



Généralions +

Le bulletin des 50 + en Appalaches

Vol. 2, no 19, le 29 octobre 2015

LE PRIX DU GOUVERNEUR GÉNÉRAL POUR L'ENTRAIDE REMIS À MAURICE GRÉGOIRE

C'est des mains de Son Excellence le très honorable David Johnston, gouverneur général du Canada, que monsieur Maurice Grégoire a reçu, le 6 octobre dernier à la Citadelle de Québec, le Prix du Gouverneur général pour l'entraide, en compagnie d'une trentaine d'autres récipiendaires venus de tous les coins du pays.

« Vous êtes des sources d'inspiration! Vous venez de différentes villes et municipalités au pays. Grâce à vous, il est plus agréable d'y vivre, d'y travailler et de s'y amuser. Vous avez tous généreusement donné de votre temps et mis vos talents à contribution. Vous le faites depuis des années, sans attendre de prix ni de reconnaissance. Vous le faites pour une raison : Parce que vous vous souciez des autres... », leur a dit le gouverneur général dans son allocution. Et le moins que l'on puisse dire, c'est que ces paroles pourraient à elles seules résumer le parcours de Maurice Grégoire.



Gracieuseté de : Sgt Ronald Duchesne, Rideau Hall ©

Dès les années 70, il s'engage dans sa communauté, plus précisément dans sa paroisse, où il s'occupe d'animation liturgique puis, en compagnie de sa conjointe Michelle Breton, il s'implique dans les sessions de préparation au mariage.

Un peu plus tard, au début des années 80, il est l'un des fondateurs de l'Association des parents des petits musiciens de St-Noël inc. qui a pour mission de faciliter l'apprentissage de la musique chez les jeunes. Toujours pour les jeunes, il devient le *coach* de l'activité « Génies en herbe » en 1984. Il le restera 10 ans. La même année il accepte le poste de secrétaire de l'Association sportive et de bienveillance du Lac de l'Est. Cette fois, ce sont les préoccupations environnementales qui primeront.

Durant la décennie des années 90, son action bénévole est davantage liée à sa vie professionnelle d'enseignant. Il est membre du comité fondateur de l'Association québécoise de l'enseignement moral (AQEM), où il occupe diverses fonctions, notamment à l'organisation d'une quinzaine de congrès et colloques en plus de rédiger plusieurs textes pour le bulletin de l'association.

Il prend sa retraite en janvier 1999, après avoir consacré tout près de 35 ans à l'enseignement. Cette retraite ne le laisse pas à ne rien faire. Bien au contraire. Il devient président-fondateur de la Fondation Carrier-Fecteau, en soutien à la Polyvalente de Thetford. Il occupera la présidence durant sept ans et

maintenant la vice-présidence. Il a été membre du Comité des organismes associés de Centraide-Québec de 2001 à 2004 et président de ce comité de 2004 à 2006. À l'Institut du Troisième Âge de Thetford Mines, il sera directeur de 2000 à 2002 et par la suite il fera partie de l'équipe des intervenants. Graduellement la cause du mieux-être des aînés devient un créneau privilégié pour lui. Il sera secrétaire durant sept ans de la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches puis responsable des communications jusqu'en 2013. En 2004, il met en place un bulletin électronique d'information en plus d'animer différents colloques et congrès. Au Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches, il s'implique dans les *Déjeuners de la parlure... aux agissements* qu'il anime et dont il rédige les synthèses. Il est également présent au colloque sur le transport collectif en 2007, où encore une fois il est l'animateur. L'un des événements qui ont donné naissance à Taxi Bus, dont il est l'actuel vice-président. Pour revenir au Conseil des aînés et des retraités, en plus de siéger au conseil d'administration il est membre du Comité d'information qui s'occupe de publier le *Bulletin Générations +* et les cahiers et le magazine Belle Vie que l'on retrouve dans le Courrier Frontenac.

Et la liste continue. Il est le secrétaire de la Société nationale des Québécois et des Québécoises de la région de Thetford et finalement il occupe le poste de président de l'organisme *Se parler... D'Hommes à Hommes inc.* qui œuvre en violence conjugale et familiale. Une cause qui lui tient particulièrement à cœur puisqu'il y est depuis 1998 et dont il a été le secrétaire durant 10 ans.

Rappelons que depuis 1995, le Prix du gouverneur général pour l'entraide souligne les efforts des grands bénévoles qui contribuent à l'essor de notre société et qui offrent leur aide et leur empathie en toute humilité. Comme je le disais au début c'est tout à fait le portrait de Maurice.

Mario Dufresne, Comité d'information Générations +

SEMAINE NATIONALE DES PROCHES AIDANTS

C'est sous le thème de la solidarité que la Semaine nationale des proches aidants sera soulignée du 1er au 7 novembre 2015. La première semaine de novembre a été proclamée par le gouvernement du Québec « Semaine nationale des proches aidants », et ce, depuis 2007.

L'objectif est d'encourager la population à reconnaître le rôle des aidants d'aînés dans la société québécoise et de favoriser une mobilisation populaire autour d'eux. Des activités seront déployées à cette fin.

Au Québec, on évalue à plus de 300 000 le nombre de proches aidants qui donnent 5 heures et plus par semaine de soins à un aîné. Le nombre de proches aidants augmentera considérablement au cours des prochaines années avec le vieillissement de la population.



COURS OFFERTS AUX PERSONNES DE 50 ANS ET PLUS

Le Centre d'éducation des adultes l'Escale offre des cours pour les personnes âgées de 50 ans et plus soit en informatique (5 volets) ainsi que « Cerveaux actifs », Les inscriptions pour la session d'hiver auront lieu du 7 au 11 décembre 2015 au Centre l'Escale, 1265, rue Notre-Dame E, (entrée par la porte # 7 sur la 10^e rue). Pour des informations supplémentaires, contacter le 418 338-7806, poste 2133.

RAPPEL : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CONSEIL DES AÎNÉS ET DES RETRAITÉS DE LA MRC DES APPALACHES LE 4 NOVEMBRE À 9 H 30

Le Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches tiendra son assemblée générale annuelle **le mercredi le 4 novembre 2015 à 9 h 30 au CLUB LE MARQUIS (Chevaliers de Colomb) 951, Christophe-Colomb (secteur Black Lake).**

Le Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches est connu et reconnu dans notre milieu. Il a pour mission de travailler au mieux-être des aînés. Un des axes majeurs de son intervention c'est l'INFORMATION. En 2014-2015, les membres du Conseil d'administration ont déployé beaucoup d'énergie afin de mener à bien cette priorité. Il y a eu le Bulletin Générations +, les Pages centrales dans le Courrier Frontenac à trois reprises, le Magazine Belle-Vie Générations + en septembre, offre de conférences « Se loger en situation de vieillissement » ainsi que la publication de trois documents dont voici les illustrations :



Le Conseil a également suscité des candidatures à différents prix. Ainsi 16 personnes ont reçu des prix ou des mentions en 2015. Ces personnes ont été honorées le 21 octobre dernier à la Salle Dussault à Thetford Mines.

Les organismes sont invités à devenir membre ou à renouveler leur adhésion. C'est une façon d'appuyer le Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches et ses bénévoles.

PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT QUÉBEC : APPEL DE CANDIDATURE

Le 5 décembre 2015 est la date limite pour présenter une personne ou un organisme au Prix Hommage BÉNÉVOLAT QUÉBEC 2016

Ce prix Hommage bénévolat-Québec est remis par le gouvernement du Québec pour reconnaître l'engagement exceptionnel et la précieuse contribution de bénévoles et d'organismes de toutes les régions du Québec. Il vise à récompenser les efforts fournis par des citoyennes et des citoyens dans leur communauté ainsi que l'action menée par des organismes en vue de promouvoir et de favoriser l'engagement bénévole. Pour la Catégorie Bénévole deux clientèles sont admissibles soit :

- Catégorie Jeune Bénévole pour les 14 à 35 ans (au 31 décembre 2015);
- Prix Claude Masson pour les 36 ans et plus.

Pour la Catégorie Organisme, est admissible une organisation qui adopte de bonnes pratiques favorisant l'engagement et la motivation de ses bénévoles et est reconnu pour l'action de ses bénévoles dans la communauté.

Pour information :
Louise Palin : 418 458-2737
CAB - Concert'Action Beaulac-Garthby

Maurice Boulet : 418 335-2533
Conseil des aînés de la MRC des Appalaches
Porte-parole MRC des Appalaches

Ou visiter le site Internet; www.ditesluimerci.gouv.qc.ca

FORMATION OFFERTE PAR LA SADC DE L'AMIANTE

La SADC de l'Amiante (Société d'aide au développement de la collectivité de L'Amiante) **offre une formation gratuite pour les administrateurs bénévoles et les dirigeants.** La gouvernance de votre Conseil d'administration... une stratégie gagnante !

À l'issue de cette session de formation, les participants auront découvert un modèle de saine gouvernance adapté spécifiquement aux organisations sans but lucratif. Ils se familiariseront avec les responsabilités et les principaux rôles d'un Conseil d'administration performant : des bonnes pratiques de gouvernance et de méthodes de travail.

La rencontre de formation se tiendra le 9 décembre 2015 de 18 h 30 à 22 h au Bureau de la SADC, 725, boul. Frontenac Ouest à Thetford Mines. Pour réserver, il faut contacter madame Guylaine Létourneau soit au téléphone 418 338-4531 poste 4 ou par courriel - administration@sadcamiante.com .



**Le formateur
monsieur Marco Baron, BAA**

LA CROISÉE PRÉSENTE SON PROGRAMME « ANNA ET LA MER »

Les enfants de 7 à 14 ans se sentent souvent responsables de la maladie mentale de leur parent. «Anna et la mer» permet de désamorcer les sentiments de culpabilité, de tristesse et d'incompréhension en lien avec la maladie mentale de leur parent. De plus, les outils proposés sont fort bien adaptés pour faciliter les apprentissages et aider ces jeunes à se sentir mieux, à s'affirmer davantage.

La programmation de l'atelier « Anna et la mer » est articulé autour de sept importants facteurs de protection favorisant et influençant le processus de résilience; la connaissance de la maladie, l'identification, l'articulation et la ventilation des sentiments, l'inclusion dans un groupe de soutien de pairs et d'adultes significatifs, la gestion du stress, la reconnaissance de ses propres besoins comme étant importants, l'identification du réseau extérieur et des ressources disponibles et la clarification de l'image intérieure, le renforcement de l'estime de soi.

Anna est une enfant dont l'âge varie entre 7 et 14 ans. Celle-ci vit avec un parent aux prises avec une maladie mentale.



Les ateliers se dérouleront le samedi dès que le groupe sera formé. Le programme est offert gratuitement sur huit rencontres consécutives d'environ 2 h 15 et une collation est servie à chaque rencontre. Un montant de 5 \$ par enfant est demandé pour la documentation. La Croisée est un regroupement de parents et ami-e-s de la personne atteinte de maladie mentale : 418-335-1184.

PARLEZ-NOUS DE VOUS

Pour les prochains numéros GÉNÉRATIONS +, le Bulletin des 50 + en Appalaches, vous êtes invités à nous transmettre des informations sur votre organisation et à propos des activités que vous souhaitez offrir au large public. Dès que possible, veuillez transmettre ces informations à Maurice Grégoire dont l'adresse courriel est : bretongregoire@cgocable.ca .

POUR OBTENIR LE BULLETIN GÉNÉRATIONS +

La distribution du Bulletin des 50 + en Appalaches est assurée à même le réseau électronique de la SDERT. Pour s'y inscrire rendez-vous à : www.regionthetford.com . Repérez la case « **Abonnez-vous à notre infolettre** », inscrivez votre adresse courriel et cliquez pour vous y abonner.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	ORGANISME OU PERSONNE RESPONSABLE
1 ^{er} au 7 nov. 2015	SEMAINE NATIONALE DES PROCHES AIDANTS	
Mer. 4 nov. 2015 9 h 30 – 12 h 00 THETFORD MINES	ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE L'assemblée sera précédée d'une présentation des publications récentes du Conseil des aînés CLUB LE MARQUIS (Black Lake) 951, rue Christophe-Colomb	CONSEIL DES AÎNÉS ET RETRAITÉS DE LA MRC DES APPALACHES Gilles Dostie, prés. 418 423-4004
Mer. 4 nov. 2015 18 h 30 THETFORD MINES	CONFÉRENCE GRATUITE « Vendre sa maison » Édifice de la Caisse Desjardins de la Région de Thetford 300, boul. Frontenac Est	DESJARDINS CAISSE DE LA RÉGION DE THETFORD 418 338-3591
Jeu. 5 nov. 2015 9 h 30 THETFORD MINES	JOURNÉE DE RESSOURCEMENT pour les proches aidants CONFÉRENCE de M. Richard Aubé « Mieux comprendre l'autre afin de mieux communiquer » CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT-GRANIT	COMITÉ DES PROCHES AIDANTS DES APPALACHES Mme Brigitte Jacques 418 334-0111
Jeu. 5 nov. 2015 13 h 30 THETFORD MINES	JOURNÉE DE RESSOURCEMENT pour les proches aidants TÉMOIGNAGE d'un aidant « À l'ombre de l'Alzheimer » Une présentation de la Société Alzheimer de la région CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT-GRANIT	COMITÉ DES PROCHES AIDANTS DES APPALACHES Mme Brigitte Jacques 418 334-0111
Jeu. 5 nov. 2015 17 h THETFORD MINES	5 À 7 au profit de CENTRAIDE-QUÉBEC et CA Activité pour recueillir des fonds : dégustation de bières Bar Le Sgt PEPPERS Pub (20 \$ le billet) 327, rue Notre Dame Est	8 organismes de la région
Ven. 6 nov. 2015 13 h 00 THETFORD MINES	CONFÉRENCE « MOURIR DANS LA DIGNITÉ » par Madame Véronique Hivon, députée de Joliette Vice-présidente de la Commission spéciale sur ce sujet CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT-GRANIT	AREQ-03L CONSEIL DES AÎNÉS
6 au 12 nov. 2015	SEMAINE NATIONALE DE LA SÉCURITÉ DES AÎNÉS	
Dim. 8 nov. 2015 9 h – 12 h THETFORD MINES	BRUNCH-BÉNÉFICE au profit du Fonds Centre d'hébergement St-Alexandre de Thetford Admission 10 \$ (adultes), 5 \$ (6-8 ans), gratuit (5 ans et -) Centre Émilienne-Gourdes 95, 9e Rue Nord	FONDS CENTRE D'HÉBERGEMENT ST- ALEXANDRE DE THETFORD Réjean St-Hilaire 418 338-3609
5 déc. 2015	Date limite pour présenter une personne ou un organisme au PRIX BÉNÉVOLAT QUÉBEC	