



LA CONCERTATION...EN BREF

www.aineseestrie.qc.ca

2022 - No.12

Mai 2022

MOT DE LA PRÉSIDENTE



Micheline Roberge,
présidente

Une des plus grandes réussites en matière de développement social et économique est l'allongement de l'espérance de vie

Une vie plus longue est un don prodigieux et précieux. Celui-ci nous permet de repenser ce qu'est la vieillesse ainsi que la façon dont nous menons notre vie. Il est très important de mieux vivre les années gagnées et cela au profit de tous en apportant une contribution importante qui affectera tous les aspects de la société.

La participation significative des personnes âgées renforcera leur autonomisation en ayant la capacité à avoir la maîtrise de leur vie et à

revendiquer leurs droits. Regardons les domaines qui orienteront notre réflexion et nos demandes.

- **Pauvreté** : il est essentiel que les aînés ne tombent pas dans la pauvreté. Il leur faut des revenus supérieurs au seuil de faible revenu.

Suite page 2

Dans ce numéro:

Récipiendaire de la Médaille du Lieutenant-gouverneur	3
Avis de convocation	3
Reconnaissance: Réginald Crête et Monique David	4-5
17 mai – Journée contre l'homophobie et la transphobie	6
Semaine québécoise intergénérationnelle	6
La violence conjugale	6
Profil d'organisme: Parkinson Estrie	7
SAAQ: Nouveau formulaire	8
COVID-19	8



SHERBROOKE
ASBESTOS
WINDSOR
WEEDON
BROMPTONVILLE
EAST ANGUS

PRÉSENT À CHAQUE INSTANT



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

819 565-7646

coopfuneraireestrie.com

Suite de la page1 [...]

- **Sécurité alimentaire** : nous devons contribuer à inverser les tendances de la malnutrition et à prévenir la dépendance à la sur-médication.
- **Bonne santé physique, mentale et bien-être** : contribuer le plus longtemps possible à la vie de société, avec des possibilités de bonne santé et des systèmes de santé et sociaux intégrés, centrés sur la personne plutôt que sur les maladies.
- **Apprendre tout au long de sa vie** : faire ce qu'ils aiment, conserver leurs capacités de prendre des décisions, de garder leur motivation, et leur indépendance. Cela passe par acquérir des compétences numériques notamment.
- **Égalité** : améliorer la situation économique des femmes âgées et éliminer la violence à caractère sexiste, la maltraitance.
- **Continuer à travailler** : disposer de possibilités d'emploi et de conditions de travail décentes.
- **Apprentissage technologique** : voir un accès à Internet abordable et adapté à l'âge. Des travaux de recherche permettant la mise en place de dispositifs de cyber santé.
- **Services appropriés pour tous** : avoir accès aux services et à l'aide à domicile dans leur quartier et dans leur communauté.
- **Municipalités amies des aînés** : Adapter les villes et les communautés aux personnes âgées. Tous les secteurs et les parties prenantes devraient être associés à la création de cet environnement.

En conclusion, changer notre façon de penser et la façon dont nous agissons face au vieillissement. Pour le faire, des campagnes de sensibilisation à l'âgisme, des activités de réflexion adaptées sur le vieillissement en bonne santé et des lois centrées sur la prévention devront être menées pour amener des changements bénéfiques.

Micheline Roberge



Parkinson Estrie offre des activités et des services en région: Lac Mégantic, Magog, Granby, etc.

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2022

Pour toutes questions ou pour vous inscrire: (819) 239-6232 ou estrie.parkinson@gmail.com

Récipiendaire de la Médaille du Lieutenant-gouverneur

Madame Pauline Dumoulin est née avec le don exceptionnel d'aider les autres : spécialement les personnes âgées. À la retraite, elle continue de s'impliquer bénévolement presque à temps plein à la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie, à la Table de concertation des aînés des Sources, à la FADOQ, dans un projet de Coopérative d'habitation à St-Adrien et comme proche-aidante.

Merci pour votre implication et bravo madame Dumoulin!

- Candidature proposée par la TRCAE



Félicitations à tous les Estriens lauréats de la Médaille du Lieutenant-gouverneur pour les aînés.



AVIS DE CONVOCATION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

La Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie (TRCAE) vous convoque mardi, le 14 juin 2022 à 13 h 30 à la Coopérative funéraire de l'Estrie - salle 1, 485, rue du 24-Juin à Sherbrooke pour son Assemblée générale annuelle (AGA).

Information et inscription: info@ainesestrie.qc.ca ou 819 822-0204



Journée de concertation régionale spéciale de la TRCAE

œ **communautés ethnoculturelles** ∞

Réservez la date du mardi 13 septembre 2022 dans votre agenda!

*La Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie
tient à souligner l'engagement exceptionnel et le travail de gens d'ici
au bien-être des personnes aînées*



Merci de votre engagement ❤️

Bénévole depuis son adolescence

Rayon de Soleil de l'Estrie est honoré de pouvoir reconnaître publiquement le travail d'un bénévole qui a à cœur la mission de l'organisme mais surtout son engagement face aux aînés de notre communauté.

Monsieur Réginald Crête est membre de Rayon de Soleil depuis 2015. Réginald est né à Wotton sur la ferme de ses parents. Il a fait ses études primaire et secondaire à Wotton et Asbestos. Par la suite l'Ontario nous l'a volé pour ses études à l'Ontario Business College de Belleville.

Suite à ses études, il a travaillé à Montréal mais ayant l'Estrie tatouée au cœur, il est revenu pour travailler dans une banque à East Angus. Asbestos, son patelin, l'a vu revenir pour travailler à la mine Canadian John's Manville. Il y a passé plus de 38 ans.

Réginald est marié à une femme magnifique depuis 49 ans. Ils ont eu deux beaux enfants.

Le bénévolat fait partie de sa vie depuis son adolescence. Il est devenu commissaire à la commission scolaire de l'Asbesterie qui est devenu la commission scolaire des Sommets pendant plus de 12 ans.

Réginald est un membre très actif des Chevaliers de Colomb. Grand chevalier il s'impliquait dans toutes leurs bonnes œuvres. Il est toujours actif au niveau de la campagne de don de sang de la Croix rouge.

Bref un homme de cœur qui ne sait pas dire non. Nous sommes privilégiés à Rayon de Soleil de l'Estrie de l'avoir comme membre actif depuis 2015. Il siège au conseil d'administration depuis plusieurs années et assure le poste de président du CA depuis mars 2022.

Merci de faire partie de notre organisme et de participer au bonheur des aînés à Sherbrooke. Vous êtes un modèle pour les générations à venir.

Par Martine Auray, coordonnatrice - Rayon de Soleil de l'Estrie



Monique David, une bénévole d'exception dans sa communauté!

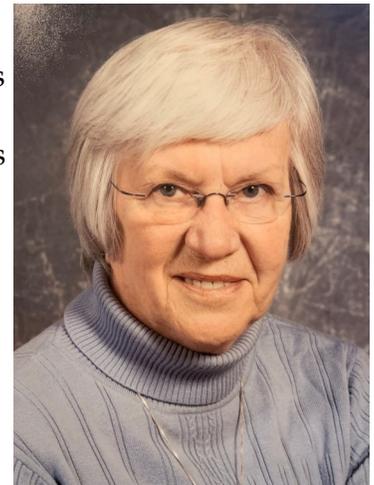
De par ses 1001 implications bénévoles et projets de toutes sortes, Mme David a amélioré le milieu de vie de sa communauté et la qualité de vie de nombreux citoyens d'Eastman!

Son engagement bénévole a débuté en 2000 à titre de bénévole et ensuite présidente au sein de Club La Missisquoise où elle œuvre depuis 22 ans, ainsi que d'une dizaine d'autres comités.

Elle a été attirée vers le bénévolat principalement pour aider son prochain, partager avec tous et animer son milieu de vie .

Depuis ce temps, elle a œuvré auprès des comités et organismes suivants :

- ♦ Comité familles-aînés (municipalité d'Eastman), représentante des aînés depuis 2019
- ♦ TCAM, représentante du Club La Missisquoise durant 2 ans
- ♦ Frigo communautaire Eastman, administratrice durant 2 ans
- ♦ Les Veilleurs, bénévole depuis 2007
- ♦ La Fabrique (aide alimentaire), bénévole depuis 2007
- ♦ Le train des mots, bénévole depuis 2011
- ♦ Les cuisines collectives, bénévole depuis 2018
- ♦ Eastman en santé, représentante des aînés de 2012 à 2018



Sa principale réalisation bénévole est de faire en sorte que le Club La Missisquoise soit un lieu de rassemblement vivant et intergénérationnel.

Mme David est une personne fort réservée, mais elle est une bonne rassembleuse qui suscite l'engagement à bâtir et maintenir une communauté accueillante et bienfaitante pour tous. De plus, elle est d'une grande efficacité, est animée d'une farouche détermination et d'un engagement sans précédent au niveau de la municipalité; son travail a un impact majeur au sein de la collectivité, particulièrement chez les aînés.

Une personne qui la connaît bien a dit de Monique David : « J'ai rencontré une dame il y a quelques années qui m'a accueillie avec toute sa générosité; elle est devenue une amie, une alliée, une fervente engagée qui croit au bon en chacun des gens, et qui sait reconnaître la valeur d'un travail accompli. Monique incarne pour moi le bien vieillir dans tous les sens du terme et j'ai appris à aimer cette femme, un peu plus à toutes les fois où on se côtoie! »

Mme David témoigne également : « J'ai toujours eu besoin de partager, de chercher à améliorer le vécu des gens en restant bien centré sur le côté humain et le travail en équipe permet de développer les talents de chacun; les bienfaits sont le sentiment de réalisation de soi et de fierté qu'apportent le partage et l'action communautaire. »

Gratuit
Bienvenue à toutes

Journée internationale contre l'homophobie et la transphobie

17 mai memphré

ENSEMBLE et INCLUSIF

● MAGOG - PARC DES BRAVES ●

— Beau temps mauvais temps —

PROGRAMMATION COMPLÈTE, ICI : <https://17maimemphre.org/>

SEMAINE QUÉBÉCOISE INTERGÉNÉRATIONNELLE

du 22 au 28 mai 2022

intergenerationsquebec.org

Intergénérations Québec

Semaine Québécoise Intergénérationnelle

Cliquez pour voir la programmation 2022: <https://intergenerationsquebec.org/programmation-2022/>

Des services disponibles

Centre des femmes Le point d'ancrage 819-845-7937
CSSS MRC Du Val St-François 819-542-2777
CSSS MRC Des Sources 819-879-7158
SOS violence conjugale 1-800-363-9010
Info-Social 811

LA VIOLENCE CONJUGALE FRAPPE TOUS LES ÂGES

À visionner: [\(126\) La violence conjugale frappe tous les âges - YouTube](#)

Profil d'organisme: Parkinson Estrie

Notre organisme à but non lucratif existe depuis plus de 30 ans. Celui-ci a pour mission d'améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de la maladie de Parkinson, de leurs proches aidants et de leur famille. Afin d'y parvenir, notre organisme s'engage à assurer l'accès à différents services visant à soulager et à nourrir l'espoir des personnes atteintes.



Nos bureaux ont pignon sur rue à l'intérieur des murs de l'organisme sherbrookoise SERCOVIE. Ayant comme mission de favoriser un mode de vie sain, actif et enrichissant chez les personnes de 50 ans et plus, cet organisme partage généreusement ses ressources, ses professionnels et ses services avec nos membres. Vous pouvez venir nous visiter à l'adresse suivante :

**300, rue du Conseil, local 333
Sherbrooke (Québec), J1G 1J4**

Nous sommes honorés de venir en aide aux membres provenant de 9 MRC différentes. Sherbrooke étant encore le point central de nos services, c'est avec joie que nous desservons aussi les RLS de la Haute-Yamaska, de la Pommeraie, de Memphrémagog, de Val Saint-François, d'Asbestos, de Coaticook, du Haut-Saint-François et du Granit.

Nous offrons une foule d'activités gratuites et confidentielles telles que :

Des activités physiques adaptées

- Le programme « Parkinson en action »;
- Les cours de Tai-Chi, le Club de marche;
- Le programme « À nous deux Parkinson! » qui se veut être inspiré du Rock Steady Boxing. Ce programme de boxe adapté et sans contact, reconnu et fort apprécié par les participants est spécialement conçu pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson ainsi que leurs proches aidants.

Des services de soutien psychosocial pour les personnes atteintes et leurs proches aidants

- Groupe d'entraide pour les proches aidants;
- Service de soutien psychosocial individuel;
- Rencontre pour diagnostique récent;

Des activités artistiques et des activités sociales

- Chorale
- Dîner de Noël, cabane à sucre, etc.

En plus d'offrir **diverses conférences** dans le but de sensibiliser nos membres au sujet de plusieurs enjeux d'actualité entourant la maladie de Parkinson.



Pour en apprendre plus sur nos services, pour vous inscrire à l'une de nos activités, devenir membre, ou recevoir notre bulletin d'information trimestriel, contactez-nous par téléphone au (819) 239-6232, par courriel au estrie.parkinson@gmail.com ou consultez notre site internet www.parkinsonestrie.org. Pour ceux qui le souhaitent, n'hésitez pas à nous suivre sur Facebook!

Poste-publication, no de convention: 42 094 058

ISSN (imprimé) 1918-4352

ISSN (en ligne) 1918-4360

2022 - No.12

Prochaine tombée des textes: 30 juin 2022

Prochaine parution prévue: juillet 2022

RENOUVELLEMENT DE VOTRE ABONNEMENT

La Concertation ...en bref, faites nous parvenir une mise à jour de vos coordonnées par

courriel : info@ainesestrie.qc.ca

téléphone : 819 822-0204

ou courrier postal : 300, rue du Conseil bur. 311 Sherbrooke QC J1G 1J4

Vous vivez une situation de maltraitance ou vous en êtes témoin ? Appelez-nous ! Service gratuit et confidentiel.
www.dira-estrie.org



819-346-0679

INFO-AIDANT

ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES

1 855 852-7784

info-aidant@lappui.org

LAPPUI.ORG



Vous êtes titulaire d'un permis de conduire et vous atteindrez bientôt l'âge de 75 ans?

La Société de l'assurance automobile du Québec vous fera parvenir un **formulaire d'autodéclaration médicale de l'état de santé, accompagné d'une lettre explicative**. Ce formulaire remplace les rapports médicaux effectués par des professionnels de la santé, auparavant demandés.

> Vous devrez remplir ce formulaire et le retourner à la Société.

Pour tous les détails sur cette nouveauté, n'hésitez pas à visiter notre site Web à saaq.gouv.qc.ca/aines.

Renseignements généraux

1 800 361-7620



Vous avez également l'obligation de déclarer tout changement de votre état de santé à la Société dans les 30 jours suivant ce changement et lors du paiement annuel de votre permis de conduire.

Société de l'assurance automobile
Québec
Avec vous,
au cœur de votre sécurité

COVID-19

Assouplissement des règles sanitaires

Demeurons vigilants face au virus et respectueux du choix individuel quant au port du masque.

Information:

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/az/coronavirus-2019>

Ce bulletin est produit et distribué grâce à la généreuse contribution de notre commanditaire : la Coopérative funéraire de l'Estrie et du Secrétariat aux Aînés - Ministère de la Santé et des Services Sociaux.



Québec



* Les articles publiés n'engagent que leur auteur et ne reflètent pas nécessairement la position ou la politique de la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie.