

Mot du président



Bon printemps aux membres de l'AQDR,

L'hiver fut long, mais nous y sommes enfin parvenus. Notre assemblée générale arrive à grands pas avec ces nouveaux défis et de belles réalisations. Notre demande de subventions au Programme Nouveaux Horizons pour les Aînés a été rejetée. Ce fut une grande déception. Mais le nouveau conseil d'administration pourra sûrement s'y prendre autrement. En effet il offrira des cafés-rencontres sur différents thèmes concernant les aînés qu'ils vivent dans les Résidences pour Personnes Âgées (RPA) ou pour ceux et celles qui vivent encore dans leur propre domicile; ils se tiendront à Saint-Prime, Saint-Félicien et La Doré.

En ce qui me concerne, je vous annonce que je quitte le conseil d'administration car j'y suis depuis l'année 2005-06. L'AQDR m'a apporté beaucoup au niveau personnel, cela m'a permis de voir de l'autre côté de la médaille et de prendre conscience des difficultés que les personnes âgées rencontrent, qu'elles soient abusées financièrement ou humainement. Elles vivent de la maltraitance physique, psychologique, l'intimidation et la violation de leurs droits. Je veux accompagner des gens qui sont dans le besoin, qui se sentent isolés, qui ignorent les ressources disponibles.

Je vous invite tous à nos déjeuners-conférences, ils sont tous remplis de richesses pouvant aider des personnes âgées, permettent d'échanger ensemble sur notre vécu et de voir comment on peut s'entraider, se mobiliser. Il faut croire « au pouvoir gris », nous sommes une force qui peut amener les choses à changer. Il ne faut plus rester à ne rien faire, il faut manifester le mal de vivre des personnes âgées et croire à une retraite de rêve ou du moins à celle que nous avons envisagée. Je vois et je sens beaucoup de personnes tristes. Encore une fois je veux vous soutenir.



Guy Claveau, fier d'être
membre de l'AQDR
Section Saint-Félicien.
(418-679-2783)

Guy Claveau, président

Déjeuner des fêtes, 21 décembre 2017



Plus de **88 personnes** étaient au rendez-vous pour ce joyeux déjeuner où le père Noël s'était invité pour la distribution des cadeaux avec ses amis **lutin et lutine!!!**

Avec 950 \$ en prix récoltés auprès de nos généreux et fidèles partenaires, nous avons fait 34 gagnants lors de ce déjeuner.

Voici nos heureux gagnant(e)s!



Merci au **Père Noël** et ses **lutins** pour l'animation ainsi qu'à l'équipe volante qui a déniché tous ces beaux prix soit; **Lucette Aubé, Francine Bouchard, Julie Leclerc, Victorien Desgagné et Réjean Thibeault.**


La Capitale
Assurances générales

DÉJEUNER COMMANDITÉ PAR :
La Capitale, Assurances générales
et Rénomax Saint-Félicien

Centre de Renovation
 **Home**
hardware

**Plus de 950 \$ en prix
remis au déjeuner des fêtes!**

Gracieuseté des commerces suivants :

Boutique Fromagerie Perron, St-Prime
Boutique Guy Gilbert
BuroPlus Mégaburo
Coiffure Marie-Hélène Simard
Ferlac/Rona Saint-Félicien
Ferme 3 J - Fromagerie au Pays-des-Bleuets
Marché Richelieu, Florent Lachance, St-Prime
Hôtel du Jardin
Jean Lapierre mécanique, St-Prime
Jova coiffure
La Bouche qui Rie
La Fournée St-Félicien
Monsieur Muffler Ultramar (Octo)

Métro Dany Boutin
Moulin des Pionniers, La Doré
Brunet Marie-Ève Potvin
Familiprix Sasseville et Madore
Pharmaprix Richard Naud
Rénovation de VR, Réjean Thibeault
Restaurant Midas
Restaurant Ô Mets Chinois
Salon de quilles L'Empire
Salon Santé Beauté Suzy Bouchard
Son X Plus
Spécialités pour dames Gina
Déjeuner commandité par :

RÉNOMAX Saint-Félicien et LA CAPITALE assurances générales



Pour voir ou revoir nos conférenciers sur MAtv (canal 9 ou 609) ou en ligne :
matv.ca/saguenay-lac-saint-jean/mes-emissions/les-conferences-de-l-aqdr
www.tvldm9.tv/emissions/emissions-hiver-2018



Ici quelques « jeunesses » en compagnie du père Noël!



L'ambiance était à la fête et cela n'a pas empêché nos deux conférencières de nous informer de belle façon sur les services offerts dans leur organisme respectif :

Le Centre d'Action Bénévole de Saint-Félicien (CAB)

Le bénévolat est une belle façon de s'impliquer socialement. Le **Centre d'Action Bénévole** de Saint-Félicien, dont la mission est de soutenir les bénévoles et de faire la promotion du bénévolat, propose différents choix d'implication dans la communauté.



Le CAB offre plusieurs services bénévoles de soutien et de réconfort pour les personnes âgées dont l'objectif est de favoriser leur maintien à domicile et d'améliorer leur qualité de vie. Des programmes tels des visites d'amitié, le bonjour quotidien, l'accompagnement-transport santé, etc. sont offerts grâce à l'implication de généreux bénévoles. La promotion de l'action bénévole va plus loin. Nous offrons de l'aide au recrutement aux organismes sur le territoire de la MRC.



Nous recrutons, accueillons et orientons toute personne intéressée au bénévolat. Venez nous rencontrer et découvrir les différentes facettes du bénévolat peut enrichir vos vies et vos communautés.

Louise Simard

Responsable de la promotion de l'action bénévole 418-679-1712

Le Service Budgétaire de St-Félicien (SBP)



Le Service Budgétaire de St-Félicien a pour mission de promouvoir les saines habitudes de consommation en vue de prévenir entre autres l'endettement. Nous sommes un groupe de défense collective des droits des consommateurs et d'éducation populaire qui vise à responsabiliser les consommateurs **de La Doré, de Saint-Félicien et de**

Saint-Prime. Nous travaillons à leur redonner du pouvoir par le biais de consultations budgétaires ou lors d'ateliers en groupe, et ce, à tous les consommateurs, peu importe leurs revenus ou leur âge. De plus, le Service Budgétaire :

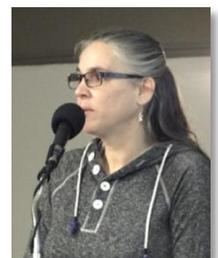
- À une clinique d'impôt (mars – avril) ;
- À un programme de « prêt populaire » ;
- Offre de l'assistance pour les formulaires ;
- Offre de l'aide pour la rentrée scolaire et du dépannage d'urgence.

Le Service Budgétaire est une entreprise en économie sociale par le biais de la Gare du Meuble. Celle-ci revalorise des meubles et des articles de maison afin de leur donner une seconde vie. Ainsi elle permet de faire durer des meubles et articles plus longtemps. C'est économique et écologique ! Les profits retournent à la collectivité sous forme de services.

Lynda Lalancette

Service Budgétaire : 4^e étage de l'Hôtel de ville 418-679-4646

La Gare du Meuble : 1133 rue Vaudreuil 418-679-1594



PARTICIPEZ À NOS DÉJEUNERS-CONFÉRENCE
permet de trouver des réponses à vos questions, et ce, en bonne compagnie!

Déjeuner du 18 janvier 2018 commandité par :



MARIE-ÈVE POTVIN
418-679-8300



MARCHÉ LAMONTAGNE
ET FILLE 418-679-1304



La Coopérative de solidarité en aide domestique Domaine-du-Roy est un organisme qui offre des services essentiels et de qualité, au niveau du maintien à domicile dans chacune des villes de la MRC Domaine-du-Roy.

L'organisme compte à son actif quelques 130 employés et œuvre auprès de quelques 700 clients, ce qui en fait l'un des plus importants employeurs de la MRC. Les services que nous offrons contribuent au dynamisme de notre population, au bien-être de celle-ci et enrayerent la dévitalisation de notre région.

Outre l'entretien ménager, la coopérative offre les services suivants : la préparation de repas, l'aide aux commissions, le grand ménage, les soins ainsi que le répit/gardiennage.

Toute la population de la **MRC Domaine-du-Roy** peut utiliser les services de l'organisme, que ce soit les personnes âgées, les proches aidants, les gens ayant un handicap ou ayant subi une opération ou tout simplement les familles sur le marché du travail, pour n'en nommer que quelques un.

Outre l'entretien ménager, la coopérative offre les services suivants: la préparation de repas, l'aide aux commissions, le grand ménage, les soins ainsi que le répit/gardiennage.

N'hésitez pas à nous contacter pour toutes questions à propos de nos tarifs, de nos services et des programmes d'aide financière.
418-630-2667 ou 1-888-267-2804



Domaine-du-Roy

Gabrielle Gagné, directrice générale

Déjeuner du 15 février 2018 :

M. Pierre-Olivier Ménard, pharmacien
Sujet : **Les médicaments et les aînés**



Quelques points saillants par Julie Leclerc:

Pierre-Olivier Ménard, pharmacien chez Pharmaprix, a été stagiaire pendant 7 mois et a étudié en Kinésiologie et en Pharmacie et il a toujours eu un grand respect des personnes âgées.

- Les domaines d'exercice pour un pharmacien sont :
 1. Communautaire (pharmacie privée)
 2. Établissements de santé (hôpitaux)
 3. Non traditionnel (en recherche, industrie pharmaceutique, RAMQ)
- Le rôle principal du pharmacien est de servir des médicaments, mais il donne également des conseils sur la santé, des explications sur la médication, il effectue aussi le suivi des patients et travaille en collaboration avec les autres professionnels de la santé.

➤ **Les médicaments existent pour nous garder en santé ou pour nous guérir.**

- Il nous a entretenu sur le combat entre les produits de santé naturelle (vitamines, minéraux, plantes médicinales, homéopathiques et probiotiques) versus les produits prescrits. Plusieurs médicaments sont composés d'éléments naturels.
- Une prescription prend un certain temps à compléter, car elle doit être informatisée, remise au pharmacien pour vérification et analyse des médicaments que la personne consomme, aussi le médicament doit être compté.
- La loi 41 permet au pharmacien de prescrire **12 médicaments**, s'ils ont été précédemment prescrits par un médecin et il sera couvert par vos assurances. Il peut également prescrire des examens de laboratoire.



Déjeuner commandité par :

**PHARMAPRIX RICHARD
NAUD 418-679-5454**

Déjeuner du 15 mars 2018:

Ouvert 24 h/jour, 7 jours sur 7

Hébergement
Accompagnement dans les démarches
Services jeunesse/Services externes
Information/Écoute téléphonique
Références



Mme Véronique Girard

Intervenante services externes
Auberge de l'amitié, Roberval

Sujet: **La violence faite aux femmes**

C'est le jeudi 15 mars dernier, que l'AQDR Section Saint-Félicien avait le plaisir d'accueillir **Mme Véronique Girard**, intervenante aux services externes de l'Auberge de l'amitié de Roberval. Elle venait nous présenter son organisme à l'occasion de notre déjeuner-conférence. Elle fut très appréciée de son auditoire. La mission: maison d'aide et d'hébergement **pour les femmes et leurs enfants victimes de violence**.

Quelques points saillants par Guy Claveau:

La différence entre une chicane de couple et une relation de contrôle de la part d'un conjoint entraîne le cycle de la violence conjugale. L'intervention féministe que les intervenantes utilisent en maison d'hébergement **permet l'amélioration de la condition féminine et le respect des droits des femmes**.

Tout témoin d'un acte de violence conjugale **doit le déclarer à la police** (peut être fait de façon anonyme)

L'intervention auprès des enfants est souvent nécessaire, les conséquences d'une telle violence occasionnent des troubles émotifs et même des retards scolaires.

Quand l'agresseur perd le contrôle sur sa victime, il fait preuve de violence psychologique, verbale, sexuelle, économique, physique...



La meilleure façon d'aider une victime?
Ne pas garder le silence!!!

Déjeuner commandité par : **AUBERGE DE L'AMITIÉ
418-275-4574**

N.B. Dans le plan d'action de lutte contre la maltraitance du gouvernement du Québec, il est du devoir du citoyen de signaler un cas de maltraitance. Ce signalement doit être autorisé par la victime. À l'AQDR, au CLSC, à la Sûreté du Québec, ils connaissent les démarches à suivre. Les signalements peuvent être anonymes.

Déjeuner du 19 avril 2018 :

M. Josey Lacognata

Centre d'aide et d'accompagnement aux plaines (CAAP)



- Le CAAP **aide les usagers** vivant des difficultés avec les établissements ou les ressources œuvrant dans le secteur de la santé et des services sociaux.
- Mission : **Faciliter les démarches de plainte** qu'entreprennent les usagers qui sont insatisfaits des services offerts par le réseau.
- Le CAAP est un organisme **indépendant** des établissements du réseau de la santé et des services sociaux. Les professionnels du Centre **aident les usagers à évaluer les enjeux de leur problématique** en fonction de leurs attentes.

Comment porter plainte?

Vous êtes insatisfait(e) d'un service reçu dans un **établissement de santé** ou **de services sociaux**?

Le CAAP de votre région peut vous aider dans votre démarche de plainte.

Services gratuits et confidentiels:
1 877 SOS-CAAP (1 877 767-2227)

www.plaintesante.ca



Mme Jessy Tremblay

Centre de justice de proximité du SLSJ (CJP)

1-844-412-7722

www.justicedeproximite.qc.ca

Le CJP offre des **services gratuits et confidentiels** d'information juridique à **tous les citoyens**. Services offerts :

- **information juridique** permettant au citoyen de comprendre les diverses réalités juridiques ;
- **orientation** du citoyen vers les différentes ressources juridiques disponibles ;
- service de **soutien** au citoyen et d'**accompagnement** dans l'établissement de ses besoins d'ordre juridique ;
- **aide** au citoyen pour choisir les formulaires de nature juridique appropriés et explications.



RPA : Résidences privées pour aînés¹

Bonne nouvelle pour les propriétaires et pour la sécurité des aînés vivant dans une Résidence privée pour aînés (RPA) concernant **l'installation de gicleurs**.

Info-Agent de liaison

Sylvie Potvin vous informe

Depuis 2015, le gouvernement du Québec avait mis en place un programme d'aide pour l'installation de gicleurs dans les RPA. Malheureusement certaines RPA avaient dû fermer leurs portes en raison de la difficulté d'emprunter des sommes importantes afin de réaliser les travaux demandés.

Alors la bonne nouvelle c'est que le **programme d'aide financière** a été **bonifié**, ce qui va permettre d'augmenter de façon significative le montant de la subvention maximale admissible **pour les propriétaires de RPA**.

L'aide financière sera rehaussée, atteignant 100% pour les RPA de moins de 30 unités pour toutes les RPA de type (OBNL) organisme à but non lucratif, même un remboursement rétroactif est prévu pour les RPA qui ont déjà bénéficié du programme. **C'est une bonne nouvelle pour les propriétaires et les aînés dans les RPA.**

¹ Résumé du communiqué de presse de l'AQRP (Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic) et de l'AQDR nationale.

N.B. Nos bureaux seront fermés pour la période estivale (juillet et août).

RENOUVELEZ VOTRE CARTE À TEMPS!

Faites parvenir votre chèque à AQDR :
1090, rue de l'Église, bureau 204
Verdun, H4G 2N5

20\$/an

Information : 418-679-0558

Assurés avec La Capitale ?

La Capitale Assurances offre un rabais aux membres en règle. Assurez-vous que votre carte de membre est en règle, car en cas de sinistre, la compagnie d'assurances pourrait demander une preuve avant de payer une réclamation.

PRÉSENTEZ NOTRE CARTE AQDR ET ÉCONOMISEZ CHEZ :

St-Félicien : **Boutiques Guy Gilbert et Normand Tanguay**,
Restaurant **Ô mets chinois**, **Mme Suzanne Lavoie**, **Centre Santé Chiropratique**,
Les Pétroles Belzile, **La Maison du bleuet** et **Groupe Forget**, audioprothésiste

Dolbeau-
Mistassini : **Les Pétroles Belzile**, **Boutique Normand Tanguay**, Restaurant **Coq Rôti**
Groupe Forget, audioprothésiste et **Iris**, optométriste

Roberval : **Laboratoire Chaussures Côté**, Restaurant **Coq Rôti**,
Groupe Forget, audioprothésiste et **Iris**,
optométriste

Normandin: **Bilodeau Canada**

Aussi, rabais avec : **La Capitale**,
assurances générales ;
Sécuriglobe, assurance
voyage et marchands **Bétonel**



Le 30 janvier 2018, M. Réjean Thibeault a donné la formation « Ce n'est pas correct » à quelques bénévoles afin d'aider à lutter contre la maltraitance chez les aînés.

Sur la photo : Sylvie Potvin, Francine Bouchard, Victorien Desgagné, Julie Leclerc, Lucette Aubé, Louise Simard et Réjean Thibeault derrière.

Dernier déjeuner avant l'été

Judi, 17 mai 2018

Réservation obligatoire, 418-679-0558

Assemblée générale annuelle (poste à combler)
Hôtel du Jardin, St-Félicien, dès 8h30

TIRAGE DE PRIX DE PRÉSENCE

Les groupes d'aînés ont fait reculer le gouvernement dans son désir de couper le **crédit d'impôt en raison de l'âge** (fév. 2017) et font présentement pression sur le gouvernement dans le **conflit avec les optométristes**.

ÇA SERT AUSSI À ÇA D'ÊTRE MEMBRE DE L'AQDR!

Réalisation, infographie :

Textes :

Photographies :

Impression :

AQDR :

Marie Landreville **Révision :** Guy Claveau

Guy Claveau, Julie Leclerc, Sylvie Potvin, Marie Landreville
Gabrielle Gagné, Lynda Lalancette, Louise Simard

Francine Bouchard (p. 5), Marie Landreville
Gracieusetés Louise Simard (p. 4) et Véronique Girard (p.6)

Polyvalente des Quatre-Vents

418-679-0558/ aqdrsaint-felicien@hotmail.com

Nos fidèles
Partenaires :



Desjardins

Caisse du Domaine-du-Roy

Secrétariat à l'action
communautaire
autonome
et aux initiatives
sociales

Québec