

Édition : juin 2016

P.2	Hommage à Jean Yergeau
P.3	Reconnaissance
P.4	Conseils de nos experts
P.5	
P.6	Portait d'un organisme
P.7	Ressources du milieu
P.8	CAAP
P.9	Forum social mondial
P.10	Suggestions de lecture
P.11	
P.12	Fiscalité
P.13	
P.14	Transport ambulancier
P.15	Vieillir et s'épanouir
P.16	Journalisme et société
P.17	Maltraitance (15 juin 2016)
P.18	Système de santé
P.19	Frais accessoires
P.20	Nouvelles d'ailleurs
P.21	Topo des Tables locales
P.22	Dossier spécial <i>Intergénérationnel</i>
P.23	
P.24	
P.25	
P.26	
P.27	À mettre à votre agenda
P.28	Pour nous joindre

Mot de la présidente et de la directrice

L'été est enfin à nos portes... Profitons-en pour refaire le plein d'air frais et de soleil. L'été est un moment propice pour socialiser et renouer avec notre voisinage que l'on côtoie moins souvent lorsque le froid s'installe.



Connaissez-vous vos voisins? Qui veille sur votre maison lorsque vous êtes absent? Qui pourrait vous aider si vous êtes mal pris?

Vos voisins peuvent être de bons atouts et améliorer votre qualité de vie. Un échange de bons services, d'outils, de recettes... Le 6 juin marque la date officielle de *La Fête des voisins*. Prenez ce prétexte pour faire connaissance avec celles et ceux qui partagent votre quartier.

Nous vous souhaitons de profiter pleinement de cette belle période estivale. De retour en septembre!

Dans cette édition, nous avons voulu rendre un hommage particulier à M. Jean Yergeau. Nous ne pouvions passer sous silence la perte subite d'un collaborateur qui nous était si précieux à la Table régionale, et ce, depuis de nombreuses années. M. Jean Yergeau était partie prenante de plusieurs dossiers que mènent la Table régionale et a d'ailleurs été à la présidence de cette dernière de 2008 à 2011. Son passage fut remarqué et remarquable et personne ne pouvait être indifférent à sa présence. Nous sommes de tout cœur avec la famille.



Louise Labbé, *présidente*

Janik Ouimet, *directrice*



Coup de cœur

Hommage à Jean Yergeau



Nous tenions à souligner l'apport irremplaçable d'un homme d'exception qui nous a quittés en avril dernier à l'âge de 71 ans.

Jean, ta présence, ton dynamisme, ton expertise, ton discernement, ton rire et tes multiples talents nous manquent déjà. Ton apport à la Table régionale, à la Table de concertation pour les personnes âgées de la MRC de Drummond, à l'AREQ et aux différents comités sur lesquels tu t'es pleinement investi, reste et subsistera à travers le temps. Nous en sommes reconnaissants...



Tu disais « Vivre, c'est agir sur ce qui nous entoure », on peut alors affirmer, Jean, que tu as vécu ta vie en grand!

Salutations à un ami, un mentor, un citoyen engagé!





Des récipiendaires centricois à l'honneur!



Le 23 avril dernier, l'honorable J. Michel Doyon a remis la médaille du Lieutenant-gouverneur à de nombreux jeunes et personnes aînées de la région. La Table de concertation des personnes aînées du Centre-du-Québec, présente pour l'événement, tient à féliciter tous les récipiendaires pour leur apport extraordinaire à la communauté. Notons entre autres la nomination de : Doris Hébert (MRC d'Arthabaska), Gisèle Houde (MRC de Bécancour), Jean Yergeau (MRC de Drummond), Benoît Jalbert (MRC de L'Érable) et André Nadeau (MRC de Nicolet-Yamaska).

Rappelons que la médaille est attribuée aux personnes de 64 ans et plus qui ont contribué à influencer positivement leur communauté, et ce, par leur action bénévole. De beaux modèles pour la région. Encore une fois, bravo!

Catherine Bureau

Ma recette de ratatouille



*Collaboration spéciale d'Angèle Martin-Rivard, nutritionniste
CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec*

Ingrédients

- 2 courgettes (zucchinis)
- 1 aubergine
- 1-2 poivrons verts, rouges, jaunes ou oranges
- 1 oignon jaune
- 3 tomates italiennes
- Sel, poivre et fines herbes au goût
- Huile d'olive au goût



Préparation

- Faire revenir les légumes coupés en dés dans de l'huile d'olive. Saler, poivrer, saupoudrer de fines herbes et laisser mijoter jusqu'à ce que les légumes soient bien cuits, environ 15 minutes.
- Pour un repas complet, ajouter des lanières de poulet, de veau ou de tofu au sauté et servir avec du riz, du couscous ou des pommes de terre.

Bon appétit!

Conseils de nos experts

Mangez frais, mangez près!



*Collaboration spéciale d'Angèle Martin-Rivard, nutritionniste
CIUSSS Mauricie-et-du-Centre-du-Québec*



Durant la saison estivale, profitez des fruits et légumes locaux qui sont frais et nutritifs!

Nos terres regorgent d'aliments riches

Saviez-vous qu'en savourant des produits locaux, vous contribuez à encourager l'économie de votre région, à réduire les émissions de gaz à effet de serre liés au transport des aliments et à vous donner accès à des aliments de haute valeur nutritive?

Durant l'été, la cueillette des aliments se fait lors d'une phase plus avancée de mûrissement, les circuits courts favorisent la vente d'aliments contenant plus de saveurs et de nutriments, notamment les antioxydants (Tagtow et Harmon 2009, Baranski et al. 2014). Lors de la phase de distribution, les aliments qui subissent un transport et un entreposage prolongés ont tendance à être moins riches en nutriments (Blouin et al. 2009).

Jardiner, c'est bon pour la santé!

Vous pouvez opter pour le jardinage. Avec l'agriculture urbaine, il est possible de cultiver en bacs, même sur un balcon!

Si vous avez des connaissances ou de l'expérience dans le jardinage, pourquoi ne pas les partager à l'intérieur d'un jardin communautaire ou collectif. Vous pouvez aussi vous initier au jardinage à n'importe quel âge!

Plus de 150 idées de recettes

Consultez les recettes à base de fruits et légumes du Québec, comme celui d'Équiterre à www.equiterre.org/solution/recettes.

Je vous mets au défi de découvrir un légume auquel vous n'avez jamais goûté! Je vous souhaite un bel été rempli de saveur!

Sources: <http://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Regions/centreduquebec/produitsCDQ/Pages/ConsommerlesproduitsduCDQ.aspx>
<http://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Productions/Agricultureurbaine/Pages/Agricultureurbaine.aspx>
<http://www.equiterre.org/solution/recettes>

Conseils de nos experts

Docteur, je ne dors pas!



Collaboration spéciale de Dre Maryse Turcotte, gériatopsychiatre



Certaines étapes sont à compléter avant d'envisager une médication traitant l'insomnie, notamment pour en déterminer l'origine. Plusieurs pathologies peuvent être impliquées, dont les troubles thyroïdiens, les douleurs, l'apnée du sommeil, l'anxiété et la dépression. Une évaluation médicale complète est donc recommandée. Si l'histoire et les examens ne militent pas en faveur d'une cause corrigible, un diagnostic d'insomnie primaire sera posé. Dans ce contexte, les méthodes non pharmacologiques devront être tentées (Le Propageur, septembre 2015). Quant à la médication, celle-ci devra être discutée avec le médecin, considérant des effets indésirables non négligeables avec l'âge : sédation diurne, altération de la concentration et de la mémoire, troubles d'équilibre, risque de chute et possibilité de dépendance.

Diverses classes de médicaments sont disponibles, ayant toutes leurs avantages et inconvénients :

- Les médicaments vendus sans ordonnance. Incluent les produits naturels, peu étudiés sauf la mélatonine. On y retrouve aussi le Benadryl, le Gravol et autres médicaments contenant les mêmes composés actifs. Ceux-ci ont une longue durée d'action (impacts négatifs dans la journée) et nécessitent généralement des doses croissantes (tolérance).
- Les médicaments de la classe des benzodiazépines. En quelques sorte les « petits cousin du Valium », certains étant de très longue action (Dalmane) et d'autres de plus courte durée (Ativan). Ils créent souvent une dépendance et parfois une tolérance.
- Les récents « Z drugs » non directement apparentés aux benzodiazépines. Ce sont l'Imovane et le Sublinox, encore peu étudiés chez les personnes âgées.
- Les antidépresseurs aux propriétés sédatives. Le Désyrel et le Remeron en font partie, ainsi que les antidépresseurs « tricycliques » tels la Doxépine. Leurs profils sont très variables en termes de durée d'action et d'effets indésirables.
- Autres classes de médicaments. Ici se retrouvent des antipsychotiques (ex. : le Séroquel) ou des antihistaminiques (ex. : l'Atarax). Leurs profils sont aussi très disparates et leur appui scientifique pour le sommeil moins favorable.

Un médicament idéal pour le sommeil agirait rapidement, aurait une courte durée d'action et serait exempt d'effets indésirables. Malheureusement, il n'existe pas encore! Une utilisation judicieuse est donc de mise. Parlez-en avec votre médecin.



Carrefour des générations du Grand Daveluyville



Le Carrefour des générations du Grand Daveluyville est un organisme communautaire, fondé en février 2016, qui a pour mandat de répondre aux besoins de l'ensemble de la population de Daveluyville (incluant Sainte-Anne-du-Sault et Maddington Falls) en offrant un lieu commun et accessible à toutes les **GÉNÉRATIONS**. Ce lieu se veut un lieu de rencontres et d'échanges qui donne accès à une multitude d'opportunités. Pour ce faire, nous travaillons à différents niveaux.



Nous œuvrons d'une part en partenariat avec les différentes ressources déjà actives sur le territoire, telles que: la Table de concertation des aînés, PAR-ENJEU, l'Association des Proches Aidants, la FADOQ et le Club local, Pacte-Bois-Francis, La Passerelle, le Partage alimentaire, le Vestiaire, le Comité aide-secours, les écoles secondaire et primaire, le CPE la petite école, les comités des politiques familiales, etc. Nous invitons aussi ces organismes desservant le territoire à



réaliser leurs rencontres de groupe ou individuelles dans nos locaux. Notre objectif est ainsi de favoriser les liens entre les ressources et d'arrimer nos activités et services. Concrètement, nous organisons entre autres, des activités intergénérationnelles, des ateliers thématiques et des fêtes citoyennes. Nous souhaitons ainsi améliorer l'accessibilité des ressources à la population.

D'autre part, nous réalisons des interventions directes auprès de la population. Sur une base sporadique, nous rencontrons des personnes et des familles qui vivent des difficultés ou qui ont besoin d'accompagnement, d'information ou de soutien. Nous les écoutons et les accompagnons dans leurs démarches et leur offrons aussi une aide de derniers recours. Nous soutenons les initiatives locales à travers le développement de différents projets répondant aux besoins de la population. Par exemple, le comité solutions alimentaires, issu de personnes citoyennes, développe des projets afin d'améliorer l'autonomie alimentaire de la population dont la réalisation de bacs de comestibles.

Pour en savoir plus sur l'organisme, contactez **Sophie Houde**, coordonnatrice ou **Tania Hurtubise**, intervenante/agente de développement au **819 447-2884**, via le coordo.cggd@sogetel.net ou en visitant nos locaux situés derrière la sacristie de l'église Sainte-Anne à Daveluyville.



Tania Hurtubise



Aider sans s'épuiser : comment impliquer mon entourage?



Une des principales motivations à soutenir un proche provient du lien de proximité avec celui-ci et de l'amour qu'on lui porte. La famille et l'entraide sont souvent les valeurs qui animent les proches aidants à prendre soin d'un être cher. On veut redonner ce que l'on a reçu, renforcer la relation qui nous unit ou encore faire plaisir en rendant service. À travers ce rôle d'aidant, vous pouvez parfois avoir l'impression que tout retombe sur vos épaules et vous souhaiteriez que votre entourage s'implique davantage pour vous permettre de reprendre votre souffle.

Dans un premier temps, vous devez définir vos besoins. *Qu'est-ce que vous souhaiteriez avoir comme soutien? Quels sont vos besoins (entretien ménager, écoute, répit, etc.)?* En les définissant, questionnez-vous sur vos limites d'aide et vos attentes envers votre entourage. *Est-ce qu'il y a des tâches qui me rendent inconfortable, qui m'épuisent, que je ne veux plus faire et que je pourrais déléguer?* Cette réflexion vous préparera à demander de l'aide auprès de votre réseau. À partir de ce que vous avez identifié, vous pourrez alimenter les discussions pour trouver la meilleure solution pour tous.

Pour être soutenu dans votre demande d'implication de l'entourage ou encore pour en savoir plus sur les ressources près de chez vous pouvant vous appuyer, contactez le Service Info-aidant au 1 855 852-7784 ou visitez le www.lappuicdq.org.

Julie Martin, conseillère aux proches aidants, Appui Centre-du-Québec

La Coopérative La Clé du succès offre un nouveau service de travaux légers à Drummondville



L'idée germe dans les têtes des partenaires de la Table de concertation pour les personnes aînées de la MRC de Drummond depuis 2012 suite à un besoin soulevé en lien avec le **maintien à domicile des aînés**. Lorsque les enfants ou les proches d'un aîné ne sont pas disponibles pour venir donner un coup de main, l'équipe de jeunes retraités de la Coopérative peut être interpellée pour **des menus travaux non spécialisés** : poser des rideaux, ramasser des feuilles, surveiller le domicile, préparer au déménagement, nettoyer les gouttières, corder du bois, etc. À noter que les personnes de 70 ans et plus peuvent bénéficier d'un crédit d'impôt allant jusqu'à 33 % pour les travaux extérieurs. **Appelez au 819 461-6652.**





Vous avez des droits en santé, faites-les respecter...



Le 8 avril dernier à Victoriaville, la Fédération des Centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes a lancé sa campagne de sensibilisation des droits des aînés en santé au Centre-du-Québec. Savez-vous que nous avons plusieurs droits? Les connaissez-vous? *Source: <http://fcaap.ca>*

La Loi sur les services de santé et les services sociaux prévoit que toute personne a le droit:

- **d'être informée** de l'existence des **services** et des **ressources disponibles** dans son milieu.
- de **recevoir des services** de santé et des services sociaux **adéquats** sur les plans à la fois **scientifique, humain et social**, avec continuité et de façon personnalisée et sécuritaire.
- de choisir le professionnel ou l'établissement duquel elle désire recevoir des services.
- de **recevoir les soins que requiert son état**. L'établissement, doit voir à fournir ces soins.
- **d'être informée sur son état de santé et de bien-être**, de manière à connaître, dans la mesure du possible, les différentes options qui s'offrent à elle ainsi que les risques et les conséquences.
- d'être informée, le plus tôt possible, de tout **accident survenu au cours de la prestation**.
- de donner ou de refuser son **consentement**.
- de **participer à toute décision** affectant son état de santé ou de bien-être.
- **d'être accompagnée et assistée d'une personne de son choix** lorsqu'elle désire obtenir des informations ou entreprendre une démarche relativement à un service.
- **d'être hébergée** selon ce que requiert son état de santé (ce dernier doit permettre son retour).
- de recevoir, lorsqu'elle est d'**expression anglaise**, des services dans sa langue.
- **d'exercer un recours** si elle croit que ses droits n'ont pas été respectés.
- **d'avoir accès à son dossier** et droit à la confidentialité de celui-ci.

Dans les résidences privées pour aînés et les ressources en toxicomanie et jeu pathologique, **ils existent également des critères et des normes de certifications** qui sont prévus et qui doivent être respectés par ces établissements. **L'intégrité fait partie prenante de ce droit.**

Si vous croyez que l'on a porté atteinte à votre intégrité ou vos droits, n'hésitez pas à contacter le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) au **1 877 767-2227**. **Il sont là pour vous accompagner.** Pour votre mieux-être et ceux des autres qui pourraient vivre la même situation que vous, **vous avez le droit d'exprimer votre insatisfaction.**



Janik Ouimet



Suggestions de lecture: Claude Bérubé, un auteur bien d'ici!



À 72 ANS, MOI AUSSI, J'AI UN MOT À DIRE

« On qualifie souvent de radotages le propos des vieux de ma génération. Permettez-moi de vous démontrer le contraire en vous invitant à lire mon bouquin. »

M. Bérubé aborde des thèmes encore bien d'actualité: la vieillesse qu'on tente de camoufler à force d'effacer les rides, des accommodements raisonnables et de l'immigration, du Québec et son futur, l'avortement, l'euthanasie, le mépris de la pauvreté, les entrepreneurs du privé, les fonctionnaires de l'état, notre modèle pour l'Éducation et pour la santé, etc.



Une vie entière apporte son bagage d'expériences et d'émotions, d'observations et de vécus. C'est dans ce bagage que M. Bérubé puise la couleur et la consistance de ses propos. Ils ne sont pas radotages d'un passé révolu. Puisque le passé peint la nature même des événements actuels qui vivent devant nous.

Permettons-nous cette phrase de Félix Leclerc : « **Ce n'est pas parce que je suis un vieux pommier que je donne de vieilles pommes** ». Pour plus d'informations, vous pouvez écrire à M. Bérubé: allo.picasso@hotmail.com.

M. Bérubé est également **l'instigateur d'un blogue** destiné aux aînés de 65 ans et plus. Il revendique le droit d'appeler un vieux, un vieux. Pour consulter son blogue: **Les insolences d'un Ptit vieux**, visitez le www.leptitvieux.com.

Janik Ouimet

L'équipe de la Table régionale sera présente!

Le Forum social mondial 2016 débarque à Montréal du 9 au 14 août 2016!
Le plus grand rassemblement de la société civile dans le monde. Plus de 50 000 personnes seront présentes et 1500 activités offertes.

Sous le thème : **Un autre monde est nécessaire, ensemble il devient possible.**
Vous retrouverez les conclusions de notre participation à cet événement dans le Propageur de septembre 2016!





Suggestions de lectures: À la découverte de Marie de Hennezel



Dans cette édition du Propageur, je vous invite à découvrir l'auteure **Marie de Hennezel** qui a écrit plusieurs livres intéressants en lien avec la vie et la mort. Elle aborde le vieillissement d'une manière bien à elle...

Psychologue, psychothérapeute, Marie de Hennezel a travaillé dix ans au sein d'une équipe de soins palliatifs à l'institut mutualiste Montsouris à Paris. Elle donne des conférences et participe à des séminaires de formation à l'accompagnement de la fin de vie, en France et en Europe. Voici quelques-unes de ces œuvres. Source : www.slog.fr/mariedehennezel



MARIE DE HENNEZEL

SEX AND SIXTY. Un avenir pour l'intimité amoureuse (2015)

Marie de Hennezel



Marie de Hennezel aborde dans ce livre la question encore taboue de la sexualité des seniors. Observant une juste mesure entre pudeur et impudeur, elle sonde le mystère et la profondeur de la vie amoureuse dans ce nouveau chapitre de la vie. Au fil de ses rencontres, de ses lectures, de sa propre réflexion, de ses incursions en terres lointaines, elle invite le lecteur à un voyage au cœur d'un territoire méconnu.

La persistance d'une vie amoureuse érotique, quand on avance en âge, demande une évolution de la sexualité. Savoir prendre le plaisir tel qu'il est, tel qu'il vient, et ne pas se focaliser sur ce qu'il devrait être... Voilà ce qui caractérise cette sexualité moins pulsionnelle mais plus érotique. Qui n'est pas moins satisfaisante, loin de là. **« Ce n'est pas parce qu'on vieillit qu'on doit se sentir moins désirable... La sexualité et l'amour ne sont pas le monopole de la jeunesse! »**

La mort intime: Ceux qui vont mourir nous apprennent à vivre... (1995)

« Lorsque la mort est si proche, que la tristesse et la souffrance dominent, il peut encore y avoir de la vie, de la joie, des mouvements d'âme d'une profondeur et d'une intensité parfois encore jamais vécues. » Marie de Hennezel témoigne ici de son expérience d'accompagnement de personnes proches de la mort. Lorsque la mort frappe certains de ses amis ou dans le cadre d'une unité de soins palliatifs et d'un service de maladies infectieuses (sida). Elle partage avec nous la richesse et l'émotion des derniers instants de ceux qui restent des « vivants » jusqu'au bout...





Suggestions de lectures: À la découverte de Marie de Hennezel (suite)



Marie de Hennezel
La chaleur du cœur empêche nos corps de rouiller
Vieillir sans être vieux



La chaleur du cœur empêche nos corps de vieillir. Vieillir sans être vieux (2008) - Vieillir nous fait peur. Notre société nous renvoie une image désastreuse de la vieillesse. Pourtant, ce vieillissement inévitable ne nous condamne pas à la solitude, à la souffrance, à la déchéance ni même à la dépendance. Nous vieillissons tous, mais nous pouvons décider de ne pas devenir « vieux » : tel est le message que nous délivre, sans langue de bois, l'auteur de *La Mort intime*. Comment « vieillir sans être vieux »? Grâce au cœur, à notre capacité d'aimer et de désirer. C'est le cœur qui peut nous aider à dépasser nos peurs et nous soutenir au milieu des pires épreuves de la vieillesse.

Grâce à son expérience de psychologue clinicienne et à ses rencontres avec des « vieillards magnifiques », elle nous dévoile comment transformer en profondeur ce temps de notre vie, en apprivoiser les misères, en retirer les joies.

Le souci de l'autre (2004). Pour une reconquête de l'humain au cœur de notre système de santé. - Ce livre traite de la place de l'humain dans le monde hospitalier français. Trop longtemps, et encore aujourd'hui, les problèmes posés par le système médical français, et l'hôpital en particulier, ont été réduits à des problèmes de matériel, de budget, de personnel, d'organisation. Ce livre montre le véritable enjeu: le malade en tant que personne. Une révolution de la relation humaine doit se produire au-delà de la technique, quelle que soit la réalité des problèmes administratifs ou budgétaires: il faut que chaque patient trouve sa place et se sente accepté en tant qu'être humain par les soignants. Un constat accablant, parfois humainement bouleversant, en même temps qu'un appel à chaque citoyen à construire la véritable « démocratie du soin ». Un sujet facilement exportable à notre système de santé québécois!

MARIE DE HENNEZEL
LE SOUCI DE L'AUTRE



Mourir les yeux ouverts (2012)
« Chacun peut préparer sa mort - dont il ne connaît ni le jour ni l'heure - en vivant le plus en accord possible avec ses valeurs, le plus consciemment possible. Chacun peut approcher sa mort les yeux ouverts, si la mort n'est pas niée, si l'entourage l'accepte, s'il y a suffisamment de vérité et d'amour autour de celui qui meurt. Chacun peut faire de sa mort une leçon de vie pour les autres. »

Janik Ouimet



Vers un Québec sans argent liquide? Vous en pensez quoi?

Dans un article du Devoir du 6 février dernier, Karl Rettino-Parazelli nous apprenait que la **Banque Nationale (BN) plaide pour l'abolition du papier-monnaie** comme c'est le cas au Danemark et en Suède. Nos billets auront-ils le même sort que les sous noirs? Irons-nous vers une monnaie exclusivement électronique? Loin de faire l'unanimité, l'idée mérite que l'on s'y attarde.

Voici **les avantages avancés** par le vice-président aux affaires publiques de la BN, Claude Breton, d'éliminer le papier-monnaie.

- On assure ainsi une **meilleure traçabilité** des transactions, ce qui permet de **lutter contre l'évasion fiscale**.
- **Nul besoin de produire**, récolter ou conserver de l'argent. Le paiement électronique diminue les coûts de transaction et **permet aux autorités de consacrer à d'autres fins les sommes investies pour freiner la contrefaçon**. La firme McKinsey a calculé qu'entre 2007 et 2011, les « coûts de l'argent » représentaient une facture de 490 \$US par ménage.



Photo Jacques Nadeau, Le Devoir

M. Breton sait que les billets de banque ne disparaîtront pas du jour au lendemain, mais il croit fermement que le Québec est un « *terreau fertile* » pour ce genre d'idée « *novatrice* », qui fait déjà son chemin à travers la planète. Au Danemark, par exemple, le gouvernement a pour sa part annoncé l'an dernier son intention de permettre aux stations-service, aux restaurants et aux boutiques de vêtements de refuser les paiements en argent sonnante.

« *L'avantage pour les banques est là, concède M. Breton, mais il est relativement marginal parce que le passage au paiement électronique est déjà en train de se faire.* » Sur ce point, le sondage mené l'an dernier par la firme de gestion de transactions Moneris lui donne raison. Plus de 75 % des canadiens interrogés disaient préférer payer avec une carte de crédit ou de débit et 65 % des répondants affirmaient ne pratiquement plus rien acheter avec de l'argent sonnante.

Conséquences dans la population d'une telle mesure:

- Les banques pourront imposer des frais sur les transactions effectuées par carte.
- Certaines personnes aînées sont dépendantes de leurs enfants ou des étrangers pour faire des transactions. Certains craignent une multiplication des cas d'abus financiers envers des personnes âgées larguées par un nouveau système qu'elles ne maîtrisent pas.

Et vous... Vous en pensez quoi? Bonne réflexion.

Source: <http://www.ledevoir.com/economie/actualites-economiques/462310/vers-un-quebec-sans-argent-liquide>

Janik Ouimet



Que doit-on retenir du dernier budget fédéral?



Il est préoccupant de constater qu’au cours des dernières années un nombre de plus en plus important d’aînés se retrouve en situation de vulnérabilité. Le 22 mars dernier, les attentes face au premier budget du nouveau gouvernement fédéral étaient grandes. Le ministre des Finances, Bill Moreau, avait le devoir d’adopter des mesures concrètes afin de freiner cette pauvreté grandissante, surtout chez les aînés vivant seuls. Voici ce que nous en avons retenu.

Accroissement du Supplément de revenu garanti pour les aînés vivant seuls

Pour les aînés vivants seuls, le ministre propose d'accroître d'un montant pouvant atteindre 947 \$ par année la prestation complémentaire au Supplément de revenu garanti. C’est une mesure qui touchera environ 900 000 personnes aînées et qui se traduit par une hausse d’environ 10 % de leurs prestations, dès juillet 2016. Cette mesure soutiendra les aînés qui dépendent presque exclusivement des prestations de la Sécurité de la vieillesse et du Supplément de revenu garanti. À noter que ces prestations seront ajustées tous les trimestres en fonction de l'augmentation du coût de la vie.

Modifications à la Loi sur la sécurité de la vieillesse pour les couples vivant séparés

Les couples âgés qui doivent vivre séparés pour des raisons échappant à leur contrôle font face à un coût de la vie plus élevé et courent un risque accru de vivre dans la pauvreté. La modification qui sera apportée à la loi permettra aux couples dans cette situation de recevoir des prestations augmentées du Supplément de revenu garanti et des Allocations puisque le calcul s’effectuera sur leur revenu individuel plutôt que sur leur revenu familial.

Retour de la retraite à 65 ans: Promesse tenue pour le gouvernement Libéral.

Engagements à surveiller: l’indexation des prestations de la Sécurité de la vieillesse et du Supplément de revenu garanti

Le gouvernement s’est engagé à faire en sorte que ces prestations suivent l’évolution du coût de la vie réel avec lequel les aînés doivent composer. Une réflexion s’est amorcée afin de trouver des façons de formuler un nouvel indice des prix qui respecte la réalité des aînés. Il va sans dire que nous suivrons l’évolution de ces travaux avec le plus grand intérêt.

Martine Clément



Le transport ambulancier est-il gratuit pour les 65 ans et plus?



Les personnes de 65 ans et plus n'ont pas à acquitter la facture si le transport ambulancier a été évalué comme étant de nécessité **médicosociale**. On entend par là que l'état de santé, les conditions physiques et sociales, ou encore l'accessibilité du lieu de résidence ou de la prise en charge l'exigent. Ceci inclut les cas où, sans présenter de caractère d'urgence, l'état de santé de la personne nécessite un transport ambulancier. Dans ce cas, c'est l'établissement qui reçoit la personne qui acquittera la facture.



Pour que le transport ambulancier soit considéré comme étant de nécessité médicosociale, donc **gratuit**, les **conditions suivantes** doivent s'appliquer :

- Le médecin traitant de l'établissement confirme que la condition du patient justifiait le transport;
- Le transport a lieu à partir d'une résidence ou d'un lieu public situé au Québec;
- L'ambulance doit conduire la personne vers le centre hospitalier le plus près et le plus approprié en fonction des soins nécessaires, même s'il est situé dans une autre région du Québec.

Il peut aussi arriver qu'un organisme, autre que l'établissement assume les frais de transport, lorsqu'il s'agit par exemple d'un transport couvert par la SAAQ, la CSST ou autre. Même pour une personne de 65 ans et plus, **le transport par ambulance n'est pas gratuit si:**

- Il n'est pas médicosocialement requis;
- S'il a lieu à partir d'une résidence : vers une autre résidence, vers une clinique privée ou un bureau de médecin, vers un centre local de services communautaires (CLSC) sans service des urgences, vers un centre d'accueil privé autofinancé;
- La personne est transportée par ambulance : entre deux centres d'accueil privés autofinancés, d'un aéroport, d'une gare ou d'un terminus d'autobus ou de train vers un établissement du réseau de la santé et des services sociaux à la suite de son retour au Québec après un événement (maladie, situation d'urgence) qui a eu lieu hors du Québec ou pour des raisons personnelles et non médicalement requises vers un établissement autre que celui désigné comme le plus près et le plus approprié, pour retourner à son domicile sans autorisation.

Le **Protecteur du citoyen** traite les plaintes concernant les entreprises de transport ambulancier. En cas d'insatisfaction, n'hésitez pas à faire appel à ces services. C'est gratuit, simple et confidentiel.

Source: <https://protecteurducitoyen.qc.ca/fr/conseils/capsules/transport-ambulancier-pour-65-ans-et-plus>

Janik Ouimet

Suivis des dossiers

Vers une vie plus heureuse



Dans l'édition du Propageur de décembre 2015, la Table régionale faisait l'annonce d'un programme intitulé « **En route vers une vie plus heureuse par la gestion des buts par projets personnels** ».

C'est un programme qui a été offert gratuitement dans les MRC de Bécancour, Drummond et Nicolet-Yamaska et qui avait pour objectif la formation de groupe où les participants apprennent et expérimentent le processus qui consiste à établir et réaliser un but personnel. Eh bien! Bonne nouvelle! Grâce à l'obtention d'un financement obtenu via le programme QADA (Québec ami des aînés), le projet pourra se déployer plus largement et se poursuivre jusqu'en février 2018.

L'objectif poursuivi par les participants du programme est d'augmenter leur sentiment de bien-être et d'avoir une vie plus heureuse malgré des changements situationnels importants (retraite, maladie, perte d'un proche, perte d'autonomie, etc.) Je vous invite à consulter l'encart ci-joint.



Une volonté de faire.

Participants recherchés!

Un gros changement est à vos portes?

Vous avez vécu un gros changement?

Vous avez simplement besoin de changement?

Ce programme est pour vous! Inscrivez-vous dès maintenant. Les groupes seront formés et démarreront à l'automne 2016. Les ateliers sont d'une durée de 10 à 12 rencontres et conviennent autant aux hommes qu'aux femmes. Tous sont les bienvenus!

Martine Clément

Un trousseau de clés

La clé de l'épanouissement, c'est le travail.
La clé du succès, c'est l'enthousiasme.
La clé de la maîtrise de soi, c'est le calme.
La clé des découvertes, c'est le silence.
La clé de la joie, c'est le sourire.
La clé de l'amitié, c'est le partage.

La clé de la sérénité intérieure, c'est le pardon.
La clé de la planification, c'est l'ordre.
La clé de la santé, c'est la modération.
La clé du bonheur présent, c'est l'optimisme.
La clé de l'harmonie, c'est la discrétion.
La clé de la richesse, c'est le don.



Journalisme et société : l'Information, un défi citoyen



L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ) et le Cégep de Drummondville ont présenté, le 14 avril dernier, une conférence touchant le journalisme et la société sous le thème: *l'Information : un défi citoyen*. La conférence donnée par Éric Martin, professeur de philosophie au Collège Édouard Montpetit et à l'UQAM, dressait un portrait fort sombre de notre société ainsi que du milieu journalistique qui le couvre.

Selon M. Martin, les journalistes sont en quelque sorte les chiens de garde de la démocratie. Toutefois, il devient apparent que le bât blesse, puisque la démocratie, la société et l'information qui en découle sont sérieusement écorchées et vides de sens. Une multitude de facteurs contribuent à entretenir ce nouveau modèle auquel nous sommes confrontés : la montée de l'individualisme, du capitalisme, de la surconsommation, de l'idéalisation des célébrités, ce à quoi s'ajoute la trop grande diversité des plates formes médiatiques, la concentration des propriétés de la presse et le sensationnalisme indispensable pour vendre l'information à qui veut bien l'acheter. Donc, pour faire court : les chiens de garde se sont transformés en vente de petits pains chauds.

Afin de retrouver la réelle démocratie participative, l'individu doit premièrement retrouver le *citoyen* en lui. Pour se faire, il nous revient donc de *savoir* et *connaître* : lire le journal, suivre l'actualité par l'entremise de diverses sources, témoigner de son intérêt pour quelque chose par des gestes concrets, comprendre qu'acheter c'est voter, changer sa perception de ce qui nous entoure...

Tant que nous ne prendrons pas notre place dans l'*espace public* pour entreprendre un débat public riche, d'autres, qui ne vivent assurément pas notre réalité, vont prendre les décisions pour nous.

Parce que : *vivre, c'est agir sur son entourage...*

Jaimmie Lajoie

Suivis des dossiers

15 juin : Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les aînés



Parce que la maltraitance n'est jamais acceptable.

La société québécoise se mobilise pour y mettre fin. Témoin ou victime, chacun a son rôle à jouer : se renseigner, rester vigilant, soutenir un proche, informer ses pairs, référer, mais surtout, dénoncer la maltraitance.

L'ultime but n'est pas de trouver un coupable et d'entreprendre une procédure judiciaire, le but ultime est de mettre fin à la maltraitance, et ce, selon la volonté et dans le respect des victimes.

Le 15 juin, portez le ruban mauve afin de sensibiliser votre entourage à la lutte contre les abus envers les personnes aînées!



La maltraitance ne laisse pas toujours des signes visibles : infantiliser, intimider, frauder, menacer, forcer, ridiculiser, parler à sa place, discriminer... Une victime se cache peut-être dans votre entourage.

Pour mieux reconnaître la problématique : www.aideabusaines.ca

Pour s'informer ou dénoncer : la ligne Aide Abus Aînés : 1 888 489-2287

ou info santé / info social : 811



Éditorial: Notre système de santé public en danger?



Chaque coupure dans notre système de santé public est une porte ouverte pour le privé. Nous avons tous remarqué qu'un trop grand nombre d'infirmières, de médecins, de spécialistes se tournent vers le privé. Que ce soit pour améliorer leurs conditions de pratique, leurs conditions de travail ou simplement pour favoriser leur situation financière, la multiplication des cliniques privées est un fait indéniable. Ce qui, vous en conviendrez, **n'améliore en rien nos listes d'attentes.** Est-il normal de trouver le même radiologiste au privé et au public? Pour le « même service » quelqu'un paie et passe avant quelqu'un sur une liste d'attente... Nos médecins sont-ils des hommes d'affaires? Le médecin ne devrait jamais chercher à faire des profits sur notre santé. C'est pourquoi les frais accessoires ont été considérés comme un réel problème et les cliniques avec actionnaires, une aberration!

En 2005, la Cour suprême, dans le **jugement Chaoulli et Zelitotis**, a rendu une décision controversée et lourde de conséquences qui laisse place à la marchandisation du système de santé. En effet, le jugement stipule que les délais d'attente au Québec portent atteinte à la vie et à la sécurité et permet aux québécois de souscrire à des assurances privées pour certains actes médicaux (pour en savoir plus: <http://www.barreau.qc.ca/pdf/journal/vol37/no13/chaoulli.html>). Les **compagnies d'assurance** y voient donc un marché.

En février dernier, la Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie recevait Dre Isabelle Leblanc, médecin de famille et Dr Francis Livernoche, pédiatre, tous deux membres représentants du regroupement **Médecins québécois pour le régime public (MQRP)**. Le MQRP est un regroupement de plus de 500 médecins, résidents et étudiants qui militent pour la préservation du caractère universel du système de soins de santé québécois. On veut permettre un accès non discriminatoire aux soins.

La conférence qui avait pour thème : **Des médecins à la défense de notre système de santé public**, avait pour but de **sonner l'alarme**. En effet, des décisions gouvernementales sont venues fragiliser notre système de santé public universel. La réformite aiguë qui sévit actuellement en santé ouvre toute grande la porte au privé, les fusions déstabilisent le système, on passe de l'état providence à l'état facilitateur. On paie déjà pour l'ortho, l'opto, le dentiste, le psychologue, etc.

Les questions à se poser: Est-ce qu'on veut nous amener lentement vers la privatisation des services et des soins de santé? Est-ce que le projet de loi 10 est conforme à nos valeurs? Est-ce que le ministre Barette considère que le système public c'est bon? Est-ce que cette richesse collective dont on s'est dotée il y a de ça une trentaine d'années serait en péril?



Éditorial: Notre système de santé public en danger? (suite)



On est en train de toucher aux fondements même des valeurs de solidarité et d'équité qui caractérisent notre société.

Rappelons-nous que les coûts de santé représentent 60 % des faillites personnelles aux États-Unis. Avant notre système de santé public, tomber malade pouvait signifier une 2^e hypothèque sur la maison, on retardait les visites chez le médecin puisque chaque consultation était payante. Sommes-nous en train d'assister au démantèlement de notre système de santé public? Resterons-nous les bras croisés? Notre système de santé est lui-même malade... Quand la population se lève, le gouvernement recule. Rappelons que la santé représente plus de 45 % du budget de notre province. On peut se demander pourquoi on ne manifeste pas plus notre mécontentement.

J'ai choisi de ne pas aborder le projet de loi 20 qui vise à imposer un système de quota aux médecins sous peine de pénalité financière. Encore une fois, il y aurait des questions éthiques à se poser. On dévalorise la médecine familiale et il y a un risque réel de voir ces médecins se désaffilier du système public et se tourner vers le privé...

Frais accessoires, une victoire?



Les frais accessoires sont tous les frais qui sont exigés par le médecin lors de votre visite. Le médecin, pour justifier ces frais, mentionne que c'est pour couvrir ses frais de bureaux. Le problème avec les frais accessoires, c'est qu'ils portent atteintes à l'universalité des soins et qu'ils constituent une double facturation puisque le médecin devrait être déjà payé pour ces frais. Comme il y a eu beaucoup d'abus (ex.: gouttes ophtalmologiques administrées à 20 \$ ou 300 \$, alors qu'elles en coûtent 1 \$), le ministre Barrette mentionnait qu'il voulait légiférer ces frais...

Reviement de situation, le même jour où l'étude légale Ménard (M^e Jean-Pierre Ménard), Martin avocats a déposé un recours judiciaire pour **forcer l'intervention de la ministre fédérale de faire appliquer la Loi canadienne sur la santé** et de faire cesser la pratique des frais accessoires dans l'ensemble du Canada et que **la Protectrice du citoyen** du Québec a averti le gouvernement qu'il s'exposait à des **poursuites judiciaires** en s'attaquant de telle sorte au principe d'universalité des soins, on apprenait que le ministre Barrette reculait et voulait maintenant inclure ces frais accessoires dans la masse salariale des médecins et donc, les interdire. Au moment d'écrire ces lignes, il est en négociation avec les médecins. À suivre...

Janik Ouimet

Nouvelles d'ailleurs

États-Unis : Une classe dans une maison de retraite



<http://www.lireetfairelire.qc.ca>

Le programme *Book Buddies*, qui s'apparente au service *Lire et faire lire* au Québec, consiste à jumeler un élève de la maternelle à une personne âgée pour que chacun se fasse la lecture à tour de rôle. Qui plus est, cette initiative se déroule dans une école qui se trouve au cœur même d'une maison de retraite dans l'état d'Oklahoma aux États-Unis. Les projets intergénérationnels ont fait leurs preuves : la majorité des élèves ont eu de meilleurs résultats aux tests nationaux de lecture. « À l'âge de 5 ans, plus de 70 % des élèves quittent le projet en lisant aussi bien qu'un enfant en troisième année. » De plus, les personnes âgées ont diminué leurs prises de médicaments et ont trouvé un nouveau sens à leur existence. Vive l'intergénérationnel!

Source : <http://apprendreaeduquer.fr/salle-classe-maison-retraite>

Japon : Un jardin de fleurs pour briser la solitude

L'amour est aveugle et pour les Kuroki, ce dicton s'applique au sens propre. Après trente ans de vie commune à s'occuper d'un élevage laitier, Toshiyuki Kuroki a vu la santé de sa femme de 52 ans déperir et sa vue disparaître suite à des complications liées à son diabète. Monsieur Kuroki, dévasté de voir sa femme plonger dans la solitude et la dépression, se disait qu'elle pourrait retrouver sa joie de vivre si des personnes venaient la voir un peu à chaque jour. C'est ainsi que lors d'une balade, il a aperçu une variété de phlox rose, une fleur aussi charmante par sa beauté que son odeur. Pendant deux ans, il a donc abattu les arbres de son exploitation pour faire place à des milliers de fleurs. Aujourd'hui, une dizaine d'années après la première floraison, plus de 7 000 personnes vont au Japon annuellement pour visiter ce jardin public. Qu'ils soient passionnés d'horticulture ou tout simplement curieux, les passagers ne sont pas seulement attirés par la beauté des lieux, mais aussi par le récit touchant de ce couple. Fin heureuse pour madame Kuroki, puisque l'histoire dit que Yasuko Kuroki a retrouvé le sourire...



Source :

<http://bigbrowser.blog.lemonde.fr/2016/02/22/un-japonais-transforme-sa-ferme-en-jardin-public-pour-sa-femme-devenue-aveugle/>

Catherine Bureau

Suivis des dossiers

Coup d'œil sur les dossiers en cours des Tables locales aînées centricaises

Table de concertation pour les personnes aînées de la MRC d'Arthabaska : Le comité organisateur pour la *Journée internationale des personnes aînées* s'est rencontré une première fois. Restez à l'affût pour connaître les détails de l'activité qui se tiendra en octobre! Le mardi 17 mai 2016 a eu lieu l'Assemblée générale annuelle (AGA) de la Table à Victoriaville.



Table de concertation des personnes aînées de la MRC de Bécancour : L'activité *Mourir dans la dignité* a eu lieu le jeudi 28 avril dernier. Plus de 150 personnes ont eu l'opportunité d'entendre M^e Jean-Pierre Ménard et Marjolaine Landry. La Table a répondu à un sondage pour connaître leur vision commune du territoire de la MRC de Bécancour et favoriser l'émergence d'actions pour améliorer les conditions de vie. Suivis des projets *Rêves d'aînés* et *Coups de cœur intergénérationnels et culturels* (collaboration avec la Table de concertation des personnes aînées de Nicolet-Yamaska). Le vendredi 20 mai 2016 a eu lieu l'AGA de la Table à Gentilly.

Table de concertation pour les personnes de la MRC de Drummond : Présentation le 14 juin prochain, dans le cadre de la *Journée mondiale de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes aînées*, de deux conférences de sensibilisation offerte par le Centre d'aide aux victimes d'actes criminels du Centre-du-Québec et les étudiants en Techniques policières du Collège Ellis. Cette activité gratuite se déroulera au Centre communautaire récréatif St-Jean-Baptiste (114, 11^e Avenue, Drummondville) dès 13 h 30. Pour s'inscrire : 819 474-3223.

Table de concertation pour les personnes aînées de L'Érable: Un comité a été formé en collaboration avec la MRC pour déterminer les critères de sélection du prix *Ambassadeur de L'Érable* qui sera remis lors de la *Journée internationale des personnes aînées* à une personne de plus de 65 ans qui s'est démarquée dans sa communauté. La Table travaille actuellement sur un guide *Choix d'un milieu de vie*. Le mardi 17 mai 2016 a eu lieu l'AGA de la Table à Plessisville.

Table de concertation des personnes aînées de Nicolet-Yamaska : Le dimanche 24 avril dernier, la pièce *Le coffre* du Théâtre Parminou a été présentée à une cinquantaine de personnes à Saint-Léonard-d'Aston. L'Association des personnes malentendantes de la Mauricie a rencontré la Table. C'est un axe d'intervention sur lequel la Table pourraient se pencher dans les prochaines années. La Table est en période de recrutement! Pour toute information, contactez Catherine Bureau au 819 222-5355.

Dossier spécial

Coups de cœur intergénérationnels et culturels



*Collaboration spéciale de Valérie Lamothe, agente de développement
Projet Coups de cœur intergénérationnels et culturels*

Un bilan positif pour la première année d'activité!



En avril 2015, le CIUSSSMCQ, les Tables de concertation des personnes âgées des MRC de Bécancour et de Nicolet-Yamaska et le Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour s'associaient pour la réalisation de l'initiative *Coups de cœur intergénérationnels et culturels*. Un projet visant l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées vivant en centre d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD) dans les MRC de Bécancour et de Nicolet-Yamaska. Après un an d'activité, le bilan est plus que positif.

Grâce au projet *Coups de cœur intergénérationnels et culturels*, quarante-quatre (44) activités ont été proposées aux résidents des cinq centres d'hébergement du territoire Bécancour-Nicolet-Yamaska. Plusieurs partenariats ont été établis entre les centres d'hébergement et la communauté. Par exemple, des liens ont été tissés avec des services de garde, des camps de jour, des écoles primaires et des maisons de jeunes. Ce qui a permis aux aînés de bénéficier de la présence vivante et énergique des jeunes à l'occasion de pièces de théâtre intergénérationnelles, de jeux de société ou d'activités sportives spécialement organisées dans le cadre de ces visites.

Selon les commentaires recueillis, il ne fait aucun doute que ces initiatives sont appréciées de tous. Et, bonne nouvelle, plusieurs activités sont en cours de développement pour les mois à venir, notamment avec l'Association des personnes déficientes intellectuelles de Bécancour-Nicolet-Yamaska, l'Association des personnes handicapées du Lac-St-Pierre, la Chorale de St-Pierre-les-Becquets, l'École secondaire Jean-Nicolet et le Carrefour familial de Manseau.

Il est important de mentionner que ce projet se poursuivra jusqu'au 31 décembre 2016.



Dossier spécial

Conférence *Le choc des générations*

Le jeudi 21 avril dernier à Victoriaville, la conférence *Le choc des générations* a été présentée à 140 participants. Conférencier international, Carol Allain a dressé un portrait humoristique des différentes générations. Voici donc un résumé des caractéristiques respectives à chacune.

- Génération silencieuse (1901-1944) : Les valeurs dites traditionnelles sont fondées sur la famille et la religion. Le travail est très manuel.
- Baby boomers (1945-1963) : À l'aube de la retraite, cette génération a milité pour de meilleures conditions de travail (salaire, syndicat, etc.) Elle aime la stabilité.
- Génération X (1964-1978) : Le grand défi de cette génération est de concilier la vie de travail et de famille. Ses choix et décisions sont guidés par l'émotion.
- Génération Y (1979-1994) : La génération Y veut se différencier des autres. Elle a une grande ouverture sur le monde et les différences, elle vit de passion.
- Génération Z (1995-2010) : S'adaptant aux changements, cette génération fait partie de l'ère numérique. Femmes de carrière (ex. : notaires), elles ont un revenu supérieur aux hommes.

Qui plus est, monsieur Allain a abordé les grandes tendances qui ont « évolué » au fil du temps. Avant, les repères étaient l'Église, l'État et la famille. Aujourd'hui, ce sont les réseaux sociaux, les amis et les célébrités. Les générations traditionnelles ont connu la guerre, la dépression. Les générations nouvelles vivent dans l'abondance et la surconsommation. On est passé d'un jugement d'utilité à un jugement de beauté (j'achète des souliers car ils sont de qualité versus j'achète des souliers car ils sont beaux). Avant, on parlait de pression artérielle et de pieds enflés. Aujourd'hui, on parle d'anxiété et de dépression. **Ce qu'il faut retenir, c'est que la faiblesse des uns est la force des autres et qu'ensemble, on peut partager, on peut apprendre!**



Pour en connaître davantage sur le sujet, consultez son livre intitulé *Le choc des générations : cohabiter, une responsabilité partagée*.

Étant de la génération Y et ayant des collègues de la génération X, on constate que les généralités d'une génération ne sont pas applicables pour tous. Ce portrait permet tout de même de comparer et comprendre le vécu et les valeurs des autres générations. Il faut trouver sa propre façon de communiquer, tout en se respectant. Parlez, riez, argumentez, mais au moins essayez! Après tout, comme le dit si bien Carol Allain : « C'est à partir des chocs que naissent des étincelles. »

Catherine Bureau

Dossier spécial

Rendez-vous des générations 2016



Aînés
Échanges
Discussions
Adultes
Adolescents
Centre-du-Québec
Environnement

En mars 2016, une consultation intergénérationnelle ayant pour thème l'environnement a été organisée par la Table de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec et ses partenaires.

Le *Rendez-vous des générations* s'est tenu dans les cinq MRC de la région (Arthabaska, Bécancour, Drummond, L'Érable et Nicolet-Yamaska). Rappelons que les objectifs du *Rendez-vous des générations* sont de favoriser les discussions intergénérationnelles, de prendre en considération les opinions des participants et d'améliorer la compréhension entre les différentes générations.

Les jeunes, adultes et aînés présents ont eu l'opportunité de donner leur vision et de mettre en commun leurs actions face à la protection de l'environnement.



MRC de Drummond



MRC d'Arthabaska



MRC de Bécancour

Plusieurs points forts ont été soulevés. On a qu'à penser à l'aspect nouveau de cette deuxième édition, soit le panel intergénérationnel qui a permis d'informer les participants et de relancer les discussions. Qui plus est, les discussions ont permis aux participants d'apporter des pistes de solutions concrètes individuelles et collectives pour protéger l'environnement. Par exemple, en réutilisant les tissus et objets, en développant des systèmes de compostage ou en donnant des ateliers et formations dans les écoles ou auprès de groupes stratégiques. Bref, il suffit de donner l'exemple tout simplement!

Cette soirée a été plus qu'appréciée des participants présents. En effet, les commentaires reçus sont très positifs et démontrent que l'intergénérationnel rassemble les gens : « Les jeunes m'ont motivée à faire plus pour l'environnement. » « Je trouve cela très intéressant de savoir les points de vue des autres générations. Cela m'incite à en faire plus pour ma génération. Je n'ai que 12 ans et j'aime en savoir plus sur l'avis des autres. »

Dossier spécial

On a demandé aux 166 participants...



Quelles sont vos préoccupations face à l'environnement?

Une des préoccupations majeures est le réchauffement de la planète qui engendre de grands changements climatiques (précarité de la couche d'ozone, désertification, fonte des banquises qui menacent la survie des ours polaires, etc.) Il y a urgence d'agir!

La pollution sous toutes ses formes est une inquiétude bien présente, qu'elle soit industrielle (usines), visuelle (éoliennes), sonore (bruit) ou par le pétrole (gaz à effet de serre). Avec la pollution par le pétrole, des questions s'imposent. Sommes-nous prêts à abandonner la voiture (développement du transport en commun et des voitures hybrides ou électriques versus le lobby du pétrole)? Est-ce que les milieux sont équipés pour l'avenue des voitures hybrides ou électriques?

Les participants ont également manifesté des préoccupations face à la récupération. En effet, les mécanismes de récupération ne semblent pas clairs pour certains. L'utilisation des bouteilles d'eau en plastique est obsolète surtout quand des solutions simples existent comme utiliser des bouteilles réutilisables. Il en est de même pour les sacs. Les participants ont eu une pensée pour les producteurs qui fabriquent des produits non recyclables. Selon eux, il devrait y avoir des normes. De plus, il faut conserver ou développer une meilleure gestion des déchets (récupération, compost). C'est une question de civisme. À l'ère de la consommation et de la surconsommation, il est suggéré d'éviter le gaspillage, de favoriser la réutilisation des objets et de réparer au lieu de jeter (obsolescence programmée¹).

L'épuisement des ressources naturelles est également inquiétant pour les participants : accès à l'eau potable, qualité de l'eau, appauvrissement de la terre, accès à la nourriture, destruction des habitats naturels, etc. On a besoin d'arbres pour respirer, trop d'arbres sont coupés et pas assez sont plantés. La nature change. Les animaux disparaissent. L'utilisation de produits chimiques comme les pesticides et les insecticides ont une incidence directe sur les cultures et les abeilles.

¹Stratégie visant à réduire la durée de vie d'un produit pour augmenter son taux de remplacement et provoquer un nouvel achat prématurément. <http://obsolescence-programmee.fr>

Dossier spécial

On a demandé aux 166 participants... (suite)

Comment se fait-il qu'il y ait encore des déchets dans la nature comme des mégots de cigarettes, des bouteilles d'eau vides et de la gomme? Les participants désirent laisser la planète propre.

La protection de la planète est un phénomène mondial. Tout le monde doit faire sa part. Il faut informer et sensibiliser la population sur son rôle individuel et collectif. Selon les participants, il y a beaucoup de travail à faire au niveau politique. Non seulement il faut en prendre soin de la planète, mais il faut donner l'exemple et penser à l'avenir des générations futures...



Diffusion de la synthèse

La synthèse des résultats complète sera diffusée à l'occasion de la *Journée mondiale de l'environnement*, soit le 5 juin 2016. Elle sera disponible en ligne sur le site Web de la Table régionale au <http://aines.centre-du-quebec.qc.ca>.

Sous forme d'aide-mémoire, on espère que cet outil saura vous inspirer dans vos démarches! Chaque petit geste compte!

Je tiens à remercier le comité régional qui s'est réuni à 6 reprises pendant l'année pour permettre la réalisation de ce projet intergénérationnel. Encore une fois, c'est grâce à la concertation et à la collaboration du milieu que de telles initiatives sont possibles!

Catherine Bureau

Vous aimeriez organiser une activité intergénérationnelle dans votre milieu?

Visitez la **boîte à idées intergénérationnelles** de la Table régionale au <http://aines.centre-du-quebec.qc.ca/intergenerationnel/boite-a-idees>.

Ces initiatives locales, provinciales, nationales et même internationales sauront sans aucun doute vous inspirer!



À mettre à votre agenda

1^{er} au 7 juin	Semaine québécoise des personnes handicapées
14 juin	Activité gratuite de sensibilisation à la maltraitance à 13 h 30 (Drummondville)
15 juin	Journée internationale de sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées 14 h : OMH Victoriaville (65, rue de l'Ermitage) : Conférence sur l'intimidation
9 au 14 août	Forum social mondial (Montréal)

Numéros sans frais destinés aux personnes âgées

- Toute urgence : **911**
- Info-santé, Info-social : **811**
- Ligne Aide Abus Aînés : **1 888 489-2287**
- Ligne Info-aidant : **1 855 852-7784**
- Autorité des marchés financiers : **1 877 525-0337**
- FADOQ : **1 800 828-3344**
- Carrefour d'information pour aînés, Drummondville : **819 472-6101 ou 819 474-6987**
- Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes MCDQ : **1 877 767-2227**

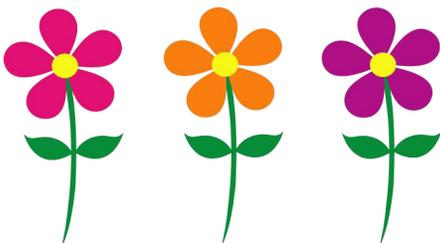
Visitez notre page Facebook!

Un simple clic *J'aime* sur cette page:
Table régionale de concertation des personnes âgées CDQ



Parlez-en à vos amis!

Sudoku | Niveau : moyen



Solution au verso



				6		3	4
		7	3	8	4	1	5
		8	1	5			7
8						7	6
1			8		9		2
9	6						8
7			6		3	2	
4		3	2	1	8	7	
2	1		4				

le Propageur

PREVENTION COMMUNICATION A PARTAGE BÉNÉVOL CŒUR CONCERTATION CONN PASSION FIERTÉ BONHEUR RESP

La Table régionale de concertation des personnes aînées du Centre-du-Québec

Pour nous joindre



Janik Ouimet, directrice
tableainesregionale@cgocable.ca

Jaimmie Lajoie, agente de développement
developpementaines@cgocable.ca



Catherine Bureau, agente de concertation
concertationaines@cgocable.ca

Martine Clément, agente de projet
chantieraines@cgocable.ca



Tél. : 819 222-5355 | Téléc. : 819 222-8316



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

Merci pour votre précieuse collaboration au bulletin *le Propageur*



Résidence St-Joseph de Nicolet



Sudoku | Solution



SYLVIE ROY
Députée d'Arthabaska
Bureau de circonscription
430, rue de Bigarré
Victoriaville (Québec) G6T 1L8
Téléphone : 819 758-7440
Télécopieur : 819 758-1583
Courriel : sylvieroy-arth@assnat.qc.ca



Alain Rayes
Député de Richmond-Arthabaska
alain.rayes@parl.gc.ca
819-754-8375 | 1-877-754-1375 (sans frais)
3, rue de la Côte, C.P. 6
Victoriaville (Q.C.) G6P 6S4
349, boulevard
Arthabaska (Q.C.) J1T 8K4
23-A, rue Saint-Georges
Windor (Q.C.) J0 2L7

5	2	1	9	7	6	8	3	4
6	9	7	3	8	4	1	2	5
3	4	8	1	2	5	6	9	7
8	3	2	5	4	1	9	7	6
1	7	4	8	6	9	3	5	2
9	6	5	7	3	2	4	1	8
7	8	9	6	5	3	2	4	1
4	5	3	2	1	8	7	6	9
2	1	6	4	9	7	5	8	3

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS
CENTRE-DU-QUÉBEC