

# Rencontre des membres de la Table régionale

mardi 31 octobre, 9 h à 11 h 45 (accueil dès 8 h 30)

le lieu vous sera confirmé dans un envoi courriel aux membres

La Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie est heureuse d'inviter ses membres à sa «Journée des membres» sous le thème «Être actif dans sa communauté»

Rester actif dans sa communauté, ça prend bien des formes. Ce n'est pas que d'être actif physiquement. C'est aussi les liens qui nous unissent à notre communauté (nos proches, notre quartier) – toutes ses choses qui font «sens» pour nous, qui font que nous nous sentons intégrés.

Quels sont les facteurs qui nuisent à notre capacité à nous sentir comme faisant partie de cette communauté?

Quels sont les facteurs qui nous aident à nous sentir «membre à part entière»?



Madame Gagnon à 88 ans. Elle vient de «briser maison» pour un loyer dans un quartier de la ville qu'elle connaît moins. Sa seule fille vit à l'étranger et ses proches sont décédés. Elle jouit encore d'une assez bonne santé, physique comme financière, mais elle se sent très seule et elle déprime un peu.



Monsieur et Madame Tremblay sont en couple et vivent au village. Les problèmes cognitifs de Madame Tremblay sont de plus en plus évidents. Ils sortent de moins en moins, se sentant jugés même par leurs amis. «De toute manière,» se dit Monsieur Tremblay, «on n'a plus le temps de sortir; j'ai bien trop à faire pour m'occuper de ma femme et voir à tout le reste : l'entretien de la maison, de la cour, le paiement des comptes...»



Monsieur Gendron vit en campagne et vient de perdre son permis de conduire; sa vision s'étant trop détériorée. Il dit ne pas avoir les moyens de payer un taxi pour faire ce qu'il faisait avant. «Pour aller chez le médecin, il y a bien le transport offert par le CAB, mais je ne peux plus aller jouer aux échecs avec les copains en ville, sans compter les difficultés pour visiter la belle Jeanne qui elle, est au village.»

## Comme communauté, comment pouvons-nous améliorer la situation?

Quels sont les défis pour assurer la pleine participation sociale des aînés ? Qu'est-ce qui fonctionne bien en ce sens? Qu'est-ce que nous pouvons faire de plus, ou faire mieux?