



Génération +

Le Bulletin des 50 + en Appalaches

Vol. 3, no1, le 7 janvier 2016

BONNE ANNÉE 2016

Les membres du Conseil d'administration du Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches vous souhaitent la santé, la sécurité et le succès, simplement trois petits « s ».

La santé parce que c'est le bien le plus précieux qui permet de mettre de l'énergie pour vos priorités, la sécurité, qu'elle soit physique ou matérielle, c'est l'assurance, de pouvoir agir dans la ligne de vos souhaits, le succès dans vos projets, vos engagements bénévoles ou autres, c'est la solidarité qui s'exprime.

Bonne année 2016.

Gilles Dostie, président du Conseil des aînés et des retraités de la MRC des Appalaches

JANVIER - MOIS DE L'ALZHEIMER

Janvier est le Mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer. Chaque année, la Société Alzheimer essaie de promouvoir la compréhension de la maladie d'Alzheimer et de réduire la stigmatisation qui empêche les gens d'en parler, et même, d'en parler à leur médecin.

Dans notre région, la Société Alzheimer Chaudière-Appalaches est un organisme à but non lucratif qui a pour mission d'apporter aide et support aux personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer ainsi que leurs proches. Elle offre de nombreux services spécialisés et ses intervenants se déplacent sur tout le territoire de Chaudière-Appalaches. De plus, la Société sensibilise le grand public aux conséquences de la maladie d'Alzheimer et contribue à la recherche sur ses causes, ses traitements et sa guérison. Les coordonnées de la Société sont : téléphone 418-387-1230, sans frais 1-888-387-1230, courriel : sachap@globetrotter.net . L'intervenante pour la MRC des Appalaches est madame Valérie Audet.

MÉDAILLES DU LIEUTENANT-GOUVERNEUR POUR LES AÎNÉS

C'est officiel. Sous la gouvernance de l'honorable J. Michel Doyon, le Programme des distinctions honorifiques du Lieutenant-gouverneur se poursuivra dont la médaille du Lieutenant-gouverneur pour les aînés.

Certaines modifications ou précisions ont été apportées au Programme, par conséquent, avant de soumettre une candidature, il est important de prendre connaissance de ces changements et d'utiliser les nouveaux formulaires. Pour l'édition 2016, la date limite de la réception des formulaires de mise en candidature est le **15 février 2016**.

Pour être admissible à une mise en candidature par un individu ou un organisme, la personne recommandée, à la date limite de mise en candidature, doit :

- posséder le statut de citoyen canadien ou de résident permanent au sens de la Loi sur l'immigration et la protection des réfugiés (L.C. 2001, c. 27) et demeurer en permanence au Québec;
- être âgée de 65 ans ou plus;
- avoir contribué au mieux-être de son milieu ou à l'atteinte de la mission d'un organisme par son engagement bénévole soutenu au niveau social ou communautaire, qui a débuté ou qui s'est poursuivi au-delà de l'âge de 64 ans.

À titre posthume, une candidature, déposée au plus tard 30 mois après le décès, peut être considérée.

La présentation d'un dossier doit être complétée par une autre personne que celle mise en candidature. Le texte doit comporter entre 450 et 750 mots et démontrer un engagement bénévole soutenu consacré au mieux-être des personnes de son milieu. L'information et le formulaire de mise en candidature sont disponibles en ligne au www.lieutenant-gouverneur.qc.ca/distinctions-honorifiques/index.html. Un dossier de mise en candidature doit également être complété et transmis en ligne et ce au plus tard le 15 février 2016 au : www.lieutenant-gouverneur.qc.ca/aines-2016a/index.asp .

Pour obtenir toute information additionnelle, joindre monsieur Jacques Boucher au 418 643-5385 ou par le sans frais au 1 866 791-0766 ou par courrier électronique : distinctions@mce.gouv.qc.ca .

« BIEN VIEILLIR... UN CHOIX POSSIBLE » - SOIRÉE D'INFORMATION

Sous le titre « Bien vieillir ... un choix possible », l'Association de l'action volontaire des Appalaches (AAVA) invite les résidents d'East Broughton, de Sacré-Cœur-de-Jésus et de Sainte-Clotilde à une soirée d'information qui aura lieu le 25 janvier 2016, au Centre des loisirs Desjardins d'East Broughton (Aréna, salle du 2^e étage) de 18 h 30 à 20 h 30. Les conférenciers traiteront des sujets suivants :

- **La retraite** (Jacques Beaudet et Yvon Landry, Partage au masculin)
- **Comment mieux envisager l'avenir de nos parents** (Caroline Turgeon, CISSS-CA, secteur Thetford)
- **Gérer l'inaptitude; s'y préparer** (Sophie Dion, notaire)
- **Finances; gagner à être mieux informé** (Martin Cloutier, ACEF)
- **Comment s'impliquer dans sa communauté** (Bénévole, AAVA)

C'est gratuit et pour plus d'informations, il faut contacter le **418 334-0111**.

« VIVRE SA RETRAITE AU MASCULIN »

L'organisme Partage au masculin offre à nouveau, cet hiver, aux hommes arrivant à la retraite, ou y étant déjà, l'occasion d'échanger à ce sujet lors d'une série de 5 ateliers « Vivre sa retraite au masculin », portant sur différents aspects de cette étape de la vie. Les prochaines rencontres débuteront à Thetford Mines, **au 264, Notre-Dame Est** le vendredi 22 janvier prochain à 13 h 30 heures. La participation aux ateliers est gratuite et confidentielle. Elles seront animées par messieurs Jacques Beudet et Yvon Landry. Pour s'inscrire ou s'informer, il faut composer le 418 335-6677 ou s'adresser au www.partageaumasculin.com.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

<i>MOMENT ET LIEU</i>	<i>INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT</i>	<i>ORGANISME OU PERSONNE RESPONSABLE</i>
Janvier 2016	MOIS DE L'ALZHEIMER	
Ven. 8 janvier 2016	Date limite pour présenter un projet QADA (QUÉBEC AMI DES AÎNÉS)	
Dim. 10 jan. 2016 9 h – 12 h 30 THETFORD MINES	BRUNCH-FAMILIAL au profit du Comité d'embellissement des cimetières St-Alphonse et St-Maurice Admission 10 \$ (adultes), 5 \$ (6-8 ans), gratuit (5 ans et -) Centre Émilienne-Gourdes 95, 9e Rue N	COMITÉ D'EMBELLISSEMENT DES CIMETIÈRES ST-ALPHONSE ET ST-MAURICE Andrée Philie-Gagné 418 338-8316
Lun. 18 jan. 2016 15 h - 19 h THETFORD MINES	INSCRIPTION saison hiver 2015-2016 Programmation : site web www.itat.tm.com Maison de la culture 5, rue de la Fabrique	INSTITUT DU TROISIÈME ÂGE DE THETFORD 418 335-2981 POSTE 304
Mar. 19 jan. 2016 8 h 30	Rencontre du Comité du secteur Amiante pour les clubs FADOQ affiliés	FADOQ COMITÉ DE SECTEUR
Mar. 19 jan. 2016 17 h 30 – 20 h THETFORD MINES	SOUPER OBSCUR (les yeux bandés) – 3 choix de menus Activité de financement (sur réservation) 20 \$ Sensibilisation à la déficience visuelle RESTAURANT PLAZA 269, boul. Frontenac	REGROUPEMENT DES PERSONNES HANDICAPÉES PHYSIQUE Marylène Therrien 418 335-7611
Mer. 20 jan. 2016 8 h 30	Déjeuner des administrateurs	CONSEIL DES AÎNÉS
Ven. 22 jan. 2016 13 h 30 THETFORD MINES	ATELIERS « VIVRE SA RETRAITE AU MASCULIN » 5 ateliers sur le sujet – gratuit et confidentiel PARTAGE AU MASCULIN 264, Notre-Dame Est	PARTAGE AU MASCULIN 418 335-6677
Lun. 25 jan. 2016 18 h 30 – 20 h 30 EAST BROUGHTON	SOIRÉE D'INFORMATION « Bien vieillir ... Un choix possible ». Divers sujets. CENTRE DES LOISIRS DESJARDINS (Aréna)	ASSOCIATION DE L'ACTION VOLONTAIRE DES APPALACHES 418 334-0111
Dim. 31 jan. 2016 Sam. 6 fév. 2016	26 ^e SEMAINE DE PRÉVENTION DU SUICIDE Thème « T'es important pour nous »	
Jeu. 4 fév. 2016 13 h – 18 h Thetford Mines	SALON DES ORGANISMES ET DES PROGRAMMES 2016 « Réussir ta vie, c'est important pour nous ! » CARREFOUR FRONTENAC	CLE, TRANSLAB, SARCA Nicole Chabot, SARCA 418 338-7806, poste 2130
15 fév. 2016	Date limite pour présenter une personne à la Médaille du Lieutenant-Gouverneur	

Pour nous communiquer des **INFORMATIONS**, veuillez transmettre un message à Maurice Grégoire au 418 338-1078 ou par courriel : bretongregoire@cqocable.ca.