffuse des infolettres régulières et propose un [site Web renouvelé](#) ainsi qu'une page [Facebook dynamique](#). Une alliance avec Publio.ca, un média entièrement québécois, permet également de mieux faire connaître les actualités et les activités régionales.



Succès du programme Stations d'énergie 50+

Le programme *Stations d'énergie 50+*, offert par **le CABBE** avec le soutien de l'URLS-CA et la collaboration de la municipalité de Tring-Jonction, a connu un beau succès ce printemps. Du 8 avril au 13 mai 2026, les participants de 50 ans et plus ont pu améliorer leur force, leur équilibre et leur confiance, tout en brisant l'isolement social dans

une ambiance conviviale. Fort de cet engouement, le programme sera offert cet été dans deux autres municipalités de Beauce-Centre.

Viactive en plein air cet été

Le CABBE invite également les personnes aînées à participer à ses activités Viactive en plein air. Au programme : sorties à vélo, exercices en nature et marches actives. Une belle occasion de bouger, de profiter du grand air et de socialiser. **Inscription obligatoire au 418 397-0135, poste 303, ou à viactive@cabbe.org.**

Quoi de neuf chez nos organismes membres

Vous êtes âgé de **65 ans ou plus**?
Vous avez **peur de perdre l'équilibre**?
Vous êtes **tombé récemment**?



Le programme PIED est pour vous!

Programme PIED – Prévenir les chutes, améliorer l'équilibre !

Vous avez 65 ans ou plus ?

Venez bouger en toute sécurité dans une ambiance conviviale !

Le programme PIED est une activité gratuite qui vise à renforcer l'équilibre, la force et la mobilité afin de réduire le risque de chutes et de favoriser l'autonomie.

📍 **Lieu** : CLSC de Beauceville (253, route 108)

📅 **Dates** : du 16 septembre au 7 décembre 2026

🕒 **Horaire** : Lundis de 13h30 à 14h30;
Mercredis de 13h30 à 15h00

👤 **Animation** : Catherine Morin, B. Sc.,
kinésiologue – CISSS-CA

Inscription obligatoire :

✉ Courriel: pied.cisssca@ssss.gouv.qc.ca

☎ Ligne PIED : 1 833 882-5290

Pour plus d'information sur le programme:
[Cliquer ici](#)

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

Calendrier des événements

Date	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT
15 juin	Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées
18 juin	L'Assemblée Générale Annuelle TCA-CA
21 juin	Fête des pères
24 juin	Fête de la St-Jean
1 juillet	Fête du Canada
24 septembre	Cérémonie de reconnaissance de la TCA-CA

Production : Geneviève Beaumier, Corrections : Julie Forgues, Lise Patoine, Sabrina Gonthier Diffusion : Geneviève Beaumier



Prochaine livraison du bulletin 15 septembre 2026 date de tombée 7 septembre 2026.



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

Téléphone : 367-380-0862
tableainesca12@gmail.com
www.tabledesainesca.wordpress.com