



La Concertation

1^{er} octobre :
Journée internationale
des personnes âgées

... en bref

Visitez le site de votre table régionale :
www.ainesestrie.qc.ca

2011 : no. 4
1^{er} octobre 2011

Mot du président

Les aînés DOIVENT faire de la politique

Après plusieurs années de travail auprès des aînés, je réalise que GLOBALEMENT, les aînés veulent vivre dans un environnement sain et agréable et avoir la paix pour en profiter sereinement. Ils sont aussi très préoccupés par leur santé et par l'accessibilité aux soins et à un médecin de famille. Ils ont besoin de sentir qu'ils font partie d'un groupe, d'une collectivité, d'une communauté qui est leur « chez soi ». Finalement, ils espèrent avoir suffisamment d'argent pour leurs besoins de base jusqu'à la fin de leur vie.

Les aînés DOIVENT faire de la politique parce que si notre avenir à tous est fait de choix individuels, ces choix influencent les choix collectifs qui assurent la stabilité de notre société.

On peut faire de la politique active, se présenter en politique, être militant dans un parti politique mais cela reste un choix personnel qui peut devenir très exigeant.

Cependant, il est ESSENTIEL de réaliser que c'est FAIRE ACTE POLITIQUE que :

- de se tenir informé de ce qui se passe dans notre société et dans le monde,
- de donner son point de vue et d'insister pour qu'on en tienne compte.

C'est FAIRE ACTE POLITIQUE QUE :

- d'exiger d'être consulté sur tous les changements proposés qui nous concernent,
- d'exiger le maintien d'un système PUBLIC de santé de qualité et accessible,

- d'exiger l'accessibilité à des médecins de famille,
- d'exiger un meilleur contrôle de la qualité des résidences pour aînés et des CHSLD,
- d'exiger que tous les aînés qui ont droit au supplément de revenu garanti le reçoivent sans chicaneries administratives.

C'est FAIRE ACTE POLITIQUE :

- d'appuyer le commerce équitable,
- de favoriser l'achat de produits locaux,
- de faire du recyclage, d'éviter le gaspillage.

Et la liste pourrait se prolonger indéfiniment...

Pour m'épanouir comme individu au contact des autres, je dois pouvoir

suite, page 2 ...

 **COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE**
depuis 1974
L'approche sensible et responsable
www.coopfuneraire.com



Arrangements préalables
Funérailles traditionnelles et crémation
Cimetière • Mausolée • Columbarium

819-565-7646
Service 24 heures

Visitez-nous au 485, rue 24-Juin à Sherbrooke



La Concertation ... en bref

ISSN (imprimé) 1918-4352

ISSN (en ligne) 1918-4360

AQDR-ACEF (baux).....	6
Calendrier.....	8
Journée sur le suicide aîné.....	7
Table Granit.....	5
Table Haut-St-François.....	3
Table Les Sources.....	7
Table régionale (Mot Pres.)	1-2
Table régionale (Fonds initiatives)	4
Prix Hommage.....	2
Programme PAIR.....	5

2011 : no 4, 1^{er} octobre 2011



Prix Hommage du Conseil des aînés du Québec

Mot du président

... suite de la page 1

appartenir pleinement à une communauté. Mon avenir est dépendant de la santé et de l'équilibre de cette communauté...

Chacun a le DEVOIR, selon ses capacités et ses talents, de travailler au bien-être de tous les membres de sa communauté : qu'ils puissent vivre en paix, en sécurité, avec des ressources suffisantes.

Celui qui croit n'en avoir ni la capacité ni les talents devrait, au moins, appuyer activement les individus et les associations qui défendent les mêmes valeurs que lui et qui travaillent inlassablement à assurer la santé et l'équilibre de cette communauté.

Claude Quintin

Sur la photo ci-haut, la Ministre des aînés, Madame Marguerite Blais; la candidate estrienne au Prix Hommage, Madame Eileen Perkins et le président de la Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie, Monsieur Claude Quintin.

Mme Perkins était la candidate de l'Estrie au Prix Hommage du Conseil des aînés de cette année. Accompagnée d'une délégation du Val-St-François, elle s'est rendue au Salon Rouge de l'Assemblée nationale pour une cérémonie en l'honneur des candidats québécois et pour le dévoilement du gagnant de ce prix prestigieux. La gagnante du prix de cette année est Madame Rita Marchand de l'Abitibi-Temiscamingue.

Selon les délégués du Val-St-François, ce fut une journée merveilleuse dont ils se souviendront longtemps.

Rappelons que Madame Perkins avait remporté en juin le prix «Hommage 2011 de la Table régionale» et qu'ainsi, elle était devenue la candidate de l'Estrie pour la remise du prix national.

Merci encore Madame Perkins, pour votre engagement, votre dévouement et votre générosité.

La Table de concertation des personnes âgées du Haut-Saint-François

Tête alerte = cœur jeune

La Table a obtenu une subvention via le programme Nouveau-Horizon pour mettre sur pied une série d'ateliers ayant pour titre *Tête alerte = cœur jeune*. Les ateliers s'adressent aux personnes âgées demeurant en résidence (privée, coopérative, OMH et autres) et sont présentés par une personne âgée de notre Table. Le but de la démarche est de travailler à maintenir ou améliorer ses capacités de concentration, de mémorisation par divers exercices, mises en situation et activités tenant compte de la culture générale des participants. Les ateliers ont lieu dans les résidences. Ils donnent aux gens une opportunité de se rencontrer, de communiquer en partageant ses connaissances, ses opinions dans un climat de détente et

de plaisir. À ce jour, 3 groupes bénéficient des ateliers et la réponse est excellente! Les gens apprécient! Il est également prévu que d'autres personnes âgées de notre Table s'outillent suite à cette première année d'ateliers pour ensuite faire profiter plusieurs autres résidences de cette inspirante réalisation!

Déjeuners rencontres

Tout d'abord, le 21 septembre, le Brunch-conférence *Au Volant de ma santé* présenté par la Société de l'assurance automobile du Québec à East Angus a attiré au-delà de soixante-dix personnes! L'objectif de cette conférence était d'établir les liens entre la santé et la conduite automobile, d'offrir des conseils afin de poursuivre le plus longtemps possible la conduite automobile en toute

sécurité, de fournir des renseignements sur le processus d'évaluation médicale par la Société de l'assurance automobile du Québec et de suggérer des solutions de rechange à la conduite automobile.

Comme la réponse des aînés a été favorable et que les enjeux de la conduite automobile en lien avec le vieillissement nous interpellent, nous projetons de présenter à nouveau cette même conférence au printemps, cette fois dans le secteur de La Patrie.

Les déjeuners-rencontres de l'automne *Comment ne pas perdre sa chemise à la retraite* seront présentés par Solutions budget Plus. Ils seront offerts sous forme d'ateliers ayant pour thème la prévention de l'endettement à la retraite. Ces ateliers auront lieu à St-Isidore de Clifton le 17 octobre et Bishopton le 24 octobre.

Conférences

Le 31 octobre à Sawyerville et le 7 novembre à Weedon, nous offrons une conférence portant sur l'hébergement en résidence privée et publique. Nos conférencières proviennent du milieu communautaire ainsi que du CSSS du Haut-Saint-François. Elles seront en mesure d'apporter un éclairage à un bon nombre d'interrogations que suscite le sujet de l'hébergement. En vue de la préparation de cette conférence, nous avons sollicité des personnes âgées et des personnes œuvrant auprès des personnes âgées. L'objectif sera, par le biais de cette présentation, de répondre aux besoins qui nous ont été nommés.

RETRAITÉS RECHERCHÉS

AEIFA-DIRA est à la recherche de bénévoles

Notre mission : Notre stratégie d'intervention : Dénoncer, Informer, Référer, Accompagner les personnes âgées victimes de maltraitance

Si vous êtes retraité du milieu de la santé et des services sociaux, de la gestion, du droit et du notariat, de la sûreté provinciale ou municipale, de la finance, de l'hébergement ou tout autre milieu professionnel, votre savoir-faire pourrait être des plus utiles pour nos aînés.

Joignez-vous à l'équipe
de l'AEIFA-DIRA!

819-346-0679

Courriel : aeifa@aeifa.org



Association estrienne
pour l'information
et la formation des aînés
DÉNONCER • INFORMER • RÉFÉRER • ACCOMPAGNER

Fonds d'initiatives locales et régionales pour les personnes âgées (CRÉE)

Je fais partie, depuis trois ans, du Comité d'analyse des projets pour ce fonds qui jouit d'une enveloppe globale de 450 000 \$ en Estrie.

Suite au 3^e appel de projets, même si tous les projets proposés étaient acceptés, il resterait quand même plus de 110 000 \$ dans le Fonds pour le 4^e et dernier appel de projets. Si ce Fonds n'est pas

entièrement utilisé, l'argent non utilisé devra être retourné au gouvernement.

J'ai peine à croire, avec tous les besoins exprimés dans les diverses communautés, qu'on n'arrive pas à DEMANDER du financement pour réaliser des projets d'amélioration du sort des aînés.

Pour l'ensemble des trois appels de projets, voici le TOTAL des projets présentés : Coaticook 1, Haut-Saint-François 1, Memphrémagog 1, Des Sources 2, Val Saint-François 2, Granit 5, Sherbrooke 8. Je ne comprends pas que cette offre ne suscite pas plus d'intérêt, surtout que la coordonnatrice de l'entente à la CRÉE « répond aux questions des promoteurs et les guide au besoin dans leurs démarches de présentation de projet ».


Aujourd'hui, nous avons analysé sept projets. C'est peu par rapport à l'usage qu'on pourrait en faire. Ce n'est pas tous les jours qu'on vous propose de l'argent pour réaliser vos projets !!!

À VOUS DE JOUER!!!!!!

Claude Quintin, président Table régionale


Communautés solidaires de ses aînés ...

Un service gratuit d'information et de références
s'adressant aux aînés de la MRC de Coaticook



Des questions ??? On est là pour
vous aider à trouver les réponses!

Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook
23 rue Cutting, Coaticook, J1A 2G2
819-849-7011 poste 7
aines_srg@cabmrccoaticook.org



Activités aînées

Vous voulez savoir ce qui se fait pour les aînés de l'Estrie? Consultez le Calendrier à la page [Activités en Estrie](#) sur le site Web de la Table régionale.

Vous n'avez qu'à *cliquer* sur l'activité qui vous intéresse dans le calendrier et une information plus complète apparaîtra (informations telles : l'endroit, le coût, le contenu, l'inscription, etc.)

Vous organisez une activité en lien avec les aînés? Faites-le-nous savoir et nous le mettrons (gratuitement) dans notre calendrier d'activité.

info@aineseestrie.qc.ca ou 819-822-0204.

Activité de la table de concertation des personnes âgées de la MRC du Granit

La Table de Concertation des Personnes Aînées de la MRC du Granit recevra le 7 octobre prochain, la tournée provinciale « Santé et Prévention ». Lors de cette journée, les personnes âgées pourront recevoir de l'information sur les services offerts dans le Granit, puisque plus de 20 exposants tiendront des tables d'information. Des cliniques de dépistage seront également offertes par le CSSS du Granit.

Cette année, l'activité se tiendra au nouveau Centre Sportif Mégantic. Deux conférences seront données : « *Améliorez votre santé* » par Elyse Bourgeois et « *L'éducation et le vieillissement actif... de précieux ingrédients pour une meilleure qualité de vie* » par Monique Harvey, directrice de l'Université du 3^e âge de Sherbrooke.

Sœur Angèle viendra faire une démonstration culinaire et Joël Denis nous offrira son spectacle « *Ya d'la joie* ».

Le dîner sera offert sur place et préparé par le Chef François Gauthier, traiteur aux Péchés Gourmands. Nous attendons plus de 200 personnes à cette activité annuelle.

Si vous souhaitez avoir plus d'informations, communiquez avec Johanne Bastien au 819-583-3482 poste 24.

Pour plus de sécurité : le programme PAIR

Le programme Pair est un service personnalisé d'appels automatisés qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé. Les abonnés reçoivent ces appels à des heures prédéterminées, une ou plusieurs fois par jour. Certaines agences ne peuvent offrir le service les fins de semaine et les jours fériés.

Si l'abonné ne répond pas, une alerte est immédiatement lancée. Une vérification est systématiquement enclenchée par les responsables du système afin de vérifier si l'abonné est en détresse. Grâce aux appels de Pair, plusieurs vies ont pu être sauvées. Ce service est offert gratuitement. Un appel suffit pour s'y abonner.

Le fonctionnement

Le service entrera en contact avec l'abonné de façon journalière et à l'heure choisie, au moyen d'un ordinateur qui vous donnera un message

précis et personnalisé. Le fait de répondre au téléphone indiquera que l'abonné est en état de composer le 9-1-1 s'il a besoin d'aide. Cependant, s'il n'y a aucune réponse, le système automatisé rappellera dans un court laps de temps. Cette fois, si personne ne répond après cette deuxième tentative, une procédure d'alerte sera enclenchée et des démarches seront entreprises afin qu'une personne (un membre de votre famille, un ami, un voisin, un policier ou un bénévole) se rende au domicile de l'abonné pour effectuer une vérification.

Pourquoi ne pas faire le cadeau (gratuit!) à ses voisins ou connaissances en les référant au programme Pair. Tel un grand frère ou une grande sœur, le programme Pair sera pour eux un appel qui leur apportera une tranquillité d'esprit. Alors, passez à l'action dès aujourd'hui en contactant une agence PAIR (tableau ci-contre).

Agence  Estrie

Pour vous inscrire, contactez votre

Centre d'action bénévole :

MRC Haut-Saint-François :
819-560-8540

MRC Coaticook : 819-849-7011

MRC Val-Saint-François :
Richmond : 819-826-6166

Valcourt : 450-532-2255

Windsor : 819-845-5522

MRC Des Sources : 819-879-6333

MRC Granit : 819-853-3482

Pour signaler une absence :
819-560-8540

Memphrémagog :

Pour vous inscrire :

RPM : 819-843-3334

Magog : 819-843-8138

Mansonville : 450-292-3114

Stanstead : 819-876-7748

Pour signaler une absence :
819-843-3334

Ville de Sherbrooke :

Pour vous inscrire :

SPS : 819-821-5555

Pour signaler une absence :
819-821-5555

Renouveler mon bail, quitter... ou contester l'augmentation de loyer ?

Vous avez enfin trouvé une résidence qui vous convient et vous êtes enchanté-e... jusqu'au jour où vous recevez un avis d'augmentation de loyer ou de modification de bail qui ne vous convient pas. Avant de vous résigner à déménager, sachez qu'une autre option s'offre à vous : **vous pouvez renouveler le bail et refuser l'augmentation de loyer ou les modifications. C'est votre droit.**

Certains n'osent pas le faire de crainte d'être mis à la porte. Sachez que le propriétaire n'a aucun droit d'agir ainsi. Les seuls motifs qui justifieraient une expulsion sont le non-paiement du loyer ou un non-respect grave des règlements d'immeuble. D'autres craignent des représailles ou de l'intimidation. Si cela arrivait, l'AQDR (Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées) peut vous aider, tout comme la Commission des droits de la personne qui vient de mettre sur pied une équipe spéciale pour intervenir dans les cas d'exploitation envers les aînés.

Attention aux résidences construites ou converties il y a moins de 5 ans :

Il n'y a aucune règle qui limite les hausses de loyer ! On ne peut contester une hausse.

Rappelons brièvement les règles concernant les augmentations de loyer et toute autre modification au bail. Le propriétaire doit remettre l'avis dans les délais, c'est-à-dire avant la fin du mois de mars pour un bail de 12 mois (voir encadré pour les variantes). S'il ne le fait pas dans les délais, le bail

se renouvelle automatiquement aux conditions de l'ancien bail, incluant le prix du loyer. À partir du moment où vous recevez l'avis du propriétaire, vous avez un mois pour signifier votre intention (accepter, ne pas renouveler le bail, ou renouveler en refusant les modifications). **Attention ! Si vous ne répondez pas dans le délai d'un mois, vous êtes réputé accepter les modifications et renouveler le bail.**

Pour vérifier si l'augmentation de loyer exigée est raisonnable, vous pouvez contacter la Régie du logement au 1 800 683-2245 ou l'Association des locataires au 819-791-1541.

Délais pour les avis de modification de bail par le propriétaire ou de non-reconductions du bail par le locataire

Bail 12 mois ou plus : 3 à 6 mois avant la fin

Bail de moins de 12 mois : 1 à 2 mois avant la fin

Bail durée indéterminée : 1 à 2 mois avant la modification souhaitée

Pour une chambre (peu importe la durée du bail) : De 10 à 20 jours avant la fin du bail ou la modification souhaitée

Dans tous les cas, après l'avis du propriétaire, vous avez 1 mois pour répondre.

Chambre ou logement?

La distinction entre une chambre et un logement d'une pièce n'est pas toujours évidente, mais elle est importante car les délais pour les avis de modification du bail ou de non-reconduction sont différents (voir encadré). S'il n'y

a pas d'espace pour ranger la vaisselle et la nourriture, de cuisinière et d'évier de cuisine, l'espace que vous habitez est considéré comme une chambre.

Suite à mon refus de l'augmentation de loyer, que se passe-t-il ?

Le propriétaire a un mois pour s'adresser à la Régie du logement afin de faire fixer le coût du loyer. S'il ne le fait pas dans ce délai, le bail se renouvelle aux conditions de l'ancien bail. S'il le fait, une audience aura lieu pour entendre les deux parties puis fixer les conditions du bail.

Si je veux déménager?

Si vous avez l'intention de déménager, vous devez envoyer un avis de non-reconduction de bail dans les délais requis (voir encadré). Seules exceptions : l'obtention d'une place en CHSLD (centre hospitalier de soins de longue durée) ou dans un logement subventionné permet de résilier le bail avec un avis de trois mois.

Pour plus d'information:

AQDR : 819 829-2981 ou

ACEF Estrie : 819 563-8144

Projet de loi 22

Ce projet de loi, qui est présentement en commission parlementaire, propose de permettre, dans un certain nombre de cas, que la résiliation de bail prenne effet avant l'expiration du délai de résiliation non seulement si les parties en conviennent comme le prévoient les dispositions actuelles, mais aussi, dorénavant, lorsque le logement étant libéré par le locataire, est reloué par le locateur pendant ce délai.

Dossier à suivre...!

Table de concertation «Services aux aînés» des Sources



Transfert de savoir-faire

Initié par Madame Monique Royer, coordonnatrice de la Corvée de St-Camille et membre de la Table de concertation « service aux aînés » des Sources, le projet *Transfert de savoir-faire* a réuni une vingtaine d'artisanes qui, tout au long de l'année ont transmis leurs savoir-faire. Des enfants, des adolescents et des adultes ont pu s'initier au tricot, à la fabrication de tapis, au faux-vitrail, à la broderie, au crochet, au scrapbooking, à la fabrication de colliers perlés, aux cartes brodées, à la technique de bois brûlé.

En transmettant différents savoir-faire, le projet multigénérationnel a permis de bénéficier des connaissances de plusieurs aînés, de valoriser leur travail, tout en priorisant la récupération des matériaux. Le projet s'est étendu de l'automne 2010 à l'été 2011. Une belle réussite! Bravo Monique!

Projet « Or culinaire »

La Table de concertation «service aux aînés » des Sources en collaboration avec Cuisine-Amitié ont présenté le Projet *Or culinaire* visant une clientèle élargie qui rejoindrait en plus des clients(es) réguliers, des aînés(es) à mobilité réduite, des personnes handicapées et des adolescents(es). Un programme d'information est prévu s'ajouter à la préparation des mets à préparer.

Activités physiques

Le projet *Vie active* reprend à l'automne dans les résidences d'aînés (4) d'Asbestos, à Wotton et à la MABOB où de nouvelles animatrices seront formées cet automne pour satisfaire à la demande. Le projet *Vie active* existait déjà et se continue à St-Adrien et à St-Camille.

Calendrier-guide

L'année s'ouvre sur la préparation d'un calendrier-guide pour 2012, lequel sortira vers la fin d'octobre. Le comité est formé de Pauline Landry, Angèle Thériault et Yolande R.-Brousseau.

Brunch des aînés

Le Brunch des aînés se tiendra le 23 octobre à la salle paroissiale St-Georges-de-Windsor dans le cadre des fêtes de leur 150^e.

Comité du Salon des aînés 2012

Déjà un comité se penche sur l'organisation du prochain Salon des aînés 2012. Le comité comprenant actuellement Angèle Thériault, Pauline Landry, Antoine Larrivée et Yolande R.-Brousseau s'enrichira tout au long de l'année selon les besoins.

Journée régionale sur le suicide des aînés

14 octobre 2011

Hôtellerie Le Boulevard

4201, boulevard Bertrand-Fabre, Sherbrooke

8 h 15 à 11 h 30

Particulier 30 \$ (34.18 \$ taxes comprises)

Membre AQPS 25 \$ (29.18 \$ taxes comprises)

Aîné 25 \$ (29.18 \$ taxes comprises)

Info : stachette@aqps.info Tél : 418-614-5909, poste 35

Information et inscription en ligne à www.aqps.info/aines

- Présentations sur des aspects de la santé et du suicide des aînés
- État de la situation régionale et nationale
- Partage sur les pratiques actuelles et l'identification des besoins
- Échange et concertation sur les intentions des participants pour l'avenir



Sensibilisation - Formation - Détection - Mobilisation - Partage - Prévention

Votre bulletin **La Concertation ... en bref**

Pour recevoir *La Concertation ... en bref* par courriel, envoyez un message à concertation@aineseestrie.qc.ca

Pour recevoir *La Concertation .. en bref* par la poste, faites parvenir vos coordonnées à :

TRCAE, 554, rue Dufferin, Sherbrooke J1H 4N1 ou les laisser sur notre boîte vocale au 819-822-0204.

Calendrier

- 7 oct Tournée «Santé et prévention». Lac-Mégantic. [Voir page 5.](#)
- 14 oct Journée régionale sur le suicide chez les aînés. Sherbrooke. [Voir page 7.](#)
- 15-16 oct [Rendez-vous des générations](#), rencontre nationale, Montréal.
- 17 oct Déjeuner-rencontre «Comment ne pas perdre sa chemise à la retraite», St-Isidore-de-Clifton. [Voir page 3.](#)
- 18-19 oct [Journées vieillissement actif](#). Laval
- 20 oct [Conférence SAE](#) «Le sommeil et la maladie d'Alzheimer» Sherbrooke.
- 23 oct Bruch des aînés, St-Georges-de-Windsor. [Voir page 7.](#)
- 24 oct Déjeuner-rencontre «Comment ne pas perdre sa chemise à la retraite», Bishopton. [Voir page 3.](#)
- 31 oct Conférence sur l'hébergement en résidence privée et publique. Sawyer-ville. [Voir page 3.](#)
- 31 oct [Journée d'automne](#) «Le manque de respect à l'égard des aînés : des petites négligences à la maltraitance», Québec.
- 7 nov Conférence sur l'hébergement en résidence privée et publique. Weedon. [Voir page 3.](#)
- 9 nov [Conférence SAE](#) «Comment positiver face à la maladie?» Sherbrooke.
- 9 nov [Colloque AQDR nationale](#) «Ressources intermédiaires! : Enjeux pour les personnes âgées et leurs familles!» Montréal.
- 10 nov [Conférence SAE](#) «Comment choisir une résidence privée?» Sherbrooke.



LES RÉSIDENCES



GRUPE SAVOIE



Desjardins

Coopérer pour créer l'avenir

Visavie.com

Ce bulletin est produit et distribué grâce à la généreuse contribution de nos commanditaires et de nos partenaires, dont le Secrétariat aux aînés et la Conférence régionale des élus de l'Estrie.



Famille et Aînés Québec



Dufresne

PLANIFIER SA SUCCESSION : POUR QUE LE FILS EN AIT PLUS QUE LE FISC

En planifiant dès maintenant votre succession, vous vous assurez de répartir votre patrimoine selon vos volontés.

Renseignez-vous auprès de votre conseiller à la caisse.

C'est plus qu'une banque. C'est Desjardins.

**PLANIFICATION
DE LA SUCCESSION**

desjardins.com/planifiersasuccession



Desjardins

Conjuguer avoirs et êtres