



DÉJEUNER OU DÎNER

Le 18 septembre 2019 à 8h30 se tiendra un **déjeuner** au restaurant **Pizzéria Johnny** situé au 66 Rue Saint-Patrice Est, Magog.

Conférencière : Madame Michèle Gaudreau, directrice générale et fondatrice du Train des Mots

Réservation obligatoire avant le 12 septembre 2019

Le 1er octobre 2019 de 13h30 à 16h00 se tiendra la **Journée internationale des Aînés** en collaboration avec la Table de concertation des aînés Memphrémagog au 900, rue Sherbrooke, Magog (salle paroissiale Saint-Jean-Bosco). Présentations spéciales. Des bouchées seront servies et des prix de présence seront remis. Gratuit pour tous.

Réservation obligatoire avant le 20 septembre 2019

Le 20 novembre 2019 à midi se tiendra notre **dîner** au restaurant St-Hubert au 1615 chemin Rivière-aux-Cerises, Magog.

Conférencière : Madame Annie Mathieu, coordonnatrice Ressources Relais Memphrémagog pour les aînés.

Réservation obligatoire avant le 8 novembre 2019

Le 11 décembre 2019 à midi se tiendra notre **dîner de Noël** à la salle de réception Club Aramis, situé au 464 du Ruisseau-Rouge, Magog. Dans l'ambiance du temps des fêtes, un repas chaud sera servi. Tirage de prix de présence. Coût du repas 15\$.

Réservation obligatoire avant le 29 novembre 2019

Places limitées : Vous devez réserver pour toutes les activités au 819-868-2342

Secrétariat à l'action
communautaire
autonome
et aux initiatives
sociales



BIENVENUE À TOUS !

Ce bulletin est produit et distribué grâce à la contribution de notre principal bailleur de fonds, le Secrétariat aux Aînés du Ministère de la Santé et des Services Sociaux.

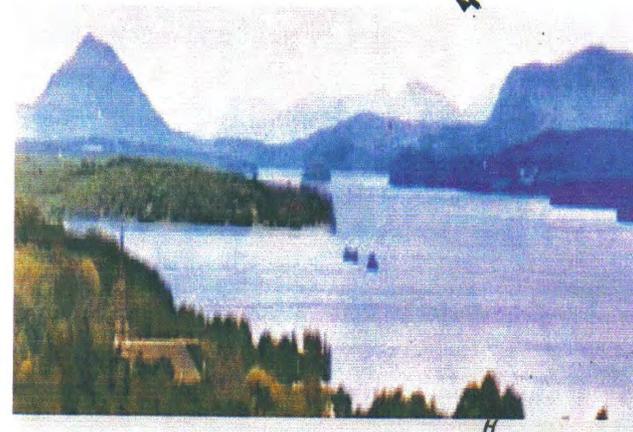


AQDR

Memphrémagog

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

L'ANCR'ÂGE



Déjeuner ou dîner mensuel

SEPTEMBRE 2019

MOT DU PRÉSIDENT

Chers membres de l'A.Q.D.R.,

L'été s'est fait attendre cette année et j'espère qu'il nous réserve encore de magnifiques journées. Septembre est le mois, pour votre conseil d'administration, de planifier les nombreuses activités à venir et 2019 ne fait pas exception. Déjà, nous avons tenu deux réunions pour la planification de la Journée internationale des aînés, le 1^{er} octobre prochain.

Plusieurs nouveautés seront au programme. J'espère que nous serons nombreux de l'A.Q.D.R. Memphrémagog à y assister. Le tout se déroulera au sous-sol de l'Église St-Jean-Bosco. C'est à suivre...

Les 4 et 5 juin dernier, André Savoie, vice-président et moi-même, avons assisté au Congrès de l'A.Q.D.R. National qui se tenait à l'Hôtel Classique de Québec.

Nous avons eu l'opportunité et le plaisir de rencontrer la ministre des aînés, Madame Marguerite Blais. Je vous assure, qu'elle a le bien-être des aînés à cœur et elle fait tout en son pouvoir pour améliorer les conditions de vie de ceux-ci.

Aux plaisirs de vous rencontrer lors de nos prochaines activités. (Voir le calendrier ci-inclus au recto)

Bien vôtre,

Ronald O. Maheu, président



Avantages à être membre de l'AQDR Memphrémagog



Obtenez des **rabais** sur vos assurances habitation (**10%**) et automobile (**12%**) Ligne sans frais dédiée aux membres de l'AQDR **1-800-322-9226**



Obtenez un **rabais de 2,5 % à 12,5 %** sur une assurance voyage adaptée à vos besoins Ligne sans frais dédiée aux membres de l'AQDR **1-844-766-0124**



Programme Avantages IRIS en optométrie comprenant :

- **Remise instantanée de 150\$** sur des lunettes de prescription ou sur des lunettes solaires sur ordonnance;
- **Remise instantanée de 50\$** sur les lentilles progressives, de contact et les lunettes de soleil sans ordonnance;
- **Prestation de correction de la vision au laser de 250\$** à la clinique d'ophtalmologie IRIS à Laval, Québec;
- Des milles de récompense AIR MILES sur certains de vos achats;
- Garantie inconditionnelle IRIS;
- Financement sans intérêt.

Autres avantages

- **Rabais de 20 %** chez les marchands de peinture Bétonel;
 - **Rabais** sur certains produits et services du Groupe Forget, audioprothésistes;
 - **Abonnement gratuit** à la revue La Force de l'âge; au bulletin électronique mensuel L'AQDR Express;
 - **Obtenir de l'information** sur les droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes de 50 ans et plus;
 - **Participer aux activités** organisées par les sections locales :
 - . cafés-rencontre; conférences avec des professionnels; séances d'information
 - **Participer l'assemblée générale annuelle** de votre section locale;
- Coût d'adhésion** : 20\$ par année par personne.

Conseil d'administration 2019-2020 AQDR Memphrémagog

AQDR MEMPHRÉMAGOG CONSEIL D'ADMINISTRATION 2019-2020

Ronald O. Maheu	Président
André Savoie	Vice-président
Jacques Thouin	Trésorier
France Deslauriers	Secrétaire
Ginette Everell	Administratrice
Louissette Latulippe	Administratrice
Françoise Gauthier	Administratrice
Suzanne Olsen	Directrice générale



Chœur des Cantons

En vue de son spectacle, « Rêver mieux » au printemps de 2020, l'organisme est à la recherche de voix de femmes sopranos et d'hommes ténors, barytons et basses. Auditions en septembre. Dirigé par Lili Maxime, chef de chœur, metteur en scène et directrice artistique. Le Chœur des Cantons reprendra ses activités en septembre 2019. Pour info : Fabienne Boulais 819-452-4549 ou Marie Dupont :819-574-6663.

INFORMATIONS

Assemblée des présidents de l'AQDR Nationale.

Pour votre information, l'assemblée des présidents de l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR Nationale) aura lieu les 22 et 23 octobre prochains à l'Hôtel Classique à Québec.

Les présidents(es) des 42 sections AQDR sont invité-es à ce congrès. Nous avons confirmé notre présence pour représenter notre section.

Étude : Évolution de l'utilisation d'Internet par les personnes âgées au Canada

Fondée sur les données de l'Enquête sociale générale, l'étude a démontré que depuis 2016, les taux d'utilisation d'Internet chez les Canadiens âgés de 15 à 64 ans ont presque atteint un point de saturation (97,2 %). Cependant, la diffusion des technologies de l'information et des communications (TIC), y compris Internet, a affiché un rythme beaucoup plus lent chez les Canadiens âgés de 65 ans et plus. Étant donné que le Canada est une société vieillissante.

Les taux d'utilisation d'Internet varient en fonction des groupes d'âge de la population des aînés, environ 81 % des aînés âgés de 65 à 69 ans l'utilisant, comparativement à 74 % des aînés âgés de 70 à 74 ans, à 64 % des aînés âgés de 75 à 79 ans et à 49 % des aînés âgés de 80 ans et plus.

Le niveau de scolarité et le revenu sont aussi des prédictors importants de l'utilisation d'Internet chez les aînés. En 2016, 89 % des aînés ayant fait des études universitaires étaient des utilisateurs d'Internet, comparativement à 46 % des aînés sans diplôme d'études secondaires. Chez les aînés dont le revenu du ménage se situait entre 60 000 \$ et 79 999 \$, la probabilité d'utiliser Internet était de 73 %, comparativement à 54 % chez les aînés ayant un revenu de moins de 20 000 \$ et à 79 % chez les aînés ayant un revenu de 100 000 \$ et plus.

Pour lire l'étude complète, visitez le site [Évolution de l'utilisation d'Internet par les personnes âgées au Canada](#) dans la Direction des études analytiques : documents de recherche.

Source : Bulletin d'information pour les entreprises et les collectivités de Statistique Canada août 2019

« Cultures du cœur » et Théâtre en Impro



Projet Sortir et s'en sortir



La culture est une composante essentielle de la qualité de vie. Par le plaisir qu'elle procure, les échanges qu'elle permet et le questionnement qu'elle provoque, la culture contribue au mieux-être. Pourtant, un grand nombre de personnes et de familles n'y ont pas accès.

Afin de faire profiter à ses membres de sorties culturelles ou sociales gratuites, avec accompagnateur ou non, l'AQDR a adhéré à Cultures du cœur. Les membres visés sont les personnes qui n'osent sortir seules ou qui ne peuvent sortir en raison de revenus insuffisants pour se procurer des billets de spectacles, de sorties au théâtre, au cinéma ou au musée. Pour information et pour des réservations sur les offres disponibles, **vous devez vous présenter, en personne, au bureau de l'AQDR** (95, rue Merry Nord, bureau 223, Magog) durant les heures d'ouverture.



Théâtre « L'AQDR en Impro »



En septembre, la troupe de théâtre reprendra, en Estrie, les représentations de leur pièce : «La ballade des gens heureux».

Lors des représentations des pièces de théâtre, différents messages sont véhiculés concernant les droits des aînés, la maltraitance, l'abus sous toutes ses formes, et cela sur un ton humoristique.

Madame Violette Maisonneuve est la directrice de la troupe du théâtre de l'AQDR Memphrémagog. (819-838-1203).



PROJETS OFFERTS PAR NOTRE ASSOCIATION

PROJET SOUTIEN INFORMATIQUE POUR LES AÎNÉS

Vous cherchez un soutien pour la mise en route ou des conseils sur vos appareils électroniques (cellulaire, tablette électronique, ordinateur). L'AQDR Memphrémagog offre gratuitement des rendez-vous individualisés à ses membres pour du soutien technique. Pour devenir membre ou pour s'inscrire : 819-868-2342.



PROJET D'ACTIVITÉ ADAPTÉE POUR LES AÎNÉS GYM DOUCE ET YOGA

Pour garder sa souplesse, sa mobilité, améliorer son tonus et son équilibre. C'est gratuit et offert gracieusement par l'AQDR Memphrémagog.

PROFESSEUR : Diane Martin

QUAND : Jeudi 15h30 à 16h30
Du 19 septembre au 5 décembre
(12 semaines)

OÙ : Salle des loisirs
Résidence les Jardins Pincroft
(Possibilité pour nos membres d'avoir des cours gratuits à la résidence)



BIENVENUE À TOUS!

