



# LA CONCERTATION... EN BREF

[www.ainesestrie.qc.ca](http://www.ainesestrie.qc.ca)

2025 - No.24

Mars 2025

Dans ce numéro :

## Mot de la présidente



Micheline Roberge,  
présidente

Actuellement, nous vivons dans un monde qui proclame et croit les mensonges, les faussetés, le dénigrement, la méchanceté. On est aspergé de menaces, entouré de gens qui ont la conscience molle : fraudeurs, abuseurs, etc. On préfère la culture de l'annulation en refusant d'écouter l'autre qui ne pense pas comme nous.

Se faire mentir en pleine face est inacceptable.

Chaque humain a en lui quelque chose qui ne vieillit pas : sa capacité d'être présent à l'autre, d'aimer et de s'émerveiller. On apprend tout au long de notre vie. L'espoir en fait partie. La première action à faire est d'éviter les éteignoirs d'espoir. Passer à l'action nourrit notre sentiment d'avoir une certaine puissance face à ce qui nous entoure. Devenir des allumeurs d'espoir en recommençant des gestes du quotidien qui nous permettent de nous

|   |         |
|---|---------|
| SOS violence conjugale                                | 2       |
| Participation sociale                                 | 3       |
| Consultation du MAMH                                  | 4       |
| Mois de la nutrition                                  | 4       |
| Mois prévention fraude                                | 4, 6, 8 |
| Rencontre de concertation                             | 5       |
| Recherche   | 6       |
| Campagne financement Parkinson                        | 7       |
| Première Politique québécoise — Maladie d'Alzheimer + | 8       |

Suite page suivante



COOPÉRATIVE  
FUNÉRAIRE  
DE L'ESTRIE

819 565-7646

[www.coopfunaire.com](http://www.coopfunaire.com)

adapter, de comprendre et d'analyser les mots qu'on prononce. C'est un bon moyen pour comprendre que les mots sont porteurs de sens.

L'espérance, qu'on oublie trop souvent, c'est croire que l'humain est plein de ressources et elle est nécessaire en ce moment. Devenons pour tous des modèles d'espoir, de présence et de vigilance et disons merci à la vie.

- Micheline Roberge



Le bureau de la TRCAE sera fermé les 18, 19, 20 et 21 avril pour le congé pascal.

*Joyeuses Pâques !*



La mission de SOS violence conjugale est de contribuer à la sécurité des victimes de violence conjugale et à la réduction de la violence conjugale et de ses conséquences en offrant des services aux victimes, à la population et à toutes les personnes touchées par la violence conjugale.

1 800 363-9010 — 24/7

438-601-1211 — texto

[sos@sosviolenceconjugale.ca](mailto:sos@sosviolenceconjugale.ca)

<https://sosviolenceconjugale.ca/fr>

**10 ans**  
Info-aidant

À l'écoute  
des proches  
aidants

Appui  
proches aidants

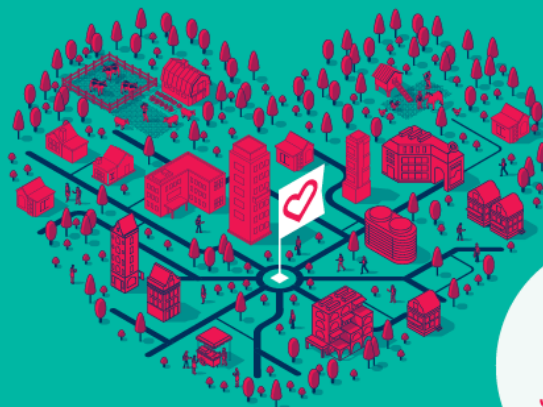
1 855 852-7784  
appui.org

**En route vers le**  
**BÉNÉVOLAT!**

51<sup>e</sup> ÉDITION

**Semaine de l'action bénévole**

27 avril au 3 mai 2025



**fcaq**  
Fédération des  
Centres d'action bénévole  
du Québec

Je bénévolle

Direction de santé publique de l'Estrie

## PERSONNES ÂÎNÉES

### LA PARTICIPATION SOCIALE DES PERSONNES ÂÎNÉES DE L'ESTRIE

Elle joue un rôle essentiel dans le maintien et l'amélioration de leur santé mentale et physique.

Elle aide notamment à prévenir les symptômes de dépression et d'anxiété, de diminuer la consommation de médicaments et même de réduire les risques de certaines maladies ainsi que la mortalité.

#### Saviez-vous que :

- Selon l'enquête de santé populationnelle estrienne (ESPE), un peu plus d'une personne aînée sur deux ont participé à des activités sociales à l'extérieur de leur domicile au moins une fois par semaine au cours de la dernière année?
- Les femmes aînées sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes du même âge à participer au moins une fois par semaine à des activités sociale?
- Environ 30 % des personnes aînées ont eu envie de participer à plus d'activités sociales au cours de la dernière?
  - La principale raison qui les ont limité concerne les horaires des activités qui ne convenaient pas

*Cliquez ici*

pour consulter davantage de résultats sur leur participation sociale  
dans ce bulletin Vision santé publique

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrie - Centre  
hospitalier universitaire  
de Sherbrooke  
Québec

## Plan budgétaire québécois 2025-2026

Vous pouvez consulter le [plan budgétaire](#) déposé le 25 mars dernier. Le budget inclus notamment:

- ◇ 318.2 M\$ pour assurer la qualité des milieux de vie destinés aux aînés, en CHSLD et RPA ;
- ◇ 50 M\$ sur cinq ans afin de rehausser le financement des organismes communautaires liés à la santé et aux services sociaux ;
- ◇ 15 M\$ pour mettre en œuvre la stratégie nationale intégrée de prévention en santé.

## Consultation

Le **ministère des Affaires municipales et de l'Habitation** veut votre avis sur la place des citoyennes et citoyens dans le régime d'aménagement. Il a donc lancé un chantier de travail en matière de consultation et d'approbation référendaire. Dans le cadre de ce chantier, un comité consultatif composé de représentants du milieu municipal et de la société civile a été constitué pour formuler des recommandations sur la manière de renouveler le cadre de la participation citoyenne dans le régime d'aménagement.

Afin d'alimenter les réflexions du comité, la population, les groupes intéressés, ainsi que les administrateurs et les élus municipaux sont invités à faire part de leur point de vue.



Sondage

## Activités, en ligne, gratuites !



La Fédération des aînées et aînés francophones du Canada prévoit plusieurs activités sur leur plateforme [FrancSavoir](#). Ces activités sont destinées aux francophones de 50 ans et plus qui souhaitent apprendre et se divertir.

[Calendrier d'avril](#)

### Mars : mois de la nutrition



CIUSSSE-CHUS — [Saines habitudes de vie](#)  
[Guide alimentaire canadien](#) (disponible en plusieurs langues)

### Mars, c'est aussi le mois de la prévention de la fraude

Visionnez les capsules proposées par



- ⇒ [Capsule 1](#)
- ⇒ [Capsule 2](#)



## Rencontre de concertation régionale

### *Le transport : enjeu multifacette pour assurer un vieillissement actif*

*Qu'il soit collectif, en commun, adapté ou actif, l'accès à un moyen de transport efficace et sécuritaire est essentiel. On en a besoin pour s'alimenter, faire du bénévolat, sortir de l'isolement, s'informer, participer à des activités sociales, se rendre à des rendez-vous médicaux et plusieurs autres raisons.*

La rencontre de concertation régionale s'est tenue le 11 mars dernier et a rassemblé près de 80 personnes venues de huit MRC de l'Estrie. Les conférenciers et les panélistes ont abordé divers sujets dont le transport collectif et adapté, en milieu urbain et en zone rurale, les déplacements actifs, la densification et les déterminants de la santé.



Des échanges au sujet, entre autres, du financement, de la sécurité, de l'isolement, et de l'accessibilité universelle ont permis de mieux comprendre les enjeux.

Les participants ont retenu la concertation, l'information et la promotion comme pistes de solution prometteuses.

Parmi les initiatives positives, notons : les bixis à Sherbrooke, "Auto partage" à Martinville, les coupons-transport à Val-des-Sources et les nombreux bénévoles sur l'ensemble du territoire.



La TRCAE remercie chaleureusement les participants et les intervenants pour leur apport essentiel à la réussite de cette journée.



Un compte-rendu sera disponible ce printemps.

## LA TOURNÉE UN DON DE SOI



METTANT EN VEDETTE  *La tournée du bonheur*



90 minutes d'animations en chansons



5 musiciens de haut niveau



Violon, trompette, piano, guitare et animation chantée



L'opportunité inégalée de soutenir votre banque alimentaire locale, ainsi que toute votre communauté!



Coût du billet : **20 \$** plus une denrée non périssable, par personne, qui sera apportée le soir du spectacle.

Lieu du spectacle : Pavillon des Arts et de la Culture de Coaticook  
116, rue Wellington, Coaticook  
819-849-6371

Date et heure : **Le 26 avril 2025 - 19 heures**

Pour plus d'informations, contactez :  
Ginette Dupont Bissonnette 819-849-6513 et/ou  
Lorraine Chagnon 438-821-2556

Une tournée caritative présentée par  **Lassonde**

EN HAUTE YAMASKA



ATTENTION

Un compte bancaire fraudé?  
Ne fournissez pas votre carte de débit  
ou de crédit, ni leurs codes.

PROTÉGEZ VOTRE ARGENT!

Un proche en situation d'urgence?  
Vérifiez auprès d'une personne  
de confiance.

Communiquez avec votre  
Service de police!

FRAUDEURS






## Recherche sur la participation sociale des personnes de la diversité sexuelle et de la pluralité de genre ayant des incapacités



CONTACTEZ-NOUS

Maria Dolores Majón Valpuesta, PhD  
Chercheuse postdoctorale  
[maria.dolores.majon.valpuesta@USherbrooke.ca](mailto:maria.dolores.majon.valpuesta@USherbrooke.ca)  
819-780-2220, poste 45656

Participez à 1  
entretien individuel  
(60-90 minutes)

- ✓ Vous avez 50 ans ou plus?
- ✓ Vous vous considérez comme une personne de la diversité sexuelle et de la pluralité de genre ayant des incapacités ?
- ✓ Vous souhaitez nous donner votre avis sur votre expérience de participation à des activités sociale ?

Recherche dirigée par Prof. Mélanie Levasseur et Prof. Mélanie Couture

Ce projet de recherche a été approuvé par le comité d'éthique de la recherche du CIUSSS de l'Estrie - CHUS

Entités collaboratrices:











## CAFÉ-CAUSERIE

ayant pour titre

### Je prends MA place

sur le thème de l'intimidation vécue chez les aînés

animé par



Parce qu'il faut d'abord le dire

**Quand:**

**Lundi, 12 mai 2025**

**Accueil dès 13h00**

**Début de l'activité à 13h30**

**Fin à 15h00**

**Lieu:**

**La Patrie,**

**18 rue Chartier**

**Salle municipale, 2e étage**

**Ascenseur accessible**

**GRATUIT**

Café et collations servis

### INFORMATION | QUESTIONS

Marilyne Martel: 819 821-4000 poste 38317  
ou tabledesaineshsf@hotmail.com

une invitation  
de la



Table de concertation  
des personnes âgées  
du Haut-Saint-François

ÉCOUTER | INFORMER | AGIR

Bienvenue à toutes et à tous!



## 2025 VENTE DE TULIPES

MOIS DE SENSIBILISATION À LA  
MALADIE DE PARKINSON

**20\$ LE BOUQUET**

- ◆ Sercovie : 2 avril de 11h à 15h
- ◆ Carrefour de l'Estrie, Sherbrooke : 10 avril à partir de 12h
- ◆ Super C, Granby : 17 avril à partir de 12h
- ◆ +++

Toutes les recettes iront au profit de la recherche ainsi qu'au développement des services pour les membres de Parkinson Estrie.

Service  
Canada

### Période de renouvellement du Supplément de revenu garanti

The Guaranteed Income Supplement renewal period

Vous pouvez communiquer avec les responsables du programme de la Sécurité de la vieillesse : en ligne, par téléphone (1-800-277-9915), par la poste ou en personne.

**Informations, ici**



ISSN (imprimé) 1918-4352

ISSN (en ligne) 1918-4360

Mars 2025- No.24

Prochaine tombée des textes: 28 mai 2025

Prochaine parution prévue : juin 2025

## RENOUVELLEMENT ET ABONNEMENT GRATUIT

300, rue du Conseil, bureau 311 Sherbrooke QC J1G 1J4  
819 822-0204  
info@ainesestrie.qc.ca

### Mars est le mois de la prévention de la fraude

- ♦ [Autorité des marchés financiers](#)  
1 877 525-0337
- ♦ [Centre antifraude du Canada](#) 1 888 495-8501
- ♦ [Fraude-Alerte](#)
- ♦ [Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés](#) |  
Ligne d'aide contre la maltraitance  
1 888 489-2287
- ♦ [DIRA Estrie](#) | Centre d'aide aux aînés  
victimes de maltraitance 819 346-0679



### Première Politique québécoise sur la maladie d'Alzheimer et les autres troubles neurocognitifs

La vision et les orientations de cette politique s'inspirent des travaux des 15 dernières années et découlent d'une collaboration sans précédent entre les acteurs et les partenaires concernés.

[Consulter la Politique](#)

Ce bulletin est produit et distribué grâce à la contribution du Secrétariat aux Aînés - Ministère de la Santé et des Services Sociaux.

Québec

\* Les écrits publiés n'engagent que son ou ses auteur.e.s et ne reflètent pas nécessairement la position ou la politique de la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie.