

# le Propageur

La Table régionale  
de concertation des aînés  
du Centre-du-Québec

Édition du mois de septembre 2012



**Mot de la présidente**  
**Mme Louise Labbé**

Un été de chaleur exceptionnelle, une Table régionale en intense reconstruction, une nouvelle équipe des plus dynamiques, tel est notre début d'année 2012-2013.

Il m'a fait vraiment plaisir d'aller rencontrer chacune des Tables locales afin de mieux connaître ceux qui, dans chacun des milieux, travaillent à l'amélioration des conditions de vie des aînés. J'ai aussi profité de cette occasion pour vous présenter celles qui travailleront avec vous de plus près, soit notre nouvelle équipe régionale. Je souhaite donc la plus cordiale des bienvenues à notre nouvelle coordonnatrice **Janik Ouimet**, ainsi qu'à son équipe : **Lucie Patoine**, agente de développement, **Catherine Bureau**, agente de concertation et **Josée Arsenault**, agente de projet.

Un immense **MERCI** à **Jaimmie Lajoie** qui a assuré l'intérim à la coordination, en plus de son travail d'agente de développement. Je lui souhaite une belle fin de grossesse et un beau petit garçon qui fera, j'en suis sûre, le bonheur de ses parents.

Beaucoup de projets sont sur la « table », notamment pour la journée internationale des personnes aînées du 1<sup>er</sup> octobre. Je sais l'importance que revêt cette journée pour nous tous, puisqu'elle représente notre reconnaissance comme membre actif de notre société. L'affirmation de notre identité, jusqu'au niveau international, fait de nous des gens fiers. Engagée dans chacune de vos localités, afin que s'exprime par notre entremise les besoins des aînés face à cette société toujours en questionnement et en mouvance, la Table s'engage à vous appuyer dans vos démarches.

Je vous souhaite donc un très beau début d'année et que l'image des aînés continue d'être des plus dynamiques et actives.

*Louise Labbé*

La Table régionale de concertation des aînés du Centre-du-Québec a pour mission d'améliorer et de protéger les conditions, la qualité et le niveau de vie des personnes aînées du Centre-du-Québec. Ses orientations sont de faire connaître la réalité, les besoins et les compétences des aînés. Toutes les actions menées par la Table régionale sont essentiellement axées sur des valeurs fondamentales comme le respect et la reconnaissance.





## Une rentrée sous le signe du nouveau!



**Mot de la coordonnatrice  
Janik Ouimet**

C'est avec plaisir et intérêt que je me lance dans une nouvelle aventure à la coordination de la Table régionale de concertation des aînéEs du Centre-du-Québec. Diplômée en communication sociale et en ressources humaines, j'ai consacré les dix dernières années (ou les dix premières, tout dépend du point de vue ☺) à mobiliser le milieu dans divers dossiers liés à la jeunesse. Depuis quelques semaines, je m'affaire à prendre connaissance des différents dossiers de la Table régionale aînéEs et j'y prends goût. Ce que je vois, ce que j'entends, ce que je lis est passionnant!

Entourée d'une équipe tout aussi nouvelle, mais combien qualifiée et dynamique, des membres du conseil d'administration, des partenaires du milieu et surtout des aînéEs centricois, je suis certaine qu'ensemble nous aurons des initiatives concrètes pour améliorer les conditions de vie des aînés de la région.

Le Centre-du-Québec est un milieu fort au niveau de la concertation et j'entends bien continuer les démarches en ce sens afin que chaque milieu, avec ses spécificités, se sente interpellé par le bien-être de nos aînés. Unissons nos forces, nos talents, nos idées, nos expériences et nos connaissances pour faire avancer nos communautés.

La Table régionale est une instance enviée des autres régions du Québec, elle s'est grandement développée, et ce, grâce aux personnes qui s'y sont impliquées et à la Conférence régionale des élus du Centre-du-Québec qui fait confiance à la Table régionale.

Finalement, j'aimerais remercier Jaimmie Lajoie qui a mené le bateau à bout de bras pendant quelques mois et qui m'a transmis ses nombreuses connaissances. Ta passion est contagieuse. Nous te souhaitons un beau congé de maternité. Merci également au conseil d'administration de la Table qui m'a donné sa confiance pour reprendre le flambeau.

Au plaisir de vous rencontrer,







## *Lucie Patoine, agente de développement*

**J**e suis native de la belle région de Bécancour que je n'ai d'ailleurs pas quittée. Mon parcours professionnel m'a amenée à travailler dans un bureau de circonscription où j'ai connu les différents acteurs sociaux du Centre-du-Québec. Par la suite, je me suis impliquée dans le développement de projets et d'activités dans le milieu communautaire. À ce moment, j'ai eu le plaisir de côtoyer les personnes âgées d'une petite municipalité de la MRC de Bécancour. Avec leur appui, nous avons mis en place une *cuisine active* dans laquelle se déroulent des activités intergénérationnelles. À la suite de cette belle expérience, j'aspirais à nouveau m'impliquer dans un environnement qui, par ses actions, peut faire toute une différence dans les conditions de vie des aînés.



Me voilà donc, intégrant la nouvelle équipe de la Table régionale de concertation des aînés du Centre-du-Québec en tant qu'agente de développement. Les deux projets qui me sont confiés touchent la **prévention de la maltraitance et des abus** et la **prévention de la détresse psychologique et du suicide** chez les personnes âgées.

La qualité de vie de nos personnes âgées me tient vraiment à cœur et je relève ce nouveau défi avec beaucoup d'enthousiasme!

*Lucie Patoine*

## *Catherine Bureau, agente de concertation*

**C'**est avec un immense plaisir et une motivation des plus grandes que je fais officiellement partie de l'équipe de la Table régionale de concertation des Aînés du Centre-du-Québec.

Titulaire d'un baccalauréat en communication sociale de l'Université du Québec à Trois-Rivières depuis avril 2011, je viens tout juste de terminer un emploi contractuel d'un an en tant qu'agente de promotion et marketing pour le Centre d'action bénévole Lavolette. Grâce à cette première expérience professionnelle, j'ai découvert le milieu communautaire. Un milieu qui mérite d'être connu!



Cette satisfaction d'agir concrètement pour une cause noble, pour le mieux-être d'une population, je la retrouve ici. En tant qu'agente de concertation, trois mandats principaux me sont assignés, soit la **mobilisation territoriale**, le **soutien aux proches aidants** et finalement, la rédaction d'articles et la mise en page de ce **journal** visant à favoriser une **image positive des aînés**.

Faisant preuve de leadership, je saurai relever ce beau et grand défi, et ce, avec la collaboration de mes collègues et des acteurs du milieu. Au plaisir de vous rencontrer et de collaborer.

*Catherine Bureau*



## *Notre coup de chapeau! Implication... Quand tu nous tiens!*



### *Louise Labbé.*

Aînée d'une famille de 3 enfants, Louise est née à Thetford Mines. De par le travail de son père pour Hydro Québec, elle a connu plusieurs déménagements (transferts obligent). Elle a vécu les 10 premières années à St-Agapit, pour ensuite déménager à Shawinigan pendant 2 ans et demi et compléter ses études secondaires à Joliette. C'est à Trois-Rivières qu'elle terminera sa formation en tant que technicienne en documentation en 1972. On peut donc comprendre, de par ses origines, que Louise aime ça quand ça bouge! C'est à Joliette qu'elle rencontra son mari Yvon Proulx. Ils se marièrent le 29 juin 1974.

Le premier emploi de Louise fut à la Commission Scolaire de Lanaudière, où elle inaugura les locaux de la bibliothèque de la Polyvalente de St-Roch de l'Achigan en 1972. Elle y travailla plus de 3 ans durant lesquels elle acquit, par les soirs et les fins de semaine, un certificat en pédagogie audio-visuelle. Un adage dit: «qui prend mari, prend pays», et bien ce fut le cas pour Louise. Yvon ayant été engagé par Hydro Québec pour la construction de la Centrale de Gentilly 2 en 1975, c'est à Gentilly qu'ils bâtirent leur famille. Jean Robert naquit en 1977, suivi de Philippe en 1979.

Ce furent des années où Louise occupa son temps à prendre soin de ses enfants, mais aussi où elle commença son implication dans la communauté. En tant que coresponsable de la bibliothèque municipale, elle contribua à l'amélioration des locaux en allant chercher une subvention de 10 000 \$ au ministère des affaires culturelles, par l'intermédiaire de la Ville de Bécancour.

C'est en janvier 1985, alors que ces deux fils fréquentaient l'école, qu'elle retourna sur le marché du travail à temps plein. Elle fut d'abord responsable de la bibliothèque de l'École Nationale de Police à Nicolet (1 an), elle travailla au Parc industriel et portuaire de Bécancour en gestion documentaire (Contrat de 2 ans), pour acquérir, en 1989, un poste de technicienne en documentation au CSSS Bécancour-Nicolet-Yamaska, où elle travaille encore 1 journée par semaine.

À travers son travail et ses enfants, elle trouvait du temps pour s'impliquer auprès de différents organismes dont la Croix-Rouge en tant que présidente territoriale. Cela lui a permis de siéger au Conseil d'administration provincial durant 7 ans et lui a valu le titre de bénévole de l'année en 1998 à la Ville de Bécancour. De plus, Yvon et elle furent, pendant plusieurs années, membres du comité organisateur du Carnaval de Gentilly. Elle continua, à travers les années, d'accepter des responsabilités au sein de plusieurs organisations dont les Filles d'Isabelle, la Fondation du CSSS de Bécancour-Nicolet-Yamaska et la Fibrose Kystique.



## *Notre coup de chapeau. Implication... Quand tu nous tiens! (suite)*



Le poste qui l'emballa le plus fut celui de conseillère municipale à la Ville de Bécancour. Pour Louise, c'est le lieu où, de par son implication, elle peut changer les choses en contribuant à l'amélioration des conditions de vie de sa communauté. Elle eu le privilège de siéger au Conseil municipal pendant 6 ans. Avec des étincelles dans les yeux, elle nous dit: «Ce fut l'expérience la plus marquante de mon implication citoyenne». Durant ses années, c'est toute la famille qui devait composer avec l'horaire assez tumultueuse d'une épouse et d'une mère engagée.

Aujourd'hui grand-mère d'une adorable petite-fille de 2 ans et demie prénommée Juliette, les priorités changent. Louise se laisse plus de place pour la famille et les amis, en ayant toutefois encore quelques responsabilités dans la communauté.

Louise est engagée auprès de la Table de concertation des aînées de la MRC de Bécancour, ainsi qu'aux Filles d'Isabelle où elle est vice régente. De plus, elle est marguillière pour la paroisse de Gentilly et fait partie du comité de rédaction du Journal l'Écho de mon clocher. En août 2011, elle accepta la présidence de la Table régionale de concertation des aînées du Centre du Québec dont elle est très fière.

Dans les années à venir, Louise continuera de s'impliquer dans la communauté, mais gardera en tête son rôle de grand-maman qu'elle a le goût de vivre plus intensément. Qui sait, peut être réussira-t-elle à influencer ses petits enfants à prendre la relève de leur grand-mère dans les champs d'activités qu'ils leur plairont de développer, mais là c'est autre histoire...

***Bravo Louise et merci pour ton implication à l'amélioration de ton milieu de vie!***

Une étude menée par l'*Institut de la statistique du Québec* (juin 2012) concernant le maintien du niveau de vie à la retraite chez les travailleurs québécois de 50 ans et plus a révélé plusieurs statistiques chocs.

Repérez bien les encadrés : « ***Saviez-vous que...*** » afin de connaître certains des résultats que révèle cette étude.



## *Des gens passionnés au service des aînés*



### *Conseil d'administration 2012-2013*



#### **Comité exécutif**

Madame Louise Labbé, présidente et déléguée de la Table MRC Bécancour  
Madame Yolande Morissette, 1<sup>ère</sup> vice-présidente et déléguée de la Table MRC de Nicolet-Yamaska  
Madame Andrée Ouellet, 2<sup>e</sup> vice-présidente et déléguée du Regroupement des CAB  
Madame Gisèle LeBlanc, trésorière et déléguée de la Table MRC de Nicolet-Yamaska  
Madame Chantal Proteau, secrétaire et déléguée de la Table MRC de Drummond

#### **Administratrices et administrateurs**

Madame Stéphanie Benoît, déléguée de la Table MRC de Drummond  
Madame Marie-Julie Tschiember, déléguée de la Table MRC de Drummond  
Madame Fernande Bouchard, déléguée de la Table MRC Bécancour  
Monsieur David Bouchard, délégué de la Table MRC Bécancour  
Monsieur Réjean Drouin, délégué de la Table MRC de L'Érable  
Madame Jacqueline Pettigrew, déléguée de la Table MRC de L'Érable  
Madame Amélie Poulin, déléguée de la Table MRC de Nicolet-Yamaska  
Madame Micheline St-Arnault, déléguée de la Table MRC d'Arthabaska  
Madame Isabelle Verville, déléguée de la Table MRC d'Arthabaska  
Madame Annie Belcourt, FADOQ Centre-du-Québec  
Madame Claudette Robidas, déléguée du RIIRS  
Monsieur Jean Yergeau, délégué de l'AREQ  
Monsieur Carol Boulanger, délégué AQRP

*Merci beaucoup pour votre dévouement à la Table!*





PRÉVENTION COMMUNICATION  
PARTAGE BÉNÉVOL  
CŒUR CONCERTATION  
PARTAGE PASSION FIERTÉ BONHEUR  
AÎNÉS ÉCOUTE ACTION  
ACTION CITOYENNE PE  
RESPECT  
SUPPORT RELATION



TABLE RÉGIONALE DE CONCERTATION  
DES **aînéEs** DU  
CENTRE-DU-QUÉBEC

*Les 1<sup>er</sup>, 2 et 5 octobre, des célébrations à ne pas manquer!*



*Le 1<sup>er</sup> octobre de chaque année est une date à retenir. En effet, c'est la Journée internationale des personnes âgées. Dans le cadre de cette journée mondiale de célébration, les cinq tables locales, en collaboration avec la Table régionale, sont fières de vous présenter leurs différentes programmations 2012!*

## 1<sup>er</sup> octobre : Journée internationale des personnes âgées

**Venez célébrer avec nous!**

Depuis plusieurs décennies déjà, le 1<sup>er</sup> octobre est dédié aux personnes âgées de partout dans le monde. Afin de souligner cette journée, les Tables locales des aînés du Centre-du-Québec organisent un événement particulier dans chacune des MRC.

La Table de concertation des personnes âgées de la **MRC de Nicolet-Yamaska** :

1<sup>er</sup> octobre à 8 h 30

Centre communautaire de Baie-du-Febvre  
Brunch/Conférence

« Aider un parent malade sans le devenir soi-même », Mme Carole Miville

Coût : 5 \$

Point de vente : Centre d'action bénévole du Lac St-Pierre : 450 568-3198

La Table des aînés de la **MRC d'Arthabaska** :

1<sup>er</sup> octobre, de 10 h à 15 h 15

Salle de l'Académie de Danse  
Conférence d'Elizabeth Pellerin, Podiatre  
Atelier Viactive  
Atelier sur l'équilibre

Conférence « Plaisirs et économies au menu », de Mme Suzanne Duchaine

Conférence d'Adrienne Bourque, masso-thérapeute

Coût: 10 \$ (incluant le repas)

Points de vente : Carrefour d'Entraide Bénévole : 819-758-4188, Corporation de développement communautaire des Bois-Francs (Lorraine Desharnais): 819-758-5801

La Table des aînés de la **MRC de Drummond** :

2 octobre de 8 h 30 à 12 h

Hôtel et Suites Le Dauphin  
Conférence : L'âgisme au quotidien,  
Dr André Davignon,  
Déjeuner continental

Coût: 5 \$

Points de vente : Centre d'action bénévole Drummond : 819 472-6101, CDC Drummond : 819 474-3223

La Table de concertation des personnes âgées de la **MRC de Bécancour** :

1<sup>er</sup> octobre à 13 h

Club de golf de Gentilly  
Conférence du Dr Alexandre Morel, podiatre  
Conférence de M André Lapierre, pharmacien  
Léger goûter offert

Coût : 5 \$

Point de vente : Centre d'action bénévole de Bécancour : 819 298-2228 ou 819 288-5533

La Table des aînés de la **MRC de l'Érable** :

5 octobre, de 8 h 30 à 11 h

Centre communautaire de Plessisville  
Brunch amical  
Pièce de théâtre humoristique

Coût: 7 \$

Points de vente : Club FADOQ de votre municipalité, Centre d'action bénévole de l'Érable : 818 362-6898

Famille et Aînés  
Québec



TABLE RÉGIONALE DE CONCERTATION  
DES **aînéEs** DU  
CENTRE-DU-QUÉBEC

CRÉ  
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
DU CENTRE-DU-QUÉBEC



## Conférences pour les personnes âgées



### Activité de sensibilisation - Volet Prévention de la détresse psychologique

#### Série de conférences pour les personnes âgées

**Activité gratuite**

**Aider les personnes âgées à apprivoiser les changements liés aux différentes étapes de la vie.**

**Madame Sylvie Dufresne, conférencière, abordera :**

- La vie est un parcours. Les changements provoquent des déséquilibres nous amenant à prendre des décisions. Que faire?
- Quelles sont les peurs engendrées par ces changements? Comment les vivre le plus sereinement possible?
- Comment modifier notre vision et accepter qu'ils fassent partie de notre vie? Le changement dans une vie est inévitable.
- Quel chemin choisir? Continuer en nous adaptant à notre nouvelle réalité ou refuser les changements qui se présentent.

Une invitation de la Table régionale de concertation des aînés du Centre-du-Québec. 819-222-5355

**Café et collation servis lors de la conférence**

TABLE RÉGIONALE DE CONCERTATION  
DES **ainéEs** DU  
CENTRE-DU-QUÉBEC

**MRC de Bécancour**  
Vendredi, 19 octobre de 13 h 20 à 16 h  
Salle Louis-Baribeau  
Inscription : 819-298-2228 ou  
819-288-5662 (CAB MRC Bécancour)

**MRC de Drummond**  
Mardi, le 23 octobre de 14 h à 16 h 30  
Centre Communautaire St-Pierre  
Inscription : 819 472-6101  
(CAB Drummond)

**MRC de Nicolet-Yamaska**  
Vendredi, le 26 octobre de 13 h 30 à 16 h  
Centre Gabrielle Granger  
Inscription : 819-222-5355

**MRC de l'Érable**  
Mardi, 31 octobre de 13 h 30 à 16 h  
Centre communautaire de Plessisville  
Inscription : 819-362-6898  
(CAB de l'Érable)

**MRC d'Arthabaska**  
Jeudi, 8 novembre de 13 h 30 à 16 h  
Club de l'Âge d'Or de Victoriaville  
Inscription : 819-758-5801  
(CDC Bois-Francis)

### Saviez-vous que...

En 2008, environ 4 employés sur 10 prévoient bénéficier d'un revenu lié à un travail lors de leur retraite.





## *Tout le monde veut être ami des aînés...*



**Janik Ouimet**  
Coordonnatrice

### *Ces municipalités amies des aînés...*

Le Québec fait maintenant partie du réseau mondial de l'Organisation mondiale de la santé rassemblant les communautés et villes amies des aînés des quatre coins du monde. Ce réseau vise à offrir du support aux villes et communautés qui partagent un même but commun : répondre aux besoins des aînés en créant des environnements plus inclusifs et plus accessibles.

Vous aurez peut-être déjà entendu parler des villes ou des municipalités amies des aînés (VADA ou MADA), de Québec amies des aînés (QADA) ou même du programme d'infrastructure en lien avec ces termes (le PIQM)? Aidons-nous à démystifier les termes et ce que cela implique dans une communauté.

### **Municipalité amie des aînés (MADA)**

Selon le ministère de la Famille et des Aînés, une municipalité amie des aînés (MADA) se soucie des personnes âgées de son territoire et cherche à améliorer leurs conditions de vie. À cette fin, elle :



- ◆ Adapte ses politiques, services et structures à leurs besoins et agit sur plusieurs facteurs (habitation, loisirs, aménagement urbain, transport, etc.);
- ◆ Favorise la participation constante des aînés non seulement aux consultations, mais également à l'action;
- ◆ S'appuie sur la concertation et la mobilisation de toute la communauté;
- ◆ Vise à mettre un frein à l'âgisme, qui constitue un obstacle important au vieillissement actif.

La démarche MADA a suscité de l'engouement au Québec, comme en témoigne le nombre élevé de municipalités qui ont fait une demande pour s'y inscrire depuis sa mise en place. L'appel de projets pour 2011-2012 a pris fin le 15 décembre 2010 et l'appel de projets pour 2012-2013 se terminait le 30 mars 2012.

Au Centre-du-Québec, voici les **municipalités** qui ont été **reconnues amies des aînés** :

MRC de Bécancour, Inverness, Laurierville, Lyster, Notre-Dame-de-Lourdes, Plessisville, Princeville, St-Ferdinand, St-Pierre-Baptiste, Ste-Sophie-d'Halifax, Villeroy, Chesterville, Daveluyville, Ham-Nord, Kingsey Falls, Notre-Dame-de-Ham, St-Albert, St-Christophe d'Arthabaska, St-Louis-de-Blandford, St-Norbert-d'Arthabaska, St-Rémi-de-Tingwick, St-Rosaire, St-Samule, Ste-Clotilde-de-Horton, Ste-Élisabeth-de-Warwick, Ste-Hélène-de-Chester, Ste-Séraphine, Sts-Martyrs-Canadiens, Tingwick, Victoriaville, Wickam et Ste-Monique.



## *Tout le monde veut être ami des aînés... (suite)*



### **Québec ami des aînés (QADA)**

En mai 2012, le gouvernement du Québec a rendu publique la politique *Vieillir et vivre ensemble, chez soi, dans sa communauté, au Québec*. L'une des actions privilégiées est la mise en œuvre du nouveau programme (QADA).

Ce programme veut soutenir financièrement des initiatives locales, régionales et nationales, visant à adapter les milieux de vie aux réalités des personnes aînées pour leur permettre de rester chez elles, dans leur communauté, et ce, en favorisant leur participation active dans des environnements sains, sécuritaires et accueillants. Le programme QADA comprend deux volets :

- Un volet qui s'intitule *Soutien à des projets nationaux et à l'expérimentation*. Celui-ci permet d'appuyer des initiatives et des activités d'envergure nationale, des expérimentations, des projets pilotes et de la recherche.
- Un volet qui s'intitule *Soutien aux actions communautaires*. Ce volet vise à appuyer la réalisation de projets locaux ou régionaux concrets, issus particulièrement des plans d'action élaborés dans le cadre de la démarche Municipalité amie des aînés (MADA) et portés par la communauté, dont les personnes aînées sont partie prenante.

Le dépôt des projets doit se faire **au plus tard le 28 septembre 2012**.

### **Programme d'infrastructures Québec-Municipalités (PIQM)**

Il s'agit d'une enveloppe annuelle de 3 M\$, disponible pour trois ans, provenant du Programme d'infrastructures Québec-Municipalités (PIQM) du ministère des Affaires municipales, des Régions et de l'Occupation du territoire (MAMROT).

Ce Programme vise à offrir une aide financière aux municipalités engagées dans la démarche MADA. Il permet la réalisation de petits travaux de construction, de réfection ou d'agrandissement d'infrastructures, utilisées par les aînés. À titre d'exemple, la municipalité pourrait créer un parc intergénérationnel, une aire de repos, de jeux ou d'exercice, un sentier de marche sécuritaire, etc.

### *Saviez-vous que...*

La source de revenu potentielle la plus fréquemment mentionnée est le REER. Au Québec, environ 7 travailleurs sur 10 âgés de 50 ans et plus prévoient utiliser cette source de revenu.





## Invitation - Forum des partenaires sur la maltraitance



### *Forum des partenaires pour contrer la maltraitance envers les aînés au Centre-du-Québec le : 27 novembre 2012*

#### Au programme :

- Présentation du plan régional pour contrer la maltraitance envers les aînés au Centre-du-Québec;
- Formation sur le secret professionnel par M<sup>e</sup> Audrey Turmel, avocate.

Faisant suite au 1<sup>er</sup> forum de novembre 2011, nous vous attendons en grand nombre à ce 2<sup>e</sup> rendez-vous des partenaires en maltraitance envers les personnes aînées du Centre-du-Québec. Vous recevrez bientôt une invitation à participer à cet événement avec toutes les informations nécessaires.

**Pour toute information, veuillez contacter Lucie Patoine au 819-222-5355.**

#### *Pour vous informer.*



Ainé-Avisé est un programme d'information sur l'abus et la fraude destiné aux aînés. Par le biais de séances d'informations, un policier et un bénévole rencontrent les personnes âgées dans leur milieu pour répondre à leurs questions et les référer vers les bonnes ressources.

Vous aimeriez recevoir cette conférence? Contactez Sylvie Roberge, FADOQ Centre-du-Québec, (819) 752-7876 poste 23 ou [fadoqsyl@cdcbf.qc.ca](mailto:fadoqsyl@cdcbf.qc.ca).

### *Saviez-vous que...*

Un peu plus de 25% des femmes de 50 ans et plus ont moins de 25 000\$ annuellement, contrairement à 10% chez les hommes.





## Sacré Charlemagne!



**Catherine Bureau**  
Agente de concertation

### *L'université du troisième âge (UTA)*

« C'est en 1976 que l'Université de Sherbrooke fondait la première Université du troisième âge en Amérique, peu après la création de la première [...] à Toulouse en France. Depuis ce temps, les universités du troisième âge forment un mouvement mondial réparti à travers le monde. »

*Nicole Leblanc*

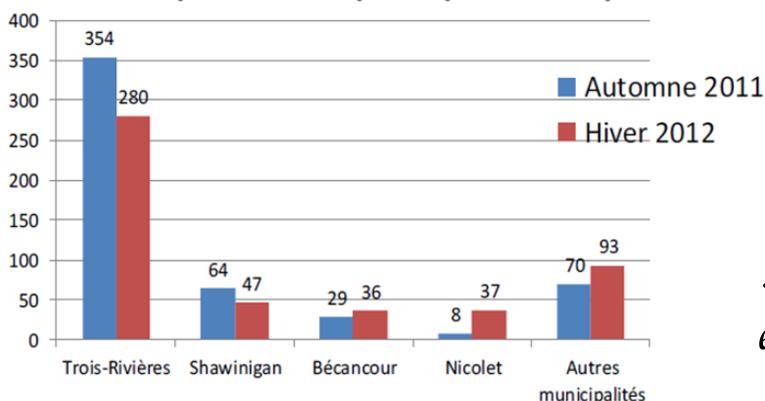
L'Université du troisième âge (UTA) est un mouvement mondial en pleine effervescence et le Québec n'y échappe pas, fort heureusement! En effet, tout près de nous, soit à l'Université du Québec à Trois-Rivières, des cours d'enrichissement sont offerts aux personnes de 50 ans et plus, et ce, dans plusieurs domaines : arts et culture, environnement et sciences, géographie/géopolitique, histoire, littérature, économie, psychologie, etc.

Depuis sa création au mois de septembre 2009, l'UTA a offert plus de 90 activités de formation, accueilli 3 270 étudiants et offert près de 60 000 heures d'enseignement. L'UTA de Trois-Rivières a noté une augmentation de 18% de sa relève étudiante pour l'année 2011-2012, pour un total de 1 370 inscriptions.

### Accès à l'enrichissement

Afin que tous aient accès aux activités de formation, des ententes de service sont signées, ce qui permet à l'UTA de rejoindre les populations hors des grands centres ou les clientèles à mobilité réduite. Voici un aperçu des inscriptions par municipalité pour l'année 2011-2012:

**Statistiques d'inscription par municipalité**



*« Je vieillis mieux depuis que je retourne à l'école! »*

*« L'UTA fait réellement une différence dans la collectivité. Ce service est devenu indispensable... »*

*« Mes 82 années m'apportent des expériences et une certaine forme de philosophie, mais j'en apprends encore! »*



## Sacré Charlemagne! (suite)



### Du développement pour le Centre-du-Québec

Que diriez-vous si les aînés de Drummondville bénéficiaient de nouveaux sites de cours leur facilitant l'accès à l'information? Les prochaines étapes de l'UTA consisteront à mettre en place des conditions d'implantation de deux pôles, soit Shawinigan et Drummondville. À suivre...

### L'école de la vie

Même après une vie professionnelle remplie et une retraite bien méritée, l'UTA permet aux personnes aînées d'apprendre davantage sur des sujets bien précis, mais aussi sur différents aspects de la vie. C'est un lieu d'enrichissement où les expériences sont partagées, où les besoins sont écoutés.



Association québécoise  
des retraité(e)s des secteurs  
public et parapublic

L'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) de la région du Centre-du-Québec offre un programme de formation : « 55 ans au volant ». S'adressant à toute personne de 55 ans et plus qui désire renouveler ses compétences au volant, qu'elle soit membre ou non de l'AQRP, le programme est offert en collaboration avec le Conseil canadien de la sécurité et La Capitale assurances générales. Les sessions offertes dans la région sont les suivantes :

*Victoriaville : 11 octobre 2012.*

*Drummondville : 14 novembre 2012*

Pour vous inscrire ou pour obtenir plus d'information sur le programme, composez le **1-800 653-2747**, poste 55, ou visitez le [www.aqrp.qc.ca/55](http://www.aqrp.qc.ca/55).



*N'oubliez pas de consulter l'onglet « Boîte-à-outils » sur notre site Internet, afin de découvrir des documents qui faciliteront sans aucun doute votre travail !*

<http://aines.centre-du-quebec.qc.ca/boite-a-outils/>



## *Des maisons bi générationnelles dans le Centre-du-Québec!*



**Josée Arsenault**  
**Agente de projets**

De plus en plus de familles adoptent l'idée d'une maison bi générationnelle. Selon les entreprises de constructions résidentielles de la région, ces dernières années, il y a de plus en plus de demandes reliées à ce type de maison. La famille Grimard de Parisville a opté pour ce style d'habitation. Maurice et Lucie Grimard cohabitent maintenant avec leur fille Nathalie et sa petite famille.

Lors d'une entrevue avec M. Maurice Grimard, j'ai pu constater les b i e n f a i t s d'une telle résidence. Il s'agit certes d'une économie d'argent considérable, mais surtout, cela permet de garder le même fabuleux paysage qui entoure la maison familiale, plutôt que de déménager en ville pour se rapprocher des services et des centres. De plus, il y a un partage des tâches relié à l'entretien de la propriété qui permet aux aînés de vivre plus longtemps dans leur demeure. Dans le cas de la famille Grimard, les grands-parents sont présents pour accueillir leurs petits-enfants qui reviennent de l'école, facilitant ainsi la vie aux parents qui terminent leur travail plus tard.

Comme ils partagent tous la même cuisine, il doit y avoir une bonne communication et beaucoup de planification au sein de la famille pour partager l'espace et les repas ensemble. Il s'agit là d'une expérience qui a su être bénéfique!

Pour effectuer ce genre de construction ou de rénovations, il y a certains règlements municipaux à respecter. Par exemple, il doit y avoir une entrée adjacente entre les deux logements à l'intérieur de la maison et il doit n'y avoir qu'une seule adresse civique. Certaines villes ont des règlements au niveau du stationnement. Il suffit de bien se renseigner auprès des municipalités et de s'assurer de la bonne entente entre les générations. Qui veut l'essayer?

### *Texte d'opinion : Qui s'intéresse aux aînés ?*

**En appui à Marthe Asselin Vaillancourt, voici son texte...**

Cyberpresse, 6 août 2012 - Nous sommes le présent. Et nous serons aussi l'avenir. Nous y serons de plus en plus nombreux, et de plus en plus longtemps, si on se fie aux dernières statistiques. Et pourtant, on feint d'oublier les aînés, et on véhicule toutes sortes de préjugés à leur sujet.

Par exemple, j'ai été outrée de me faire dire par un étudiant que je serais un poids sur son avenir financier. Naïvement, il croyait que les aînés ne payaient plus d'impôts. Faut-il s'en surprendre avec tout ce qui est véhiculé à notre sujet?



## Qui s'intéresse aux aînés ? (suite)



Pendant la campagne électorale, pour intéresser les politiciens, nous ne porterons pas de carré de quelque couleur et nous ne frapperons sur aucune casserole. Ce qui aura pour effet de nous faire oublier, encore une fois. Chaque élection, j'ai tenté de sensibiliser les candidats à la présence des aînés et aux problématiques qui sont les nôtres. Je dois convenir que ce fut un redoutable échec.

Cette fois-ci, je m'adresse aux médias en espérant que l'on s'intéressera à la situation de l'hébergement des aînés, à la maltraitance, aux problèmes de retraite, aux soins à domicile, à la pauvreté, aux soins de santé et à ce bel effort de réflexion: mourir dans la dignité. Ma liste s'étirerait à l'infini. J'aimerais juste que l'on pose une question aux candidats de temps en temps. On me répondra que nous avons une ministre des Aînés. Et puis quoi! Ce n'est pas intéressant les vieux, ça se plaint, c'est bien assis sur leurs grosses pensions, ça ne contribue pas ou si peu au développement économique. Bof!

Depuis la crise de 2008, nous sommes entrés dans une profonde nécessité de réflexion. Les crises provoquent toujours un manque de confiance, un changement de valeurs, une vision nouvelle. Ce qui se développe comme perspective générera des situations que nous ne pouvons soupçonner aujourd'hui. Un petit coup d'oeil sur l'Europe nous sert d'exemple.

Quel que soit l'ampleur du choc à venir, la pire solution serait de nous monter génération contre génération, alors qu'au contraire, il faut instaurer un pacte entre nous, une solidarité québécoise sans pareil. Dont le premier élément redonnerait ses lettres de noblesse au communautaire pour espérer faire de la politique autrement.

Cette solidarité devrait débiter par un changement en profondeur du fonctionnement de notre Assemblée nationale. J'ai participé à tant de commissions parlementaires que je sais que l'on exploite mal le talent de nos élus. Pourquoi, par exemple, la période de questions ne pourrait-elle pas permettre au gouvernement et à l'opposition de bonifier les projets de loi au lieu de perpétuer la mascarade actuelle? Pourquoi n'entend-on jamais les députés dits d'arrière-ban? Alors qu'on gagnerait sûrement à écouter l'avis du plus grand nombre. Peut-être ferait-on diminuer le cynisme ambiant si l'on constatait le respect et la coopération qui s'instaureraient entre élus.

Pourquoi les partis politiques ne s'en tiendraient-ils pas à ce qu'ils appellent une plateforme électorale plutôt que de nous servir un tas de promesses qu'ils peuvent seriner à l'infini sans avoir envie d'en rire, alors que plus personne n'y croit?

*Marthe Asselin Vaillancourt,*

*Résidente de Jonquière, l'auteure a été décorée de l'Ordre du Canada en 2011 pour ses 50 ans d'engagement communautaire*

<http://www.lapresse.ca/debats/votre-opinion/201208/03/01-4562177-qui-sinteresse-aux-aines.php>



## *Suivi des dossiers : Prévenir la détresse psychologique et le suicide chez les aînés*



**Lucie Patoine**  
Agente de développement

### *Devenir **SENTINELLES AÎNÉES** pour aider.*

Une **sentinelle aînée**, c'est :

Une personne impliquée dans son milieu de vie et qui est susceptible d'entrer en contact avec les gens qui souffrent. C'est aussi une personne disposée à recevoir les confidences de son entourage et qui a le goût d'aider.

Le rôle d'une **sentinelle aînée** :

Elle est en mesure de repérer une personne en détresse.

Elle prend le temps d'accueillir l'autre, de l'écouter, afin de réunir les informations nécessaires pour lui venir en aide en la référant à la personne ressource qui assure le relais.

Son rôle est bénévole, informel et confidentiel et s'accomplit durant ses activités habituelles.

Pourquoi vouloir développer un réseau de **sentinelles aînées**?

Pour s'assurer que le plus grand nombre possible de personnes aînées en détresse de chacune des municipalités de notre région reçoivent de l'aide.

Vous ressentez le besoin d'aider et désirez recevoir la formation **sentinelles aînées**?

Pour devenir sentinelle aînée, une formation de 7 heures est offerte gratuitement par le Centre prévention suicide Les Deux Rives. Par la suite, ils assurent un suivi de votre implication.

### **Nous sommes à la recherche de nouvelles **SENTINELLES AÎNÉES****

Vous désirez aider? Vous êtes impliqué dans votre milieu? Vous participez à des activités où vous avez à côtoyer souvent des aînés? N'hésitez pas à nous contacter!

Nous vous donnerons toutes les informations nécessaires dans votre démarche pour devenir une nouvelle sentinelle aînée dans votre milieu. Ensemble, nous pouvons faire renaître l'espoir chez ceux pour qui la souffrance est devenue insupportable.

**Pour informations ou inscription**, contactez **Lucie Patoine**, agente de développement de la Table régionale de concertation des aînéEs du Centre-du-Québec au **819-222-5355**.



## Suivi des dossiers : Soutien aux proches aidants



**Catherine Bureau**  
Agente de concertation

La Table régionale de concertation des aînésEs est fière du développement et de la concertation de la région en matière de soutien aux proches aidants. En effet, depuis 2011, un organisme, ainsi que trois associations ont vu le jour au Centre-du-Québec.

**APPUI Centre-du-Québec** Date de fondation : 16 novembre 2011

Directrice générale : **France Côté**, 819-293-6309

Conseillère aux proches aidants : **Julie Martin**

700, boulevard Louis-Frédéric, Nicolet (Québec) J3T 1V5

Site web : <http://www.lappui.org/centre-du-quebec>

Avis aux intéressés, les appels de projets devraient se faire en janvier ou février 2013. À suivre...

### **Association des proches aidants de Drummond (APPAD)** Date de fondation : 7 juillet 2011

Coordonnatrice : **Emmanuelle Blanchard**, 819-850-1968

255 rue Brock, local 420, Drummondville (Québec) J2C 1M5

Courriel : [appad@live.ca](mailto:appad@live.ca)

Pour des nouvelles d'actualité et un suivi des activités organisées par l'APPAD, devenez membre et recevez votre copie du journal *Soutenir*.

### **Association des proches aidants Arthabaska-Érable**

Coordonnatrice : **Linda Bouchard**, 819-758-4188

40 rue Alice, Victoriaville (Québec) G6P 1K4

Courriel : [prochesaidants@hotmail.com](mailto:prochesaidants@hotmail.com)

### **Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska**

La fondation de l'association s'est déroulée le 5 septembre dernier. N'ayant pas encore de lieu physique, vous pouvez toutefois contacter madame **Gisèle Leblanc**, directrice générale du Centre d'action bénévole de Nicolet, au 819-293-4841 ou via courriel : [cabn@sogetel.net](mailto:cabn@sogetel.net).

Encore une fois, **BRAVO** à l'APPUI Centre-du-Québec, à l'Association des proches aidants de Drummond, à l'Association des proches aidants Arthabaska-Érable et finalement, à l'Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska. C'est avec plaisir et fierté que nous vous soutiendrons dans l'année à suivre!



## *Suivi des dossiers : Pauvreté chez les aînés, une recherche qui suscitera l'intérêt de plusieurs*



**Josée Arsenault**  
Agente de projets

Dans le cadre du Chantier *Lutte à la pauvreté chez les personnes âgées*, la Table régionale de concertation des aînéEs du Centre-du-Québec m'a mandatée pour réaliser un devis de recherche soulevant la problématique de la pauvreté, tant en milieu urbain qu'en milieu rural. Cette démarche a pour but d'approfondir les connaissances sur le sujet et mieux cerner la pauvreté financière des aînés isolés vivant en ville ou en campagne. Plus spécifiquement, cela contribuera à documenter et comprendre la pauvreté des aînés de la région et de mettre en place des actions en fonction de leurs besoins.

En 2010, une étude du secteur aîné au Centre-du-Québec nous a révélé que dans notre région, le niveau de revenu et des salaires sont inférieurs à la moyenne québécoise. Par ailleurs, la mobilisation des associations d'aînés, principalement la FADOQ, attire l'attention sur le fait qu'au Québec, 40 000 personnes âgées pourraient bénéficier du Supplément de revenu garanti (SRG) et n'en profitent pas. D'emblée, les études et les mobilisations sur la pauvreté, ainsi que les besoins exprimés par les aînés lors des groupes de discussion, incitent à penser que les personnes âgées du Centre-du-Québec sont particulièrement concernées par le SRG et l'Allocation du conjoint survivant. Faudrait-il renseigner davantage sur les services offerts aux aînés? Devrions-nous suggérer quelques modifications aux critères d'attribution d'aide financière gouvernementale? Il reste de nombreuses questions sans réponse à ce propos. C'est pourquoi nous suggérons cette recherche qui sera faite selon une analyse différenciée selon les sexes (ADS).

À la suite de ces constatations, il convient aux instances régionales et nationales d'en savoir davantage sur le sujet. Cette recherche permettra d'établir les principales raisons qui font en sorte que les aînés fréquentent peu les ressources d'aide alimentaire, de recenser les connaissances qu'ils détiennent en matière de ressources disponibles dans leur milieu et de déterminer les différences et les similitudes chez les aînés vivant en milieu urbain et en milieu rural.

## *Suivi des dossiers : La retraite? Pas tout de suite!*

Une nouvelle tendance s'impose chez les travailleurs et cela prend des proportions internationales majeures. En mars dernier, je lisais un article rapportant qu'au Japon, 9% de la population active est âgée de plus de 65 ans et que les entreprises s'efforcent d'améliorer le confort de travail des salariés âgés. La clé du succès s'inscrivait à travers quelques changements essentiels au confort des salariés aînés. D'abord, en plus d'une pause-dîner d'une heure, les employés avaient la possibilité de se reposer trente minutes en après-midi et une pièce était aménagée à leur disposition pour faire une sieste. On véhiculait aussi une approche positive face aux bonnes habitudes de vie : une alimentation saine et une bonne dose d'exercice. Cela rejoint déjà la manière de penser de plusieurs entreprises québécoises qui encouragent l'activité physique auprès de leurs employés par la mise en place d'un centre de conditionnement physique ou par



## Suivi des dossiers : La retraite? Pas tout de suite! (suite)



des cours de groupe. De ce fait, l'entreprise consolide les liens entre les employés, puis favorise les relations intergénérationnelles. À l'heure actuelle, nous sommes face à la même réalité. Que ce soit en Allemagne, en France, en Afrique ou en Angleterre, le vieillissement de la population est bien présent. L'ensemble de la population et des entreprises doivent s'ajuster en conséquence et miser sur le positif de la situation.

Dans cette optique, le rapport de la Commission nationale sur la participation au marché du travail des travailleurs expérimentés de 55 ans et plus, nous révèle que les **5 facteurs principaux qui motivent les employeurs à retenir et embaucher les personnes plus âgées sont aînés sont** : le **maintien des compétences**, le **bagage d'expériences**, le **savoir-faire**, le **savoir-être** et le fait qu'il y ait **pénurie d'employés**.

**Selon les points de vue de l'employeur, le profil recherché des travailleurs aînés est le suivant:**

Savoir communiquer avec les autres; Satisfaire aux demandes des supérieurs comme des subordonnés; Avoir cette curiosité qui donne envie d'aborder les produits nouveaux.

**Au Centre-du-Québec**, les organismes de la région se sont concertés pour former le comité emploi-retraite. Le comité est composé d'intervenants oeuvrant au niveau de l'employabilité et des aînés: *Coalition des 45 ans et plus, Accès travail, Emploi-Québec, le comité régional d'économie social (CRES), le Centre local de développement de la MRC de Bécancour, la Table de concertation des aînés du Centre-du-Québec* et l'Association québécoise de gérontologie.

**Les objectifs** d'une telle démarche sont entre autres de mener des actions régionales communes et concertées, de sensibiliser les employeurs à la richesse des travailleurs d'expérience, de sensibiliser les instances gouvernementales (la fiscalité ne favorisant pas toujours le retour à l'emploi), d'identifier les besoins des personnes aînées (conciliation travail-temps libre), de travailler à des programmes de retour à l'emploi adaptés aux besoins des personnes aînées et de veiller à l'adéquation des besoins du marché du travail et des formations dispensées.

Vivement l'accomplissement professionnel et la passion transmise à travers les réalisations de votre quotidien!





## Nouvelles d'ailleurs...



### *Un congé de grands-parents? Pourquoi pas*



**Josée Arsenault**  
Agente de projets

Quels petits enfants n'ont pas rêvé de passer des semaines avec leurs grands-parents? Des bons plats faits maison, des petites gâteries, de belles histoires tirées de leur vécu...



En raison du vieillissement de la population et de la pénurie de main d'œuvre, l'âge de la retraite est repoussé et les grands-parents travaillent toujours. L'Allemagne propose une solution à cette nouvelle réalité : les congés grands-parentaux! Cela permet aux personnes âgées qui veulent alléger la tâche de leurs enfants, de pouvoir s'occuper de leurs petits-enfants sans se soucier de perdre leur emploi.

À travers cette démarche, on fait valoir l'utilité des aînés dans l'éducation des enfants.

### *Les retraités espagnols se révoltent!*



En juin dernier, alors que nos étudiants manifestaient, les retraités de l'Espagne eux, en raison des coupes budgétaires dans les dépenses publiques, manifestaient afin de sauver le régime politique. La population paye actuellement pour éviter la faillite de la banque Bankia, récemment nationalisée. Selon une récente étude faite par la Croix Rouge de Catalogne, au cours des dernières années, un tiers des retraités auraient apporté une aide financière à l'un des membres de leur famille et ce, malgré leur maigre régime de retraite. Plusieurs personnes âgées offrent une aide alimentaire à leur famille ou accueillent de nouveau leur enfant à la maison. À présent, les personnes âgées ne sont pas les seules à manifester ! Le 15 septembre dernier, des centaines de milliers de manifestants se sont regroupés dans les rues de Madrid, la capitale nationale.

### *Au Danemark, l'union fait la force!*

Avez-vous entendu parler d'habitations multi générationnelles? Apparue au Danemark, il y a près de 35 ans, on parlait de résidence mixte. Les Danois avaient eu l'idée d'intégrer des chambres pour personnes âgées au sein d'immeubles locatifs pour étudiants et jeunes professionnels. Il y avait une salle de séjour commune et une cuisine à partager entre les locataires. Au fil des années, ces habitations ont laissé place à de plus grands complexes d'appartements et sont maintenant équipés pour accueillir des personnes à mobilité réduite. Ils disposent également d'un centre de santé pour des soins aux résidents âgés, des petits studios pour les étudiants et des appartements pour les familles.



## *Nouvelles d'ailleurs... (suite)*



### **Et si on le faisait chez nous...**

Ce type d'établissement consolide les liens intergénérationnels. Les aînés, avec leur bagage d'expériences et d'histoires à transmettre et la jeune génération, avec sa fougue, sa soif d'apprendre et ses connaissances technologiques. Ce type de logement permet certainement de dissiper les préjugés envers les aînés et les jeunes.

On parle de plus en plus d'âgisme alors que les québécois sont sensés être ouverts d'esprit et accueillants. Serait-il possible d'avoir ce genre d'établissement dans la région? De son côté, la région de Montréal tente le coup avec la construction d'un complexe immobilier de 1 200 logements dont 60% seraient réservés à des personnes retraitées autonomes ou semi-autonomes. Il sera situé dans l'arrondissement Rosemont - La Petite-Patrie. Le promoteur de ce projet, Groupe Réseau Sélection, prévoit un investissement de 230 millions de dollars. Les travaux ont débuté en 2011 et l'immeuble devrait abriter une polyclinique, un centre de soins de 125 chambres, ainsi qu'un centre de la petite enfance (CPE). À suivre...

### ***Le Danemark, une autre approche pour le soutien aux aînés !***



Le Danemark est connu pour être un paradis pour les personnes âgées. Il se distingue entre autres par ses soins à domicile quasi illimités, son service d'assistance 24 heures par jour pour les aînés et ses évaluations biannuelles de prévention pour toutes personnes âgées de plus de 75 ans. La législation interdit même la construction de nouvelles maisons de soins infirmiers pour que les services de maintien à domicile soient priorités. Soucieux du lien que développe le patient avec le soignant, les équipes d'intervenants qui s'occupent des aînés sont formées pour s'occuper d'eux tant à la maison que s'ils déménagent en hébergement par la suite. Le gouvernement local porte la responsabilité principale du financement et de la prestation des soins de longue durée et le gouvernement national définit les objectifs généraux et les principes applicables aux services dispensés localement. À la question « Croyez-vous que le Québec pourrait en faire autant pour les aînés? » Le **D<sup>r</sup> Peter Zalan**, président du personnel médical à Horizon Santé-Nord (Sudbury), répond : « Le Danemark a commencé à faire des plans pour les personnes qui vieillissent en 1986 et ils ont développé un système formidable de soutien dans la communauté. Nous avons seulement commencé à nous en préoccuper il y a trois ans. » (CBC News)

### ***Pas toujours parfait!***

Pour recevoir des soins particuliers non prescrits, les aînés, n'ayant aucune assurance, doivent défrayer de leurs poches. Comme chaque territoire détermine les priorités de soins de leur population, il existe d'importantes différences régionales dans les services offerts. Étant conscient de ce fait, un financement est offert par le gouvernement pour intégrer de nouveaux modèles d'organisation et favoriser le principe d'universalité.



## À mettre à votre agenda...



### *Journée internationale des personnes âgées*

- ◆ MRC d'Arthabaska : Lundi 1<sup>er</sup> octobre de 10h15 à 15h15, Salle de l'Académie de Danse
- ◆ MRC de Bécancour: Lundi 1<sup>er</sup> octobre à 13h00, Club de golf Gentilly
- ◆ MRC de Drummond : Mardi 2 octobre de 8h30 à 12h00, Hôtel et Suites Le Dauphin
- ◆ MRC de l'Érable : Vendredi 5 octobre de 8h30 à 11h00, Centre communautaire de Plessisville
- ◆ MRC de Nicolet-Yamaska : Lundi, 1<sup>er</sup> octobre à 8h30, Centre communautaire de Baie-du-Febvre

### *Conférences: Volet Prévention de la détresse psychologique*

- ◆ MRC d'Arthabaska : Jeudi 8 novembre de 13h30 à 16h00, Club de l'Âge d'Or de Victoriaville
- ◆ MRC de Bécancour: Vendredi 19 octobre de 13h20 à 16h00, Salle Louis Baribeau
- ◆ MRC de Drummond : Mardi 23 octobre de 14h00 à 16h30, Centre communautaire St-Pierre
- ◆ MRC de l'Érable : Mardi 31 octobre de 13h30 à 16h00, Centre communautaire Plessisville
- ◆ MRC de Nicolet-Yamaska : Vendredi 26 octobre de 13h30 à 16h00, Centre Gabrielle Granger

### *Rencontre régionale sur le logement*

- ◆ Jeudi 4 octobre 2012 à Drummondville

### *Séance d'information sur le crédit d'impôt des personnes handicapées*

- ◆ Mercredi 10 octobre 2012, Drummondville

### *Programme de formation « 55 ans au volant »*

- ◆ Jeudi 11 octobre, Victoriaville / Mercredi 14 novembre, Drummondville

### *Rencontre régionale des organismes en sécurité alimentaire*

- ◆ Jeudi 18 octobre 2012, Victoriaville

### *Journée d'échange et de réflexion sur le démarrage et la conduite de projets concertés*

- ◆ Jeudi 1<sup>er</sup> novembre, Drummondville

### *Forum des partenaires pour contrer la maltraitance*

- ◆ Mardi 27 novembre





## Spécial Halloween et saveurs automnales!



La fête d'Halloween approche à grand pas! C'est le moment de décorer votre demeure et de festoyer en famille ou entre amis! Pour les fins bricoleurs et les couturières avisées, ce sera l'occasion de montrer aux plus jeunes de quoi vous êtes capables en leur confectionnant le costume de leur rêve! Pour les plus créatifs, c'est le temps de laisser aller votre imagination afin de créer un décor d'Halloween invitant qui marquera les souvenirs des petits et des plus grands qui se feront une joie d'admirer votre œuvre.

En automne, il y a non seulement des couleurs offrant un paysage à couper le souffle, mais aussi les légumes plus tardifs de l'année à déguster. Profiter de l'occasion pour vous amuser dans les vergers de la région en cueillant les fameuses variétés de pommes qu'offre le Québec. De nombreux sentiers pédestres sont à votre disposition et vous accueilleront de leur tapis de feuilles colorées; c'est donc le moment de sortir et se réoxygéner! L'automne goûte bon, vous savez? Plusieurs s'amuse à mélanger les saveurs saisonnières lors d'un souper thématique, agrémenté d'un potage au courgeron, de crêpes de sarrasin, de croustade aux pommes, de gâteau ou de tarte à la citrouille... Le soir de l'Halloween venu, c'est le moment de faire la rencontre des jeunes de votre quartier avec la fameuse distribution de bonbons!

### Petits conseils pour vivre une soirée d'Halloween en toute sécurité :

- ◆ *Si vous désirez que les enfants arrêtent chez vous pour la cueillette de bonbons, il faut avoir un élément décoratif qui les y incite. Les enfants ont appris qu'ils ne devaient pas aller où il n'y a pas de décoration.*
- ◆ *Allumez l'éclairage extérieur et remplacez les ampoules brûlées.*
- ◆ *Retirez les objets de votre terrain ou de votre entrée qui risquent de faire trébucher un enfant.*
- ◆ *Choisissez autre chose qu'une chandelle pour éclairer votre citrouille, comme une lampe de poche ou une bougie électrique. Si vous utilisez une bougie, ne laissez pas la citrouille sans surveillance.*
- ◆ *Souvenez-vous que certains enfants ont des allergies alimentaires. Envisagez de leur donner des friandises sans noix, sans arachides ou autre chose comme des autocollants, des gommes à effacer ou des petits jouets.*

# Joyeuse Halloween à tous!

*De la part de toute l'équipe!*



*Pour nous joindre...*



*Janik Ouimet, coordonnatrice*  
 tableainesregionale@cgocable.ca

*Catherine Bureau, agente de concertation*  
 concertationaines@cgocable.ca

*Lucie Patoine, agente de développement*  
 developpementaines@cgocable.ca

*Josée Arsenault, agente de projets*  
 chantiersaines@cgocable.ca

**Téléphone** : 819-222-5355

**Télécopie** : 819-222-8316

14135-A, boulevard Bécancour  
 Secteur Sainte-Angèle-de-Laval, Bécancour  
 (Québec), G9H 2K8



Si vous souhaitez recevoir **par courriel** le bulletin de la Table régionale *Le Propageur*, veuillez en faire la demande à l'adresse suivante : [concertationaines@cgocable.ca](mailto:concertationaines@cgocable.ca).

