



AQDR

Roberval

1079, rue Bolduc

Roberval, G8H 1V8

Téléphone: 418 765-1527

Courriel: aroberva@cgocable.ca

La réflexion

Journal d'information sur l'Association québécoise
de défense des droits des personnes retraitées et
préretraitées de Roberval

Édition Novembre 2020



Mots du président, nov. 2020

Bonjour à vous toutes et à vous tous,

En cette période de confinement, il est de plus en plus difficile d'effectuer des rencontres sociales. L'AQDR Roberval adhère volontiers aux consignes de la Santé publique afin de se protéger de ce disgracieux coronavirus, (COVID-19). Nous continuons notre mission de défense des droits des retraités et préretraités afin de leur procurer toute la dignité qu'ils méritent, que ce soit en CHSLD, RPA, à domicile ou quel que soit le lieu où ils se trouvent.

Plusieurs de nos activités prévues ont dû être annulées. Elles seront donc reportées à une date ultérieure. Soyez assurés que dès la fin du confinement, nous reprendrons nos activités d'information et de mobilisation. Cette période difficile en est une de prise de conscience en rapport avec nos aînés. Soyons vigilants et n'hésitons pas à dénoncer tout abus envers le respect de leur dignité.

Demeurons vigilants, acceptons et suivons les recommandations qui contribuent à nous garder en santé jusqu'à la fin de cette pandémie.

L'AQDR Roberval est là pour vous motiver et vous encourager. Nous ferons tout en notre pouvoir pour diminuer votre anxiété pour que vous restiez calmes et sereins en ces temps perturbants. Ce n'est qu'une question de temps et l'issue dépend en partie de nous toutes et nous tous.

Si vous avez besoin d'une bonne écoute, de l'aide pour répondre à vos interrogations, prenez le temps de contacter notre coordonnatrice au 418 765-1527.

Gilles Ouellet, président

Présentation du Conseil d'administration



Présentation du Conseil d'administration 2020-2021 élu le
10 septembre 2020 lors de l'Assemblée générale

Président: M. Gilles Ouellet

Vice-président: M. Ghislain Leclerc

Secrétaire: M. Jacques Audette

Trésorière: Mme France Tremblay

Administratrice: Mme Carmen Paradis

Administratrice: Mme Marlène Boivin

Administrateur: M. Jacques Bilodeau (absent sur cette photo)



Photo: de gauche à droite: Jacques Audette, Sabin Côté, Carmen Paradis, Gilles Ouellet, Nancy Guillemette, France Tremblay, Suzette Rodrigue, Ghislain Leclerc, Jocelyne Villeneuve

Présentation du Conseil d'administration 2019-2020

en présence de la Député de Roberval,

Madame Nancy Guillemette,

ainsi que du maire de la Ville de Roberval,

Monsieur Sabin Côté

Président: M. Gilles Ouellet

Vice-présidente: Mme Suzette Rodrigue

Secrétaire: Mme Carmen Paradis

Trésorière: Mme France Tremblay

Administrateur: M. Ghislain Leclerc

Administrateur: M. Jacques Audette

Administratrice: Mme Jocelyne Villeneuve

Nous tenons à remercier :

Mesdames Suzette Rodrigue et Jocelyne Villeneuve pour leur apport à notre association et pour leur dévouement. Elles ont terminé leur mandat.



RAPPORT DES DÉJEUNERS CONFÉRENCES
ET ACTIVITÉS D'AVRIL 2019 À MARS 2020

Date : Jeudi le 11 avril 2019

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Restaurant Le Coq Rôti de Roberval

Conférencier : Dr Pascal Morin, MD, CSPQ, FRCS (C)

ORL et chirurgien cervico-facial

CIUSSS Hôpital de Roberval

Mme Marie-Claude Bouchard, AP

Audioprothésiste Groupe Forget

Thème : Les oreilles

La surdité en 2019 quoi de neuf !

20 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.



Date : Jeudi le 12 septembre

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Restaurant Le Coq Rôti de Roberval

Conférencières : Mme Karine Ouellet, audioprothésiste et Mme Audrey Lamontagne, audiologiste.

Thème : La privation sensorielle et ses effets sur le cerveau.

Et le cerveau dans tout ça !

24 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.





Date : Jeudi le 10 octobre 2019

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Hôtel Château Roberval, salle Lizotte-Villeneuve

Les conférencières : Mmes Audrey Gaudreault et Jo-Anne Dion, techniciennes en soins de pieds et membre de l'Association des naturothérapeutes du Québec.

S.O.S. pieds de Roberval

Thème : Le soin des pieds.

L'hygiène des pieds très important !

22 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.



Date : Jeudi 14 novembre 2019

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Hôtel Château Roberval, salle Lizotte-Villeneuve

Conférencière : Mme Josée Taillon, infirmière autorisée 851254

Thème : La maladie du zona

Les symptômes, la prévention et le traitement.

Elle abordera tous les services en soins infirmiers offerts à la Pharmacie Uniprix Guay et Beaupré de Roberval.

37 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.



Le 12 décembre dernier, 54 membres et amis ont participé à la fête de Noël. Un mini-spectacle avec TEMTAO, un duo d'animateurs multidisciplinaire passionnés du rythme et des cultures du monde, a été offert aux participants dans un univers visuel et sonore. Lors d'un dîner communautaire, nous avons profité de l'occasion pour rendre hommage à deux bénévoles qui ont quitté notre organisation, soit Mme Édith Bilodeau et M. Raymond Bouchard. Nous avons le plaisir d'accueillir notre Députée à l'Assemblée nationale, Mme Nancy Guillemette, ainsi que le maire de la Ville de Roberval, M. Sabin Côté.





Repas communautaire offert lors de la fête de Noël 2019 au Château Roberval
(12 décembre)



Cinquante membres et amis présents pour cette activité



Remise d'une plaque de reconnaissance à M. Raymond Bouchard par M. le maire Sabin Côté pour ses quatre années de bénévolat pour l'association AQDR Roberval, de 2014 à 2018.



Remise d'une plaque de reconnaissance à Mme Édith Bilodeau par la Députée de Roberval à l'Assemblée nationale, Mme Nancy Guillemette, pour ses trois années de bénévolat pour l'association AQDR Roberval, de 2016 à 2019



Date : Jeudi le 9 janvier 2020

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Hôtel Château Roberval, salle Lizotte-Villeneuve

Conférencier : M. Jonathan Thibeault, directeur général Accès-Transport

Thème : Transport collectif, adapté, covoiturage et Taxibus urbain.

La mobilité partout pour tous !

36 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.



Date : Jeudi le 13 février 2020

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Hôtel Château Roberval, salle Lizotte-Villeneuve

Conférencier : M. Olivier Levesque, conseiller principal pour la firme comptable Raymond Chabot, Grant Thornton

Thème : Bien profiter des incitatifs fiscaux lors de la retraite.

Survol des anciennes dispositions et nouvelles mesures annoncées lors des derniers budgets.

39 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.



Date : Jeudi le 12 mars 2020

Heure : 9 h à 11 h

Lieu : Hôtel Château Roberval, salle Lizotte-Villeneuve

Conférencières : Mmes Cathie Côté et Alexandra Lemieux Godin de l'Agence Groupe Voyages Québec.

Thème : Voyager au Québec, au Canada, et aux États-Unis et ce, à partir de la région.

Le plus grand réseau d'Agence de Voyages au Saguenay-Lac-St-Jean !

29 personnes (membres et amis) ont participé à cette activité.





L'AQDR de Roberval, par son comité des activités, a planifié et réalisé sept déjeuners conférences pour l'année financière 2019-2020. 207 personnes y ont participé. L'objectif premier du Conseil d'administration était d'offrir des déjeuners conférences avec des sujets qui préoccupent nos membres.

La présentation de nos activités et conférences s'avèrent des moyens d'offrir des outils valables d'information dans le but de répondre au premier mandat de l'Association québécoise de défenses et des droits des personnes retraitées et préretraitées, et à l'ensemble des revendications des personnes âgées.

Nous croyons que par la qualité de nos conférences et activités, nous pourrions ainsi augmenter notre membership par un recrutement lié à nos actions.

Nous demeurons à votre entière disposition.

Ghislain Leclerc, comité des activités

Jacques Audette, comité des activités

Claudine Brassard, Coordinatrice

AQDR de Roberval



Déjeuners Conférences 2020-2021

Sujets traités en 2020



Le 15 octobre 2020

La Maltraitance chez les aînés

REMIS À UNE DATE

ULTÉRIEURE

Le 12 novembre 2020

L'APPUI pour les proches aidants

REMIS À UNE DATE

ULTÉRIEURE

Le 10 décembre 2020

Dîner de Noël

À CONFIRMER

Le 21 janvier 2021

APNÉE DU SOMMEIL

À CONFIRMER

Autres sujets à venir:

L'Aide médicale à mourir

La maladie d'Alzheimer

Les préarrangements funéraires

Le Centre de jour et autres



La Maltraitance c'est quoi?

Voici quelques outils de repérage des situations de maltraitance envers les personnes âgées

Cet outil vous permettra:

- De mieux repérer des situations potentielles de maltraitance.
- De savoir quoi faire et comment agir avec une personne âgée si vous êtes témoin d'une situation de maltraitance.
- De connaître les différentes ressources vers qui se référer.

Mais tout d'abord, qu'est-ce que la maltraitance?

- La maltraitance consiste en un ou plusieurs **gestes**, ou une **absence d'action appropriée**, qui cause du **tort** ou de la **détresse** à la personne âgée.
- Elle se produit dans une **relation** où il devrait y avoir de la **confiance**.
- Elle peut être **intentionnelle ou non**.

Quelles formes peut-elle prendre?

La maltraitance peut prendre deux formes:

- **La violence:** Malmener une personne ou la faire agir contre sa volonté, en employant la force ou l'intimidation.
- **La négligence:** Ne pas se soucier de la personne, notamment par une absence d'action appropriée afin de répondre à ses besoins.



Conséquence de la maltraitance:

- Séquelles physiques temporaires ou permanentes.
- Augmentation de la maladie et de la mortalité.
- Perte des épargnes prévues pour assurer son bien-être.
- Anxiété, confusion, dépression.
- Repli sur soi.
- Sentiment croissant d'insécurité.
- Augmentation de la fréquentation des urgences.
- Idées suicidaires et comportements destructeurs.
- Suicide

Dans ce dossier, on veut seulement faire réfléchir. Nous ne sommes pas des spécialistes. Voici donc des numéros importants à connaître:

En cas d'urgence, composez le **911**

La ligne d'écoute et de référence: Aide Abus Aînés

1 888 489-2287

Attention!

Un indice doit toujours être vérifié afin de s'assurer qu'il est réellement associé à une situation de maltraitance.



Types de maltraitance

Quoi observer?

Psychologique

- Peur, anxiété
- Méfiance, repli sur soi, dépression
- Hésitation à parler ouvertement
- Interaction craintive avec les autres
- Déclin rapide des capacités cognitives
- Idées suicidaires

Physique

- Ecchymoses ou blessures
- Perte de poids
- Détérioration de l'état de santé
- Manque d'hygiène ou attente indue pour le changement de protection d'aisance
- Affections cutanées
- Environnement de vie insalubre

Types de maltraitance

Quoi observer?

Sexuelle

- Infections ou plaies génitales
- Angoisse au moment des soins
- Méfiance, repli sur soi, dépression
- Désinhibition sexuelle
- Manque d'argent pour les dépenses courantes

Matérielle ou financière

- Transactions bancaires inhabituelles
- Disparition d'objets de valeur
- Manque d'argent pour dépenses courantes

Âgisme

- Non-reconnaissance des droits, des compétences ou des connaissances
- Utilisation d'expressions réductrices ou infantilisantes

Référence: Source Plan
d'action gouvernemental
2017-2022 Pages 17-19

Pour contrer la maltraitance envers les
personnes âgées

Ce ne sont que des
exemples

Document complet au www.msss.gouv.qc.ca



Comment agir si vous soupçonnez une situation de maltraitance?

Créez un climat de confiance et soyez à l'écoute.

- Assurez-vous que **l'environnement est sécuritaire** et soyez vigilants à l'égard des dangers potentiels.
- Trouvez un moment où vous serez **seul avec la personne** pour lui faire part de vos préoccupations.
- Respectez le **choix et le rythme** de la personne.
- Demandez-lui s'il y a une **personne de confiance** à qui elle souhaiterait parler (médecin, travailleuse sociale, planificateur financier, infirmière, etc).
- **Accompagnez** la personne vers les ressources appropriées, si elle le souhaite.
- Si la personne refuse d'en parler:
 - ⇒ Laissez la porte ouverte et **montrez-vous disponibles**
 - ⇒ Référez-vous aux ressources présentées : C.L.S.C **418 275-0364**
Ligne d'écoute et de référence: Aide Abus Aînés **1 888 489-2287**
En cas d'urgence: **911**
Ligne Info-Sociale: **811**



Listes des marchands qui offrent un pourcentage de rabais aux membres de l'AQDR

Bijouterie Perron	20% de rabais
Bijouterie Turcotte (sauf sur montre)	20% de rabais
Boutique Hot Rock	15% de rabais
Boutique Normand Tanguay (Éric)	15% de rabais
Boutique Guy Gilbert (Paul)	15% de rabais
Chaussure POP	10% de rabais
Chaussure Côté	10% de rabais
Clinique Dentaire St-Prime	10% de rabais
Dépanneur du Parc (Produits cuisinés)	10% de rabais
La Boîte à Fleurs	10% de rabais
Aux Milles Fleurs	10% de rabais
Gym le Phoenix	15% de rabais
Gym Univers Santé (sur inscription de 3 mois)	20% de rabais
Maison du Bleuet	8% de rabais
Pharmacie Familiprix	10% de rabais
Pharmacie Jean Coutu	10% de rabais
Pharmacie Uniprix	10% de rabais
Restaurant Mikes	10% de rabais
Rêverie d'Éva	10% de rabais
Sports Experts	10% de rabais
Tissu Lise Potvin	10% de rabais
Verticaux 2000 Store de tous genres	10% de rabais



Rabais des partenaires AQDR

La Capitale Assurances générales:

12 % pour véhicule

10 % pour résidence

1 \$/semaine ou 52 \$/année pour aide juridique

Pour contacter La Capitale

Sans frais: 1 877 775-7734

Roberval : 418 275-7734

Iris Roberval: 418 275-2020

150 \$ sur des lunettes de prescription ou
solaires de prescription

50 \$ sur des lunettes solaires tendance ou approvisionnement
annuel de lentilles cornéennes

500 \$ sur une correction de la vision par chirurgie

Milles AIR MILES

Garantie inconditionnelle

Financement sans intérêt

Sécuriglobe :

1 844 766-0124

Rabais jusqu'à 12,5 %

- Assurance annulation / Interruption
- Soins médicaux d'urgence
- Assurance tout inclus
- Plan annuel multivoyage
- Régime non médical
- Visiteurs au Canada
- Assurance pour « Snowbird »



Groupe Forget: 418 275-1105

Numéro de téléphone sans frais partout au Québec:

1 800 673-4553 (1-800-OREILLE)

Rabais de 150\$ à l'achat d'une prothèse auditive numérique
(excluant les aides auditives couvertes par un programme gouvernemental ne pouvant être jumelé à aucune autre offre ou promotion)

Rabais 225\$ à l'achat de deux prothèses auditives numériques
(excluant les aides auditives couvertes par un programme gouvernemental et ne pouvant être jumelé à aucune autre offre ou promotion)

Échangeable contre la trousse AQDR
(piles, produits d'entretien et accessoires)

Recevez une réduction de 25% sur le prix des piles

Recevez une réduction de 25% ou renouvellement de la
carte privilège du Groupe Forget

Recevez une réduction de 10% sur le prix des accessoires
et des réparations

Ces 3 dernières réductions sont offertes aux membres de l'AQDR
n'ayant pas acheté leurs aides auditives
chez le Groupe Forget ou si le coût a été
défrayé par un programme gouvernemental.

Ne peut être jumelé à aucune autre offre ou promotion.

Recevez un dépistage auditif sans frais lors d'une première consultation



AQDR

Roberval

1079, rue Bolduc

Roberval G8H 1V8

Téléphone: 418 765-1527

Courriel: aroberva@cgocable.ca

La réflexion

Journal d'information sur l'Association québécoise
de défense des droits des personnes retraitées et

Préretraitées de Roberval

Première édition: Novembre 2020

Conception : Claudine Brassard, Coordonnatrice

AQDR Roberval

418 765-1527