

Joyeuses Pâques



Ne pas oublier notre journée-conférence, le 29 mars prochain, de 9h00 à 15h00

(inscription obligatoire : 450-858-2952, info@tcral.ca)

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



9h30 : Serez-vous le prochain poisson



12h00 : Dîner

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides
Québec 



13h00 : CISSS des Laurentides,
les services aux aînés, vos
questions



14h00 : Votre pharmacien :
votre ami?

Programme RAPPID-OR: Sécurité à la maison pour les aînés de Mirabel

Qu'est-ce que RAPPID+OR Mirabel? Né d'un partenariat entre la Table de concertation de Mirabel, le Service de prévention des incendies et le Service de police de Mirabel, RAPPID+OR est un programme de prévention ayant pour but de favoriser la promotion d'un milieu de vie sain et des comportements sécuritaires chez les aînés de 60 ans et plus vivant seul ou en couple à domicile.

Que contient la trousse RAPPID+OR?

La trousse RAPPID+OR répond aux besoins des aînés désireux de rester à la maison. Elle contient une foule de renseignements utiles, des dépliants d'organismes et de ressources spécialisées ainsi que des objets favorisant la sécurité à domicile et pouvant faciliter la vie des participants, tels qu'un avertisseur de fumée, une veilleuse, une loupe, un tapis de bain, etc.

Comment bénéficier de ce programme?

Il suffit de communiquer avec la Table de concertation communautaire de Mirabel. Après inscription, un intervenant bénévole se rendra au domicile de l'aîné accompagné d'un policier et d'un pompier.

Les lieux seront inspectés afin de s'assurer qu'ils sont sécuritaires. Les recommandations nécessaires (risques d'incendie, de chute, de fraude, d'abus, etc.) seront ensuite données et la trousse sera remise à l'aîné.

Selon les besoins de chaque individu, les services d'un organisme de soutien spécialisé pourraient être suggérés.

Pour information et inscription: 450-848-6059



Élaboration de politiques municipales dans les Laurentides

Une autre municipalité, soit celle de Montcalm, a reçu une aide financière de 10 500 \$ pour l'élaboration d'une politique municipale des aînés et d'un plan d'action dans le cadre du Programme de soutien à la démarche Municipalité Amis des Aînés (MADA).



Conférence

De l'AGDR Laval-Université

LA FRAUDE

Avec la participation de
Marie-Josée Gervais, Sgt
Sûreté du Québec, Mrc d'Argenteuil

Date : 12 avril 2016

Accueil : 13h00

Début : 13h30

Le Médaillon d'Or

401, rue Thomas, Lachute

Pour informations : Anick Giroux
450 562-7447, poste 230

Places disponibles : 35

Date limite pour inscription :

8 avril 2016





CAFÉ-ÉCHANGE

LE MARDI 26 AVRIL 2016 DE 13H15 À 16H15

AU CABASA

212, RUE WILSON, LACHUTE

SUJET : LA COLÈRE



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

VEUILLEZ CONFIRMER VOTRE PRÉSENCE AU PLUS TARD

LE VENDREDI 22 AVRIL 2016

AU 450-562-7447 P. 230





CONFÉRENCE GRATUITE

Serez-vous le prochain poisson ?

Conférenciers:

M. Michel Frenette et M. Normand Pelletier

AQDR Laval-Laurentides

Connaissez-vous les tactiques des fraudeurs, sauriez-vous les reconnaître ?

Soyez mieux outillé pour déjouer les fraudeurs en participant à cet atelier interactif sur les types de fraude et comment s'en prémunir.

Mardi 29 mars 2016

de 13h30 à 15h30, salle 209

Place des aînés. 435 boul Curé-Labelle—Chomedey Laval

Réservation obligatoire (places limitées)

AQDR Laval: **450-978-0807** ou Place des aînés : **450-978-5555**

Merci à nos partenaires :



CONFÉRENCES GRATUITES



Conférences organisées par
la Table de réflexion et d'action de retraités et d'ainés
de la MRC Rivière-du-Nord



Une collaboration de:



<p>1^{er} avril 2016</p>	<p align="center">La Retraite en quatre temps</p> <p>Rencontre d'information et d'échanges sur le vécu émotionnel que traversent les retraités lors des mois précédant la retraite, au Jour «J» ainsi qu'au cours des mois d'adaptation à cette nouvelle réalité quotidienne sans cadre imposé. Lorsque s'installe ce nouveau mode de vie aux mille et une possibilités, diverses émotions peuvent être vécues. Les retraités franchissent chacun à leur manière les étapes d'un grand voyage intérieur... un périple à explorer pour mieux l'apprivoiser.</p> <p>Conférencière : Marielle Forest, psychologue clinicienne</p>
<p>6 mai 2016</p>	<p align="center">L'amélioration des soins et des services en santé, c'est l'affaire de tous !</p> <p>Lors de cette conférence offerte par le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) des Laurentides, vous en apprendrez davantage sur vos droits et responsabilités en matière de santé ainsi que sur les raisons de porter plainte auprès du réseau de la santé et des services sociaux. La diffusion d'une courte vidéo vous permettra de comprendre les rouages des services d'accompagnement et du processus de traitement des plaintes ainsi que les instances visées. Au terme de cette conférence, vous serez mieux outillés pour assumer vos responsabilités et faire valoir vos droits en matière de santé.</p> <p>Conférencière : Stéphanie Bérard, Directrice générale, CAAP-Laurentides</p>

Rejoignez-vous à nous de 13h00 à 15h00
au Quartier 50+ situé au 425, rue Jean-Baptiste-Rolland Est à Saint-Jérôme.

**** Places limitées : Inscription obligatoire ****

Réservez votre place en téléphonant
au Quartier 50+ au 450 432-0550 durant les heures d'ouvertures

Entrée libre

Nous vous attendons en grand nombre !

Entrée libre

La TRARA a un nouveau logo



SON IDENTITÉ

Couleur

L'orange est une couleur secondaire issue du mélange de rouge et de jaune. C'est une couleur tonifiante et piquante qui inspire la joie et la sécurité. On l'associe souvent à la créativité et à la communication, car il est vrai qu'elle est porteuse d'optimisme et d'ouverture d'esprit. Elle est, avec le jaune, la couleur de la bonne humeur et du dynamisme, ce qui, somme toute, reflète bien les membres qui composent la TRARA.

Typographie

Elle est unique puisqu'elle a été créée spécialement pour le logo. Tout comme les silhouettes du graphique, les lettres se touchent entre elles pour évoquer le partenariat et l'unicité des membres de la TRARA. La typographie est droite et le tracé bien gras pour insuffler l'aplomb et la confiance. De plus, les lettres sont galbées pour attester de la souplesse et de l'ouverture d'esprit de l'organisme.

Graphique

Il est composé de silhouettes déclinées en forme de T. Les silhouettes sont multiples et unies par la base afin de mettre en relief la solidarité et la concertation des groupes et associations qui, depuis 1999, forment la TRARA. Elles identifient aussi les groupes de personnes qu'elle représente soit les retraités, les aînés et les proches aidants. L'évolution des couleurs des silhouettes, passant du jaune au gris-vert, est un clin d'œil au processus de vieillissement de ces personnes.

Les silhouettes sont arrondies et légèrement courbées vers la droite pour donner l'impression d'un mouvement positif. Telles les pales d'une hélice, qui regroupées ensemble autour d'un même axe, sont assez fortes pour produire du vent, les silhouettes sont les partenaires solidaires qui travaillent autour d'une même orientation et qui ensemble sont assez forts pour faire bouger les choses et faire de la TRARA, une génératrice de projets!

UN NOUVEAU LOGO!

Dans sa globalité

Le graphique est circulaire telle une table ronde autour de laquelle les partenaires de la TRARA ont chacun leur place.

Les silhouettes sont unies par la base afin de rappeler, du coup, l'importance de travailler ensemble vers les mêmes objectifs et dans la même direction.



Murale participative pour le département d'oncologie du CMSSS d'Argenteuil et du CISSS des Laurentides



MURALE PARTICIPATIVE POUR LE DÉPARTEMENT DE L'ONCOLOGIE

La Fondation de l'Hôpital Argenteuil et le Réseau des Femmes d'affaires du Québec ont le plaisir de vous présenter le projet de murale participative pour le département de l'oncologie du CMSSS d'Argenteuil du CISSS des Laurentides. L'artiste peintre, muraliste, Sophie Stella Boivin, réalisera une œuvre et il sera à **VOUS** de la peindre en couleurs. Aucune expérience ni formation particulière en Art n'est nécessaire pour venir peindre une partie de cette œuvre collective. Elle sera là pour vous guider tout au long du processus.

VENEZ VIVRE CETTE EXPÉRIENCE EXCITANTE...

VOUS AUREZ LA FIERTÉ DE DIRE QUE VOUS AVEZ PARTICIPÉ À LA RÉALISATION DE CE PROJET!

Les 23, 24, 30, 31 mars et 1^{er} avril 2016

Inscrivez-vous à l'avance!

Réservez une plage horaire auprès d'Elise De Sève

FHA : 450 562-3761, poste 72100

www.soart.ca www.csssargenteuil.qc.ca/notre_fondation



LA FONDATION
DE L'HÔPITAL
D'ARGENTEUIL

THE ARGENTEUIL
HOSPITAL
FOUNDATION

Formation offerte pour devenir animateurs bénévoles des ateliers « **Musclez vos méninges** »

Les ateliers *Musclez vos méninges* visent à expérimenter des trucs pour stimuler sa mémoire et ses facultés cognitives : exercices pratiques, devoirs hebdomadaires et programme de marche dans le but de mieux oxygéner le cerveau.

Nous recherchons des bénévoles qui seront jumelés en équipe de 2 personnes pour co-animer 10 ateliers de 120 minutes chacun. Les animateurs bénévoles pourront se répartir l'animation des ateliers en fonction de leurs intérêts et de leur disponibilité. L'invitation s'adresse à tous ceux et celles ayant idéalement de l'expérience en animation ou en enseignement, de l'intérêt pour les jeux



intellectuels et le partage d'idées, une attitude dynamique, respectueuse et empathique, ainsi qu'une disponibilité d'environ cinq heures par semaine pour la préparation et la co-animation des ateliers.

Profitez d'une **formation gratuite les jeudis 12 et 19 mai, de 8h30 à 12h30**, au Quartier 50+. Une fois la formation complétée, les intéressés pourront soumettre leur candidature

pour les postes d'animateurs bénévoles. Les candidats sélectionnés devront passer une entrevue visant à valider leurs aptitudes pour ce poste.

Pour plus d'informations : Diane Rioux, formatrice 514 891-7636.

Inscription à la formation par internet au www.vsj.ca, onglet Quartier 50+ ou au comptoir d'accueil du Quartier 50+.

Les prochains ateliers *Musclez vos méninges* seront offerts à la **session d'automne 2016** à un coût très abordable. Surveillez notre programmation!

Les personnes âgées de la Mauricie, inquiètes de l'avenir de notre système public de santé, lancent un cri du cœur

La Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie n'est pas un organisme spécialisé dans les soins de santé et elle ne peut prétendre saisir l'ensemble des mécanismes qui régissent ce système complexe. Par contre, en regroupant 22 organismes, regroupements et associations de personnes âgées de la région de la Mauricie, la Table représente une partie de la population qui sent le besoin et l'urgence de crier haut et fort ses inquiétudes face à la tendance de privatisation du système de santé et souhaite unir sa voix à toutes celles qui crient déjà que notre système de santé publique se doit de rester public.

Force est de constater que le système a ses ratés et qu'il doit être optimisé pour mieux répondre aux besoins de la population, mais nous ne pouvons concevoir et n'acceptons pas que cette réforme se fasse au détriment de l'accès universel aux soins de santé. Nous ne pourrions nous laisser convaincre par des arguments démagogiques qui justifient le démantèlement actuel du système de santé au nom de l'équilibre budgétaire ou de l'incapacité de continuer à piger dans les coffres de l'état. La réforme qui a cours actuellement en est une de choix idéologiques et non de moyens financiers. Nous avons maintenant les yeux ouverts. Le 11 février dernier, la Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie recevait plus de 250 personnes âgées lors d'une conférence des médecins Isabelle Leblanc et Francis Livernoche du regroupement Médecins québécois pour le régime public. Ils nous ont alors entretenus des défis particuliers auxquels le système de santé fait face pour continuer d'assurer des soins de qualité gratuitement aux citoyens québécois : réformes multiples, frais accessoires, financement à l'activité et difficulté d'accès étaient parmi les sujets abordés. À la suite de cette conférence, et en prenant conscience de l'ensemble des voix qui s'élèvent pour dénoncer le démantèlement sournois de notre système public, plusieurs organismes membres de la Table se sont regroupés et ont statué qu'il était de notre devoir de faire entendre les inquiétudes des personnes âgées et de se porter à la défense de ce système qui se veut un des fondements mêmes des valeurs de solidarité et d'équité de notre société.

Nous lançons un cri du cœur « Nous, personnes âgées de cette société que nous avons bâtie comme étant juste, égalitaire et solidaire, revendiquons haut et fort, le maintien d'un système de santé publique, entièrement public, avec un accès universel pour tout un chacun. Pour nous, nos enfants, nos petits-enfants, nos concitoyens, plus riches et moins riches, en bonne ou en mauvaise santé physique ou mentale, nous n'acceptons pas la privatisation de nos soins de santé, que ce soit par les frais accessoires, le financement à l'activité ou autres mécanismes. »

Pourquoi ne pas ouvrir vos oreilles?

Sans faire un recensement exhaustif des positions prises face aux changements dans le système de santé des dernières années, force est de constater que tous s'y opposent et qu'aucun ne semble s'y rallier, outre le gouvernement actuel et le secteur privé.

Pourquoi une telle obsession de la part du ministre Barrette et du gouvernement libéral? Il est difficile de constater que notre propre gouvernement démantèle le système public de manière sournoise, sans en avoir eu le mandat de la population, et qu'il fasse la sourde oreille face à ceux qui proposent des solutions pour préserver le système public. Comment se fait-il que notre propre gouvernement ne défende pas les intérêts de l'ensemble de la population et des valeurs qui nous rassemblent? Madame Francine Charbonneau, ministre des aînés, pouvez-vous entendre le cri du cœur que nous vous lançons et le transmettre aux oreilles de messieurs Couillard et Barrette? Député(e)s de tous les partis, pouvez-vous mettre de côté vos allégeances politiques et vos lignes de partis et vous porter à la défense de ce système public, qui doit rester public, envers et contre toutes tendances et pressions du secteur privé? Aîné(e)s, avec ou sans enfants ou petits-enfants, pour vous, vos concitoyens et les générations à venir, dites aussi, haut et fort à vos députés, que vous avez eu la chance d'avoir accès à un système de santé public et universel et que la tendance à la privatisation est une aberration qui va en l'encontre des valeurs de notre société.

Source :

Martine Perrin, coordonnatrice

Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie

tcar.mauricie@gmail.com, 819-698-2691

Budget fédéral 2016-2017 : réactions de la Fédération des Aînés francophones du Canada

La Fédération des aînées et aînés francophones du Canada se dit heureuse des mesures prises par le gouvernement fédéral dans le budget 2016-2017, mais reste sur son appétit!

La Fédération des aînées et aînés francophones du Canada (FAAFC) est très heureuse de certains engagements pris par le gouvernement fédéral dans le budget 2016-2017.

« Nous sommes particulièrement heureux de voir que le gouvernement fédéral s'est engagé à bonifier le Supplément de revenu garanti pour les personnes âgées les plus démunies de notre société, soit les personnes âgées vivant seules » affirme le président de la Fédération des aînées et aînés francophones du Canada, M. Roland Gallant. « Si nous voulons que les aînés puissent bénéficier d'un revenu adéquat à la retraite et vivre à tout le moins au-delà du seuil de pauvreté, il était devenu urgent de bonifier le Supplément de revenu garanti », Les membres de la FAAFC sont également heureux de voir que le revenu des personnes âgées qui doivent vivre séparément pour des raisons de santé sera bonifié.

De plus, la Fédération est très encouragée par les mesures qui visent à rétablir l'âge de la retraite de 67 à 65 ans et à améliorer le Régime de pension du Canada. « Nous avons toujours cru, affirme M. Gallant, que l'augmentation de l'âge de la retraite allait pénaliser un grand nombre de personnes dans cette tranche d'âge. En effet, il est déjà difficile de se trouver un emploi quand on a 60 ans. Imaginez alors la difficulté que cela pourrait représenter pour les personnes à 65, 66 ou 67 ans. » L'amélioration du Régime de pension du Canada ne pourra qu'être bénéfique auprès d'un grand nombre de Canadiens qui ne bénéficient pas d'un régime privé de pension fourni par un employeur.

La Fédération voit d'un bon œil la décision du gouvernement fédéral d'accroître le nombre de logements abordables pour les aînés. Il est difficile pour plusieurs aînés à faible revenu de trouver un logement convenable et d'y demeurer le plus longtemps possible. Nous sommes heureux que le budget 2016 appuie la construction, la réparation et l'adaptation de logements abordables pour les aînés.



Malgré ces bonnes nouvelles, la FAAFC reste quand même sur son appétit en ce qui a trait à la promesse d'investir dans les soins à domicile. Bien qu'on souligne un tel besoin dans le cadre du présent budget, il n'y a aucun engagement financier pour l'instant. Il en est de même pour l'initiative qui vise à rendre les médicaments d'ordonnance plus abordables et accessibles. Les membres de la FAAFC comprennent que ces deux dossiers exigent des discussions approfondies au préalable avec les provinces et territoires, mais les membres tiennent à rappeler l'importance et l'urgence d'agir dans ces deux domaines.

Enfin, la FAAFC est déçue du fait que rien n'est mentionné dans le budget concernant la poursuite du financement de la Feuille de route pour les langues officielles. « L'engagement du gouvernement fédéral à l'endroit des communautés francophones en situation minoritaire est vital et nous aurions fortement apprécié un engagement ferme et déterminant dans le cadre du présent budget » affirme M. Gallant. « Souhaitons que malgré l'absence d'un tel engagement, le gouvernement fédéral continuera à soutenir les communautés francophones par le biais de la Feuille de route. »

La Fédération est heureuse des mesures prises par le gouvernement fédéral dans ce premier budget du gouvernement Trudeau. Toutefois, la FAAFC et ses associations membres entendent demeurer vigilantes face à l'application des engagements pris à l'intérieur du budget 2016-2017.

La Fédération des aînées et aînés francophones du Canada a pour mission de défendre les droits et les intérêts des aînées et aînés francophones du Canada et de faire valoir leurs besoins de façon à leur permettre de s'épanouir pleinement dans leur langue et leur culture. La FAAFC compte près de 60 000 aînés membres au Canada.

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.

- [!\[\]\(633dd45d48d71eb51a85c6dd83ee51e9_img.jpg\) Table de concertation communautaire mirabelloise, Bulletin courriel, édition du 21 mars 2016](#)
- [!\[\]\(bdddf9191a284aa0945448444083c5b0_img.jpg\) Une force pour la société, Infolettre de l'AREQ, semaine du 20 mars 2016](#)
- [!\[\]\(944943bcf87a12c5b9337bf7ed1ef546_img.jpg\) Pour un réflexe aîné au quotidien, bulletin de la Table de concertation des aînés de l'île de Montréal, 17 mars 2016](#)
- [!\[\]\(77e1e368d53d3ed6ec2a15bf2432e026_img.jpg\) Ministère de la Santé et des Services sociaux, Bulletin du Réseau sur le vieillissement et les changements démographiques, édition du 21 mars 2016](#)
- [!\[\]\(beb4ee3dc3a91926258601f02c4f4582_img.jpg\) Déclaration du commissaire à la santé et au bien-être concernant la cessation des activités de son organisme](#)

Pour ceux qui souhaitent approfondir leur connaissance sur l'ampleur des changements en cours dans le système de santé public (Voir communiqué « Les personnes aînées de la Mauricie, inquiètes de l'avenir de notre système public de santé, lancent un cri du cœur »

- [!\[\]\(4c660a3c4ce1da3313488b7854f55083_img.jpg\) Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie : Conférence du 17 février 2016 : Des médecins à la défense d'un système de santé public](#)
- [!\[\]\(f01c435bb39e3068a9b4895c9a993158_img.jpg\) Médecins québécois pour le régime public](#)
- [!\[\]\(c5f009707b314589d498a683120545c5_img.jpg\) Vidéo de la FSSS-CSN donnant la parole au Dre Isabelle Leblanc, présidente de Médecins québécois pour le régime public, sur les dangers de privatisation associés au projet de loi 10](#)
- [!\[\]\(8b308e9f1e6682fd04ddef01495a93be_img.jpg\) Médecins québécois pour le régime public rejette la concurrence en santé](#)
- [!\[\]\(7a2466fab2a9c99ba33ed3fbd8b0c93f_img.jpg\) La ministre de la Santé, Dre Jane Philpott, doit agir pour mettre fin aux frais accessoires au Québec](#)
- [!\[\]\(f632f5613101834356c1771a91f82a1c_img.jpg\) Frais accessoires](#)
- [!\[\]\(1e76af9967ccdbc9d35eeb7f7c74a0bb_img.jpg\) Financement à l'activité](#)
- [!\[\]\(13f95891d017add9bb2bd324d9543b27_img.jpg\) Projet de loi 20](#)
- [!\[\]\(63cc436de7726865a4fe5c59fc1020e2_img.jpg\) Coalition solidarité santé : La réforme Barrette: une énième réforme pour réduire le système public de santé et de services sociaux au profit du privé](#)
- [!\[\]\(f4d81379fada60627f0dc1fa410d9772_img.jpg\) Vos droits en santé : Le réseau de la santé du système public](#)
- [!\[\]\(2e60bb17bbb3e5e5a880f4d2d24cf4bf_img.jpg\) Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec : Pour un système de santé public, universel et gratuit](#)
- [!\[\]\(94762637b13435d7e8cc90d87c3a4a05_img.jpg\) Réseau FADOQ : La lutte aux frais accessoires se poursuit](#)
- [!\[\]\(1d5544ed379feda028810e2d2a62e302_img.jpg\) Association québécoise des retraité\(e\)s des secteurs public et parapublic : Beaucoup de flexibilité pour les médecins, aucune pour les usagers](#)
- [!\[\]\(2ff1500a322a187b96ccc730045322cf_img.jpg\) Les aînés s'opposent aux frais accessoires en santé](#)



À vos agendas

Dorénavant, pour connaître les activités prévues à l'agenda, vous devrez visiter la page calendrier de notre site web <http://www.tcral.ca/calendrier.html>

La Table de concertation régionale des Aînés des Laurentides vous informe

www.tcral.ca

www.facebook.com/aineslaurentides

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.