

### COVID-19 : CHAUDIÈRE-APPALACHES PASSE À L'ORANGE

Notre région passe au palier orange (alerte modérée) selon le Système d'alertes régionales et d'intervention graduelle.

Cela signifie l'introduction de mesures additionnelles en ciblant certains secteurs d'activité et milieux où le risque de transmission est jugé plus élevé :

- Les rassemblements autorisés à l'intérieur des résidences privées sont de six personnes ou de deux familles (par exemple deux familles de quatre personnes sont autorisées).
- Les rassemblements intérieurs sont limités à 25 personnes dans les lieux de culte et ceux où la vente d'alcool est permise. Cela implique les salles où se tiennent tout événement ou toute réception à caractère festif. Cette mesure touche notamment certaines activités dans les salles louées, les événements festifs, les mariages, les célébrations professionnelles ou scolaires, etc. Les salles de spectacle, de cinéma et de théâtre ne sont pas incluses et demeurent à 250 personnes.
- Le maximum de personnes par table dans les restaurants et les bars est maintenant de six. Les établissements licenciés doivent cesser de vendre de l'alcool à 23 h. Les bars doivent fermer à minuit.
- Dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), seules les visites nécessaires à des fins humanitaires et celles de personnes proches aidantes apportant une aide significative à un résident sont autorisées.
- Dans les résidences privées des aînés (RPA), les visites sont permises jusqu'à un maximum de 6 personnes présentes à la fois, incluant le résident, dans l'unité locative.
- Dans les commerces, il est recommandé qu'une seule personne par ménage soit autorisée. Aussi, les personnes considérées comme étant à risque élevé de complications sont encouragées à utiliser des services de livraison ou à demander l'aide de leurs proches.
- Les déplacements vers une autre région ne sont pas recommandés.

Le ministre de la Santé, M. Christian Dubé, demande à la population d'aller se faire dépister seulement lorsque la situation le requiert, ce qui permettra une prise en charge plus rapide de la file d'attente à la réception du test. Il demande à la population de faire un effort particulier dans les prochaines semaines et de réduire nos contacts au minimum. Évitions de nous visiter les uns les autres.



Source : Claudia Fortier, journaliste – Courrier Frontenac

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

## ANNULATION DE PLUSIEURS ACTIVITÉS

### Les activités de l'ACEF-ABE et partenaires sont reportées pour le moment.

Dans le contexte actuel de la COVID-19 et par mesures de prévention de la santé des participants, les responsables du programme « Vieillir chez soi ou déménager? » ont reporté à des dates ultérieures les activités suivantes:

- **les ateliers 7 et 8 « Continuer de demeurer chez soi ou aller vivre ailleurs » qui devaient se tenir respectivement le mardi 22 septembre et le mercredi 7 octobre;**
- **les deux conférences que la docteure Michèle Morin devait présenter le mardi 29 septembre;**
- **le début de la nouvelle série d'ateliers « Vieillir chez soi ou déménager? » qui devait démarrer le jeudi 8 octobre.**

Toutes ces activités devaient se dérouler au Centre de réception du Mont-Granit.

Source : Maurice Boulet, coordonnateur Programme « Vieillir chez soi ou déménager? »

## RÉALISATION DE JEUX DE PALET POUR ADSTOCK – SECTEUR ST-DANIEL

Le 16 septembre dernier, le Comité de bénévoles du secteur St-Daniel faisait l'inauguration de son Jeu de palet communément appelé « shuffleboard ». Ce lancement a été fait, en respect des consignes sanitaires et en présence de M. Luc Berthold - député de Mégantic-L'Érable, M. Michel Rhéaume - conseiller municipal (en remplacement de M. le maire Pascal Binet), M. Maurice Grégoire - président du Conseil des aînés et de nombreuses personnes aînées. Madame Nicole Champagne, conseillère municipale et présidente du Comité des bénévoles de Saint-Daniel agissait comme maître de cérémonie.

Réalisé dans le cadre d'un Projet Nouveaux Horizons pour les aînés, cet équipement apporte une diversification de l'offre de loisir à la population. La contribution du Club de l'Âge d'or Le Tournesol a été soulignée. Le Conseil des aînés de la MRC des Appalaches apprécie cette installation qui permet à des personnes aînées d'être actives, de faire de l'exercice et de lutter contre l'isolement. De plus, comme il a été mentionné, il s'agit d'un équipement qui favorise les échanges entre les générations puisqu'il est accessible à toute population.

**Nous avons un bel exemple que les aînés sont « moteur de nos communautés », le thème de la Journée internationale des aînés, célébrée le 1<sup>er</sup> octobre.**



*Le magnifique Jeu de palet.*



*À l'extrême on reconnaît M. le député Luc Berthold, et M<sup>me</sup> Nicole Champagne.*



*M. Berthold en action sous le regard attentif de M<sup>me</sup> Champagne.*

## QUÉBEC AMI DES AÎNÉS (QADA) - APPEL DE PROJETS

Le programme QADA s'adresse à des organismes sans but lucratif. Ils peuvent avoir accès au volet **Soutien aux actions locales et régionales**.

Ce volet appuie financièrement le démarrage de nouvelles activités, le développement d'activités ainsi que le déploiement local ou régional d'activités. Les organismes ont **jusqu'au 21 octobre 2020, pour s'inscrire à l'appel de projets en cours**.

Pour savoir comment soumettre un projet, consultez le site web : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/aide-financiere/quebec-ami-des-aines/> .

On y trouve le *Guide d'information édition 2020-2021 et un formulaire de demande d'aide financière – volet Soutien aux actions locales et régionales*.

### Coordonnées

Secrétariat aux aînés  
Ministère de la Santé et des Services sociaux  
1075, chemin Sainte-Foy, 2<sup>e</sup> étage  
Québec (Québec) G1S 2M1  
Téléphone : 418 266-6816



## DÉBUT D'UNE NOUVELLE ANNÉE D'ACTIVITÉS POUR FADOQ-THETFORD

Affilié au Réseau FADOQ qui regroupe plus de 550 000 membres, au Québec, le club FADOQ-Thetford entreprend sa dix-neuvième (19<sup>e</sup>) saison.

Au 31 mars 2020 et avec ses 1 926 membres, FADOQ – Thetford occupait et de loin la première place parmi les 167 clubs des régions de Québec et Chaudière-Appalaches. Même au Québec, il partage les premiers rangs. À l'instar du Réseau FADOQ et par leurs actions, les dirigeants du club s'efforcent ensemble de continuer à améliorer la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus dans la région de Thetford. FADOQ-Thetford contribue, par la diffusion du magazine *Virage*, de l'*Écho des 2 Rives* et par l'offre de programmes et d'activités, à bien informer les personnes aînées du milieu et à leur apporter conseils.



Être membre de FADOQ-Thetford ou le devenir cela comporte de nombreux avantages. Plusieurs rabais et privilèges sont offerts et ce tant au niveau d'ententes rabais négociées auprès de commerces et d'entreprises locales, régionales ou provinciales. N'hésitez pas à présenter votre carte peu importe l'endroit où vous êtes au Québec. C'est souvent payant.

Présidé par Maurice Boulet, le conseil d'administration rassemble mesdames Denise Barnabé, Louise Carey, Paule Côté, Lyne Duguay, Lynn Harnish et messieurs Denis Labbé et Jocelyn Rodrigue. Des informations sont disponibles sur les sites Internet : [www.club.fadoq.ca/L032](http://www.club.fadoq.ca/L032) ou le [www.fadoq.ca](http://www.fadoq.ca) .

Source : *Maurice Boulet*

## UN HAVRE DE RÉCONFORT EN TEMPS DE PANDÉMIE

En temps de pandémie, pour notre santé mentale, il convient de se retrouver dans des lieux qui permettent la distanciation physique et qui contribuent à nous amener ailleurs qu'à penser à la pandémie. Vous cherchez un de ces lieux. En voici un. Le sentier Soleil de la rivière Osgood à Kinnear's Mills. C'est un sentier facile de 1,5 km pour aller le long de la rivière. Il n'y a pas vraiment de dénivelé. Pour le retour on peut faire le même trajet ou traverser une forêt et prendre la route. Pour accéder au sentier, il suffit de se rendre à Kinnear's Mills et de stationner à côté de l'édifice municipal. Le sentier débute près du pont. Bonne randonnée.



## PROGRAMMATION AUTOMNE 2020 DU CENTRE FEMMES LA ROSE DES VENTS

Le Centre femmes La Rose des Vents offre différentes activités en présentiel ou en ligne. La Programmation d'automne 2020 est disponible en communiquant avec l'organisme par téléphone (418 338-5453), par courriel [info@centrefemmesrosedesvents.ca](mailto:info@centrefemmesrosedesvents.ca) ou sur le site Web [www.centrefemmesrosedesvents.ca](http://www.centrefemmesrosedesvents.ca).



## LES ACTIVITÉS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	ORGANISME OU PERSONNE RESPONSABLE
Mar. 22 sept. 2020 8 h 30 ou 13 h 30 THETFORD MINES	ATELIERS « Continuer de demeurer chez soi ou aller vivre ailleurs » <i>Préserver ses avoirs financiers</i> CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT- GRANIT	Maurice Boulet 418 335-2533
Mar. 29 sept. 2020 9 h 30 et 13 h 30 Thetford Mines	CONFÉRENCE « Les effets du vieillissement chez les personnes aînées » par Dre Michèle Morin, gériatre. CENTRE DE RÉCEPTION DU MONT- GRANIT	FADOQ-THETFORD Maurice Boulet 418 335-2533
Mar 29 sept. 2020 13 h 15	VISIOCONFÉRENCE (conférence en ligne) « La dépendance affective » avec M <sup>me</sup> Blandine Soulmana	CENTRE FEMME 418 338-5453
30 sept. 2020	Date limite pour présenter un projet « BUDGET PARTICIPATIF » Ville de Thetford	
1 <sup>er</sup> oct. 2020	JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS Thème : « Les aînés, moteur de nos communautés »?	
20 octobre	Date limite pour présenter un projet NOUVEAUX HORIZONS POUR LES AÎNÉS	

