

Cinq moments privilégiés avec Jacques Grand'Maison, icône de la communauté jérômiennne

Initiative réalisée en
collaboration avec la **TABLE DE RÉFLEXION ET D'ACTION DE RETRAITÉS ET D'ÂÎNÉS**
MRC Rivière-du-Nord

CES VALEURS DONT ON PARLE SI PEU

Jacques Grand'Maison
vous convie à...

Une
aventure
pour trouver de l'espoir

Mieux **penser** et **goûter** sa propre vie

S'enrichir du partage de nos convictions profondes

S'entraider dans notre tâche commune de transmettre nos valeurs privilégiées aux générations à venir

Réflexions proposées à partir de son dernier livre « Ces valeurs dont on parle si peu » et des articles publiés dans le journal Le Nord chaque semaine

Jacques Grand'Maison

CES VALEURS DONT ON PARLE SI PEU

Essai sur l'état des mœurs au Québec

Dates des 5 rencontres :

- Vendredi, 29 janvier 2016
- Vendredi, 26 février 2016
- Vendredi, 11 mars 2016
- Vendredi, 29 avril 2016
- Vendredi, 27 mai 2016

Les rencontres sont de **13h00 à 16h00** au **Quartier 50+**

425 boul. Jean-Baptiste-Rolland est,
Saint-Jérôme,
Salle 130

** Le livre « Ces valeurs dont on parle si peu : Essai sur l'état des mœurs au Québec » de Jacques Grand'Maison sera offert gratuitement à tous les participants!

Les places sont limitées!
En vous inscrivant, vous vous engagez à participer aux 5 rencontres

Pour confirmer votre présence,
Veuillez réserver votre place avec le Quartier 50+ au **450-432-0550**.

GRATUIT

Atelier Osez vieillir en santé

Mesdames, vous êtes âgées de 65 ans ou plus?

Vous avez à cœur d'améliorer votre qualité de vie?

Vous pourriez bénéficier de l'atelier « Osez vieillir en santé », puisque la santé est un des principaux éléments d'une bonne qualité de vie, surtout en vieillissant.

Cet atelier de 90 minutes brise les tabous du vieillissement et a pour objectif vieillir en santé. Il s'inscrit dans le cadre d'un projet d'entrevues d'envergure internationale mené par le Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal.

Toutes les informations partagées resteront confidentielles.

Date : Lundi, le 25 janvier à 10H00

Où : 8469, rue St-Jacques, Mirabel (St-Augustin), J7N 2A3



Qu'est-ce que c'est?

Un atelier entre femmes où des sujets tabous du vieillissement féminin seront abordés.

Un atelier d'environ 90 minutes, donné par une animatrice spécialement formée.

Cet atelier s'inscrit dans le cadre d'un projet de recherche international.

Afin de vous aider à tirer profit au maximum du contenu présenté, il vous sera demandé de remplir un questionnaire au début de l'atelier. Toutes les informations partagées resteront confidentielles.

Parmi les thèmes présentés, on pourra retrouver :

- ✚ les problèmes de mémoire
- ✚ les effets secondaires des médicaments
- ✚ les problèmes de vessie
- ✚ les problèmes d'audition les problèmes de sommeil

Le Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal fait avancer la recherche en santé et vieillissement et est reconnu tant au niveau national qu'international.

Pour s'inscrire, aller sur <http://www.tccdemirabel.com/index.php/calendrier/52-osez-vieillir-en-sante> ou appeler au 450-848-6059, direction@tccdemirabel.com

Special invitation to all the caregivers of the MRC of Deux-Montagnes and Mirabel south

Ms. Josephine Piazza will be speaking on the “Stress of Caring” on Wednesday, January 27, from 9:00am to 12:00pm at Salle Annette Savoie, 200 rue Henri-Dunant. Come join us and learn about stress, how it affects us, as well as learn some techniques that will help you combat your stress. There will be kiosks with representatives from various organizations from the area that will be available to inform us on the services they provide as well as answer any questions you may have.



4 Korner
Family Resource Center
Centre de ressources familiales



Proches Aidants
Comité Local DMSM

Special invitation to all the caregivers

of the MRC of Deux-Montagnes and Mirabel south



JOSEPHINE PIAZZA

“Stress of Caring” Presented by Josephine Piazza

Wednesday, January 27, 2016
from 9:00 a.m. to 12:00 p.m.

Salle Annette Savoie, (Community Center)
200 rue Henri-Dunant, Deux-Montagnes

Kiosks representing organizations in the area will present information and services available for caregivers and their loved ones

Financed by:



L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS
LAURENTIDES

LIGNE INFO-AIDANT
1 855 8LAPPUI (852-7784) leppui.org

**Please confirm your presence by telephone or email
before January 21, 2016**

450-974-3940
info@4kornerscenter.org

L'Aide médicale à mourir

Quels sont les impacts de la Loi 52 concernant les soins de fin de vie? Qu'est-ce que les directives médicales anticipées? De quelle façon doit-on les préparer et s'assurer qu'elles sont valides? Doit-on en parler à notre famille? Écouter une entrevue à ce sujet en cliquant [ici](#) : les propos de Dre Yvette Lajeunesse (à l'émission *C'est bon pour la santé*) sont clairs, rassurants et très intéressants.



CAFÉ-ÉCHANGE

LE MERCREDI 27 JANVIER DE 13H15 À 16H15

AU CABASA

212, RUE WILSON, LACHUTE

SUJET : NOUS PARLERONS DE TOUTES LES FORMES DE DEUIL (*LA MORT DANS MA VIE*) : PERTE D'UN ÊTRE CHER, PERTE D'EMPLOI, SÉPARATION, UN ENFANT QUI QUITTE LA MAISON, ETC..

DONNÉ PAR : ANICK GIROUX (INTERVENANTE, AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS)

**VEUILLEZ CONFIRMER VOTRE PRÉSENCE AU PLUS TARD LE
VENDREDI 22 JANVIER 2016**

AU 450-562-7447 P. 230



Les jeux d'hiver de la FADOQ sont de retour

Vous êtes amateur d'activités récréatives hivernales? [Cliquez ici pour lire un document pdf qui décrit les diverses activités de cette 8e édition des Jeux d'hiver 50+](#).

Pour vous inscrire, [visitez notre site des Jeux d'hiver 50+](#)

Notre festival récréatif hivernal pour les personnes de 50 ans... et mieux!



Voici les activités qui se tiendront sur 10 jours :

- 🚦 Du 29 au 31 janvier : tournoi de hockey (compétitif et récréatif)
- 🚦 Le 30 janvier : tournoi de badminton en doubles
- 🚦 Le 30 janvier : marche sous les étoiles levée de fonds pour Palliaccio
- 🚦 Du 1er au 3 février : séjour de 2 nuits et 3 jours en raquettes, ski de fond et ski alpin
- 🚦 Du 2 au 4 février : tournoi de curling classe ouverte
- 🚦 Le 5 février : journée plein air en Fatbike, raquettes et ski de fond
- 🚦 Le 6 février : journée plein air multigénérationnelle (familiale)
- 🚦 Le 7 février : tournoi de petites quilles

Si vous avez des questions, vous pouvez communiquer avec Dominic Brisson, coordonnateur des loisirs, par courriel dominic@fadoqlaurentides.org ou en lui laissant un message au 1-877-429-5858, poste 450.

En souhaitant avoir le plaisir de vous compter parmi nos participants...

Programme Emplois d'été Canada



Emplois d'été Canada, une initiative du gouvernement du Canada, accorde un financement aux organismes sans but lucratif, aux employeurs du secteur public ainsi qu'aux petites entreprises comptant 50 employés ou moins à temps plein afin qu'ils créent des emplois d'été pour les étudiants âgés de 15 à 30 ans.

La période de présentation des demandes est du 4 janvier au 26 février 2016.

Le formulaire de demande ainsi que le guide du demandeur sont présentement disponibles sur le site web de [Service Canada](#).



Vous pourrez soumettre votre par la poste ou en personne dans n'importe quel bureau de Service Canada, mais Service Canada vous encourage à soumettre votre demande en ligne, pour un service rapide, facile et sécuritaire qui vous permettra :

- d'avoir accès à la demande d'Emplois d'été Canada en tout temps, peu importe où vous êtes, et de la remplir à votre convenance;
- de vous assurer que votre demande est reçue immédiatement par Service Canada;
- de recevoir un numéro de confirmation instantanément en guise d'accusé de réception;
- d'éviter les retards causés par la poste.

Les organismes qui ont complété le processus d'inscription pour les services en ligne des subventions et contributions (SELSC) avant le 3 janvier 2016 devraient soumettre leur demande en ligne pour le programme d'Emplois d'été Canada par l'entremise de cette plateforme. De plus, comme par les années précédentes, le formulaire de demande en ligne Emplois d'été Canada sera également disponible.

Pour plus de renseignements:

Cliquez www.servicecanada.gc.ca/EEC

Composez [1-800-935-5555](tel:1-800-935-5555) (ATS :[1-800-926-9105](tel:1-800-926-9105))

Visitez un [bureau de Service Canada](#)

Hausse des seuils de l'admissibilité gratuite à l'aide juridique : Un rattrapage historique

Les seuils de l'admissibilité gratuite à l'aide juridique viennent d'être augmentés de 17,75 %. Ainsi, une personne disposant d'un revenu annuel de 19 201 \$ aura accès sans frais à un avocat agissant dans le cadre du régime d'aide juridique. Pour les autres catégories de requérants, les seuils seront augmentés du même pourcentage en tenant compte de la composition de leur famille. « Il s'agit d'une avancée significative en matière d'accessibilité à la justice. Grâce à cette mesure concrète des milliers de personnes de plus pourront bénéficier de services juridiques gratuits ou à contribution réduite. », a déclaré la ministre Stéphanie Vallée.

Le régime québécois d'aide juridique comporte également un volet pour les personnes dont les revenus se situent entre les seuils de l'admissibilité gratuite et les seuils maximums avec contribution (volet contributif). Dans la majorité des cas, l'augmentation du barème pour l'admissibilité gratuite aura pour effet de réduire le montant de la contribution à payer afin d'avoir accès aux services d'un avocat.

Ces modifications des critères de l'admissibilité à l'aide juridique toucheront ceux qui travaillent et dont les revenus sont modestes, ainsi que les aînés qui ont comme source principale de revenus les prestations de la Sécurité de la vieillesse et le Supplément de revenu garanti.

Le nouveau barème applicable pour l'admissibilité gratuite est le suivant :	Le nouveau barème d'admissibilité à l'aide juridique sous le volet contributif est le suivant :
Catégorie de requérants Revenu annuel maximal	Catégorie de requérants Revenu annuel maximal
S'il s'agit d'une personne seule..... 19 201 \$	S'il s'agit d'une personne seule..... 26 818 \$
S'il s'agit d'un requérant dont la famille est formée :	S'il s'agit d'un requérant dont la famille est formée :
✚ d'un adulte et d'un enfant..... 23 490 \$	✚ d'un adulte et d'un enfant 32 807 \$
✚ d'un adulte et de 2 enfants ou +..... 25 077 \$	✚ d'un adulte et de 2 enfants ou +..... 35 024 \$
✚ de conjoints sans enfant..... 26 720 \$	✚ de conjoints sans enfant 37 324 \$
✚ de conjoints avec 1 enfant 29 897 \$	✚ de conjoints avec 1 enfant 41 757 \$
✚ de conjoints avec 2 enfants ou + 31 484 \$	✚ de conjoints avec 2 enfants ou +..... 43 975 \$

Pour consulter l'ensemble des seuils d'admissibilité à l'aide juridique, visitez le site Internet du ministère de la Justice : http://www.justice.gouv.qc.ca/francais/ministere/dossiers/aide/seuils_aide.htm



**Commission
des services juridiques**

La Commission des services juridiques est l'organisme chargé de l'application de la Loi sur l'aide juridique et sur la prestation de certains autres services juridiques au Québec. L'aide juridique peut être accordée à toute personne financièrement admissible pour différents services juridiques en matière civile, familiale, administrative, criminelle, en droit de la santé, en droit de l'immigration et en droit des jeunes. Elle est également l'organisme chargé d'offrir les services prévus à la Loi favorisant l'accès à la justice en matière familiale, soit le Service d'aide à l'homologation (SAH), en vigueur depuis le 10 octobre 2013 et le Service administratif de rajustement des pensions alimentaires pour enfants (SARPA) en vigueur depuis le 1er avril 2014.

Pour plus d'information, veuillez consulter le site Internet de la Commission des services juridiques à l'adresse suivante : <http://www.csj.qc.ca>

Semaine nationale de prévention du suicide, du 31 janvier au 6 février 2016

Voici quelques informations à l'approche de la 26^e Semaine nationale de prévention du suicide, qui se tiendra du 31 janvier au 6 février prochain.

Les organismes sont invités à faire rayonner cette semaine dans leurs milieux afin de devenir partenaires d'un Québec sans suicide.

Voici quelques détails utiles :

1. [Images et textes promotionnels à intégrer dans vos outils de communication](#)
2. [Matériel de sensibilisation pour la Semaine, dont l'affiche, le signet et l'épingle](#)
3. [Guide de la Semaine pour faire rayonner la cause](#)




L'Association québécoise de prévention du suicide compte sur votre précieuse collaboration pour promouvoir la cause et sensibiliser vos milieux. Vous le savez, il est urgent d'agir en prévention du suicide et de renforcer nos filets humains.



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.

-  [L'AQDRLL info, janvier 2016](#)
-  [Une force pour la Société, Infolettre de l'AREQ, 3 janvier 2016](#)
-  [Journal l'Échange, Société Alzheimer des Laurentides, hiver 2015](#)



À vos agendas

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 13h30	Réunion de la Table des Aînés des Pays-d'en-Haut Hôtel de Ville de Saint-Sauveur, Salle du Conseil municipal
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	Atelier Osez vieillir en santé 8469, rue St-Jacques, Mirabel (St-Augustin), J7N 2A3
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
27 jan 13h15	Café-Échange sur le deuil CABASA, 212, Rue Wilson, Lachute. Confirmer votre présence avant le 22 janvier au 450-562-7447 P. 230
29 jan 13h00	Conférence de Jacques Grand'Maison « Une aventure pour trouver de l'espoir » Quartier 50+, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland est, Saint-Jérôme, salle 130. Réservations : 450-432-0550
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.
26 fév 13h00	Conférence de Jacques Grand'Maison « Une aventure pour trouver de l'espoir » Quartier 50+, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland est, Saint-Jérôme, salle 130. Réservations : 450-432-0550

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 13h00	Conférence de Jacques Grand'Maison « Une aventure pour trouver de l'espoir » Quartier 50+, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland est, Saint-Jérôme, salle 130. Réservations : 450-432-0550
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.
29 avril 13h00	Conférence de Jacques Grand'Maison « Une aventure pour trouver de l'espoir » Quartier 50+, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland est, Saint-Jérôme, salle 130. Réservations : 450-432-0550
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
27 mai 13h00	Conférence de Jacques Grand'Maison « Une aventure pour trouver de l'espoir » Quartier 50+, 425 boul. Jean-Baptiste-Rolland est, Saint-Jérôme, salle 130. Réservations : 450-432-0550
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