

L'Arbre et ses Racines

MRC Montmagny et L'Islet

Bulletin mensuel numéro 19

novembre 2007



Montmagny- L'Islet

Association québécoise de défense des droits
des personnes retraitées et préretraitées

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Ça bouge cet automne

Des consultations de toutes sortes se poursuivent. La consultation sur les accommodements a eu certains effets positifs dont il faut se réjouir, je crois. Je fais référence à un « *avis portant sur la relation entre la liberté religieuse et l'égalité entre les femmes et les hommes* » donné au gouvernement par le Conseil du statut de la femme dont vous trouverez un extrait dans la chronique *actualité* de ce numéro,

Un projet de règlement est adopté. Il s'agit du règlement sur les conditions d'obtention d'un *certificat de conformité* de résidence pour personnes âgées. Envisager de quitter sa maison pour une résidence peut générer des inquiétudes. On craint de perdre du confort, de l'intimité et de l'autonomie. Sans parler du coût qui peut devenir un réel frein. Nous allons tenter de vous rassurer, dans les prochains bulletins, en vous présentant ces conditions.

Malgré le format réduit de notre Bulletin, nous y retrouvons une bonne récolte diversifiée et condensée, et même une recette. Vos commentaires et suggestions seraient le *bouquet!* À vous d'en rajouter.

Colette St-Onge

LE JARDIN DE LA MÉMOIRE

« Je ne me sens pas meilleure que d'autres mais je veux donner la chance à d'autres de se réveiller. »

J'ai pas étudié longtemps, ma mère avait besoin de moi à la maison. Elle était « en famille » de huit mois et obligée de rester assise. C'est pas parce que j'étais pas intelligente, brillante. Je devais le faire. On questionnait pas la décision des parents dans ce temps-là. On obéissait. Pendant ma 5^e et ma 6^e années je suis allée à l'école à peu près 90 jours. J'allais chaque matin chercher mes devoirs et faire corriger ce que j'avais fait. Je n'avais pas d'explication comme les autres élèves. Il fallait que je « marche au catéchisme ». Le curé m'avait refusée pour forcer mon père à m'envoyer à l'école. Mon père est allé le voir et le curé m'a acceptée... « par charité ». J'étais gênée à côté des autres et je me suis fait une carapace. Maintenant je marche la tête haute et je suis plus sensible.

C'est comme d'autres choses, j'ai appris d'autres sens à la vie. Je suis capable d'écouter les gens. Je m'occupe de groupes de pastorale des malades, je suis même la fondatrice de St-Eugène. Maintenant s'est greffé à nous L'Islet et St-Cyrille.

Aline C.-Leclerc, 78 ans

Et madame Aline me raconte les tourtières qu'elle a fait hier pour les Fermières, et les tartes et pâtés pour ses proches, et le creton et le ragoût pour donner. Les touristes qui fréquentent depuis plus de 20 ans *L'accueil en Famille au village de St-Eugène* connaissent bien son talent de cuisinière. Et j'écouterais cette conteuse encore

VOS DROITS

Les Résidences privées sont-elles conformes?

Remettons-nous dans le contexte. Depuis quelques années plusieurs résidences privées voient le jour. La majorité sont bien tenues mais certaines font l'objet de plaintes tant des résidants que des personnes travaillant auprès des aînés. Aucun règlement valable ne permet de forcer les exploitants à agir pour satisfaire leurs demandes. Des associations d'aînés, entre autres l'AQDR et la FADOQ, ont décidé de joindre leurs voix et d'appuyer leur demande d'un règlement obligatoire et uniforme pour toutes les résidences. C'est ainsi que le Gouvernement a passé une Loi et a établi un Règlement¹⁾ sur les conditions d'obtention d'un certificat de conformité d'une résidence pour personnes âgées.

L'Agence de la santé et des services sociaux est chargée d'appliquer ce Règlement. Actuellement toutes les résidences ont reçu le règlement et 80 % ont participé aux séances d'information. Les exploitants ont jusqu'en février 2009 pour ajuster leur pratique et leur comportement à ce règlement. À compter de **février 2009**, l'Agence remettra un certificat de conformité **si l'exploitant satisfait** aux conditions du règlement.

Voici quelques grands titres et exemples:

« **1. Dispositions générales** : Le résidant ainsi que ses proches doivent être traités avec courtoisie [...] **2. Échange d'information** : L'exploitant remet [...] un document rédigé en termes clairs [...] **3. Santé et sécurité des résidants** : [...] Au moins une personne majeure [...] doit être présente en tout temps [...] **4. Alimentation et médication** : L'exploitant qui fournit des repas [...] doit offrir des menus variés conformes au Guide alimentaire canadien [...] et suivre les directives du médecin pour les diètes spéciales. »

CHRONIQUE

La douleur et l'arthrite

La douleur : Un journal de la douleur a été conçu pour les arthritiques. Il peut s'adapter à tous les malades souffrant de douleur chronique afin de noter les détails des soins reçus. Le journal permet un suivi des divers consultations et soins reçus que ce soit du corps médical ou des soins alternatifs (massage, acupuncture ...). Ce journal est facile à adapter aux autres maladies. Il est suggéré de le remplir et de le présenter à chacun des experts consultés. La médecine est devenue complexe et interpelle de nombreuses personnes. Il permet de présenter rapidement un portrait d'ensemble de sa situation car il est fini le temps où le « docteur » était capable de résoudre tous les problèmes.

L'Arthrite : Les deux formes d'arthrite les plus communes sont : **l'arthrose** connue sous le nom d'*arthrite dégénérative* ou *maladie dégénératrice des articulations*. Il affecte les genoux, les mains, les pieds, l'épine et les hanches. C'est le type d'arthrite le plus commun. Il touche un Canadien sur dix, surtout après 45 ans et autant les hommes que les femmes. **La polyarthrite rhumatoïde** est une maladie progressive. C'est l'inflammation des articulations. Elle peut atteindre aussi le cœur, les yeux et les poumons. Elle touche 1 % des Canadiens et elle frappe les gens entre 25 et 50 ans. Deux fois plus de femmes sont touchées. Il est possible de les contrôler ou de les soulager par l'administration de médicaments et de traitements. Obtenons un diagnostic le plus tôt possible afin de s'assurer d'être traité. On n'est pas obligé de souffrir. Pour obtenir le Journal: www.arthrite.ca/

AQDR Montmagny-L'Islet, page 2

ANNIVERSAIRES

* Bernier, Roger
* Bernier, France
* Cloutier, Suzanne

* Leblanc, Sylvie
* Gaudreau, Clément
* Aubé, Pauline

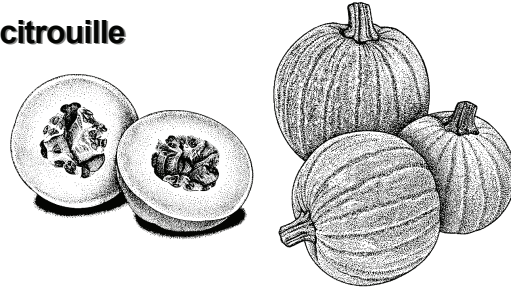
* Desrosiers, Lucia F.
* Nicole, Cécile

RECETTE D'ALBERTA

Confiture melon et citrouille

Ingrédients :

- 1 petit melon
- 1 petite citrouille
- Sucre



Préparation :

- Couper la partie ferme en petits cubes et les placer sur un linge au minimum une journée pour les faire sécher.
- Le lendemain, peser les fruits et mettre le même poids de sucre pour obtenir un sirop épais.
- Cuire le tout jusqu'à transparence. Laisser refroidir et verser dans les pots.
- Se conserve au réfrigérateur.

Note : Cette recette ne goute pas la citrouille et c'est très bon!

HUMOUR

Définitions amusantes

Archéologue : « Meilleur mari qu'une femme puisse espérer : plus elle vieillit, plus il s'intéresse à elle. »

Banquier : « Homme secourable qui vous prête un parapluie quand il fait beau et vous le réclame dès qu'il commence à pleuvoir. »

« Un compliment c'est comme une police d'assurance. Il doit être renouvelé de temps en temps. »

Auteur inconnu

« S'il existe un Dieu, chaque être humain est pour LUI une porte donnant sur le monde. »

Denis Marquet

NOUVELLES / ÉVÉNEMENTS

Dimanche 4 novembre 2007: Coop Santé L'Islet, journée portes ouvertes.

Lieu : 82, 10^e Rue, L'Islet. Coût de la part sociale 50 \$.

« *Mon cabas je l'utilise!* » c'est le titre du projet lancé par l'AFÉAS afin de réduire la consommation de sacs de plastique jetables qui polluent notre environnement. L'AQDR appuie ce projet et invite tous ses membres et partenaires à se joindre à ce mouvement.

(*Cabas* signifie sac à provisions)

Samedi et dimanche, 1^{er} et 2 décembre 2007 : Vivez la magie de Noël en compagnie des artisanes de la maison Guyon qui vous recevront et présenteront leurs créations.

Lieu : 176, des Pionniers Est, de 10h à 17h. Invités : tisserande, guitariste et écrivain.

La Corporation Philippe-Aubert-de-Gaspé ouvrira cet automne son Musée de la mémoire vivante. Surveillez les journaux. Projet en gestation : « *Mémoires vivantes de nos aînés : récits de vie et témoignages* ». Il vise à recueillir, consigner et diffuser les témoignages oraux et écrits des aînés pour les rendre disponibles au public. *Belle*

ACTUALITÉ

Elles vont faire le ménage, mais elles sont bien davantage...

Benoît Caron a plaidé en faveur de la consolidation des coopératives de services à domicile du Québec. Il croit qu'il est temps d'élaborer des normes provinciales en aide domestique pour développer les habiletés des travailleuses à entrer en relation avec les personnes qu'elles desservent. Il a tenu ces propos lors d'une journée d'audience de la commission consultative sur la qualité de vie des aînés à Québec, le 19 octobre 2007.

Il a aussi plaidé en faveur de meilleurs investissements dans ce réseau. Il souligne que l'aide financière offerte aux personnes âgées pour embaucher du personnel n'a jamais été ajustée depuis 10 ans. Il souhaite que les entreprises d'aide à domicile soient perçues comme des partenaires du réseau de la santé et des services sociaux dans le contexte où le maintien à domicile s'impose de plus en plus comme la voie à développer.

Extrait d'un article paru dans Le Soleil du samedi 20 octobre 2007.

Conseil d'administration 2007-2008 :

Présidente :	Colette St-Onge, 247-5246	Vice-présidente : poste vacant
Secrétaire-trésorière :	Marcelle J.-Deschênes, 247-5981	
Administratrices :	Annette Bélanger, 598-7207	Pauline Bélanger, 598-3878
	Estelle Pelletier, 598-7038	Claire Tardif, 248-3138
Collaboration spéciale :	Député Paul Crête, 66, du Palais de Justice, Montmagny (Qc) G5V 1P5	
Commanditaire :	Restaurant St-Jean, 27, de Gaspé Ouest, Saint-Jean-Port-Joli, Tél. : 598-6266	
Responsable du bulletin :	Colette St-Onge, 247-5246	
Collaboratrices :	Alberta Gagnon, Fernande Cloutier, Georgette Aubin	
Mise-en-page :	Guylaine Hudon	
Site Internet :	www.aqdr.org/sections.php	Courriel : aqdr.lislet@videotron.ca

Pour nous rejoindre : AQDR Montmagny-L'Islet, ☎ 241-3258

Adresse : 376, des Pionniers Est, L'Islet, G0R 2B0

NOUS AIMERIONS RECEVOIR VOS COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS.