

**Bienvenue à notre journée annuelle des conférences ouverte à tous**  
**28 mars 2017, 9h00**  
**Complexe Val d'Espoir, 17 700 rue du Val-d'Espoir, Mirabel**

**8h30** : Arrivée

**9h00** : L'Appui Laurentides pour les proches aidants d'aînés présente un portrait des proches aidants et les services offerts aux proches aidants dans les Laurentides.

**L'APPUÏ** POUR LES  
PROCHES AIDANTS  
D'AÎNÉS

**10h00** : Conférence de Maître Jean-Pierre Ménard, défenseur des droits des usagers de la santé



- Le droit des usagers à l'égard des établissements de santé
- Accès et qualité des soins en CHSLD et maltraitance



**12h00** : Dîner, gratuit

**13h30** : Présentation du Carrefour d'action municipale et familles sur l'implication municipale auprès des aînés



Gratuit, incluant le repas du midi

**Inscription obligatoire**

Pour s'inscrire : [tralaurentides@gmail.com](mailto:tralaurentides@gmail.com), 450-432-3200, poste 224.

Merci de donner votre nom, adresse courriel et numéro de téléphone.

Ouvert à tous les aînés des Laurentides

Merci de communiquer cette invitation





# À la rencontre de notre histoire

Une initiative de la Table de concertation Parole aux aîné(e)s d'Argenteuil



## Projection du documentaire

### La gare de Lachute, une épopée formidable

Suivi d'une visite guidée de la gare  
Avec Robert Simard, historien



À la MRC d'Argenteuil, salle Lucien-Durocher  
430, rue Grace à Lachute

## Le 3 avril 2017

De 13 h à 16 h • Une petite collation sera servie sur place

Merci de réserver votre place auprès de madame Lisette Gauthier  
au (450) 562-2665 avant le 31 mars 2017

5\$

40  
PLACES  
Faites vite!



## Crédit d'impôt en raison de l'âge : l'AQDR Laval-Laurentides se réjouit que le gouvernement entende raison!

L'AQDR Laval-Laurentides accueille avec satisfaction et soulagement la décision du ministre des Finances, Carlos Leitao, de rétablir à 65 ans l'admissibilité au crédit d'impôt en raison de l'âge.

À l'évidence, la décision de reporter l'âge d'admissibilité au crédit d'impôt était injustifiable, compte tenu des répercussions financières importantes qu'elle aurait sur des personnes vulnérables. De plus, dans le contexte où le gouvernement annonce un allègement fiscal aux mieux nantis, cette décision devenait carrément insoutenable. Ce recul constitue une victoire non seulement pour les aînés, mais aussi pour l'ensemble de la population, car une société n'a rien à gagner à appauvrir ses aînés.

Rappelons qu'hier, le Réseau FADOQ, l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR), l'Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic (AQRP) et l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics (AREQ) ont fait front commun avec les trois partis d'opposition à l'Assemblée nationale pour exhorter le gouvernement à ramener à 65 ans et de façon rétroactive le seuil d'admissibilité à ce crédit d'impôt instauré il y a près d'un demi-siècle.

D'une même voix, ils ont dit haut et fort qu'aucune demi-mesure ne ferait l'affaire et qu'ils maintiendraient la pression jusqu'à ce qu'ils aient obtenu justice pour les aînés. Une pétition électronique a été lancée à cet effet sur le site de l'Assemblée nationale. En moins de vingt-quatre heures, plus de 20 000 citoyens l'avaient déjà signée.

### Pétition pour le crédit d'impôt en raison de l'âge



Le Réseau FADOQ fait front commun avec trois autres organismes voués aux aînés et les trois partis de l'opposition à l'Assemblée nationale pour lancer une pétition afin d'inciter le gouvernement à corriger son erreur dans le dossier du crédit d'impôt en raison de l'âge. Toutes les personnes qui croient que le gouvernement fait fausse route en repoussant l'accessibilité à ce crédit jusqu'à 70 ans, prenant ainsi 300M\$ dans les poches des aînés les plus vulnérables, sont invitées à signer cette pétition en allant sur le site de l'Assemblée nationale.

Les groupes d'aînés poursuivent néanmoins la bataille pour que les gens qui ont été lésés cette année par la modification au crédit d'impôt soient dédommagés. Aussi, la population est invitée à signer la pétition sur le site de l'Assemblée nationale pour envoyer un message fort et maintenir la pression sur le gouvernement. Elle pourra être signée d'ici le 13 mars.

[Signer la pétition](#)

À propos de l'AQDR

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a pour mission exclusive la défense collective des droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes à la retraite. Elle compte près de 25 000 membres regroupés en 42 sections locales. L'AQDR Laval-Laurentides est la plus importante avec 3 500 membres.

Information :

Brigitte Tremblay, Coordonnatrice  
450-978-0807, [aqdr.laval@aqdr.org](mailto:aqdr.laval@aqdr.org)

# Concours des initiatives intergénérationnelles, 30e Semaine «L'amitié n'a pas d'âge»

La 30e édition de la Semaine « L'amitié n'a pas d'âge » se tiendra du 21 au 27 mai 2017 : un événement à ne pas manquer !

À cette occasion, vous êtes invités à participer à un grand concours québécois. Vous avez organisé une activité, ou mis sur pied une initiative intergénérationnelle, entre juin 2016 et mai 2017 ? Alors faites connaître votre projet !

Inscrivez-vous avant le dimanche 19 mars, en remplissant le formulaire d'inscription directement sur le site internet :

<http://intergenerationsquebec.org/la-semaine/inscrivez-vous>

Depuis sa création en 1987, la Semaine « L'amitié n'a pas d'âge » a permis à de multiples organismes intéressés par le rapprochement intergénérationnel de faire connaître leurs activités. Ce concours permet de récompenser des initiatives qui se sont démarquées pendant l'année à travers l'ensemble du Québec. En 2017, pourquoi pas vous ?

## Qui peut participer?

Tous les organismes, institutions, ou individus ayant initié une activité ou un projet favorisant le rapprochement entre les générations.

Bibliothèques, écoles, organismes communautaires, municipalités, résidences, entreprises ou citoyens, le concours est ouvert à tous !

Pour être admissible, votre activité doit avoir eu lieu entre juin 2016 et mai 2017, de manière ponctuelle ou régulière, et réunir plusieurs participants de groupes d'âge différents.

Vous n'avez pas encore initié d'activité, mais cela vous intéresse? Pourquoi ne pas profiter de cette occasion pour vous lancer !



## Besoin d'inspiration?

Consultez notre banque d'idées Résot'âges sur notre site internet ou contactez-nous!

Pourquoi s'inscrire?

- Pour gagner de la visibilité en figurant dans Résot'âges, notre plateforme dynamique et interactive de projets intergénérationnels, et ainsi inspirer d'autres organismes.

- Pour courir la chance d'être primé lors d'un Gala qui réunit les acteurs de la solidarité intergénérationnelle québécoise. Cet événement se tiendra le mercredi 24 mai, à Laval.

(Veuillez noter que si vous êtes retenu parmi les finalistes, votre présence sera exigée à cet événement.)

## Comment s'inscrire?

Remplissez le formulaire d'inscription en ligne, directement sur notre site internet : [intergenerationsquebec.org](http://intergenerationsquebec.org)

Merci de bien vouloir détailler votre activité et répondre à toutes les questions. Un complément d'information pourrait vous être demandé pour confirmer votre inscription.

Une seule pièce jointe est autorisée (affiche, document complémentaire photos, etc.)

Une fois votre formulaire envoyé, vous recevrez un accusé de réception de notre part.

## Quand s'inscrire?

Avant le dimanche 19 mars 2017 inclusivement.

Pour plus d'informations :

Caroline Chantrel, agente de développement et de communication

514 382-0310 poste 125

[communication@intergenerationsquebec.org](mailto:communication@intergenerationsquebec.org)

# Les Rendez-vous annuels PRÉSÂGES, le 3 mai à Sainte-Adèle

Présages et Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut offrent une journée de formation et de ressourcement taillée sur mesure pour les bénévoles engagés auprès des aînés.

Un cadeau à leur offrir, un gage de reconnaissance qu'ils apprécieront!

La participation sociale des aînés Tous pour un, Un plus pour tous!

TARIF PRÉFÉRENTIEL AVANT LE 1ER AVRIL

45 \$ / inscription pour 2 inscriptions et plus

Pour profiter de ce tarif, envoyer les fiches d'inscription et le paiement avant le 1er avril. Le cachet de la poste faisant foi.

1 inscription 50 \$ (prix régulier)

2 inscriptions 2 x 45 \$ = 90 \$ (au lieu de 100 \$)

3 inscriptions 3 x 45 \$ = 135 \$ (au lieu de 150 \$)

Pour s'inscrire :

<http://www.presages.org/les-rendez-vous-annuels/programmes/>

The poster features a central title 'La participation sociale des aînés' and 'Tous pour un, Un plus pour tous!' in large, bold letters. A diagram shows a central group of people with arrows pointing to 'communauté', 'bénévoles', 'amis', 'intervenant', 'voisinage', and 'famille'. Text boxes provide details on objectives and registration. A photo of the organizing team is included.

LES RENDEZ-VOUS ANNUELS PRÉSÂGES

Journée de ressourcement et de formation pour les bénévoles engagés auprès des aînés

communauté → bénévoles → amis → intervenant → voisinage → famille → aînés

## La participation sociale des aînés

# Tous pour un, Un plus pour tous!

Organiser un club de marche, militer pour une cause, livrer la popote, jaser avec sa voisine, montrer à tricoter à son petit-fils, siéger à un conseil d'administration par-ci, rédiger un blogue sur l'horticulture par-là... Les aînés sont partout! ... Vraiment?

Qu'en est-il de la dame en bleu seule à sa table? Ou de ce monsieur que l'on n'a pas vu depuis belle lurette?

L'équipe des Rendez-vous annuels – PRÉSÂGES vous invite à prendre un temps d'arrêt pour mieux saisir les multiples facettes et bienfaits de la participation sociale des aînés. Selon les capacités et les intérêts de chacun, comment se traduit-elle? Quel est son rôle sur la santé? Qu'est-ce qui la freine ou la motive? Comment la favoriser?

Et si, en tant que bénévole, vous étiez aussi complice, parfois insoupçonné, des liens entre les aînés et la communauté?

*et la vôtre*

### La participation sociale des aînés on serait fou de s'en passer!

#### Objectifs

- Acquérir des connaissances quant à la participation sociale des aînés.
- Réfléchir aux facteurs qui l'influencent.
- Développer des habiletés afin de la favoriser.
- Identifier des pistes et des idées pour faciliter la participation sociale des aînés plus isolés.

#### On vous donne rendez-vous!

Depuis quelques années déjà, les travaux d'Émilie Raymond\*, professeure à l'École de service social de l'Université Laval, inspirent PRÉSÂGES dans ses réflexions sur le vieillissement et la participation sociale des aînés.

L'équipe des Rendez-vous annuels joint son expertise aux travaux de madame Raymond et vous propose une formule renouvelée, alliant les méthodes d'intelligence collective et d'animation participative où vous découvrirez les secrets d'une participation sociale valorisante et inclusive des aînés.

L'équipe de PRÉSÂGES : Marilou Brassard, Denise Denis et Steeven Podvaut; avec la participation de Louise Ballargeon et Louise Charon du Théâtre Reury

\* Madame Raymond, Ph. D., aussi chercheuse au Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale de Québec, s'intéresse à la participation sociale et citoyenne depuis plus de 10 ans. Elle enseigne dans les champs de l'organisation communautaire et de l'action sociale.

# Une conférence-échange sur les soins palliatifs, l'aide médicale à mourir et les directives médicales anticipées

## CONFÉRENCE-ÉCHANGE OUVERTE À LA POPULATION

### LES SOINS DE FIN DE VIE : ÇA NOUS CONCERNE TOUS !

### SOINS PALLIATIFS AIDE MÉDICALE À MOURIR DIRECTIVES MÉDICALES ANTICIPÉES

LA LOI : SES PARAMÈTRES, SON APPLICATION, DES  
TÉMOIGNAGES DE MISE EN PLACE DANS LES  
MILIEUX, UNE EXPÉRIENCE PERSONNELLE

**VENDREDI  
31 MARS  
2017**

DE 13H À 16H30

À l'Église du Village  
1829, chemin du Village  
Mont-Tremblant  
(secteur vieux-village)



**ANIMATRICE :**  
**Marie-Claude Lavallée,**  
Journaliste



**PANELLISTES :**  
**Brigitte Laflamme,**  
Directrice adjointe des services  
professionnels, Centre de  
cancer et Soins palliatifs et de  
fin de vie, CISSS de  
Chaudière-Appalaches



**Maryse Carignan,**  
Conseillère clinique, secteur  
oncologie, soins palliatifs et de  
fin de vie, Direction des soins  
infirmiers, CISSS de Laval



**CONFÉRENCIÈRES :**  
**Véronique Hivon,**  
Députée de Joliette, Parti  
Québécois, et Vice-Présidente de  
la Commission de la santé et des  
services sociaux



**Marguerite Blais,**  
Auteure et ex-ministre  
responsable des Aînés, Parti  
libéral du Québec

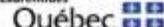


**Alexandre Chouinard,**  
Médecin, Chef de service en soins  
palliatifs, installation des  
Sommets, CISSS des Laurentides



**Marie-Ève Bouthillier,**  
Chef du centre d'éthique CISSS  
de Laval et Professeure adjointe  
clinique, Bureau de l'éthique clinique,  
Faculté de médecine de l'Université  
de Montréal

ORGANISÉE PAR :



**POUR INFORMATION ET INSCRIPTION OBLIGATOIRE (places limitées)**  
450 978-0807 | 1 844 978-0807 | [aqdr.laval@aqdr.org](mailto:aqdr.laval@aqdr.org)

Dans le cadre de la semaine de la santé mentale

La TRARA, VIGIL'ANGE et leurs partenaires  
sont fiers d'accueillir la

CONFÉRENCE  
du  
Dr Gaétan Brouillard



La santé **repensée**

Cessez de chercher la pilule miracle, **agissez différemment**

*Dr Brouillard, médecin-conseil à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont où il a été chargé d'enseignement clinique pendant 35 ans. Il pratique la médecine préventive et la médecine fonctionnelle. Il nous présentera sa vision d'une médecine intégrative et d'une approche pluridisciplinaire de la santé, axée sur l'individu et non sur la maladie. Il nous invitera à prendre notre santé en main en adoptant une vision globale qui réconcilie le corps, le cœur et l'esprit.*

Jeudi le 4 mai 2017 de 19 h 00 à 20 h 30 - Accueil : 18 h 30  
au Centre Lafontaine (2020, rue Saint-Georges)

Coût des billets : 10\$

En ligne : [www.vigilange.org](http://www.vigilange.org) (des frais de 1.20 s'ajoutent)

En personne (en argent seulement) :  
Bureau de Vigil'Ange, 100 boul. des Hauteurs (sur rendez-vous seulement)  
Quartier 50+, 425 boul Jean-Batiste-Rolland  
Au Centre de Quilles Lafontaine, 2020 rue St-Georges  
Pour informations : 450 275-5131

 ÉVÈNEMENT FACEBOOK

En collaboration avec



# CONFÉRENCES

EN PARLER NE FAIT PAS MOURIR

Nouvelle série  
« Les mots pour le dire »

## Au programme • 2 conférences •

*Directives médicales anticipées*

*L'aide médicale à mourir et la sédation palliative*

Dre Yvette Lajeunesse

Me André Cantin - Aspects légaux

### Quand

Lundi le 27 mars 2017  
Accueil dès 8h30

### Où

Club de golf Montcalm  
1800 chemin Nadeau  
Saint-Liguori Qc  
J0K 2X0

### Coût

10,00\$ par personne  
Incluant pauses, dîner  
et documentation

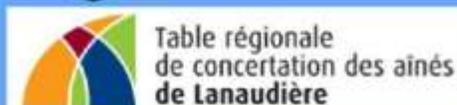
Pour vous inscrire en ligne suivre le lien que  
vous trouverez sur notre site web :

**[www.talanaudiere.org](http://www.talanaudiere.org)**

Vous y trouverez toute l'information sur les  
conférences et sur les exposants sur place  
que vous pourrez visiter pendant les pauses.

Pour nous joindre 514-928-0147  
[info@talanaudiere.org](mailto:info@talanaudiere.org) / Facebook

Une présentation  
de



Avec la participation financière du Secrétariat aux aînés



# LES DROITS DES USAGERS À L'ÉGARD DES ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ

## Conférencier : Me Jean-Pierre Ménard

Dans le cadre de son plan 2016-2017, le Comité des usagers du CSSS de Laval reçoit Me Jean-Pierre Ménard, défenseur bien connu des droits des usagers de la santé.

**Mardi 14 mars 2017 de 19h00 à 21h30,  
salle 006**

**Pavillon Bois Papineau  
3235, boul. St-Martin Est, Laval**

**RÉSERVATION OBLIGATOIRE  
car les places sont limitées**

**Date limite d'inscription : 9 mars 2017**

Inscription par **courriel** : [info@cucssslaval.ca](mailto:info@cucssslaval.ca)  
ou par notre site **WEB** : [www.cucssslaval.ca](http://www.cucssslaval.ca)



Votre réservation vous sera **confirmée par courriel**.  
Pour connaître les dates des conférences pour 2017,  
consultez notre site Web.

>7114377

**CONFÉRENCE GRATUITE**

# INFOLETTRE MARS 2017

## La diète méditerranéenne

L'Alzheimer est l'une des maladies cognitives qui progresse le plus rapidement au monde. Au Canada, 747 000 personnes sont atteintes de cette terrible maladie ou d'une autre maladie cognitive, dont 125 000 Québécois. Malheureusement, il n'existe pas encore de médicament qui nous permet de guérir ou de prévenir la maladie d'Alzheimer, et ce, malgré toutes les recherches.

Toutefois, sur une note plus positive, il existe des facteurs de protection qui nous permettent d'augmenter nos chances de vieillir en santé. Comme nous avons tous besoin de recharger nos batteries à la fin de l'hiver, je vous propose donc de mettre un peu de soleil dans votre quotidien, ou plus précisément dans vos assiettes.

En effet, la diète méditerranéenne est tout à fait conseillée pour vieillir en bonne santé. Les scientifiques ont remarqués que la prévalence de la maladie d'Alzheimer était inférieure dans les pays du pourtour méditerranéen. Combinée avec une vie active au niveau social, physique et mental, nous pouvons donc espérer se prémunir contre la maladie.

La diète méditerranéenne consiste à manger plus d'aliments d'origine végétale de qualité, comme des céréales entières non raffinées, des légumes, des légumineuses et des fruits. Parmi les produits d'origine animale, que l'on doit consommer avec modération, nous favoriserons le poisson et la viande blanche. Il est toujours préférable de choisir des produits locaux et de varier vos aliments. Choisissez également les aliments saisonniers et limitez votre consommation de sucre le plus possible. Utilisez l'huile d'olive quotidiennement pour assaisonner et pour cuire. Celle-ci faciliterait l'expulsion des protéines bêta-amyloïdes, qu'on accuse d'être responsables de la maladie d'Alzheimer. Limitez votre consommation de sel et utilisez plutôt des herbes, des épices, des oignons et de l'ail. Finalement, vous avez droit à un bon verre de vin rouge car il contient des d'antioxydants, ce qui agirait favorablement sur la mémoire.



Sur ce, je vous souhaite une belle fin d'hiver ensoleillé et bon appétit!

*Esther van Hilst*, intervenante psychosociale

Recherchons bénévoles pour la marche de l'Alzheimer du dimanche 28 mai 2017

Téléphonez au 819-326-7136  
ou au 1-800-978-7881 poste 228  
courriel: [communications@alzheimerides.ca](mailto:communications@alzheimerides.ca)



Société Alzheimer  
LAURENTIDES

101, RUE PRINCIPALE EST SUITE 100, CASE POSTALE 27A, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS (QUÉBEC) J8C 3A3  
TÉLÉPHONE : (819) 326-7136 TÉLÉCOPIEUR : (819) 326-9444 SANS FRAIS : 1-800-978-7881  
COURRIEL : [admin@alzheimerides.ca](mailto:admin@alzheimerides.ca) [www.alzheimerlaurentides.com](http://www.alzheimerlaurentides.com)

## Société Alzheimer des Laurentides : rencontres d'information et de soutien

Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer.

C'est une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la société Alzheimer des Laurentides.



Rencontres animées par Madame Cynthia Dupont-Moniz :

7 mars 2017 de 13h00 à 15h00	Résidence Youville, 531 rue Laviolette, Salle Dialogue à Saint-Jérôme
------------------------------	---



Rencontres animées par Madame Esther van Hilst :

15 mars 2017 de 18h30 à 20h30	Au CSSS Des Pays-D'en-Haut, 707, boulevard Ste-Adèle à Sainte-Adèle, Local B-108
21 mars 2017 de 13h00 à 15h00 EN ANGLAIS	Residence Lachute, 377 Principale, Lachute
27 mars 2017 de 10h00 à 12h00	CSSS D'Argenteuil 145, Avenue De La Providence, Salle La Source

Bienvenue à tous les proches aidants, ces rencontres sont gratuites.

Des rencontres individuelles, familiales ou de groupe peuvent avoir lieu dans votre milieu sur rendez-vous avec notre intervenante.

Société Alzheimer des Laurentides (819) 326-7136 ou sans frais 1-800-978-7881

Site Web : <http://www.alzheimerlaurentides.com/> Courriel : [admin@salaurentides.ca](mailto:admin@salaurentides.ca)

**Pour suivre l'actualité concernant les aînés des Laurentides, visitez notre page**

**[Facebook : www.facebook.com/aineslaurentides/](http://www.facebook.com/aineslaurentides/)**





ASSOCIATION LAURENTIENNE  
DES PROCHES DE LA PERSONNE  
ATTEINTE DE MALADIE MENTALE INC.

## CONFÉRENCE

### Louise Latraverse : « La maladie a besoin d'entraide »

Elle racontera son vécu avec son frère atteint de bipolarité, partagera ses émotions, ses défis en tant que proche ainsi que la façon dont elle a traversé les crises.



**OUVERT À TOUS !**

**Le mardi 21 MARS 2017 à St-Jérôme  
de 19h00 à 21h00.**

**Inscription obligatoire 450-438-4291  
ou 1-800-663-0659**

**Faites vite, les places sont limitées !**

**\*\*\* 10\$ pour les non-membres. \*\*\***

## Dans les Laurentides, 877000\$ ont été alloués aux Projets QADA (Québec amis des aînés), dans le volet Soutien aux actions communautaires

Le volet Soutien aux actions communautaires des Projets QADA appuie cinq types de projets, soit des projets à caractère expérimental, le démarrage d'une activité, l'ajout d'une activité complémentaire aux activités existantes, l'adaptation ou la modification d'activités déjà offertes par l'organisme ainsi que le déploiement d'activités déjà expérimentées et éprouvées. Les projets retenus reçoivent une aide financière pouvant aller jusqu'à 150 000 \$ par année, selon la portée du projet, sur une période d'un à trois ans.



Voici les projets financés dans les Laurentides

Nom de l'organisme	Titre du projet	Description	Durée	Somme octroyée
Parkinson Québec	Point de service parkinson Laurentides	Implantation d'un point de service régional pour les MRC de La Rivière-du-Nord et des Pays-d'en-Haut.	3 ans	403 142 \$
Arts et culture de L'Ascension	Cinémathèque de L'Ascension	Création d'une cinémathèque.	2 ans	27 640 \$
Société d'horticulture et d'écologie Tournenvert	Paysage en héritage	Bonification du jardin du parcours des saisons et du talus des vinaigriers..	1 an	15 056 \$
Action bénévole de la Rouge	Par-aînés	Amélioration du programme « Entre-nous » et recrutement d'accompagnateurs (parrains) dans le but de maintenir les aînés à domicile.	1 an	42 500 \$
Réseau FADOQ – région des Laurentides	Dynamiser les milieux de vie d'aînés vivant en HLM et en OBNL d'habitation pour favoriser le vieillissement actif et en santé dans les Laurentides	Amélioration des conditions de vie des aînés vulnérables vivant en HLM et en OBNL d'habitation, par la mise en œuvre d'un plan d'action et de comités mieux-être chez soi et dont les thématiques proposées sont liées à l'alimentation, à l'activité physique, à la prévention des chutes, à la médication, à la sécurité des milieux de vie, etc.	3 ans	389 210 \$

Le projet déposé par la TCRA « Action concertée régionale en prévention de la maltraitance envers les aînés » n'a toutefois pas été retenu. Selon le ministère de la Famille, le projet comportait des dépenses non admissibles.

## Tel-Écoute / Tel-Aînés, un service gratuit pour les aînés

Tel-Aînés a pour mission d'offrir à tout aîné en situation de précarité ou de détresse psychologique, un service gratuit et confidentiel d'écoute et de référence.

Objectif : Permettre à chaque personne d'exprimer et/ou de ventiler ses émotions ou les situations vécues et, le cas échéant, l'amener vers des pistes de réflexion ou vers ses propres solutions.



Depuis 1997, le programme Tel-Aînés prête une oreille attentive aux aînés du grand Montréal et des indicatifs 450. L'évolution des services aux aînés s'est adaptée aux besoins exprimés par ceux-ci et une gamme de services de proximité leur est offerte :

- Une ligne d'écoute pour les adultes en situation vulnérable;
- Une ligne d'écoute et d'aide pour les aînés;
- Un service d'écoute face-à-face et de suivi à domicile;
- Une série de conférences données dans les milieux de vie des aînés;
- Un réseau de groupes de discussion.

Plus de 100 bénévoles formés à l'écoute active, à la gérontologie et à la crise suicidaire offrent nos services à la population de Montréal.

Les Valeurs de Tel-Aînés:

Accueillir les aînés dans le respect, l'ouverture et la dignité de chaque personne.

Tenir confidentiel tout échange avec les utilisateurs de service.

Former tous les bénévoles en relation d'aide avec une approche humaniste adaptée aux besoins des aînés en état de vulnérabilité.

Reconnaître et apprécier tous ceux qui appuient la mission de l'organisme : les bénévoles, les donateurs et les employés





# Lunch & Learn

## Upcoming information session:

### Do you know what to do in an emergency ?

- 911 calls: what to say and what to expect.
- Others you can call in an emergency.
- Basic first aid, Heimlich maneuver, CPR.
- How to use a defibrillator and a fire extinguisher.

## Two opportunities to find out more:

Wednesday, March 1, 2017  
from 10:00 a.m. to 1:00 p.m.

Harrington Golden Age Center  
259, Harrington Road

Wednesday, March 15, 2017  
from 10:00 a.m. to 1:00 p.m.

Avoca Community Centre  
192, Avoca Road

A light lunch will be served.

To reserve your spot, please call us at 1-888-974-3940  
or email us at [info@4kornerscenter.org](mailto:info@4kornerscenter.org)

This information session is  
made possible by:



## Actualités, revue de presse, documents d'informations et info bulletins en ligne

Voici divers documents, bulletins, articles de journaux, qui touchent de nombreux aspects de la vie des aînés

Pour lire ces documents, cliquer  dans la liste ici-bas (ctrl + clic), sur les liens qui vous intéressent. Vous pouvez également obtenir tous ces documents en adressant une demande à [info@tcral.ca](mailto:info@tcral.ca)

-  [Infolettre de l'AREQ-CSQ Une force pour la Société, semaine du 26 février 2017](#)
-  [AQDRLL info, bulletin de l'AQDR Laval-Laurentides, mars 2017](#)
-  [Laurentians 4 Korners Newsletter, March 2017](#)
-  [Table de concertation communautaire de Mirabel, bulletin courriel, édition du 24 février 2017](#)
-  [L'Appuilette, infolettre de l'Appui Laurentides pour les proches aidants d'aînés, Mars 2017](#)
-  [Réseau FADOQ, Pétition pour le crédit d'impôt en raison de l'âge](#)
-  [Ministère de la Santé et des Services sociaux, Bulletin du Réseau sur le vieillissement et les changements démographiques, édition du 20 février 2017](#)
-  [Ministère de la Santé et des Services sociaux, Bulletin du Réseau sur le vieillissement et les changements démographiques, édition du 27 février 2017](#)
-  [Bulletin de veille de Famille Québec \(la dernière partie de ce bulletin porte sur les aînés\), 1<sup>er</sup> mars 2017](#)
-  [Le vieillissement au Québec, Institut national de Santé publique du Québec](#)
-  [Le Propageur, Bulletin de la Table régionale de concertation des personnes aînées du Centre-du-Québec, mars 2017](#)
-  [IUGM \(Institut universitaire de gériatrie de Montréal\) AvantÂge, infolettre du 24 février 2017](#)

---

Visitez notre page web : [tcral.ca](http://tcral.ca)





## Du 3 mars 2017 au 15 juin 2017

Pour voir toutes les informations et le calendrier de toute l'année, visiter la page calendrier de notre site web  
<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Société Alzheimer des Laurentides: Rencontre d'information et de soutien pour la région de Saint-Jérôme** **Mar. 7 mars 13:00 - 15:00**

Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer. Une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la Soc...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Conférence "Apprendre à s'aimer un jour à la fois", par Diane Gagnon** **Jeu. 9 mars 13:00**

Conférence gratuite pour les proches aidants d'aînés et tous les gens qui les soutiennent. Diane Gagnon, Auteure et conférencière vous propose des solutions pour apprendre à vous aimer un peu plus ch...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Contemporary Dementia Care – New Trends in Practice and Care** **Ven. 10 mars 09:00 - 12:30**

CONFERENCE SERIES 2016-2017 Learn some of the latest thinking in contemporary dementia care from David Troxel, co-creator of the influential Best Friends Approach to Dementia Care now in use around t...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Conférence "LES DROITS DES USAGERS À L'ÉGARD DES ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ"** **Mar. 14 mars 19:00 - 21:30**

Cette conférence est gratuite. Elle est organisée par le comité des usagers du CSSS de Laval. Conférencier : Me Jean-Pierre Ménard Réservation obligatoire car les places sont limitées Date limite d'i...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Information session: Do you know what to do in an emergency ?** **Mer. 15 mars 10:00**

Have you ever had to call 911? Did you know that there are several things you need to know depending on where you are calling from? Also, are you calling from a land line, cellular phone, satellite p...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Health, Justice and Social Services Caravan** **Mer. 15 mars 14:30 - 17:00**

Receive English-language information and services from the graduating students of the following John Abbott College Technical Programs: Pre-Hospital Emergency Care Nursing DentalHygiene PoliceTechnol...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Société Alzheimer des Laurentides: Rencontre d'information et de soutien pour la région de Sainte-Adèle** **Mer. 15 mars 18:30 - 20:30**

Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer. C'est une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et ...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Réunion du Comité exécutif de la TCRAL** **Mar. 21 mars 09:00 - 12:00**

Complexe Val d'Espoir, 17 700 rue du Val d'Espoir, Mirabel

### **Société Alzheimer des Laurentides: Group meeting for information and support, Lachute Area** **Mar. 21 mars 13:00 - 15:00**

Group meeting with a counsellor to : -Exchange experience with other people; -Get information on the evolution of the disease; -Know more about the disease in order to develop new attitudes and new c...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Conférence de Louise Latraverse: "La maladie a besoin d'entraide"**

**Mar. 21 mars 19:00 - 21:00**

Louise Latraverse racontera son vécu avec son frère atteint de bipolarité, partagera ses émotions, ses défis en tant que proche ainsi que la façon dont elle a traversé les crises. Inscription obligat...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Health, Justice and Social Services Caravan**

**Mer. 22 mars 13:30 - 16:00**

Receive English-language information and services from the graduating students of the following John Abbott College Technical Programs: Pre-Hospital Emergency Care Nursing DentalHygiene PoliceTechnol...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Levée de fonds "Art et Vin" de Laurentian Care**

**Jeu. 23 mars 18:00 - 21:00**

Levée de fond pour que Laurentian CARE puisse organiser des activités pour les proches aidants et leur famille spécifiquement " Samedi de Répit" et ce, tout en s'amusant à faire une toile que vous rap...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**L'aide médicale à mourir, en parler ne fait pas mourir**

**Lun. 27 mars 08:30 - 09:00**

Une présentation de la Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière COÛT : 10,00\$ par personne (inclut les pauses, le dîner et la documentation) Deux Conférences : Régime des directives mé...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Société Alzheimer des Laurentides: Rencontre d'information et de soutien pour la région de Lachute**

**Lun. 27 mars 10:00 - 12:00**

Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer. Une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la Soci...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Conférence Les services d'aide pour les personnes adultes offerts par le CISSS de Laval**

**Mar. 28 mars**

Pour plus d'information sur ces conférences communiquez avec nous au 450-978-0807 ou sans frais au 1-888-978-0807 AQDR Laval-Laurentides 1450 boulevard Pie X, bureau 202, Laval H7V 3C1

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Journée de conférences de la TCRAL**

**Mar. 28 mars 08:30 - 15:30**

Horaire de la journée 8h30 : Arrivée 9h00 : L'Appui Laurentides pour les proches aidants d'aînés présente les services offerts aux proches aidants dans les Laurentides. 10h00 : Conférence de Maître Je...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Health, Justice and Social Services Caravan**

**Mer. 29 mars 09:30 - 12:00**

Receive English-language information and services from the graduating students of the following John Abbott College Technical Programs: Pre-Hospital Emergency Care Nursing DentalHygiene PoliceTechnol...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Health, Justice and Social Services Caravan**

**Mer. 29 mars 14:30 - 17:00**

Receive English-language information and services from the graduating students of the following John Abbott College Technical Programs: Pre-Hospital Emergency Care Nursing DentalHygiene PoliceTechnol...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Cabane à sucre pour les bénévoles et les proches aidants d'Argenteuil**

**Jeu. 30 mars 11:00**

Pour tous nos bénévoles et nos Proches Aidants. Venez vous sucrer le bec en notre compagnie. Venez accompagner votre conjoint(e) de votre personne aidée. Billets en vente au CAB d'Argenteuil

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Conférence échange: les soins de fin de vie, ça nous concerne tous**

**Ven. 31 mars 13:00 - 16:30**

Les soins palliatifs, l'aide médicale à mourir, les directives médicales anticipées. La loi: ses paramètres, son application, des témoignages de mise en place dans les milieux, une expérience

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

**Remise de la médaille du lieutenant gouverneur pour les aînés**

**Sam. 1 avr. 14:00**

Cérémonie présidée par Michel Doyon, lieutenant-gouverneur.

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Conférence historique sur la gare de Lachute**

**Lun. 3 avr. 13:00 - 16:00**

Une initiative de la Table de concertation Parole aux aîné(e)s d'Argenteuil Projection du documentaire La gare de Lachute, une épopée formidable Suivi d'une visite guidée de la gare Avec Robert Simar...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Réunion du comité de prévention de la maltraitance envers les aînés des Laurentides**

**Mar. 4 avr. 09:00 - 12:00**

Complexe du Val d'Espoir, 17 700 rue du Val d'Espoir, Mirabel

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Réunion du Conseil d'administration de la TCRAL**

**Mar. 11 avr. 09:30 - 15:30**

Au complexe Val-d'Espoir, 17 700 rue du Val-d'Espoir, Mirabel

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Activité Reconnaissance de l'Action bénévole de Thérèse-De Blainville**

**Jeu. 20 avr. 17:00 - 19:00**

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Salon du Bénévolat 2017 de la MRC de la Rivière-du-Nord**

**Lun. 24 avr. 10:00 - 16:00**

Dans le cadre de cet événement, nous offrons aux organismes communautaires l'opportunité de tenir un kiosque de recrutement de bénévoles afin de vous aider à combler les besoins de votre organisme. C...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Conférence Nutrition et alimentation Comment lire les étiquettes**

**Mar. 25 avr.**

Nutrition et alimentation Comment lire les étiquettes Pour plus d'information sur ces conférences communiquez avec nous au 450-978-0807 ou sans frais au 1-888-978-0807 AQDR Laval-Laurentides 1450 bou...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Rendez-vous annuels présages: " « La participation sociale des aînés, Tous pour un, Un plus pour tous." "**

**Mer. 3 mai 09:00 - 15:30**

Les Rendez-vous annuels Présages Ces rendez-vous offrent une journée de ressourcement et de formation pour les bénévoles engagés auprès des aînés. Il y aura plusieurs animateurs, dont les gens de l'é...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Réunion de la Table des Aînés des Pays-d'en-Haut**

Mer. 3 mai 13:30

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Conférence : "La santé repensée : Cessez de chercher la pilule miracle, agissez différemment"**

**Jeu. 4 mai 19:00 - 20:30**

Conférence donnée par le Dr. Gaétan Brouillard, médecin-conseil à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont où il a été chargé d'enseignement clinique pendant 35 ans. Lors de cette conférence le Dr. Brouillard ...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Colloque des Aînés de Thérèse-De Blainville**

Mer. 17 mai

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Carrefour des Aînés à Boisbriand**

Mer. 17 mai

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Réunion du comité exécutif de la TCRAL**

**Mar. 23 mai 09:00 - 12:00**

Centre d'action bénévole de Saint-Jérôme, 225 rue de la Gare, Saint-Jérôme

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Assemblée générale annuelle des membres de l'AQDR Laval-Laurentides**

**Mar. 30 mai**

Assemblée générale annuelle des membres Pour plus d'information sur ces conférences communiquez avec nous au 450-978-0807 ou sans frais au 1-888-978-0807 AQDR Laval-Laurentides 1450 boulevard Pie X, ...

<http://www.tcral.ca/calendrier.html>

### **Célébrations et sommet des aînés**

**Jeu. 15 juin - ven. 16**

Pour plus d'informations: <http://faafc.ca/initiatives-faacf/conferences-nationales> <http://faafc.ca/initiatives-faacf/forfait-voyage>



[tcral.ca](http://tcral.ca)

[www.facebook.com/aineslaurentides](https://www.facebook.com/aineslaurentides)

[twitter.com/Aineslaurentide](https://twitter.com/Aineslaurentide)

[info@tcral.ca](mailto:info@tcral.ca)

450-432-3200, poste 224

Si vous avez des informations susceptibles d'intéresser les aînés des Laurentides, nous serons heureux de les communiquer.