

TABLE DE CONCERTATION



DES AÎNÉS DU  
BAS-SAINT-LAURENT

*Les aînés,  
la priorité!*



Juin 2024

# Rapport d'activités 2023-2024

# Table des matières

<b>Mot de la TCABSL</b> .....	<b>3</b>
<b>À propos</b> .....	<b>4</b>
Mission, orientations, mandats, budget.....	4
Les membres 2023-2024.....	4
<b>Conseil d'administration 2023-2024</b> .....	<b>5</b>
<b>Planification-Action</b> .....	<b>6</b>
Planification stratégique.....	6
Plan d'action.....	7
<b>Activités annuelles</b> .....	<b>8</b>
Nos mandats.....	8
Les communications.....	9
Le roman-photo... Un outil de sensibilisation.....	10
Prix Hommage Aînés 2023.....	11
<b>Rayonnement local</b> .....	<b>12</b>
KAMOURASKA - Louise Fortin.....	12
RIVIÈRE-DU-LOUP - Danielle Gagné.....	12
TÉMISCOUATA - Émilien Nadeau.....	13
LES BASQUES- Gérard Ouellet.....	13
RIMOUSKI-NEIGETTE - Cécile Corbin.....	14
LA MATANIE - Kathleen Bouffard.....	14
LA MITIS - Jean-Guy Dionne.....	15
LA MATAPÉDIA - Éric Langlois.....	15
LES JARDINS DE DORIS - Doris Côté.....	16
RIIRS - Edith Samson.....	16
CLUB 50 ANS + AMQUI - Gaétane Gagné.....	17
FADOQ - Région Bas-Saint-Laurent - Louise Chénard.....	17
CARREFOUR 50+ DU QUÉBEC - Harold LeBel.....	17
<b>Perspectives d'avenir</b> .....	<b>18</b>
<b>Le mot de la fin</b> .....	<b>19</b>

# Mot de la TCABSL



## Mot de la présidente



Une autre année achevée. Outre les affaires courantes, les avis à la ministre, les consultations et les représentations, les administrateurs de la TCABSL ont profité de l'année 2023-2024 pour faire le bilan de la dernière entente gouvernementale qui s'est échelonnée de 2018 à 2023. La mise en œuvre du projet de roman-photo a également occupé l'horaire des activités de la Table. Vous trouverez un aperçu de ce travail à l'intérieur des pages qui suivent.

Être à l'avant-garde des moyens à entreprendre pour améliorer la qualité de vie des aînés, reste l'objectif principal de votre Table de concertation. C'est donc avec fierté que nous vous présentons le bilan des activités de l'année 2023-2024. Les administrateurs se joignent à moi pour remercier tous les membres et les partenaires pour la collaboration, l'engagement et la contribution que chacun apporte au mieux-être des personnes aînées du Bas-Saint-Laurent.

Cécile Corbin,  
Présidente

## Mot de la coordonnatrice

Avec la publication d'un roman-photo ayant pour thème, l'âgisme, l'année 2023-2024 aura été pour la coordonnatrice une année remplie de fierté. Contribuer quotidiennement aux affaires courantes de la Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent est devenu source d'inspiration pour mettre en œuvre des moyens et des outils qui puissent améliorer la qualité de vie des aînés. Aussi, la prochaine année marquera le changement de garde au sein de la coordination. Effectivement, dans les derniers jours de février 2024, la Table a accueilli sa prochaine coordonnatrice, madame Valérie-Belleau-Arsenault. C'est donc elle qui assumera les fonctions de coordonnatrice à compter de septembre 2024. Je profite donc de ce texte pour remercier tous les acteurs avec qui j'ai évolué au cours des quatre dernières années.



France Gagnon,  
Coordonnatrice

# À propos

Mission, orientations, mandats, budget

## Notre mission

- Servir de point de référence pour tous les ministères et organismes gouvernementaux, pour toutes les consultations qu'ils entendent mener dans la région ;
- Permettre une coordination et une cohésion des actions et des activités dans lesquelles les aînés entendent s'impliquer ;
- Créer des partenariats avec divers organismes ou institutions ;
- Favoriser la mobilisation des aînés de façon concertée et efficace ;
- Promouvoir la participation des aînés à la vie collective et contribuer à faire connaître leur apport à la vie économique, sociale et culturelle

## Nos orientations

- Exercer un leadership fort et reconnu par ses membres afin d'assurer leur cohésion, de stimuler leur mobilisation et leur solidarité reposant sur des valeurs partagées ;
- Favoriser la coopération, la collaboration, le partenariat et la création d'alliances multisectorielles ;
- Agir comme forum de concertation tourné vers l'action et les résultats concrets ;
- Favoriser le rayonnement des activités et démarches de ses organismes membres ;
- Susciter la réaction des organismes publics et parapublics concernés par les démarches et actions menées par ses membres ou par elle-même.

## Notre budget

Pour l'année financière 2023-2024 c'est la somme de 85,300 \$, qui nous a été octroyé par le Secrétariat aux aînés.

## Les membres 2023-2024

Territoires	Nb membres 2023-2024	Nombre de membres représenté
MRC de Kamouraska	7	476
MRC de La Matanie	9	2274
MRC de La Matapédia	12	1852
MRC de La Mitis	10	2184
MRC Les Basques	5	445
MRC de Rivière-du-Loup	12	2090
MRC de Rimouski-Neigette	17	4028
MRC du Témiscouata	14	1012
Région du Bas-Saint-Laurent	14	32447
Totaux	100	46808



# Conseil d'administration 2023-2024



Eric Langlois, vice-président  
MRC La Matapédia



Cécile Corbin, présidente  
MRC Rimouski-Neigette



Danielle Gagné, vice-présidente  
MRC Rivière-du-Loup



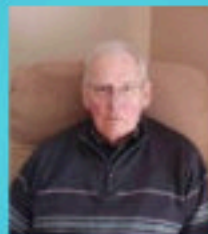
Jean-Guy Dionne, administrateur  
MRC La Mitis



Edith Samson, administratrice  
RIIRS



Kathleen Bouffard, administratrice  
MRC La Matanie



Émilien Nadeau, administrateur  
MRC de Témiscouata



Doris Ross, administratrice  
Les Jardins de Doris



Louise Fortin, administratrice  
MRC de Kamouraska



Gérard Ouellet, administrateur  
MRC Les Basques



Gaétane Gagné, administratrice  
Club 50 ans+ Amqui



Harold LeBel, administrateur  
Carrefour 50+ du Québec



Louise Chénard, administratrice  
FADOQ - Région Bas-Saint-Laurent

# Planification-Action

## Planification stratégique

### RECRUTER

- Voir avec les différents organismes nationaux pour consulter les listes régionales
- Élaborer une liste d'avantages à devenir membre de la TCABSL
- Identifier et recruter les membres collaborateurs possible en lien avec les mandats de la TCABSL

### ADMINISTRER

- Accueil des nouveaux administrateurs
- Connaître les mandats de la TCABSL
- Participation active aux travaux de la TCABSL
- Être préparé en fonction de l'ordre du jour des rencontres

### CONCERTER

- Coordonner nos actions vers des buts communs
- Se faire connaître
- Favoriser la communication entre les tables locales elles-mêmes
- Développer une culture de réseau / de concertation

### COMMUNIQUER

- Poursuite du bulletin « Les aînés, la priorité » - 4 éditions par année
- Transmission d'informations pertinentes par courriel

### RÉALISER

- Tenir compte de: on est qui nous? Se définir comme table. S'approprier son rôle d'administrateur
- Réviser et mettre à jour, le rapport de Vincent Cousin
- Adhérer à une définition commune de la concertation
- Plan d'action en continu - évolutif
- Évaluer la charge de travail administrative de la TCABSL
- Favoriser des liens avec les responsables du programme MADA sur l'ensemble

### RÉSEAUTER

- Présentation du rapport annuel de la TCABSL aux partenaires locaux par les administrateurs
- À partir des tables locales, chaque administrateur doit s'assurer d'entretenir les liens avec les organisateurs communautaires
- Les administrateurs de la TCABSL partagent et présentent lors d'un conseil d'administration, les rapports annuels des tables locales dans le but de reconnaître les bons coups et la possibilité de reproduire ailleurs sur le territoire

### CRÉER

Communications constantes avec les tables locales - Redéfinir la concertation - Meilleure compréhension des mandats régionaux (BSL) - Prendre ses responsabilités et trouver le moyen de réaliser l'idée - Poser des questions lors d'incompréhension et/ou interprétation - Travailler ensemble dans le même sens - Lire les documents - Avoir le plan d'action en filigrane - Reconnaissance/connaissance de la table par les organismes décisionnels et les milieux - Présence du CISSSBSL, TREMBSL, élus - Synergie avec les autres organismes aînés - Susciter plus de consultation auprès des aînés lors de politique, projet, etc. - Partage d'information par les représentants des tables locales - Meilleure communication entre nous pour meilleure compréhension

# Plan d'action

Recrute de façon optimale les organismes régionaux en lien avec nos mandats (sur son Conseil d'administration/membres collaborateurs)

- Recrutement de nouveaux membres et renouvellement des membres existants
- Avantages à devenir membre de la TCABSL
- Recrutement d'organismes collaborateurs
- Recrutement de personnes ressources en fonction des sujets traités

La TCABSL est composée d'administrateurs efficaces dans la réalisation de ses mandats

- Connaître les mandats de la TCABSL
- Participation active aux travaux de la TCABSL
- Être préparé en fonction de l'ordre du jour des rencontres
- Répondre assidument aux diverses convocations et demandes

La TCABSL est alimentée par les tables locales et/ou les organismes partenaires sur les enjeux actuels, les initiatives, les politiques et les plans d'action de leur milieu touchant les aînés

- Coordonner nos actions vers des buts communs
- Se faire connaître
- Développer une culture de réseau / de concertation

La TCABSL développe des outils de communications adéquats pour transmettre de l'information pertinente aux aînés et aux tables locales

Poursuite du bulletin « Les aînés, la priorité » - 4 éditions par année  
Transmission d'informations pertinentes par courriel

La TCABSL actualise son plan d'action annuellement

- Assurer la mise en œuvre du plan d'action annuel
- Être connue et reconnue par ses partenaires locaux et par les municipalités



Les membres sont toujours nombreux et surtout intéressés par les sujets lors de l'assemblée générale annuelle.

Matane, 23 mai 2023

# Activités annuelles

## Nos mandats

La Table de concertation des aînés du Bas Saint-Laurent mène ses travaux en fonction de son plan d'action, lequel est défini en 6 mandats spécifiques

1. Représenter la diversité des personnes âgées par sa composition en tenant compte des instances concernées par les aînés de la région
2. Soutenir la concertation régionale vers l'atteinte d'objectifs régionaux communs et transmettre à la ministre l'information et les avis susceptibles de notamment favoriser le vieillissement actif des aînés, d'améliorer leur qualité de vie, de mettre en valeur la contribution des aînés à la société, de promouvoir la solidarité entre les générations, de veiller à la sécurité des aînés et de favoriser des milieux de vie et des environnements sains, sécuritaires et bienveillants
3. Contribuer à la prise de décisions sur le plan régional en ce qui concerne les aînés en tenant compte des réalités locales et agir de manière à favoriser l'harmonisation des actions
4. Agir comme relayeur d'information sur son territoire, notamment en ce qui concerne les orientations gouvernementales relativement aux aînés ainsi que les programmes et les services gouvernementaux qui les concernent
5. Valoriser la contribution des aînés et leur apport à la société québécoise de même que susciter la participation de la population à la promotion des aspects positifs du vieillissement
6. Valoriser la contribution des administrateurs au Conseil d'administration, notamment en prévoyant les outils d'accueil et en assurant une reconnaissance du travail effectué

### Pour mener à bien ces mandats, diverses activités sont réalisées

#### Participation à divers comités de travail

- Les administrateurs ont participé aux réunions et comités de leurs tables locales
- Comité régional pour contrer la maltraitance
- Comité d'analyse de dossiers pour le Prix hommage aînés 2023
- Comité d'analyse pour les projets dans le cadre du Programme Nouveaux Horizons pour Aînés 2023
- Comité national pour l'organisation de la Journée internationale des aînés
- Conseil d'administration et comité exécutif de la Conférence des tables régionales d'aînés du Québec (CTRAQ)
- Comité directeur du Projet recherche-action du Collectif régional de développement du Bas-Saint-Laurent
- Comité régional de l'Alliance pour la solidarité
- Comités territoriaux dans le cadre du programme Municipalités amies des aînés (MADA) pour chacune des MRC de la région du Bas-Saint-Laurent
- Rencontres régionales Municipalités amies des aînés (MADA)

#### Rencontres des administrateurs

##### Conseils d'administration

19 avril 2023

22 mai 2023

23 mai 2023

9 juin 2023

28 juin 2023

30 août 2023

26 septembre 2023

10 octobre 2023

13 décembre 2023

17 janvier 2024

21 février 2024

##### Assemblée générale annuelle

23 mai 2023 (Matane)

Lancement du roman-photo «L'âgisme c'est pas juste dans les romans»

11 avril 2024



# Les communications

## **Bulletin «Les aînés, la priorité»**

La Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent a publié trois éditions de son bulletin «Les aînés, La priorité!», en 2023, un problème technique a forcé la Table à annuler l'édition de mars 2024.

Toujours distribué dans le réseau des bibliothèques de toute la région depuis janvier 2022, cela permet aux aînés de notre belle région, de prendre connaissance d'une foule d'informations qui les concernent.

La TCABSL s'assure d'inclure une entrevue d'envergure, de traiter d'un dossier national qui touche les aînés, de rapporter ce qui se fait aux tables locales dans chacune des MRC de la région. Le bulletin offre également des articles sur l'actualité, des références importantes, des dates à retenir, des choses à voir, à lire, à faire.

Le bulletin «Les aînés, la priorité!» continue de briller entre les mains de ses lecteurs, de plus en plus nombreux. On estime qu'environ 4,000 personnes le consulte.

### **Rédaction de demande de Programmes/aide financière**

- Prix Hommage Aînés 2023
- Programme Nouveaux Horizons Aînés 2023
- Journée internationale des aînés 2023
- Soutien à l'action bénévole

### **Rencontres avec les représentants du Secrétariat aux aînés**

- Reddition de compte annuelle
- Municipalités amies des aînés
- Proche aidance / maltraitance / bienveillance
- Conférence des Tables régionales des aînés du Québec (CTRAQ)
- Rencontres de travail en lien avec les analyses de dossiers PNHA

### **Production de documents de référence**

- Bulletin «Les aînés, la priorité» (juin, septembre, décembre 2023)
- Mise à jour en continu du plan d'action
- Roman-photo «L'âgisme c'est pas juste dans les romans»

**Enfin, des avis à la ministre sont transmis régulièrement selon l'actualité ou les besoins régionaux**



### **Avis ministériels**

- Avis portant sur les services de formations aux aînés de type intégration sociale
- Avis portant sur la tenue de la cérémonie du Prix Hommage aux Aînés
- Dépôt collectif de l'ensemble des tables régionales et de la Conférence des tables régionales d'aînés d'un avis portant sur l'avis d'évincement de logement des aînés

### **Communiqués**

- Communiqué concernant la Journée internationale des aînés
- Communiqué concernant le lancement de l'outil de sensibilisation préparé par la TCABSL, le roman-photo «L'âgisme c'est pas juste dans les romans»

# Activités annuelles

## Le roman-photo... Un outil de sensibilisation



C'est en compagnie d'une quarantaine de personnes que La Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent (TCABSL) procédait au lancement du roman-photo « L'âgisme c'est pas juste dans les romans », le 11 avril 2024.

Accompagnée de tous les acteurs du roman qui ont œuvré sur le projet, madame Cécile Corbin, la présidente de la Table (TCABSL) s'est dite particulièrement fière du document. Un photo-roman de 40 pages de grande qualité qui parle d'un phénomène social très répandu.

Madame Corbin a mentionné que l'âgisme est un phénomène de discrimination fondée sur l'âge qui se traduit par des paroles, des attitudes ou des gestes hostiles pouvant mener à une forme d'exclusion sociale. Malgré le fait que les aînés sont souvent victimes de préjugés et de stéréotypes au quotidien liés à leur âge, cet outil permettra de démontrer que l'âgisme n'a pas d'âge. « En plus de nous rappeler l'époque des romans-photos, cette histoire touchera plusieurs personnes » de rappeler la présidente.

Maître d'œuvre du projet, la coordonnatrice de la Table, madame France Gagnon a tenu à souligner le travail de chacun. « Que ce soit la rédactrice, le photographe, les acteurs ou l'illustrateur et graphiste VoRo, ce sont des gens de cœur qui se sont investis dans ce projet, je tiens à les remercier du fond du cœur », mentionne-t-elle.

Madame Gagnon résume l'histoire qui se vit dans le quotidien d'un couple de personnes âgées dont la belle-fille s'intéresse particulièrement à l'héritage à venir, de ses beaux-parents. Son comportement attisera les foudres de sa belle-mère. Cette attitude initiera plusieurs situations discriminatoires d'âgisme et pas juste envers les aînés. La coordonnatrice mentionne que l'histoire se déroule sur un ton humoristique et que « c'est une histoire que l'on pourrait vivre vous et moi, à n'importe quel moment de notre vie ! » dit-elle.

La Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent est un organisme régional qui a pour mission d'améliorer la qualité de vie des aînés. Offrir un roman-photo sur l'âgisme ne peut qu'être porteur pour l'avenir.

# Prix Hommage Aînés 2023

Monsieur André Hudon est un être d'exception qui contribue au développement de la collectivité depuis plus de 30 ans.

Son engagement bénévole a débuté à titre de membre du conseil d'administration de la Chambre de commerce de Saint-Pascal. Au fil des années, il collabore à de nombreux projets et se joint à plusieurs organisations afin de mettre à profit ses multiples aptitudes et compétences au service des autres.

Il a entre autres été l'instigateur du projet de jardins collectifs multigénérationnels Le Jardin de l'Or vert. Il a su mobiliser ses concitoyens et concitoyennes autour de cette initiative rassembleuse : créer un espace de collaboration entre les enfants avides d'en apprendre davantage et les personnes plus âgées souhaitant partager leur temps et leurs connaissances.



Crédit photo: André Hudon



Crédit photo: Secrétariat aux aînés

Au sein du Club Renouveau Âge d'or, M. Hudon a organisé des activités et a veillé au bien-être de ses pairs. Il a entre autres mis en place un service d'aide à domicile durant la pandémie. Il a également participé au travail de recherche visant à mettre en lumière des moments importants de l'histoire de sa municipalité, qui a mené à la publication du livre *Bribes d'histoire de Saint-Onésime-d'Ixworth, 150 ans de terres et de forêt*. Le processus de réfection du pont couvert est un autre projet pour lequel il s'est grandement investi.

M. Hudon se distingue par son intégrité, son sens de l'entraide et sa grande vaillance. Ses expériences de vie lui donnent une compréhension fine des enjeux qui touchent le développement local.

Toutes nos félicitations, bravo pour votre implication sociale et un merci bien spécial au nom de tous les aînés pour qui, votre rôle aide à améliorer leurs conditions de vie.

# Rayonnement local

## KAMOURASKA - Louise Fortin

La Table de concertation des aînés du Kamouraska (TCAK) compte 13 organismes membres. Les activités réalisées en cours d'année ont été: l'actualisation du plan d'action 2021-2024; une présentation sur la santé cognitive; la réalisation d'un atelier sur la Santé mentale des aînés; une participation au Forum de « l'approche aidance », piloté par le CISSS BSL et l'APPUI régional pour les proches aidants ainsi que le partage en continu d'informations et d'initiatives destinées aux aînés.

La TCAK a poursuivi la promotion de la Charte de la bientraitance kamouraskoise envers le plus grand nombre possible d'organisations. À ce jour, 11 municipalités et la MRC du Kamouraska l'ont adoptée. Ladite chartre a été publicisée dans le cadre de la journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées.

Dans le cadre du Réseau des Éclaireurs, que nous avons renommé les Lanternes dans le Kamouraska, plusieurs organismes ont pu recevoir un financement afin d'améliorer la qualité de vie des membres de notre communauté soit, entre autres, par l'introduction de bonnes habitudes de vie, la santé mentale positive, la sensibilisation au deuil ainsi que le développement de soi.

Pour bien préparer les prochaines années, la TCAK s'est muni d'un dossier d'envergure : entendre les aînés dans leurs besoins et leurs préoccupations. L'objectif de cette consultation auprès des aînés du Kamouraska est de dresser un portrait des enjeux actuels concernant le vieillissement au sein de notre communauté. Les informations recueillies permettront aux acteurs sociaux du milieu d'avoir une meilleure connaissance de la réalité et des défis des aînés. À la suite des consultations, se tiendra une journée d'échange et de réflexion. Au terme de cette journée, la TCAK devrait être en mesure de se positionner sur des actions collaboratives qui s'inscriront dans une recherche de solutions adaptées touchant aux aspects de la vie quotidienne de l'ensemble des personnes âgées de notre collectivité.

Nos aînés sont notre mémoire collective et nos fondations. Nous nous devons d'en prendre grand soin. C'est avec le passé que nous forçons l'avenir.

## RIVIÈRE-DU-LOUP - Danielle Gagné

À titre de présidente du Comité Amis des Aînés de Cacouna, représentante du Comité de suivi de la Politique familiale, du Comité de suivi MADA de la MRC de Rivière-du-Loup et, représentante du Réseaux qualité vie des aînés (RQVA) de la MRC Rivière-du-Loup, je participe à plusieurs rencontres pour mener à bien les projets sur le territoire de la MRC.

Intéressée par les huit projets de la programmation « Bien vieillir chez soi », Vesta : véhicule équipé pour les soins intensifiés à domicile, est celui de notre territoire. Il consiste à développer, réaliser et évaluer la mise à disposition d'un camion équipé pour les intervenantes du SIAD dans la MRC de Rivière-du-Loup afin de faciliter leur travail en contexte de RRPV et d'augmenter le panier de soins et services offerts à domicile, qui autrement auraient lieu en centre hospitalier.

Le Comité RQVA a tenu le 3 octobre 2023 un colloque ayant pour thème le « vieillissement de la population dans la MRC Rivière du loup ». Il a été en autres questions des perceptions en lien à la pauvreté et de la réalité des ménages à faible revenu. Parmi les activités qui se sont déroulées en cours d'année, il a été discuté de : Logements abordables et intergénérationnels, transports, maladies chroniques, satisfaction de la vie sociale, détresse psychologique, maltraitance, proche aidant et changement climatique.

Il y a également eu une conférence ayant pour thème la fraude amoureuse: comprendre et intervenir auprès des victimes Il est également important de mentionner les actions du Centre d'Action bénévole. Le support aux bénévoles, aux organismes et aux individus. Enfin, une Politique MADA est en développement en milieu rural sur le territoire de la MRC de Rivière-du-Loup. Aussi, une primeur à venir en développement social.



# Les tables locales et administrateurs

## TÉMISCOUATA - Émilien Nadeau

Une année active pour la Table de concertation pour les personnes âgées du Témiscouata. La période automne 2023 et hiver 2024 a été marquée par une série d'initiatives significatives pour soutenir les aînés de la région du Témiscouata, résultant de la concertation des partenaires œuvrant auprès de cette population au sein de la MRC. Voici un aperçu des développements récents :

- Centres de jour pour les aînées : Durant cette période, l'ouverture de quatre centres de jour dans les localités de Lac-des-Aigles, Témiscouata-sur-le-Lac (secteur Cabano), Dégelis et Pohénégamook a constitué une avancée majeure. Ces centres, fonctionnant une fois par semaine, offrent un espace de rencontre et d'activités pour les aînés, favorisant ainsi le maintien du lien social et une vie active.
- Intervenantes ITMAV : En partenariat avec la Table de concertation, le Centre d'action bénévole région Témis (CAB-Témis) a mis en place deux intervenantes ITMAV (Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité) pour le territoire du Témiscouata. Ces professionnelles ont pour mission de repérer les aînés en situation de vulnérabilité ou à risque de fragilisation, et de les accompagner dans la recherche de solutions adaptées à leurs besoins.
- Journée contre la maltraitance des aînées : Un événement phare pour sensibiliser et mobiliser contre la maltraitance des aînées est prévu le 13 juin 2024 à la Salle Témiscouata à Témiscouata-sur-le-Lac (secteur Notre-Dame). Cette journée, résultant de la concertation des partenaires, constitue une occasion essentielle de lutte contre toutes les formes de maltraitance envers les personnes âgées. Les intéressés peuvent s'inscrire à cet événement en contactant Jasmin Roy-Rouleau, organisateur communautaire pour le CISSS-BSL, à l'adresse suivante : [jasmin.roy-rouleau.cisssbsl@sss.gouv.qc.ca](mailto:jasmin.roy-rouleau.cisssbsl@sss.gouv.qc.ca).

En somme, ces initiatives témoignent de l'engagement des partenaires œuvrant auprès des aînés dans la MRC du Témiscouata à promouvoir le bien-être et la dignité des personnes âgées, en mettant en place des mesures pour répondre à leurs besoins et préoccupations.

## LES BASQUES- Gérard Ouellet

Dans les Basques, on a passé une belle année. Deux paroisses ont fêté leurs 150<sup>e</sup> anniversaires de fondation, la municipalité de Saint-Jean-de-Dieu et la municipalité de Sainte-Françoise. Avec Voisins solidaires, une démarche qui vise à favoriser l'échange de services entre voisins, plusieurs activités intergénérationnelles ont eu lieu dans les municipalités. Les rencontres ont été bien appréciées de tous et elles ont permis la mise en place de projets tels que des projets de gériatrie sociale. Un réseau de sentinelles a également été mis en place et permet des interventions terrain et des actions ciblées auprès des personnes ayant besoin de soutien.

Représentant à la table locale des Basques, plusieurs dossiers ont cheminés en cours d'année, pensons au transports, à la maltraitance ou au projet pilote de gériatrie sociale qui prend son envol. C'est un projet de bon augure pour l'avenir.

Aussi, des résidences pour personnes âgées se voyaient contraintes à fermer leur porte et c'est avec le soutien de la Table (TCABSL) qu'elles ont pu trouver des pistes de solution afin d'obtenir de l'aide dans le but de poursuivre leur offre de service d'hébergement.

De plus, des rencontres intergénérationnelles sont prévues cet été dans plusieurs clubs des 50 ans et plus. Il ne faudrait pas oublier les 13<sup>e</sup> jeux du Rassemblement annuel des clubs des 50 ans et plus du Bas-Saint-Laurent qui se tiendront le 7 septembre 2024 à Rivière-du-Loup.

Bon été à tous, profiter de la vie sinon, c'est la vie qui va profiter de vous!

# Rayonnement local

## RIMOUSKI-NEIGETTE - Cécile Corbin

Impliquée autant au niveau de la MRC Rimouski-Neigette qu'au niveau régional pour le Bas-Saint-Laurent, cette année aura été très productive en rencontres et comités pour faire avancer différents dossiers concernant les aînés. En outre, représentante de la TCABSL au Collectif Vieillir ensemble pour la MRC Rimouski-Neigette dont les mandats sont de jeter un regard sur les enjeux à cibler, soulever les problématiques actuelles et de proposer des pistes de solution pour améliorer la qualité de vie d'aînés plus vulnérables. Elle participe au comité de pilotage pour une politique familles et aînés pour la MRC Rimouski-Neigette. En novembre 2023, il y a eu l'inauguration de la maison des aînés et alternative de Rimouski (MAA).

En tant que présidente de la TCABSL, elle prend part à plusieurs comités régionaux pour le Bas-Saint-Laurent. Mentionnons ici quelques comités :

- Le comité directeur pour la démarche bien Vieillir Chez-soi dont un projet innovant dans chacune des 8 MRC du Bas-Saint-Laurent sera réalisé afin de bonifier et adapter les services offerts aux aînés, leur permettant de vivre plus longtemps à domicile et dans leurs communautés.
- Le comité aviseur sectoriel des partenaires du CISSS du Bas-Saint-Laurent.
- Au niveau provincial, elle a représenté la TCABSL lors du Forum Vieillir et Vivre ensemble, changements, défis et opportunités sur le plan d'action gouvernemental du ministère de la Santé et des Services sociaux et également lors de la Journée internationale des aînés au Saguenay, région hôte de l'édition 2023 de la JIA.
- De plus, elle représente le Bas-Saint-Laurent au niveau provincial à la Conférence des Tables régionales de Concertation des Aînés du Québec (CTRCAQ) et siège au conseil d'administration de la Conférence à titre de trésorière

Enfin, son rôle de présidente de la TCABSL lui demande une implication régulière aux travaux administratifs et de gestion de la Table et demeure le lien privilégié avec le Secrétariat aux aînés.

## LA MATANIE - Kathleen Bouffard

La Table de concertation des aînés de la Matanie (TCAM) : engager pour le bien-être des aînés. La TCAM a été au cœur d'une année dynamique, marquée par une série d'initiatives visant à défendre et assurer le bien-être et l'inclusion des personnes âgées au sein de la communauté.

La tenue du 3e Salon Aînés Actifs en Action en mai 2023 a été un moment fort et a permis de promouvoir le vieillissement actif dans la communauté. Près de 200 aînés ont eu l'occasion de s'enrichir sur des thèmes allant de la santé à la résilience en passant par la sexualité et, de découvrir une variété de ressources et de services disponibles dans la région. La TCAM mandate plusieurs comités pour aborder des questions spécifiques touchant les aînés: l'habitation pour des solutions en logement pour les aînés; développement des activités pour préserver et promouvoir des activités et des loisirs adaptés, inclusifs et abordables; action vigilance Matanie contribue à renforcer la sécurité des aînés dans la communauté; maltraitance avec la présentation de l'atelier Aînés-avisés visant à protéger les aînés contre les abus et à promouvoir leur bien-être. La présence du CISSSBSL permet d'assurer une collaboration étroite avec les services de santé locaux. Présentation d'un organismes pour présenter les services offerts aux aînés. En regardant vers l'avenir, la TCAM reste résolument engagée à poursuivre son travail au service des aînés de la Matanie. En continuant à écouter leurs besoins, à promouvoir leur bien-être et à défendre leurs intérêts, la TCAM aspire à créer une communauté inclusive et solidaire où les aînés peuvent s'épanouir et contribuer pleinement.

En conclusion, l'année écoulée a été riche en réalisations pour la Table de concertation des aînés de la Matanie. À travers ses diverses initiatives et activités, la TCAM a démontré son engagement indéfectible envers les aînés et sa volonté de créer un environnement favorable à leur épanouissement et à leur participation active dans la société.

# Les tables locales et administrateurs

## LA MITIS - Jean-Guy Dionne

L'année 2023 a été une année de convalescence pour le comité Vieillesse En Santé (VES) ou encore de déplacement de nos responsables pour d'autres fonctions. À la reprise des rencontres plusieurs nouveaux visages sont venus participer à la rencontre.

Nous sommes fiers du fonctionnement des Clubs des aînés associés au Carrefour 50+ du Québec. Ils sont une source de sociabilisation et de partage lors des activités hebdomadaires ou encore par leur activité interclub. Toujours impliqué de près ou de loin à l'organisation des différentes activités du Club 50 ans + de Mont-Joli, le succès des activités est une marque de commerce pour M. Dionne.

Il prend à coeur les finances des organisations pour lesquelles il s'implique. Il tient serré les cordes de la bourse sans toutefois négliger la qualité des activités.

Le Centre Action Bénévole de La Mitis, avec son directeur, a travaillé très fort à l'implantation d'un programme de Soutien à la proche aidante, ainsi qu'au projet de Communauté tissée serrée. De son côté, le comité de la Maltraitance travaille très fort à la prévention.

La conseillère à la mobilisation en immigration à la MRC de la Mitis offre des ateliers sur les mythes en immigration. Elle a organisé plusieurs activités dont : une sortie à la cabane à sucre, une soirée de danse latine, une soirée jam et un repas-partage de Noël. Elle prépare également des ateliers de socialisation afin de favoriser l'apprentissage de la culture et de la langue.

Merci aux membres du grand comité VES de la programmation, de vos projets et de votre grande collaboration

## LA MATAPÉDIA - Éric Langlois

La Table vieillir en santé de la Matapédia a tenue deux rencontres cette année. Il travaille actuellement à l'organisation des activités du 15 juin : remise du ruban mauve et illuminations de quelques bâtiments dans La Matapédia. Aussi, il y aura un salon des aînés le 1er octobre prochain à Amqui.

Le comité citoyen de La Matapédia travaille en partenariat avec la MRC de La Matapédia pour optimiser les services offerts aux aînés. Par exemple, la MRC de La Matapédia est devenue gestionnaire de HLM qui allaient fermer afin d'offrir des logements pour les aînés. Un travail de concertation a aussi été effectué afin de développer la politique de développement social de La Matapédia 2024-2028. Un volet important a été intégré à cette politique afin d'améliorer le mieux-être des personnes aînées.

Les Chevaliers de Colomb du Lac-au-Saumon, qui couvre aussi le territoire de Causapsal, ont organisé des activités de financement afin de faire des dons pour les organismes locaux pour les aînés.

De plus, un partenariat entre le centre d'action bénévole (CAB) de La Matapédia et le centre intégré de santé et de services sociaux a permis de mettre sur pied une journée d'activité par semaine à Causapsal et une autre journée par semaine à Sayabec pour les aînés qui ont une situation particulière (limitation ou handicap). La journée d'activité d'Amqui continue, elle aussi, à être disponible durant l'année.

Le Centre éclosion offre maintenant des déjeuners et des dîners pour les personnes aînées deux fois par semaine. Le CAB de la Matapédia offre un service d'accompagnement en transport pour les aînés et un service de popote roulante.

# Rayonnement local

## LES JARDINS DE DORIS - Doris Côté

Le rêve de Doris.

Lorsque le temps de ma retraite est venu, elle a décidé de réaliser un vieux rêve : créer un jardin touristique ayant pour vocation de venir en aide aux jeunes en difficulté. Au Jardin de Doris, l'intergénérationnel c'est le quotidien dans les relations humaines et dans les tâches. Une belle réussite. C'est donc en 1998, qu'elle et son conjoint, Sylvain Ross, tous les deux passionnés d'horticulture, ont procédé à l'achat des terrains qui sont maintenant Les jardins de Doris. Au fil des ans, les jardins sont devenus un attrait touristique incontournable pour tous ceux qui passe dans la région de Matane..

Les Jardins de Doris se classe parmi les plus beaux jardins à visiter au Canada. En 2022, nous remportons le Prix Hommage Aînés du gouvernement du Québec. Notre engagement bénévole a été reconnu pour son impact positif dans la communauté, favorisant le bien-être des aînés et encourageant leur participation active à la société.

En collaboration avec la Ville de Matane chaque année, nous organisons des rencontres virtuelles sur zoom pour les aînés \* Une bouffée d'air pur\* . Nous voulons offrir aux aînés un lieu de rencontre et d'activités. Fière de faire partie du conseil d'administration de la Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent. C'est une opportunité supplémentaire de relever de nouveaux défis et de faire toujours un peu plus pour améliorer la qualité de vie des aînés de chez nous.

Bon été à vous tous et au plaisir de vous recevoir dans les jardins. Vous voulez nous connaître davantage : visitez notre site web: [www.jardinsdedoris.ca](http://www.jardinsdedoris.ca)

## RIIRS - Edith Samson

Madame Samson est une infirmière retraitée, membre du Regroupement Interprofessionnel des Intervenantes Retraitées des Services de Santé (RIIRS) du BSL-GIM. Pour l'année 2023-2024, le conseil d'administration du RIIRS s'est réuni à 6 reprises tant à Rimouski qu'à Rivière-du-Loup. Le RIIRS a tenu son AGA régional le 18 mai, près d'une trentaine de membres ont assistés au diner et à l'assemblée; toutes apprécient ce moment qui favorisent grandement les échanges.

Nous gardons le lien avec nos membres par l'envoi de courriels d'informations, de l'Infolettre du RIIRS et d'invitations à des conférences virtuelles. Au niveau provincial, l'AGA s'est tenue au Centre des Congrès de Lévis les 26 et 27 septembre. Seize (16) personnes composaient la délégation régionale dont tous les membres du CA. Lors de cet événement, les Prix Doris Custeau soulignant l'implication professionnelle et personnelle et les Prix FIQ, proche-aidante sont remis; pour notre région, les récipiendaires sont mesdames Andrée Auclair et Simone l'Italien. T

out au long de l'année nous avons participé, par l'écriture d'articles, à plusieurs parutions du journal L'Echo du RIIRS. Nous avons participé à diverses consultations provinciales dont celle portant sur le budget des régions. Le RIIRS régional a tenu deux diners retrouvailles soit un à Rivière-du-Loup en novembre et l'autre à Rimouski en février. Lors de ces diners notre présidente provinciale madame Andrée Lamontagne nous a entretenu sur l'avancement des différents dossiers du RIIRS provincial Notre AGA 2024 se tiendra le 22 mai à Rimouski.

Impliquée dans son milieu et dans sa région, Edith Samson siège au CA du Réseau des Femmes Professionnelles du KRTB et elle est patrouilleuse en ski alpin, membre de l'Institut National de Secourisme (INSQ), au Parc du Mont-St-Mathieu. Elle est conseillère du District de la Rivière au Conseil Municipal de la Ville de Rivière-du-Loup et siège sur différents comités portant sur les personnes handicapées, les sports et loisirs, les Municipalités Amies des Aînés (MADA) et de l'environnement. Elle est présidente d'élection pour le RIIRS provincial.



# Les tables locales et administrateurs

## CLUB 50 ANS + AMQUI - Gaétane Gagné

Madame Gaétane Gagné est administratrice élue au suffrage universel. Elle est présidente du Club 50 ans et plus d'Amqui, club dont elle est particulièrement fière, étant donné le dynamisme des membres et leur excellente collaboration lors des différentes activités.

Dans la dernière année, son club a présenté trois conférences offertes par la Sûreté du Québec: Arnaque Internet, Au volant de ma santé, Une pièce de théâtre sur Alzheimer. Parmi les nombreuses activités certaines reçoivent une excellente participation dont: les soirées de bingo, les ateliers vie active, gym cerveau, ainsi que les jeux de cartes et cours de danse et soirée dansante. Elle rappelle que leur salle est occupée 6 jours par semaine. Qu'il y a annuellement quatre soupers dansant avec plus de 200 personnes.

Fière des bénévoles qui, avec elle, mettent tout en œuvre pour que chaque événement soit un succès. La réponse que nous recevons à chaque activité, confirme que notre travail porte ses fruits.

## CARREFOUR 50+ DU QUÉBEC - Harold LeBel

Ayant pris le relais de Mme Denise Gagnon, qui agissait jusqu'à tout récemment comme administratrice représentante du Carrefour 50+ du Québec, je n'ai participé qu'à quelques réunions jusqu'à maintenant. J'y ai découvert des gens connectés à la réalité de leur milieu et aux conditions de vie des aînés. Leurs commentaires lors de nos réunions enrichissent les réflexions et sont toujours orientés vers des solutions. Pour le Carrefour 50+, représentant 90 clubs dans les villes et villages du Bas-Saint-Laurent, la table de concertation est un bon endroit pour partager les messages que nous recevons régulièrement du « terrain ». Je peux, malgré le peu de temps que j'y suis, affirmer que la Table est nécessaire au partage d'information et de situations entre nous. Maintenant, il faut s'assurer que tout ça ne demeure pas seulement entre nous, mais que cela se rende aux oreilles du gouvernement. On lâche pas !

## FADOQ - Région Bas-Saint-Laurent - Louise Chénard

La FADOQ Région Bas-Saint-Laurent représente 11 155 membres et on dénombre plus de 4 600 participant.es aux diverses activités organisées sur l'ensemble du territoire. La FADOQ c'est aussi 70 partenaires au Bas Saint-Laurent qui offre des rabais aux membres. Permettez-nous de vous donner quelques statistiques de la dernière année:

- Le programme Aîné-Avisé, c'est une conférence sur la fraude, la maltraitance et l'intimidation: 400 participant.es, 17 présentations dans 7 MRC
- Le Pickleball : 6 ligues intérieurs, 217 inscriptions, 3 tournois, 2 ligues d'été, 4 cliniques d'initiation et de perfectionnement;
- Les sorties en plein-air (4 saisons) : 140 participants à 7 sorties;
- Les conférences (Testaments, Mammifères marins et Zéro-Gaspillage) : 200 participant.es
- Les sorties multigénérationnelles à l'Océanic de Rimouski : 30 participant.es;
- Les ateliers discussion : Antidote VIT (Vis Intensément Tout de suite) : 3 groupes, 30 participant.es;
- Les ateliers formation Tablette/Téléphone : 2 sessions de 16 participant.es
- Jeux FADOQ - régionaux et provinciaux : 11 disciplines avec plus de 300 participants et bénévoles;

Les principaux organismes partenaires de la FADOQ Région Bas-Saint-Laurent sont : Club de Pickleball de Rimouski, Groupe Plein air RDL, TCABSL, Sûreté du Québec.

Et bien plus encore, suivez-nous sur Facebook pour être au courant de nos prochaines activités.

# Perspectives d'avenir

La Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent travaille jour après jour à faire de demain un avenir meilleur pour les aînés de sa région.

Au cours des prochains mois la TCABSL mettra le dossier du logement à l'avant-plan. Qu'il soit question de maintien à domicile, d'accès à un logement dans des conditions raisonnables (financier, salubrité) et d'habitation intergénérationnelle, la Table souhaite trouver des solutions à cet enjeu majeur.

Parmi les besoins fondamentaux dans la « Pyramide de Maslow », apparaît au 2e rang, le besoin de sécurité. Dans son explication, Abraham Maslow indique que les besoins de sécurité sont aussi essentiels que les besoins physiologiques.

Attention, la sécurité est différente pour chacun selon l'endroit et la période de vie. Ainsi, pour l'adulte, la sécurité peut prendre des formes économiques (avoir un toit, avoir une sécurité financière). Tout comme l'enfant, l'adulte a besoin d'être en sécurité, d'être protégé des guerres, des attaques, des crimes, des violences physiques et psychologiques, de l'intimidation, etc.

Avec la crise du logement qui sévit depuis quelques années maintenant et la lenteur avec laquelle sont prises des mesures pour y remédier, mais surtout avec le constat que bien souvent les aînés sont ceux qui écopent le plus. Pourquoi ? parce qu'ils ne veulent pas déranger, ils craignent les représailles s'ils s'opposent à une augmentation de loyer par exemple, mais surtout que leur pouvoir d'achat ne fait que diminuer.

C'est pour ces raisons que la Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent, accompagné de partenaires, étudiera ce thème à fond et organisera une grande consultation à l'hiver 2024-2025. Alors, si déjà le sujet vous interpelle, n'hésitez pas à transmettre votre désir de participer à l'élaboration de ce chantier d'importance.

Aussi, tout comme d'autres organismes de la région, la Table rencontre un enjeu au niveau du recrutement de membres. Ainsi, des efforts supplémentaires seront à nouveau déployés pour accueillir de nouveaux membres et ainsi faire rayonner chaque partenaire, pour qui, les personnes aînées sont au cœur de leurs préoccupations.

La Table de concertation des aînés du Bas-Saint-Laurent regarde vers l'avant et souhaite voir de plus en plus de partenaires s'intéresser à l'amélioration des conditions de vie des aînés.

Votre conseil d'administration !

# Le mot de la fin...

En 2020-2021, nous avons publié un texte de Stéphane Laporte, il a récidivé en octobre dernier...

MERCI Stéphane Laporte !

## VIVE (ENCORE) LES VIEUX !

C'est aujourd'hui la Journée internationale des personnes âgées. Pas de défilé ni de grande manifestation de prévus. Pas d'émission spéciale ni de concert non plus. La Journée internationale des personnes âgées a de bonnes chances de passer sous silence. Ce silence que connaissent si bien les personnes âgées.



La pandémie a transformé la société. Dans notre rapport avec le travail, avec la consommation, avec les autres, avec nous-mêmes, avec nos ambitions et nos rêves. Le seul qui ne semble pas avoir changé, c'est notre rapport avec les vieux.

Pourtant, ce sont eux, les principales victimes de la pandémie. Ce sont eux qui sont morts en grand nombre. Ce sont eux qui en sont sortis diminués, fragilisés, éteints. On avait oublié de les protéger au début de la COVID. Rien que ça. Le virus repartirait de plus belle, cet automne, pas sûr qu'ils seraient plus à l'abri. Heureusement que le vaccin existe. Mais pour ce qui est des soins quotidiens, avons-nous vraiment amélioré leur situation ? Vendredi, à la une du Devoir, on apprenait que huit aînés, ne requérant plus de soins hospitaliers, ont été transférés de façon précipitée au CHSLD de Sainte-Adèle, qu'ils vivaient les huit ensemble dans une salle multifonctionnelle, sans toilettes. Sans pudeur et sans dignité. On n'a rien compris.

On aurait pu croire que les horribles histoires de maltraitance dévoilées durant la pandémie nous auraient fait sentir coupables et qu'on aurait tout fait pour se faire pardonner. Ben non. Personne ne semble avoir de dette envers eux. Le gouvernement a agi un peu. Mis en place quelques programmes. C'est ça de pris. Mais on n'a jamais senti un mouvement populaire pour améliorer le sort des aînés. Les milliers de décès n'ont pas servi d'électrochocs, ne nous ont pas attendris, comme si, quelque part au fond de nous, on se disait qu'ils allaient mourir de toute façon. On va tous mourir de toute façon.

Si la société ignore les vieux, c'est parce que la société ne veut pas vieillir. Pourquoi s'attarder avec ceux dont elle ne veut pas faire partie ? D'un coup que la vieillesse serait contagieuse. La société choisit le déni. Se montrer toujours sous son plus jeune jour. Pourtant, la société ne fait que ça, vieillir. En 2021, une personne sur dix dans le monde était âgée de 65 ans ou plus. En 2050, ce sera une personne sur six. En Amérique du Nord et en Europe, ce sera près du tiers de la population qui aura sa carte de l'âge d'or.

On ne pourra pas toujours les cacher, les exclure. Il faudra arrêter de les traiter comme des gens qui ne sont plus dans le coup. On devra mettre fin à nos préjugés. Le plus absurde, c'est que nous sommes tous des vieux en devenir. Si on est chanceux. La vieillesse est l'avenir de l'homme, de la femme, de l'humain. Ça devrait nous motiver à leur faire une belle place, puisque c'est celle qui nous attend. Pas pantoute ! On se croit tous possédés par la jeunesse éternelle. Nous, c'est pas pareil. Les autres deviennent des vieux. Nous, on devient des mieux. Le réveil est brutal.

En ces temps d'inclusion, on devrait réaliser que l'âge n'est pas un critère valable pour écarter les gens, comme on commence enfin à le comprendre pour le sexe et la race. Ce n'est pas normal que le seul octogénaire que l'on voie sur nos écrans, c'est le président des États-Unis. C'est vrai, il y a les Rolling Stones, aussi. Les exceptions qui confirment la règle. La règle de la mise de côté. La règle qu'après un certain âge, on fait partie du passé. Tous les vivants font partie du présent. Tous les vivants ont le droit de vivre à cent pour cent, cent pour cent de leur vie. En cette Journée internationale des personnes âgées, il faut dénoncer l'âgisme. Et créer un monde ouvert de zéro an à tout le temps.

La vieillesse n'est pas une veillesse. La vieillesse est une lumière radieuse. C'est à la fin du jour que le soleil brille de ses plus beaux feux.

Quelqu'un rempli de courage, c'est un courageux.

Quelqu'un rempli d'amour, c'est un amoureux.

Quelqu'un rempli de vie, c'est un vieux.

Vive (encore) les vieux !

Texte de Stéphane Laporte - La Presse, dimanche 1er octobre 2023



76, rue Saint-Germain Ouest, bureau 105  
Rimouski (Québec) G5L 4B5

Tél. : 581 672-6868  
info@tcabsl.org  
www.tcabsl.org



*Ce bulletin a été conçu en utilisant des ressources de Flaticon.com*