

NOUVELLE SÉRIE D'ATELIERS « VIEILLIR CHEZ SOI OU DÉMÉNAGER? »

L'Association coopérative d'économie familiale Appalaches-Beauce-Etchemins (ACEF- ABE) offre sous le thème « **Vieillir chez soi ou déménager?** » une série de 10 ateliers qui se tiendront au Centre de réception du Mont-Granit, 912, chemin du mont Granit à Thetford. Les ateliers seront présentés dès le mardi 8 octobre et se tiendront à tous les jeudis matin de 8 h 30 à 11 h 45 à l'exception de celui du 9 décembre, le dernier, un mercredi matin.

Le programme « **Vieillir chez soi ou déménager** » est offert en étroite collaboration du Centre intégré de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches, Secteur Thetford et grâce à la contribution bénévole de membres du Réseau FADOQ. Dans l'éventualité d'une deuxième vague de la COVID-19, un ou les ateliers pourraient être reportés à une ou à des dates ultérieures.

Il comporte 10 sujets distincts associés au **Vieillir chez soi**. Ils seront présentés par des professionnels et des intervenants du réseau de la santé et des services sociaux ainsi que de d'autres domaines connexes. Un notaire et un conseiller financier apporteront des informations ponctuelles concernant la gestion du patrimoine. Une importante documentation sera disponible à l'intérieur d'un cartable. L'objectif du programme est d'offrir aux personnes âgées ainsi qu'à leurs proches (famille et amis) des informations et des outils afin de pouvoir **conserver leur autonomie** le plus longtemps possible et de leur permettre au moment venu d'effectuer **un choix éclairé** quant à leur **milieu de vie** (actuel ou futur), tout en assurant leur sécurité et en **demeurant maître de leur vie**.

Les personnes intéressées à suivre les ateliers doivent s'inscrire par la poste en complétant le formulaire préparé par l'ACEF-ABE et **ce au plus tard le 22 septembre**. Prendre note que la COVID-19 impose des limites au nombre d'inscriptions. Pour obtenir des informations additionnelles ainsi que le formulaire, il faut visiter le site Internet au www.acef-abe.org à l'onglet **Ateliers programme « Vieillir chez soi »** ou téléphoner directement à l'ACEF – ABE au 418 338-4755, ou auprès d'Hélène Faucher au 418 422-5797 ou de Maurice Boulet au 418 335-2533. Les inscriptions en ligne sont maintenant possibles. Utilisez ce lien: <https://forms.gle/ToCVnBQe3qN4NPD6A> . Le paiement doit être envoyé à francois@acef-abe.org .



VOIR L'ANNEXE 1 pour plus d'informations.

La publication des Bulletins « Généralions + » bénéficie d'un soutien financier de Desjardins



COVID-19 : PANDÉMIE ET CONSÉQUENCES POUR LES 60 ANS ET PLUS – II

Des sondages sur les attitudes et comportements de la population québécoise ont été fait au cours des mois d'avril et de mai par l'Institut national de santé publique (INSP). Voici quelques résultats.

À retenir :

- La majorité des personnes âgées de 60 ans et plus adhèrent aux mesures recommandées depuis le mois de mars.
- Plus de 60 % des aînés sont inquiets par rapport à la COVID-19, bien qu'une tendance à la baisse du niveau d'inquiétude ait été observée lors de la dernière enquête.

VOIR à l'ANNEXE 2 des statistiques concernant la modification des perceptions.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	ORGANISME OU PERSONNE RESPONSABLE
Mar. 8 sept. 2020 8 h 30 ou 13 h 30 THETFORD MINES	ATELIERS « Continuer de demeurer chez soi ou aller vivre ailleurs » Mardi 8 septembre 2020 : <i>Évaluer sa situation financière</i> CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT- GRANIT- 912 Chemin du Mont Granit Ouest	DIVERS PARTENAIRES Maurice Boulet, coord. 418 335-2533
Mar. 15 sept. 2020 8 h 30 ou 13 h 30 THETFORD MINES	ATELIERS « Continuer de demeurer chez soi ou aller vivre ailleurs » Mardi 15 septembre 2020 : <i>Accompagner un proche</i> CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT- GRANIT- 912 Chemin du Mont Granit Ouest	Maurice Boulet 418 335-2533
Jeu. 17 sept. 2020 THETFORD MINES	ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE de la Corporation de développement communautaire des Appalaches - <i>Présentation des orientations 2020-2021 découlant de la pandémie</i> ENDROIT ET HEURE À CONFIRMER	CDC-A 418 334-0465
22 sept. 2020	<i>Date limite pour s'inscrire aux ateliers</i> « VIEILLIR CHEZ SOI OU DÉMÉNAGER »	
Mar. 29 sept. 2020 9 h 30 et 13 h 30 Thetford Mines	CONFÉRENCE « Les effets du vieillissement chez les personnes âgées » par Dre Michèle Morin, gériatre. <i>SVP confirmer sa présence.</i> CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT- GRANIT	FADOQ-THETFORD Maurice Boulet 418 335-2533
1 ^{er} oct. 2020	JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS Thème : « Les aînés, moteur de nos communautés »?	
19 au 25 oct. 2020	SEMAINE NATIONALE DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONIME Thème : « Solidarités en marche »	

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



Nouvelle série d'ateliers « Vieillir chez soi ou déménager »

Programme d'ateliers pour aînés

Ce programme s'adresse à vous, les aînés, ainsi qu'à vos proches (famille et amis). Il offre des informations et des outils pour que vous puissiez **conserver votre autonomie** le plus longtemps possible et pour que vous fassiez un choix éclairé quant à votre milieu de vie (au moment opportun), tout en assurant votre sécurité et en évitant de perdre la **maîtrise de votre vie**.



Vieillir chez soi ou déménager?

au Centre de réception Mont Granit à Thetford
les jeudis du 8 octobre au 3 décembre à 8h30
ainsi que le mercredi 9 décembre 2020 à 8h30

Thèmes abordés :

1. Vieillir chez soi
2. Déménager et choisir un milieu de vie
3. Évaluer sa situation financière
4. Accompagner un proche
5. Bien vieillir
6. Avoir l'esprit en paix
7. Prévenir les abus
8. Gérer ses biens, ses meubles et ses immeubles
9. Préserver ses avoirs financiers
10. Signer un bail

Consultez le site internet de l'ACEF pour la programmation complète au https://www.acef-abe.org/atelier/vieillir_chezsoi/

Ce programme est réalisé par :



Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches
Québec

et des bénévoles du Réseau
FADOQ - Secteur Appalaches
coordination de M. Maurice Boulet

Les ateliers vous présentent des outils et des informations utiles afin de dresser un portrait plus clair de votre situation personnelle. Vous pourrez ainsi prendre des décisions réfléchies qui vous permettront de conserver votre autonomie le plus longtemps possible.

Des conférenciers, des intervenants ou des professionnels dans leur domaine, **en plus d'un notaire et d'un conseiller financier**, aborderont des sujets vous permettant de :

- Faire un choix éclairé quant à votre milieu de vie (rester dans votre résidence actuelle ou déménager) ;
- Connaître les outils pour adapter votre milieu de vie à vos besoins ;
- Découvrir les services, les formes de soutien social et de soins de santé offerts dans votre communauté ;
- Comparer les différents milieux de vie privés et publics ainsi que leur offre de services ;
- Dresser un portrait clair de votre situation financière ;
- Faire respecter votre personne et vos droits.

Chaque atelier a une durée d'environ 2 h 30 chacun, incluant une pause de 15 minutes pour les participants. Notez que les ateliers seront offerts seulement dans le respect des recommandations de la santé publique.

Inscriptions limitées

Coût : 25\$ par participant
10\$ pour obtenir un cartable d'information
payable à l'ACEF-ABE en chèque ou en argent
auprès l'un des représentants avant le 23 sept.

Pour informations et inscriptions :

https://www.acef-abe.org/atelier/vieillir_chezsoi/
ACEF-ABE : 418-338-4755
Hélène Faucher 418-422-5797
Maurice Boulet 418-335-2533

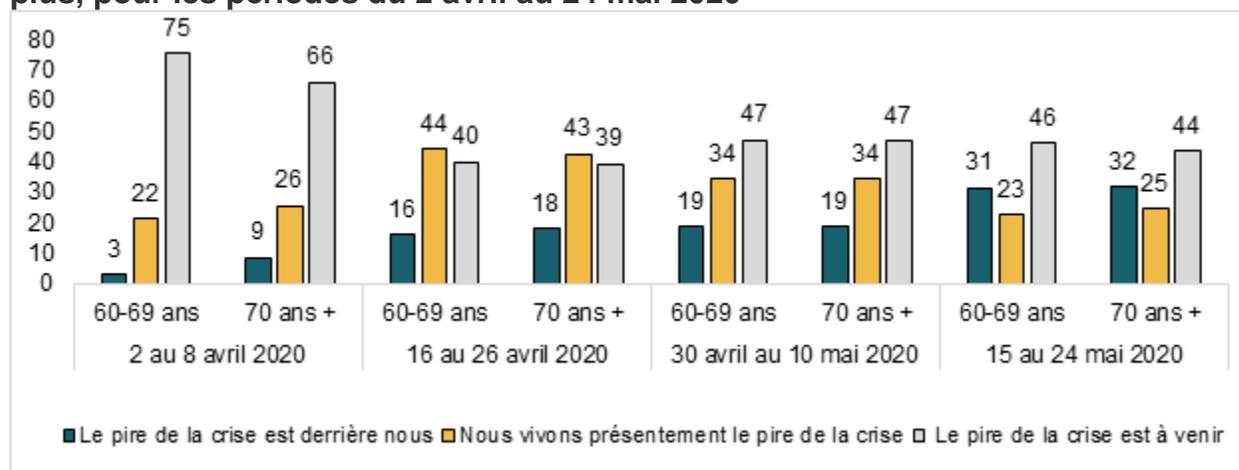
Inscription du 1er au 23 septembre 2020
par téléphone au : 418-338-4755

COVID-19 : Pandémie et conséquences pour les personnes âgées de 60 ans et plus

B. La perception de l'évolution de la crise

La perception concernant l'évolution de la crise a varié considérablement entre les sondages (figure 5). Au début d'avril, la majorité anticipait que le pire de la crise était à venir et cette proportion a diminué en mai. Néanmoins, autour de 45 % des répondants craignaient toujours que l'avenir soit pire à la fin mai, bien que près du tiers des répondants croyaient que le pire était passé. Généralement, peu de différences ont été observées entre les groupes d'âge, à l'exception de la semaine du 2 au 8 avril où les 70 ans et plus étaient proportionnellement moins nombreux à croire que le pire était à venir.

Figure 5 - Perception de l'évolution de la crise, selon les groupes d'âge 60-69 ans et 70 ans et plus, pour les périodes du 2 avril au 24 mai 2020



Enfin, lors de la collecte du 2 au 8 avril, des questions ont été posées sur la santé mentale, l'insécurité alimentaire et la consommation d'alcool. La majorité des répondants (96 %) considéraient que leur santé mentale était excellente, très bonne ou bonne. Huit pourcent (8 %) rapportaient qu'eux ou un membre de leur ménage ont eu peur de manquer de nourriture avant la prochaine rentrée d'argent et 6 % n'avaient pas les moyens de manger des repas équilibrés. Depuis le 12 mars 2020, 45 % des aînés mentionnaient avoir bu de l'alcool et la majorité n'avait pas modifié leurs habitudes (72 %). Des feuillets spécifiques à l'insécurité alimentaire et la consommation d'alcool pendant la pandémie de la COVID-19 ont été produits et détaillent les résultats des sondages Web à ce sujet.

Conclusions

Avec la levée progressive des mesures, les difficultés à conjuguer avec certaines mesures de confinement ont diminué entre les mois d'avril et de mai. Le niveau d'inquiétude lié à la COVID-19 chez les aînés a été élevé tout au long de l'enquête, surtout en ce qui a trait aux conséquences négatives de la maladie sur la santé. Une tendance à la baisse s'est observée concernant les craintes de contracter le virus, de le transmettre à un proche ou de perdre un être cher à cause de cette maladie. Notons toutefois qu'à la fin mai, près de la moitié des répondants considéraient toujours que le pire de la crise était devant nous.

Source INSP – 24 juillet 2020.

ANNEXE - Bulletin « Générations + » V-7, # 20, 1^{er} septembre 2020