



Généralions +

Le Bulletin des 50 + en Appalaches

Vol. 6, no 21, le 11 septembre 2019

ATELIER SUR LES OPIOÏDES LE 18 SEPTEMBRE À 13 h 30

Le Comité d'appui aux travailleurs et travailleuses accidentés de la région des Appalaches (CATTARA), avec la participation du Centre Domrémy des Appalaches, invite la population à assister à un atelier portant sur les opioïdes, le mercredi 18 septembre à 13 h 30 au Centre communautaire Marie-Agnès-Desrosiers, 37, rue Notre-Dame Ouest Thetford Mines, local 206.

Dans la plupart des cas, les accidentés du travail ou de la route se voient prescrire des opioïdes d'ordonnance pour soulager leurs maux. Bien que ces médicaments puissent être d'un grand secours, voire essentiels, dans le processus de guérison, ils n'en sont pas moins risqués. Cet atelier a donc pour objectif de mieux comprendre les opioïdes, leurs effets et de fournir des trucs simples afin de se protéger ou d'agir adéquatement en cas de surdose. L'atelier est dispensé par le Centre Domrémy des Appalaches. Un animateur sera sur place pour aider les participants à y voir clair avec la médication. Cette invitation s'adresse à tous, membres ou non-membres de CATTARA et c'est GRATUIT. **Voir l'ANNEXE 1.**

Source : Mario Dufresne agent de développement CATTARA : 418 338-8787

FRAUDE ET VOL D'IDENTITÉ : CONFÉRENCES – 24 SEPTEMBRE 9 h 00



FADOQ - Thetford

Sous le titre «Soyez à votre affaire pour ne pas perdre vos affaires! » FADOQ - Thetford présente le mardi 24 septembre 2019 de 9 h 00 à 11 h 15, au Centre de réception du Mont-Granit une série de quatre conférences en lien avec la fraude et le vol d'identité. Voir l'ANNEXE 2.

Le directeur de l'ACEF – Appalaches – Beauce - Etchemins, monsieur François Décary abordera tour à tour, vol d'identité, hameçonnage, ventes sous pression, arnaques, ventes pyramidales et harcèlement téléphonique.

Un planificateur financier à la Caisse Desjardins de la région de Thetford, monsieur Ghislain Paquet, viendra faire connaître les mesures de protection appliquées à l'intérieur du réseau bancaire pour préserver l'identité du détenteur d'une carte de crédit et protéger les comptes bancaires. Madame Anne Langevin de la Direction générale des services aux citoyens de Service Canada présentera les bonnes pratiques à suivre concernant les numéros d'assurance social (NAS) et informera sur les procédures de récupération.

Une analyste et chargée de l'éducation financière à l'Autorité des marchés financiers (AMF), madame Anne-Bianca Morissette, insistera sur l'importance de prévenir la fraude financière et d'agir de manière à éviter tout vol d'identité. Elle va également faire connaître les services disponibles à l'AMF. Après l'un ou l'autre des sujets, des périodes de questions seront allouées. De la documentation sera également remise à la fin de l'activité. Cette activité est offerte gratuitement au 912, chemin du Mont Granit Ouest et les dirigeants de FADOQ – Thetford lancent la plus cordiale invitation au 50 ans et +.

VIACTIVE : REPRISE DES ACTIVITÉS LE 16 SEPTEMBRE 2019



L'Association de l'action volontaire Appalaches (AAVA) désire annoncer à la population de **50 ANS ET PLUS**, que les séances d'exercices du programme **VIACTIVE** reprendront dans la semaine du 16 septembre 2019. **Vous pouvez visiter le site Internet de l'AAVA : www.aavart.ca.**

VIACTIVE propose des séances d'exercices physiques en groupe, conçues pour aider les personnes de 50 ans et plus, à bouger davantage et ainsi maintenir des saines habitudes de vie pour une meilleure santé. L'animation se fait par des personnes bénévoles formées et supervisées par Maryline Fontaine, conseillère Viactive et responsable des ressources bénévoles de l'AAVA. Il existe près d'une trentaine de groupes sur tout le territoire de la MRC des Appalaches.

On peut se renseigner auprès de l'AAVA au 418 334-0111 pour connaître les informations concernant le groupe **VIACTIVE** le plus près de chez-vous!!

FAIRE DU CHANT CHORALE – POURQUOI PAS?



Les chorales **SEMEURS DE JOIE & DO MI SOL** invitent les intéressés passionnés du chant chorale à se joindre à eux. Les membres de la Chorale « Les Semeurs de joie » ont déjà débuté leur saison 2019-2020 mais il est possible de se joindre à eux. Ils vous accueilleront avec plaisir. Pour information : Club L'Âge d'Or Saint-Alphonse (418 338-3776) La Chorale «Les Semeurs de joie».

UN ATELIER THÉÂTRE DES CABOTINS – INSCRIPTION AVANT LE 13 SEPT.



ATELIERS-THÉÂTRE SAISON 2019-2020

CLIENTÈLE	DURÉE	HORAIRE LIEU	TARIFS	INFORMATION ET INSCRIPTION
TROUPE DE THÉÂTRE LES CABOTINS				
13-17 ans	24 rencontres	Lundi – 18 h 30 à 20 h 30 Studio-Théâtre Paul-Hébert 800, rue St-Alphonse Su	325 \$	Troupe de théâtre les Cabotins 418 338-1255 cabotins@gmail.com

NOTES :

- Session de 24 semaines;
- **BLOC 1** : début semaine **du 23 au 28 septembre 2019** (dernière semaine avant les Fêtes : **8 au 14 décembre 2019**) = 12 semaines;
- **BLOC 2** : début semaine **du 27 janvier au 1^{er} février 2020** (congé semaine de relâche : **du 2 au 7 mars 2020**) = 12 semaines (session complète à 24 semaines);
- SPECTACLE DE FIN DE SESSION: samedi le **25 avril 2020** (heures à déterminer);

LA PÉRIODE D'INSCRIPTIONS SE TERMINE LE VENDREDI 13 SEPTEMBRE.

ÊTRE AU TRAVAIL APRÈS 64 ANS – QUELLE PROTECTION?

Pénurie de main-d'œuvre, plein emploi, mesures fiscales avantageuses, voilà plein de bonnes raisons pour inciter les personnes âgées à demeurer ou revenir sur le marché du travail. De plus en plus, que ce soit dans les supermarchés, les magasins à rayons ou les entreprises d'entretien ménager, on les voit occupées à remplir les tablettes, à passer le balai ou à expliquer le fonctionnement du plus récent téléviseur intelligent, avant de le transporter jusqu'à votre voiture. Mais est-ce vraiment le meilleur choix à faire lorsqu'arrive l'âge de la retraite? Car, bien qu'en apparence cela soit tentant de répondre par l'affirmative, il vaut mieux bien s'informer des impacts avant d'introduire sa *carte de punch* pour encore quelques années.

Il est avéré que les jeunes de 15 à 24 ans constituent la clientèle la plus à risque. Or, il n'en demeure pas moins que les personnes de plus de 65 ans sont également à risque, notamment à cause de certains facteurs reliés à l'âge, qu'ils soient physiques ou cognitifs. Dans de tels cas qu'advient-il si un travailleur âgé est victime d'un accident de travail grave?



Prenons l'exemple d'une personne âgée de 64 ans. Au bout de quatre ans après la date du début de son incapacité à exercer son emploi, elle perd automatiquement son droit à toucher ses indemnités de remplacement de revenu (IRR). C'est-à-dire que même dans l'incapacité de reprendre un emploi, il ne lui restera plus que sa pension de vieillesse et son régime de rentes. Alors que l'on sait que de plus en plus de personnes demeurent sur le marché du travail après 65 ans, parce qu'elles n'ont pas les moyens de faire autrement. Les plus récentes données confirment que c'est le cas pour 40,3 % de cette catégorie de travailleurs. La même enquête nous apprend que, parmi les personnes âgées de 70 ans et plus, 28,4 %, soit plus du quart, déclarait travailler par nécessité. C'est l'unique moyen dont elles disposent pour se sortir de la pauvreté. Alors, les priver d'un droit fondamental comme l'IRR après un accident, c'est ni plus ni moins que de contraindre ces personnes vulnérables à retourner dans l'engrenage de la pauvreté et de l'isolement.

Et la régie des rentes?

La *Loi sur le régime des rentes du Québec* permet à toute personne qui a cotisé de recevoir une rente versée par la Régie des rentes du Québec dès l'âge de 60 ans. Toute personne? Pas tout à fait, il existe des exceptions qui peuvent vous priver de cette rente avant 65 ans. Si après un accident de la route ou du travail, la SAAQ ou la CNESST vous déclare inapte à tout emploi et vous verse une indemnité de remplacement de revenu vous êtes considéré comme invalide au sens de la Loi et Retraite Québec ne vous versera une rente qu'à partir de 65 ans. Toutefois si la CNESST vous verse une indemnité de remplacement de revenu (IRR) réduite, il vous sera possible de demander également la rente à partir de 60 ans.

Enfin, si vous êtes déjà prestataire de vos rentes vous conservez votre droit à la rente avant 65 ans. Bon à savoir lorsqu'on est encore sur le marché du travail et qu'on s'interroge sur le fait de recevoir ou non sa rente à 60 ans. Car, paradoxalement vous pouvez travailler, recevoir à la fois un salaire et votre rente de retraite alors que, invalide à la suite d'un accident, c'est NADA! Même si vous ne touchiez que le salaire minimum.... CATTARA va continuer à se pencher sur cette question de justice sociale et souhaiter que dans sa réforme tant attendue, le ministre Boulet tiendra compte de ce nouveau phénomène des aînés au travail.

VISITE DE MADAME MARGUERITE BLAIS

La ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, M^{me} Marguerite Blais, prononcera une conférence au bénéfice du Fonds Centre d'hébergement Saint-Alexandre de Thetford, sous le thème « *Un Québec pour tous les âges* » lundi 30 septembre, 19 h 00 à la salle Dussault de la Polyvalente de Thetford. En lien avec la Journée internationale des aînés célébrée le 1^{er} octobre, M^{me} Blais précisera les objectifs et les priorités d'intervention du Plan d'action 2018-2023.



M^{me} Marguerite Blais

Le coût d'admission est de 10 \$. Tous les revenus générés par la vente de billets seront remis au Fonds Centre d'hébergement Saint-Alexandre de Thetford. Le Fonds a été constitué en 2013 dans le but de recueillir des dons et de tenir des activités de financement afin de procéder à l'achat de biens devant servir à améliorer la qualité de vie des résidents du CHSLD.



CALENDRIER DES ACTIVITÉS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	ORGANISME OU PERSONNE RESPONSABLE
Lun. 16 sept. 2019 19 h THETFORD MINES	CONFÉRENCE « La Fondation de l'Hôpital de Thetford » Henri Therrien, président sera le conférencier. Gratuit et léger goûter. SALLE DE L'ÂGE D'OR ST-ALPHONSE - 44, St-Alphonse Sud	DIABÈTE AMIANTE INC. Monique Boulé Nadeau 418 423-5377
Mar. 17 sept. 2019 13 h 15 THETFORD MINES	CAFÉ-CONFÉRENCE « Qu'est-ce que la blessure d'abandon ? Par Nathalie. Sans frais et sans inscription. LOCAL DE L'ORGANISME - 95, Notre-Dame Est	CENTRE FEMMES LA ROSE DES VENTS 418 338-5453
Mer. 18 sept. 2019 13 h 30 THETFORD MINES	CONFÉRENCE sur les opioïdes en collaboration avec le Centre Domrémy des Appalaches. Réservation nécessaire. CENTRE MARIE-AGNÈS DESROSIERS - 37, Notre-Dame O. local 202	CATTARA 418 338-8787
21 sept. 2019	JOURNÉE MONDIALE DE LA MALADIE D'ALZHEIMER	
Sam. 21 sept. 2019 8 h 30 - 15 h 00 KINNEAR'S MILLS	MARCHE ANNUELLE - CHEMIN DE ST-JACQUES-APPALACHES Kinnear's Mills - Saint-Jacques : 18 km. Coût : 15 \$. PARC MUNICIPAL DE KINNEAR'S MILLS	TOURISME RÉGION DE THETFORD 418 423-3333
Mar. 24 sept. 2019 9 h - 11 h 15 THETFORD MINES	CONFÉRENCE <i>Soyez à votre affaire pour ne pas perdre vos affaires</i> Autorité des marchés financiers (précédé de 3 mini-conférences) CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT-GRANIT	FADOQ - THETFORD Maurice Boulet 418 335-2533
Mar. 24 sept. 2019 13 h 15 THETFORD MINES	CAFÉ-CONFÉRENCE « Êtes-vous une outre-mangeuse compulsive? » Par Louise Carey. Sans frais et sans inscription. LOCAL DE L'ORGANISME - 95, Notre-Dame Est	CENTRE FEMMES LA ROSE DES VENTS 418 338-5453
Lun. 30 sept. 2019 19 h - 21 h THETFORD MINES	VISITE DE MADAME MARGUERITE BLAIS, ministre SALLE DUSSAULT DE LA POLYVALENTE DE THETFORD	CONSEIL DES AÎNÉS 418 338-1078
Mer. 1 ^{er} oct. 2019	JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS Thème « Des chemins de vie à découvrir »	
Jeu. 10 oct. 2019 8 h 30 - 15 h SCOTT	JOURNÉE RÉGIONALE DES PARTENAIRES 2019 « De la réflexion à l'intervention: les zones de pouvoir » Coûts : 16 \$ (repas inclus), inscription avant le 26 sept. Pour information : 418 380-8992 ou 1 855 903-9062 CENTRE DES LOISIRS ATKINSON (Selina Jane)- 44, 7 ^e rue	COMITÉ RÉGIONAL D'ORIENTATION - LUTTE À LA MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES AÎNÉES Chaudière-Appalaches

CATTARA PRÉSENTE

UN ATELIER DU



**CENTRE DOMRÉMY
DES APPALACHES**

Centre communautaire d'intervention en dépendance

POUR BIEN COMPRENDRE LES OPIOÏDES



- Qu'est-ce que les opioïdes?
- Les dangers
- Se protéger
- Quoi faire en cas d'overdose?

C'est GRATUIT

**MERCREDI 18 SEPTEMBRE 13 H 30
CENTRE MARIE-AGNÈS-DESROSIERS LOCAL 206
RÉSERVATION 418 338-8787**





FADOQ - Thetford

Conférence « *Soyez à votre affaire pour ne pas perdre vos affaires* » Comment éviter la fraude et le vol d'identité?

Mardi 24 septembre, 9 h à 11 h 15
Centre de réception du Mont-Granit

Programme horaire

- 8 h 30 :** *Accueil*
- 9 h 00 :** *Mot de bienvenue*
Maurice Boulet, président de FADOQ – Thetford
- 9 h 05 :** *ACEF - Appalaches - Beauce - Etchemins*
François Décary, directeur
- 9 h 30 :** *Caisse Desjardins de la région de Thetford*
Ghislain Paquet, planificateur financier
- 9 h 50 :** *Service Canada*
Anne Langevin, spécialiste des services aux citoyens
- 10 h 15 :** *Pause*
- 10 h 30 :** *L'Autorité des marchés financiers (AMF)*
Anne-Bianca Morissette, analyste et chargée de l'éducation financière
- 11 h 10 :** *Mot de remerciement*
Maurice Boulet, président de FADOQ – Thetford
- 11 h 15 :** *Distribution de documents*

Au : 912, chemin du Mont-Granit Ouest (Route 267) Thetford Mines

