



DÉJEUNER RENCONTRE



AQDR section Memphrémagog

Invite tous les aîné(e)s de (50 ans et plus) à participer à un *déjeuner* et un *Café des âges*, le samedi 6 novembre 2010.

L'endroit : Résidence « Le Renaissance »
975, rue St-Luc, Magog
(Stationnement à l'arrière de l'église)

Date : 6 novembre 2010

Heure : 8h00 à 9h00 Déjeuner
9h00 à 10h30 Café des âges

Coût : 9 \$ / par personne

Réservation obligatoire **avant le vendredi 29 octobre 2010** à l' AQDR au 819-868-2342 ou sans frais 1-877-868-2737

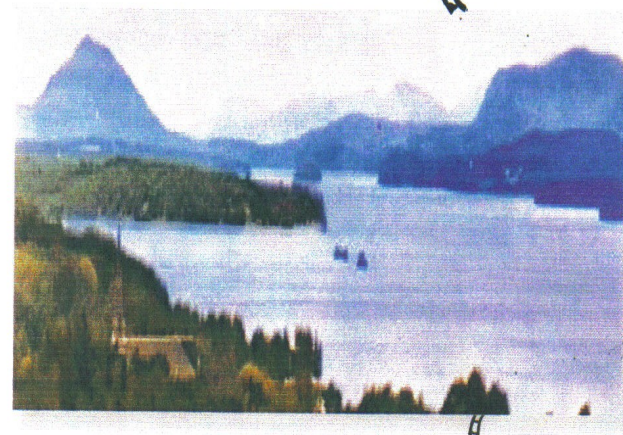
S.V.P. Veuillez mentionner votre participation au déjeuner seulement ou au Café des âges.



AQDR

Memphrémagog

L'ANCR'ÂGE



Parlement des Sages



Déjeuner rencontre mensuel
Monthly Breakfast meeting



Octobre 2010

MOT DU PRÉSIDENT

Chers membres,

De retour de vacances et déjà les activités ne manquent pas. Les 7,8 et 9 septembre dernier, mesdames Huguette L. Boisvert, Louise Latulippe, ainsi que monsieur Yvan Roy et le soussigné, avons participé au 10^e anniversaire du Parlement des Sages à l'Assemblée Nationale du Québec.

Nous avons tous apprécié cette activité et nous souhaitons sincèrement que l'AQDR Nationale la maintiendra encore plusieurs années. Nous avons profité de ce 10^e anniversaire pour rendre un hommage posthume à la fondatrice de ce parlement madame Huguette Beauchamp qui fut Présidente de notre section et également du National.

Le 1^{er} octobre dernier, nous avons souligné avec ampleur et dignité la Fête Internationale des aînés. En effet, nous avons tenu, à la résidence Havre des Cantons, un déjeuner auquel assistaient environs 125 personnes dont la mairesse de Magog madame Vicky May Hamm, le député d'Orford monsieur Pierre Reid, le député fédéral de Brome-Missisquoi monsieur Christian Ouelle, ainsi que son adjoint monsieur Michel Breton. Nous étions très heureux de les accueillir et de constater leur intérêt pour les aînés.

Le 6 novembre prochain nous tiendrons un déjeuner intergénérationnel. En effet, nous prendrons part à un « Café des Âges » avec des jeunes de la polyvalente La Ruche et d'autres écoles. Nous échangerons des idées et des points de vue. Le tout sera animé par monsieur Denis Crête mandaté par la Table de concertation des aînés de l'Estrie.

Programme Pair

Vivre seul comporte certains risques... Peu importe votre âge!

Personne n'est à l'abri de la maladie, des accidents ou d'une chute..

ET si vous n'étiez pas en mesure de demander de l'aide, qui le ferait pour vous ?

Le Programme **PAIR** permet de faciliter votre autonomie et de demeurer plus longtemps à domicile. Il veille sur votre santé et votre sécurité. Il augmente votre quiétude et aussi celle de vos proches. Il est discret, flexible et parle même plusieurs langues !

En plus d'être agréable, cet ange gardien pourrait vous sauver la vie ! Il l'a déjà fait pour d'autres ! **PAIR** veille sur des milliers de québécois depuis 1989!

PAIR est un programme d'appels automatisés qui s'adresse:

- * Avant tout aux personnes âgées et seules, peu importe votre santé. Si vous souffrez de solitude, d'anxiété, d'une maladie ou d'un handicap, ce ne sont là que des raisons supplémentaires pour vous prévaloir du programme!
- * À toute personne, peu importe son âge, en convalescence, souffrant d'un handicap, d'une maladie temporaire ou permanente, qui craint sa santé ou sa sécurité parce qu'elle vit seule.
- * Vous êtes considéré comme vivant seul si la personne qui vous accompagne ne serait pas en mesure de vous secourir.

PAIR est maintenant accessible à tous les résidents de la MRC Memphrémagog !

PAIR est un service rassurant...et GRATUIT !

Contactez votre Centre d'Action Bénévole :

CAB de la Missisquoi-Nord
Stanstead
450-292-3114

CAB Carrefour du Partage Magog
819-843-8138

CAB R.H. Rediker
819-876-5611

Pair vous est offert gratuitement par :

Caisse Desjardins du Lac-Memphrémagog

Caisse de Stanstead

En collaboration avec la Régie
De Police de Memphrémagog



Semaine des Proches aidants

Souper-conférence « Frontières et limites »

Dans le cadre de la semaine des proches aidants, la Table de concertation des aînés de Memphrémagog présente une conférence de Madame Rosa Riverin, thérapeute en relation d'aide. La conférence portera sur le thème *Frontières et limites : Apprendre à connaître ses limites, à les exprimer et les faire respecter*.

L'activité se déroulera mercredi 3 novembre de 17h30 à 20h au Centre communautaire de Magog, 95, rue Merry Nord, salle Ovila-Bergeron. L'entrée est gratuite, les contributions volontaires sont acceptées.

Un buffet froid sera servi; prière de réserver votre place en appelant Annick Métivier au (819) 843-2292 poste 2318.

Bienvenue à toutes et à tous.

La même conférence est également offerte à Mansonville le mardi 2 novembre 2010.

Pour information et réservation : Angelle Laplume au (450) 292-3114.



MOT DU PRÉSIDENT

Je vous invite donc à consulter l'endos de cette présente édition de l'Ancr'âge pour connaître les coordonnées de ce déjeuner.

Veillez comme le veut la coutume réserver à l'avance en téléphonant à Suzanne Olsen au 819-868-2342.

Merci de votre collaboration.

Récemment, madame Marguerite Blais, la ministre responsable des Aînés, avait le plaisir de nous annoncer que la ligne téléphonique **Aide Abus Aînés** (1 888 489-ABUS [2287]) est en service. Cet outil vous sera utile pour obtenir de l'aide dans différentes situations d'abus car des professionnels répondront aux appelants et pourront épauler la personne dans ce qu'elle vit. Gardez donc cette référence à portée de main et n'hésitez pas à vous en servir aussi souvent que nécessaire!

Un site web est aussi déjà en ligne pour apporter plus d'informations et de ressources. Je vous invite à le visiter à cette adresse: www.maltraitanceaines.gouv.qc.ca. Ajoutez-le dans vos favoris !

Je suggère fortement à tous nos membres, vos familles, vos amis de collaborer à la *Fondation de la Ruche* en faisant vos achats de nourriture ou autres durant tout le mois de novembre au IGA de Magog. Madame Annick Gazaille s'est engagée à remettre 2% sur tous les achats durant ce mois.

Quel beau moyen de contribuer à la *Fondation de la Ruche* pour l'agrandissement des plateaux sportifs.

Ronald O. Maheu
Président

Prix Dufresne-Quintin

Prix Dufresne-Quintin 2010

Estelle Dufour est reconnue pour son leadership et ses idées novatrices

Magog, 6 octobre 2010 – La gagnante du Prix Dufresne-Quintin 2010 se plaît à répéter : « j'ai appris beaucoup et j'aime le partager ». Une citation qui ne surprend pas de la part d'une enseignante à la retraite. À l'occasion de son 10e anniversaire, le Bureau des gouverneurs du CSSS-IUGS remet le prix Dufresne-Quintin à Mme Estelle Dufour.

Mme Dufour est l'une des fondatrices, en 1990, de l'Association québécoise de défense des droits des retraités (AQDR) chapitre de Memphrémagog. C'est par son implication en politique - elle a notamment été conseillère municipale à Eastman à la fin des années 1980 et au début 1990 - ainsi que dans des organisations syndicales qu'elle a développé l'art de défendre ses opinions, ainsi que ses droits et ceux de ses pairs.

Estelle Dufour est également présidente de l'AFEAS locale d'Eastman. Pour illustrer son leadership, il n'y a qu'à analyser le membership de l'organisation qui est passé de 14 à 42 membres sous sa présidence.

« Le comité de sélection a été impressionné par la capacité de Mme Dufour de reconnaître les qualités et le talent des gens qui l'entourent afin de les inciter, eux aussi, à améliorer l'environnement et la qualité de vie de ses concitoyens », a expliqué la présidente du Bureau des gouverneurs du CSSS-IUGS, Heather Bowman.

Prix Dufresne-Quintin

Le président de l'AQDR, Ronald O. Maheu ainsi que la secrétaire de l'AFEAS locale d'Eastman, Ginette Paradis, ont tous deux rendu hommage à Estelle Dufour en reconnaissant ses qualités d'écoute, son leadership et son esprit d'innovation lui permettant de mettre en place des projets favorisant une meilleure qualité de vie aux personnes, principalement aux personnes âgées.

Le Prix Dufresne-Quintin

Le prix Dufresne-Quintin a été instauré par le Bureau des gouverneurs du Centre de santé et de services sociaux - Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke en 2000, année internationale des personnes âgées, avec pour objectifs d'enrichir les rapports entre la population et l'établissement et de rendre hommage à une ou des personnes qui incarnent ses valeurs, sa philosophie, son idéologie et qui contribuent à l'avancement du mieux-être des personnes âgées. Depuis, la statuette est remise annuellement à l'occasion des festivités entourant la Journée internationale des personnes âgées qui se tient le 1er octobre.

Je fus très heureux d'avoir participé activement pour soumettre cette candidature, je remercie Suzanne Olsen et Jeannine Massicotte pour leur précieuse collaboration dans ce dossier. Au nom de tous les membres, j'aimerais féliciter à nouveau madame Estelle Dufour pour cet honneur bien mérité.

Ronald O. Maheu
Président

