

L'avocat au service des aînés

TESTAMENT BIOLOGIQUE

« Directives de fin de vie »

Le *testament biologique* est un document par lequel vous exprimez à vos proches vos dernières volontés relativement aux soins médicaux que vous désirez, ou ne désirez pas recevoir, lorsque ces soins deviennent requis et que vous n'avez plus l'aptitude d'en décider vous-même. En fait, le *testament biologique* est une anticipation de votre droit à consentir ou non à des soins médicaux de derniers recours.

Malgré son appellation, ce document n'est pas un « testament » au sens du droit des successions. Il ne nécessite pas de formalités particulières. Vous n'avez pas besoin de rencontrer un notaire ou un avocat pour le faire préparer. D'ailleurs, les dispositions de votre *testament biologique* ne seront pas incluses dans le testament relatif à vos biens. En effet, ce testament ne peut être ouvert que suite à votre décès. Or, les volontés exprimées dans votre *testament biologique* doivent nécessairement être dévoilées avant votre décès.

Vous pouvez, dans une simple lettre, exprimer vos choix par écrit, dater et signer. Aux fins d'identification de votre signature, vous pouvez demander à un ou deux témoins de signer après vous, et confier le document cacheté à une personne de confiance en lui indiquant qu'il contient votre *testament biologique*. En effet, l'existence de ce document ne doit pas rester secrète si vous voulez que vos dernières volontés relativement aux soins médicaux soient respectées. Son contenu peut par contre rester secret.

Ainsi, le cas échéant, vos proches et vos médecins traitants pourront consulter votre *testament biologique* et prendre des décisions relativement aux soins médicaux rendus nécessaires par votre état de santé en tenant compte de vos volontés exprimées à cet égard.

publicité Me Brisson
avocat

Service Bénévole Comté l'Assomption 30 ans au service de la communauté

50, rue Thouin, local 108

Repentigny

téléphone : 450-581-5033

Le service bénévole est très impliqué au niveau des aînés et a à cœur de briser l'isolement en offrant :

- des activités de socialisation
- des ateliers occupationnels et instructifs
- des ateliers de prévention
- des visites et téléphones d'amitié (sécuritaires)
- de l'accompagnement transport pour les rendez-vous médicaux

De plus le service bénévole offre à la population :

- des repas communautaires, des sorties culturelles et des activités de plein air
- des programmes de lutte à la pauvreté pour les familles
- de remplir les déclarations d'impôt gratuitement pour les personnes et famille à faible revenu
- des ateliers de prévention des chutes, de gestion du stress par la gymnastique douce
- des ateliers divers sur les aspects de la santé

annonce de Chantal Labelle
audioprothésiste

CONFÉRENCES OU ACTIVITÉS À VENIR
à la salle communautaire # 3 du Pavillon Richelieu

20 mars : présentation et visionnement du film « Madeleine à la Résidence des Ruisseaux » qui sensibilisera les participants aux abus dont les aînés peuvent être victimes.

Animatrice : madame Huguette Sénéchal, conseillère en prévention. Elle sera accompagnée d'un panel d'experts.

17 avril : La saine alimentation, par où commencer ?
avec madame Sonia Lizotte, coach en alimentation

15 mai : La sécurité à domicile, comment se protéger des fraudes, des vols et des abus.
avec monsieur Réjean Beauclair.

19 juin : Assemblée générale annuelle.
Précédée d'un léger déjeuner à partir de 8h30

Vous recevrez l'invitation officielle début juin.

ANNONCE DES CAISSES
DESJARDINS



Association québécoise de défense des droits
des personnes retraitées et préretraitées
MRC L'Assomption.

L'ENTRE'AÎNÉS

Nos principales activités,
sous forme de conférences, se tiennent
habituellement le 3^e vendredi de chaque mois
en matinée, de 9h30 à 11h30

au Centre à Nous (Pavillon Richelieu)
50, rue Thouin à Repentigny

**Voir la liste des activités à venir
à la page 8 du présent journal.**

Votre carte de membre pour 2009-2010 (12\$)
doit être renouvelée avant le 1^{er} avril 2009
afin de nous faciliter la tâche et surtout pour
que vous conserviez vos privilèges d'assurance.

AQDR section l'Assomption

50, rue Thouin, Pavillon Richelieu, bureau 244
Repentigny (QC) J6A 4J4

514-984-7902

aqdrlassomption@hotmail.com

L'activité physique pour les aînés

Plus vous serez actif, plus vous en retirerez des bienfaits.

Avantages immédiats :

- ☺ faire de nouvelles rencontres
- ☺ se sentir plus détendu
- ☺ avoir un meilleur sommeil
- ☺ se divertir davantage

Avantages à long terme :

- ☺ maintenir son autonomie et qualité de vie supérieure
- ☺ meilleure santé physique et mentale
- ☺ meilleure posture et meilleur équilibre
- ☺ moins de courbatures et de douleurs
- ☺ meilleur contrôle du poids
- ☺ meilleure détente donc moins de stress

Source : Guide canadien d'activité physique pour les aînés

Pour obtenir un exemplaire gratuit : 1-888-334-9769

Le site Web : www.guideap.com

Annnonce de Apétiva

RAPPEL

Apétiva fait la livraison gratuite le jeudi.

De plus, avec votre carte de membre, chez Apétiva, lorsque vous achetez un repas à prix régulier, vous obtenez 25% de rabais sur un 2^e repas (à tarif égal ou moindre).

AU VOLANT de ma santé !

AÎNÉS, êtes-vous à risque ?

Comme conducteur, éprouvez-vous des difficultés ou des problèmes avec l'un des points suivants ?

- Vous êtes limité dans vos mouvements lorsque vous conduisez.
- Vous êtes confus lorsque vous devez vous engager sur une route ou en sortir.
- Vous ne vous souvenez plus du parcours que vous empruntez régulièrement.
- Vous réagissez au dernier moment pour arrêter à une intersection.
- Vous éprouvez de la difficulté à céder le droit de passage.
- Vous avez de la difficulté lorsque vous devez reculer votre véhicule.
- Vous n'êtes pas capable de lire ou de comprendre des panneaux de signalisation ou des indications de la route.
- Vous vous faites klaxonner ou interpeller régulièrement par les autres conducteurs que vous rencontrez sur la route.
- Vous avez reçu de vos proches des commentaires sur leurs inquiétudes lorsque vous prenez le volant.
- Vous avez eu de petits accrochages.

Si vous avez répondu OUI à un ou plusieurs de ces problèmes, il serait temps :

- d'en parler à vos proches ou à un professionnel de la santé;
- de rafraîchir vos connaissances et vos techniques de conduite;
- ou même de choisir un autre moyen de transport.

Source : Société de l'assurance automobile du Québec

annonce de Pierre Riopel
Banque Nationale

RÔLE DU COMMISSAIRE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ DES SERVICES

Le mandat de la commissaire aux plaintes et à la qualité des services, qui relève directement du conseil d'administration, est de s'assurer du respect des droits des usagers et du traitement diligent de leurs plaintes. L'augmentation des interventions des commissaires au Service des plaintes du Centre de santé et de services sociaux du Sud de Lanaudière, lesquelles sont passées de 900 en 2006-2007 à plus de 1400 en 2007-2008, démontre que l'utilisateur et sa famille désirent se faire entendre pour influencer la façon dont les soins sont dispensés.

La philosophie du service des plaintes est basée sur la recherche active de solution, en collaboration avec les gestionnaires et les intervenants concernés. Afin d'éviter que la relation de confiance entre l'utilisateur et l'équipe soignante soit rompue, la commissaire doit identifier des solutions mutuellement acceptables pour l'utilisateur et les intervenants. Les insatisfactions sont généralement solutionnées sans recours au dépôt formel d'une plainte. Le succès de cette approche réside dans l'écoute des besoins de l'utilisateur et dans la rapidité avec laquelle les intervenants et les gestionnaires entreprennent, en collaboration avec la commissaire, des actions concertées.

Enfin, la commissaire a le devoir de s'assurer, dans le tumulte des changements, de la qualité des soins dispensés aux usagers. Ainsi, bien qu'elle exerce son rôle principalement lors d'une plainte ou de l'expression d'une insatisfaction par un usager ou d'un proche, la commissaire peut également intervenir dans toutes circonstances où les droits des usagers ne sont pas respectés ou lorsque des orientations ou décisions vont à l'encontre de leur bien-être.

Bien que les plaintes exigent parfois beaucoup d'attention de la part de tous, l'expression d'une insatisfaction doit être perçue comme une occasion permettant d'améliorer les façons de faire. Les commissaires locales aux plaintes et à la qualité sont des agents de changements importants, dans le système de santé.

Isabelle Durocher,
commissaire aux plaintes et à la qualité des services, au Centre de santé et de services sociaux du Sud de Lanaudière

À chacun de décider s'il veut être vieux ou âgé...

Texte de Raymond Puipe, de Saint-Maurice.

Comment se fait-il qu'avec la retraite, certains deviennent simplement âgés alors que d'autres deviennent vieux ?

- Alors que la personne **âgée** pratique le sport, la découverte, les voyages, le **vieux** se repose.
- Alors que la personne **âgée** a de l'amour à donner, le **vieux** accumule les jalousies et les rancœurs.
- Alors que la personne **âgée** fait des plans pour son futur, le **vieux** n'a que la nostalgie du passé.
- Alors que l'agenda de la personne **âgée** comprend surtout des lendemains, le calendrier du **vieux** ne contient que des « hier ».
- Alors que la personne **âgée** apprécie les jours à venir, le **vieux** souffre du peu de jours qui lui restent.
- Alors que la personne **âgée** en dormant fait des rêves, le **vieux** fait des cauchemars.

Alors il n'est pas question pour moi, pour nous, **d'être vieux**, âgé peut-être et encore, mais surtout pas **vieux**.

Car nous avons tant de rêves, tant de choses à faire. C'est ce que je vous souhaite, à toutes et tous pour ces prochaines années !!!

**Tout est décidé, je ne serai jamais vieux,
âgé oui, mais plus tard...**

annonce de Louise Archambault
notaire