

*La Table de concertation régionale des Aînés
des Laurentides
souhaite à tous des belles fêtes
et année 2016 en santé, en paix, remplie de
projets et d'amour*



Un siège réservé aux aînés dans les conseils d'administration des CISSS ou CIUSSS

La Conférence des tables régionales de concertation des aînés du Québec demande au ministre Gaétan Barrette des sièges dans les conseils d'administration des CISSS. La Conférence adressé cette demande dans une lettre qu'elle adressait au ministre le 11 décembre dernier.



Extraits de la lettre envoyée au ministre Barrette :

« Dans la foulée des changements qui ont eu lieu au sein du système de santé québécois, la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec (CTRCAQ) tient à vous transmettre ses préoccupations en ce qui concerne la représentation des personnes âgées dans ce système.

En tant qu'organisme préoccupé par les conditions de vie des aînés, nous croyons fermement qu'il est nécessaire que sur chaque conseil d'administration des CISSS et des CIUSSS, siège un représentant d'une Table régionale de concertation des aînés. Bien qu'actuellement une ou plusieurs personnes âgées soient sûrement présentes sur les conseils d'administration de ces établissements, nous tenons à vous faire valoir les avantages qu'aura l'ensemble des CISSS et des CIUSSS à bénéficier de l'apport d'une personne âgée représentant la Table régionale de concertation de sa région ... »

« La CTRCAQ est une organisation non corporative, dont le conseil d'administration est composé de membres aînés bénévoles et démocratiquement élus. La mission de la Conférence est de regrouper, sous une seule entité, l'ensemble des Tables pour qu'elles puissent s'exprimer d'une seule voix relativement aux grands enjeux qui touchent les personnes âgées du Québec et ce, en lien avec un aspect important de la politique Vieillir et vivre ensemble.

À cet effet, la page 68 du plan d'action de cette politique spécifie clairement que les Tables régionales, les conférences régionales des élus et les agences de la santé et des services sociaux sont les instances qui établissent les priorités régionales par rapport aux aînés. Les Tables régionales représentent donc un organisme incontournable pour porter le point de vue des aînés de l'ensemble du Québec.

Dans ce sens, puisque les Tables font partie de la CTRCAQ, elles bénéficient d'un large réseau. Les administrateurs se réunissent deux fois par année pour discuter, entre autres, des dossiers qui touchent les aînés. De plus, lors de ces rencontres, des représentants du Secrétariat aux Aînés, notamment, monsieur Christian Barrette, sous-ministre adjoint, viennent rencontrer les administrateurs afin d'échanger différentes informations. En faisant partie d'un réseau, chacun des représentants des Tables régionales profite donc de l'expertise développée par ses collègues, que ce soit au niveau de la santé, au niveau politique, municipal, de l'hébergement, de la sécurité, de la participation sociale, etc. De son côté, la Conférence est en lien avec plus d'une dizaine de regroupements provinciaux dédiés aux aînés tels que le réseau FADOQ, l'AREQ, l'AQDR, l'AQCCA, le RIAQ et le RIIRS.

Enfin, lors de la prochaine révision de la structure administrative des conseils d'administration des CISSS/CIUSSS, réserver un siège pour les représentants des Tables régionales de concertation des aînés du Québec serait donc grandement profitable pour les personnes âgées du Québec qui, comme vous le savez, représente une part grandissante de la population. Cette représentation constituerait également, sans aucun doute un net avantage pour le CISSS/CIUSSS qui bénéficierait d'un administrateur porteur d'un portrait juste des réalités des aînés du Québec.

Dans l'attente d'obtenir un retour positif de votre part, nous vous prions d'agréer, monsieur Barrette, nos plus cordiales salutations. »

Consultation régionale vers un 3e plan de lutte contre la pauvreté PAGSIS



CONSEIL RÉGIONAL
DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL
DES LAURENTIDES

Un partenaire dans l'action!

Consultation régionale Vers un 3^e plan de lutte contre la pauvreté -PAGSIS Région des Laurentides

Invitation-Express



Dans le cadre de la [Consultation publique du Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale \(MTESS\)](#) vous avez été invité en premier lieu à répondre à un [questionnaire en ligne spécifique à la région des Laurentides](#) au plus tard le 18 décembre 2015. Vous êtes maintenant invités à vous inscrire à la journée du 12 janvier 2016 pour valider ensemble les résultats de ce sondage.

Date : le 12 Janvier 2016 **Heure :** 8h30h à 14h30 **Lieu :** Méridien 74, 181 rue Brière, St-Jérôme

But de la rencontre : Dépôt d'un mémoire concerté au MTESS avant le 29 janvier 2016.

Objectif : *Présenter, valider et compléter* les résultats du questionnaire en ligne, en vue de les utiliser pour la rédaction d'un mémoire régional concerté concernant l'élaboration du prochain plan de lutte à la pauvreté et l'exclusion sociale.

Stratégie de la rencontre : Se donner une compréhension commune des enjeux et défis de la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale face à la diversité vécue dans la région des Laurentides.

Programme préliminaire : voir la page suivante

Information : Monique Ménard Tél : 514-912-3149 Courriel : m.menard@crdsl.com

Date limite d'inscription : Pour participer à cette journée de consultation sans frais en tant que représentant d'un organisme, vous n'avez qu'à vous inscrire avant le **31 décembre 2015**. (Et pour vous assurer d'avoir une boîte à lunch pour le dîner ☺, car les places sont limitées!)

Inscription par courriel s.v.p. avant le 31 décembre 2015 à info@crdsl.com en mentionnant les informations suivantes:

- Votre nom
- Nom de l'organisme représenté
- Territoire de MRC
- Courriel
- No de tél
- Restrictions alimentaires au besoin
Ex : Sans gluten Végétarien Allergies précisez

.../2

Pour en savoir plus, et pour l'ordre du jour, cliquer : [invitation CRDSL](#)

Les anciens Canadiens jouent à Boisbriand au profit de la Société Alzheimer des Laurentides

Les Anciens Canadiens viennent jouer au Centre d'Excellence Sports Rousseau à Boisbriand le vendredi 19 février 2016 à 19h30. Quelle belle occasion de faire bénéficier de cet événement autant à votre famille, qu'à vos employés ainsi que vos amis comme cadeau des Fêtes! Vous ferez des heureux et du même coup, vous contribuerez à la levée de fonds de la Société Alzheimer des Laurentides. Également, la Société Alzheimer des Laurentides est toujours à la recherche de partenaires pour soutenir notre cause. Votre participation permettra de maintenir et d'augmenter les services offerts aux familles de la région des Laurentides et de promouvoir la recherche sur les causes, les traitements et la guérison de cette maladie. Nous émettons des reçus aux fins d'impôt.

Il nous reste quelques places pour réaliser un rêve :

- Joignez l'équipe locale et devenez l'assistant-entraîneur pour un coût de 200 \$
- Ou encore, ayez le privilège de jouer avec l'équipe des Anciens au coût de 1500 \$ par personne (2 places).



LA TOURNÉE DES ANCIENS CANADIENS

Présentée par:





Vendredi 19 février 2016 à 19h30
au Centre d'Excellence Sports Rousseau
à Boisbriand
au profit de la Société Alzheimer Laurentides

Les Anciens Canadiens contre Les Pros de 

Billet d'entrée: 20\$
VIP: 75\$ *

* Le VIP comprend: billet dans la section arrière des bancs des Anciens Canadiens, rencontre avec les joueurs avant le match pour autographes et photos, salon VIP lors des intermissions. Places limitées.

Réservation au 1-800-978-7881 poste 228

NE MANQUEZ PAS LE MATCH DES ANCIENS CANADIENS DANS VOTRE RÉGION !

Voici les joueurs qui peuvent être présents* :

Guy Carboneau, Steve Shutt, Patrice Brisebois, Shayne Corson, Chris Nilan, Dave Morissette, Steve Bégin, Sergio Momesso, Mathieu Darche, Gilbert Delorme, Jocelyn Lemieux, Richard Sévigny, Sébastien Bordeleau, Pierre Dagenais, Jesse Bélanger, Normand Dupont, Stéphane Richer, Yvon Lambert, Donald Audette, Yves Racine, Steve Penney, Enrico Ciccone, John Chabot, Mathieu Dandenault, Karl Dykhuis, Alain Côté, Gilles Thibaudeau, Rick Green, Guillaume Latendresse, Guy Lafleur.

CANADIENS.COM/ANCIENSCANADIENS



Projets QADA

Le secrétariat aux aînés est prêt à répondre à toutes questions sur les projets QADA durant la période des Fêtes. Il y aura quelqu'un pour répondre les 21-22-23 et 29-30 décembre. Il semble que dans certaines régions au Québec de fausses informations circulent. Pour en savoir plus : 418-643-0837

Vieillir n'est pas une maladie

« Quand l'âgisme commence par soi! »

La Table régionale de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec invite les personnes âgées à prendre une bonne résolution cette année!

La Table régionale de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec a procédé au lancement des six (6) premières capsules vidéos en lien avec l'autoâgisme chez les personnes âgées. Si par définition l'âgisme est une discrimination basée sur l'âge, l'auto âgisme réfère au fait que les personnes âgées elles-mêmes se discriminent à cause de leur âge. S'il est important de sensibiliser l'ensemble de la population au fait que l'âgisme envers les personnes âgées ne peut être toléré, il est d'autant plus important que les principaux intéressés portent eux-mêmes ce discours.



Les membres de la Table régionale ont remarqué que les personnes âgées ont tendance à se dénigrer elles-mêmes ou à s'abstenir de faire des choses sous le seul prétexte qu'elles avancent en âge.

L'autoâgisme, ou l'âgisme intégré, est une notion qui apparaît de plus en plus dans la littérature. Janik Ouimet, directrice de la TRCPACQ, nous mentionne que l'âge ne devrait jamais être un prétexte, ça ne fait que renforcer des perceptions âgistes non fondées. C'est pourquoi le thème central, « Vieillir n'est pas une maladie – Ne tombez pas dans le piège de l'âgisme! », revient dans chacune des capsules.

Afin de faire prendre conscience aux gens de leur comportement, l'humour est utilisé. Les thèmes abordés dans les capsules sont : la peur de déranger, les technologies, on reste qui l'on est peu importe l'âge, les relations amoureuses, la perte de confiance et l'âge au travail. Les capsules circuleront entre autres sur les réseaux sociaux, à la télévision communautaire et seront disponibles sur le site web de la Table régionale et sur YouTube. Elles serviront aux intervenants et partenaires qui veulent aborder la question avec les aînés. Cet outil servira sans doute à alimenter les discussions.

« Le fait de lancer les capsules à quelques jours de la nouvelle année n'est pas un hasard! On veut que les personnes âgées prennent la résolution cette année de ne pas s'auto exclure eux-mêmes de faire des activités » explique Janik Ouimet, directrice de la Table régionale.

Toute la population est invitée à visionner les capsules et à les faire circuler. La table régionale peut fournir une copie CD des capsules sur demande. Ce projet est financé en partie par Service Canada dans le cadre du programme Nouveaux Horizons pour les aînés.

Liens vers les capsules



https://www.youtube.com/channel/UCXdt-DHMI0XxBVav_bMt4qQ

Médaille du lieutenant-gouverneur, édition 2016

Encore cette année, l'honorable J. Michel Doyon, lieutenant-gouverneur du Québec, souhaite décerner la Médaille du Lieutenant-gouverneur pour les aînés et sollicite la coopération des organismes du milieu, d'une part, en soumettant des candidatures et, d'autre part, en diffusant l'information sur le programme.



Michel Doyon, lieutenant-gouverneur du Québec

Votre collaboration à reconnaître l'engagement et le rayonnement positif de nos aînés auprès de leurs pairs ou de leur communauté représente un maillon essentiel dans la réalisation de ce programme.

La cérémonie de remise des médailles sera présidée par le lieutenant-gouverneur lui-même.

La date limite pour recevoir vos candidatures est le 15 février 2016. Le formulaire pour transmettre les candidatures est en ligne à l'adresse suivante : <https://www.lieutenant-gouverneur.qc.ca/aines-2016a/index.asp>

Pour toute information supplémentaire, vous pouvez consulter le site Internet au

<http://www.lieutenant-gouverneur.qc.ca/distinctions-honorifiques/aines.html>

ou envoyer un message à distinctions@mce.gouv.qc.ca

Souper spectacle-bénéfice au profit du Centre prévention suicide le Faubourg

La 3^e édition du souper spectacle-bénéfice du Centre Prévention Suicide le Faubourg! Voici l'occasion d'aider à sauver des vies dans les Laurentides.

Souper-spectacle
BÉNÉFICE
Le 4 février 2016 - dès 18h00
au restaurant **Le Tapis Rouge**
348 rue Saint-Georges
St-Jérôme J5J 5A5

Au profit du
**CENTRE
prévention
SUICIDE
le Faubourg**
www.cps-le-faubourg.org

- Spectacle d'Émily Bégin, Véronique Claveau & Bryan Audet
- Présidence d'honneur d'Enrico Ciccone
- Encan silencieux

Prix du billet: 125\$

Pour infos, partenariat & réservation
administration@cps-le-faubourg.org / 450-565-0490 poste 227

Fier du succès des premières éditions de son souper spectacle-bénéfice, le Centre de Prévention Suicide le Faubourg tiendra, le 4 février prochain, la 3^e édition de cette soirée au restaurant Le Tapis Rouge, à St-Jérôme.

L'an dernier, grâce à l'enthousiasme démontré par plusieurs partenaires des médias, communautaire et corporatif des Laurentides, l'organisme a réussi à amasser plus de 10,000 \$, notamment grâce à l'encan silencieux et à la participation nombreuse de nos invités.

L'événement qui sera présenté dans le cadre de la semaine de prévention du suicide et sous la présidence d'honneur de Monsieur Enrico Ciccone vise à amasser la somme de 20 000 \$. Ainsi, les convives pourront déguster un excellent repas pour finalement terminer la soirée tout en musique en compagnie d'Émily Bégin et de ses invités Véronique Claveau et Bryan Audet. Grâce à la générosité de nombreux commerces de la région, de nombreux articles seront mis à l'encan silencieux tels que des œuvres d'artistes des Laurentides, des forfaits d'activités, des billets de spectacles et plus encore. La somme des profits de la soirée nous permettra d'assurer la continuité et la qualité des services gratuits à la population des Laurentides offerts 7 jours sur 7, 24 heures sur 24.

Le Centre Prévention Suicide le Faubourg doit faire face à une hausse constante des demandes d'intervention de crise suicidaire (9737 appels reçus en 2014), et ce, en plus d'offrir gratuitement de nombreux autres services tels le soutien aux endeuillés, la formation, ainsi que des kiosques et conférences de prévention en milieux scolaires, communautaires et entrepreneuriaux. Inquiet pour vous ou pour un proche, n'hésitez pas à appeler au 450-596-0101.

Les billets pour la soirée sont actuellement en vente au coût de 125 \$ (avec émission de reçu d'impôt). Les personnes intéressées peuvent se les procurer en téléphonant au Centre de Prévention Suicide le Faubourg au (450) 565-0490 poste 227 ou par courriel à administration@cps-le-faubourg.org.

Projet de loi et consultations publiques

La Table régionale de concertation des aînés de l'Estrie a élaboré un outil très intéressant et très pertinent concernant les étapes de cheminement des projets de loi et consultations. Pour le consulter, cliquer [ici](#)



Le Rire, le meilleur des remèdes



Observatoire Vieillesse
& Société



Observatory on Ageing
& Society

À l'avant-garde des idées

À l'amphithéâtre

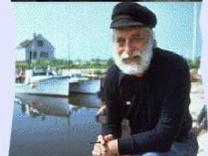
LE GROUPE MAURICE
4545, chemin
Queen-Mary
Montréal, Qc
H3W 1W5

Entrée principale du
Centre de recherche de
l'IUGM
Suivre les flèches

Pour inscription :
Info@ovs-oas.org ou
514-340-3540 # 3927

Contribution volontaire
appréciée

Café et biscuits seront
servis



À l'avant-garde des idées

CONFÉRENCE

Le 21 janvier 2016 à 16 h

« Le rire, le meilleur des remèdes ? »

Sylvie Dagenais-Douville

Une conférence qui vise à faire découvrir comment le rire peut aider dans la gestion de stress, angoisse et dépression. Rire permet d'entretenir une bonne santé mentale, de générer des états d'esprit positif et de mieux gérer les douleurs chroniques.

Un concept unique avec lequel tous peuvent rire sans raison, sans dépendre de comédie, gags ou même d'un sens de l'humour.

« On ne rit pas parce qu'on est heureux, on est heureux parce qu'on rit ! »

* Une attestation de participation pour 2 h de formation sera fournie sur demande



Rencontre d'information et soutien, Société Alzheimer des Laurentides

Ces rencontres s'adressent aux parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer. Elles sont gratuites.

L'occasion est bonne pour s'informer sur la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la Société Alzheimer des Laurentides.

La rencontre, animée par Monsieur Patrick Lavigne, se tiendra le 20 janvier 2016, de 18h30 à 20h30, au CSSS des Pays-d'en-Haut, 707, boulevard, Ste-Adèle à Ste-Adèle, local B-108.

Une autre rencontre, toujours animée par Monsieur Patrick Lavigne, se tiendra le 25 janvier, de 10h00 à 12h00, au CSSS d'Argenteuil, 145 rue de la Providence à Lachute, entrée rue de la Providence, 1^{er} étage, salle la Source.

Société Alzheimer



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

Voici divers documents 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.

-  [Bulletin du Réseau sur le vieillissement et les changements démographiques, 14 décembre 2015](#)
-  [Journal l'Échante, Société Alzheimer des Laurentides, hiver 2015](#)
-  [Le Focus, bulletin mensuel de l'AREQ, décembre 2015, janvier 2016](#)
-  [Communiqué « L'AREQ se réjouit de l'entrée en vigueur de la Loi sur les soins de fin de vie » 10 décembre 2015](#)
-  [Le Propageur, bulletin de la table régionale de concertation des personnes aînées du Centre du Québec, décembre 2015](#)
-  [Pour un réflexe aîné au quotidien, infolettre de la Table de concertation des aînés de l'île de Montréal, 17 décembre 2015](#)
-  [Entre les branches, bulletin de la Fédération des aînés francophones du Canada, décembre 2015](#)
-  [Les nouvelles de Noël des Petits Frères, décembre 2015](#)
-  [Institut universitaire de gériatrie de Montréal, AvantÂge, infolettre du 16 décembre 2015](#)
-  [Le Géophare, Bulletin de l'Observatoire Vieillissement et Société, janvier 2016](#)
-  [Infolettre de la ligne Aide-Abus-Aînés, décembre 2015](#)
-  [Bilan démographique 2015 de l'Institut de la statistique du Québec \(pour les Laurentides, pages 140-141\)](#)

[Tendances des dépenses nationales de santé 1975 à 2014, l'Institut canadien d'information sur la santé](#)



À vos agendas

25 déc.	
<h1>2016</h1>	
1 jan.	
8 jan.	Date limite de dépôt des projets du programme Québec ami des aînés, volet Soutien aux actions communautaires
12 jan. 8h30	Consultation régionale vers un 3e plan de lutte contre la pauvreté PAGSIS Méridien 74, 181 Brière, Saint-Jérôme. Inscription par courriel avant le 31 décembre. info@crdsl.com
12 jan 9h30	Réunion du comité régional de prévention de la maltraitance envers les aînés des Laurentides Complexe Val-d'Espoir, Mirabel
14 jan. 13h00	Réunion de la Table des Aînés des Pays-d'en-Haut Hôtel-de-Ville de Saint-Sauveur
20 jan. 18h30	Rencontre d'information et de soutien. Société Alzheimer des Laurentides. CSSS des Pays-d'en-Haut, 707, boulevard, Ste-Adèle à Ste-Adèle, local B-108.
25 jan. 10h00	Rencontre d'information et de soutien. Société Alzheimer des Laurentides. CSSS d'Argenteuil, 145 rue de la Providence à Lachute, 1er étage, salle la Source.
27 jan 9h00	Conférence en anglais « Gestion du stress », avec Josephine Piazza. Salle Anette Savoie, 200 Henri-Dunant, Deux-Montagnes.
30 jan. Au 6 fév.	Jeux d'hiver de la FADOQ des Laurentides
2 fév. 9h30	Comité exécutif de la TCRAL 225 rue de la Gare, Saint-Jérôme.
4 fév. 18h00	Souper spectacle-bénéfice au profit du CPS le Faubourg. Restaurant le Tapis Rouge, Saint-Sauveur Pour info et réservation administration@cps-le-faubourg.org , 450-565-0490, poste 227

5 fév. 13h00	Conférence « Les mythes et réalités de mes finances », par Johanne Beulac, conseillère financière. Quartier 50+, 425 Jean-Baptiste-Rolland, Saint-Jérôme. Entrée libre. Pas de réservation.
15 fév. 9h30	Conseil d'administration de la TCRAL 17 700 rue du Val d'Espoir, Mirabel.
19 fév. 19h30	Joute de hockey des anciens Canadiens contre une équipe locale, au profit de la Société Alzheimer des Laurentides. Centre d'excellence Sport Rousseau à Boisbriand.
4 mars 13h00	Conférence « Se loger de la retraite à la fin de sa vie », par Lise Lemay, pédagogue conférencière. Quartier 50+, 425 Jean-Baptiste-Rolland, Saint-Jérôme. Entrée libre. Pas de réservation.
9 mars 18h30	Émotions en lien avec le deuil, une conférence de Julie Gravel. Pavillon Jeunesse Optimiste, 3014 Chemin Oka, Sainte-Marthe-sur-le-Lac.
11 mars	Présentation d'une pièce de théâtre sur la maltraitance envers les aînés. À suivre.
17 mars	Colloque « Prévenir les situations de crises et éviter le recours à l'urgence » Institut universitaire de gériatrie de Montréal. Inscription obligatoire.
18 mars	Colloque « Prévenir les situations de crises et éviter le recours à l'urgence » Institut universitaire de gériatrie de Montréal. Inscription obligatoire.
29 mars	Journée Conférences
12 avril 9h30	Comité exécutif de la TCRAL 225 rue de la Gare, Saint-Jérôme.
1 avril 13h00	Conférence « La retraite en quatre temps », par Marielle Forest, psychologue. Quartier 50+, 425 Jean-Baptiste-Rolland, Saint-Jérôme. Entrée libre. Pas de réservation.
26 avril 9h30	Conseil d'administration de la TCRAL 17 700 rue du Val d'Espoir, Mirabel.
3 mai 9h30	Comité exécutif de la TCRAL 225 rue de la Gare, Saint-Jérôme.
19 mai	Salon des Aînés de la MRC de Deux-Montagnes
31 mai 9h00	Conseil d'administration et Assemblée générale annuelle de la TCRAL Complexe Val-d'Espoir, 17 700 Val-d'Espoir, Mirabel.

La Table de concertation régionale des Aînés des Laurentides vous informe



www.facebook.com/aineslaurentides



[Twitter@aineslaurentides](https://twitter.com/Twitter@aineslaurentides)

<http://maltraitanceainesl.wix.com/infosmaltraitance>

tralaurentides@gmail.com 450-432-3200, poste 224