



TABLE DE CONCERTATION
DES AÎNÉS
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES
Pour le mieux-être des aînés

BULLETIN



Janvier 2025

BONNE ET HEUREUSE ANNÉE DE LA PART DE LA TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS TCA-CA



ÉVÈNEMENT JOURNÉES DE L'APPUI



Rendez-vous les mardi 25 et mercredi 26 mars 2025 pour les Journées de l'Appui. Un événement incontournable pour les professionnels et intervenants en proche aide.

Les Journées de l'Appui sont un moment d'échanges privilégié pour favoriser le transfert de connaissances, le partage de bonnes pratiques autour de thématiques transversales ou d'actualité. C'est aussi une occasion idéale pour se nourrir de nouvelles perspectives et réseauter.

Cet événement rassemble de nombreux acteurs et actrices de la proche aide du Québec : membres d'organismes communautaires et du réseau de la santé et des services sociaux, chercheuses et chercheurs... Des frais sont associés.

[CLIQUEZ ICI POUR VOUS INSCRIRE](#)



Conférence REGÉS

**LES FEMMES ÂÎNÉES AUX
PRISES AVEC DE LA VIOLENCE
CONJUGALE : QUE SAVONS-
NOUS ? UN ÉTAT DES
CONNAISSANCES SUR LA
PROBLÉMATIQUE.**

**En français - Gratuit - Inscription
obligatoire**

Avec :

Isabelle Marchand, Ph. D.

Chercheure régulière, CREGÉS

Professeure, Département de travail social, UQO (campus Saint-
Jérôme)



20 janvier 2025



12 h 00 - 1 h 00

Scannez le code QR pour
vous inscrire

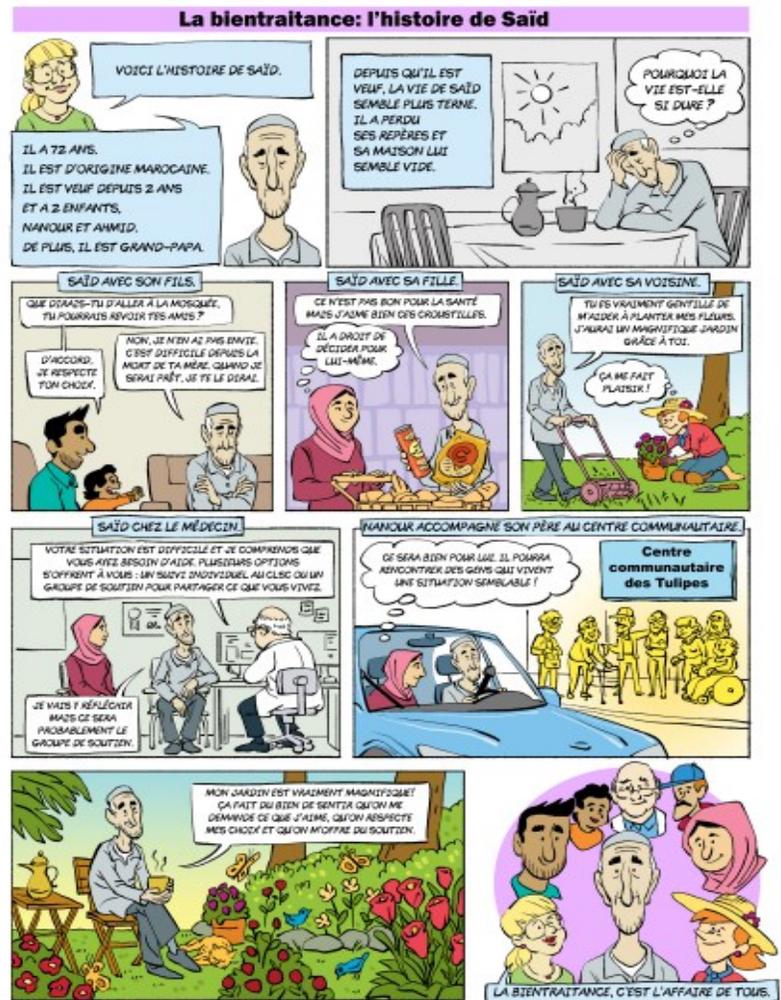


www.creges.ca

LUTTER CONTRE LA MALTRAITANCE : BANDES DESSINÉES EN PLUSIEURS LANGUES

Un lancement de bandes dessinées en bienveillance et en maltraitance envers les personnes âgées et adultes en situation de vulnérabilité a eu lieu il y a quelques semaines. L'objectif visé par ces bandes dessinées est d'illustrer des attitudes et des comportements concrets de bienveillance et/ou de maltraitance.

Ces bandes dessinées sont utiles pour rejoindre un plus grand nombre de personnes âgées de différentes communautés culturelles et/ou parlant différentes langues car elles sont disponibles en plusieurs langues, il est important d'offrir des outils de sensibilisation accessibles sous des formes variées, telles que capsules vidéo, pièces de théâtre, dépliants, bandes dessinées, etc. Des bandes dessinées ont alors été créées car « une image vaut mille mots ». Grâce à ce type d'outil, il est possible de sensibiliser les personnes âgées allophones moins scolarisées et même des personnes analphabètes. Ces bandes dessinées restent intemporelles. Il sera possible de les utiliser durant plusieurs années.



Québec

Deux sont disponibles mais d'autres sont à venir. Il est possible de les consulter au : <https://lignemaltraitance.ca/fr/bandes-dessinees-bienveillance>

LUTTER CONTRE LA MALTRAITANCE UN APPEL À LA FOIS

Que vous soyez une personne qui croyez être maltraitée, ou témoin d'une situation de maltraitance, ou encore un professionnel, vous pouvez compter sur la Ligne aide maltraitance adultes âgés (LAMAA). Consultez la page web de la LAMAA au www.lignemaltraitance.ca De l'aide est disponible en appelant au 1 888 489-2287.

Pour les professionnels, il est possible de prendre rendez-vous en ligne pour planifier un appel en cliquant sur le lien « Professionnels » de la page web inscrit ci-dessus.

RAPPEL - JOURNÉE DES PARTENAIRES EN LUTTE À LA MALTRAITANCE EN CHAUDIÈRE-APPALACHES

Le comité régional d'orientation à la lutte contre la maltraitance lance officiellement les inscriptions pour la journée des partenaires en maltraitance. L'événement vise tous les partenaires qui œuvrent auprès des aînés et des personnes adultes en situation de vulnérabilité, autant le communautaire que le réseau, le volet municipal, régional et les corps de police.

10 avril 2025 de 8 h 30 à 15 h 30

En présentiel : à la salle multifonctionnelle de Vallée-Jonction

[Cliquez ici pour procéder à l'inscription](#)

Coût : 25.00\$ (repas inclus).

Le montant devra être payé en argent comptant lors de la journée. Un reçu sera remis.

Date limite d'inscription : 28 février 2025



FICHE SUR L'AUTOÂGISME – IMPACT DES PRÉJUGÉS SUR LA SANTÉ

En décembre dernier, une quatrième fiche était publiée sur l'autoâgisme, fruit d'une collaboration entre le CISSS de Chaudière-Appalaches et la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches.

Ne pas consulter un médecin prétextant que c'est normal d'avoir des douleurs lorsqu'on est âgé peut empêcher une personne d'avoir du pouvoir sur sa vie et peut affecter sa santé. Voyez comment dans cette nouvelle fiche thématique sur l'autoâgisme.

[Découvrez la fiche -stéréotype de santé](#)

Accédez à la trousse d'outils en visitant le www.cisssca.com/agisme dans la section pour les professionnels.

LES PERSONNES ÂNÉES DANS NOS COMMUNAUTÉS : UNE RICHESSE AUX MULTIPLES VISAGES



territoire, vitalité des communautés, etc.), expérientiel (dimensions culturelles, sociales et environnementales) et sociétal (financement et déploiement des programmes et infrastructures, soutien aux proches aidants, inclusion et participation sociale, etc.).

Peu d'attention est généralement accordée aux incidences positives que peut avoir le vieillissement dans les communautés. Le Consortium InterS4 s'est donc intéressé au maintien des personnes âgées dans leur milieu, en région, sous l'angle de sa valeur ajoutée, notamment sur les plans territorial (aménagement du territoire, vitalité des communautés, etc.), expérientiel (dimensions culturelles, sociales et environnementales) et sociétal (financement et déploiement des programmes et infrastructures, soutien aux proches aidants, inclusion et participation sociale, etc.).

Pour ce faire, il a procédé à une recension d'écrits scientifiques et gris, de pratiques d'intérêt et d'avis d'experts.

Rendez-vous sur la page web du Consortium d'InterS4 où vous pourrez consulter divers fichiers sur « L'apport des personnes âgées à leurs milieux avec des exemples concrets ». Notamment :

- *Leur contribution à la vitalité économique*
- *Leurs divers rôles qui favorisent la santé et l'entraide*
- *Leur apport à la vitalité des communautés régionales*
- *Leur engagement politique*
- *Leur participation à la culture et l'identité collective*

Les personnes plus âgées contribuent à leurs milieux à travers leurs liens sociaux et leur participation politique, économique, artistique, sociale ou citoyenne. Les exemples présentés permettent d'illustrer certaines de ces contributions.

[Cliquez ici pour en apprendre d'avantage](#)

Page web InterS4 : <https://consortiuminters4.ugar.ca/bibliotheque/sommaire-connaissances-valeur-ajoutee-maintien-personnes-ainees-dans-leur-milieu-en-region/>

Source : Pelletier-Smith, M., Bourget, M., Bolduc, E., Bastille, I. (2024) L'apport des personnes âgées à leurs milieux - Quelques exemples concrets,

PROTÉGER VOTRE DOSSIER DE CRÉDIT CONTRE LA FRAUDE ET LE VOL D'IDENTITÉ

Votre protection

Votre dossier de crédit regroupe plusieurs informations sur votre situation financière. Il permet de vous identifier, de connaître vos dettes actuelles et passées, et de savoir si vous êtes un bon payeur. L'Autorité des marchés financiers peut vous aider à mieux protéger votre dossier de crédit et les renseignements qu'il contient. En plus, elle peut vous assister si vous vivez certains enjeux liés à son accès ou à sa protection.

Vous l'aurez compris, protéger les renseignements qui se trouvent dans votre dossier de crédit est très important. Heureusement, il existe deux mesures de protections principales pour vous aider à sécuriser votre dossier de crédit : l'alerte de sécurité et le gel de sécurité.

L'alerte de sécurité

Vous pensez avoir été victime d'un vol de renseignements personnels? Vous pouvez activer une alerte de sécurité sur votre dossier de crédit. Cette alerte oblige l'entreprise ou la personne qui consulte votre dossier à faire des vérifications supplémentaires pour s'assurer qu'elle traite bien avec vous.

Pour activer cette alerte, contactez les agences de crédit Équifax et Trans Union. Aucuns frais ne vous seront exigés pour activer cette alerte. Vous devrez fournir un numéro de téléphone pour vous joindre afin que l'alerte soit en vigueur.

Le gel de sécurité

Le gel de sécurité est une mesure de protection visant surtout à prévenir l'utilisation frauduleuse de vos renseignements personnels.

Il bloque temporairement la transmission de vos renseignements détenus par les agences de crédit (Equifax et Trans Union) aux entreprises ou personnes qui désirent consulter votre dossier pour une demande de prêt ou de crédit. Prenez note que les employeurs, agences de recouvrement ou de placement, gouvernements, propriétaires de logement et assureurs auront encore accès à votre dossier de crédit, avec votre permission, durant le gel.

Vous pouvez exiger un gel de sécurité en contactant l'une ou l'autre des deux agences de crédit, si vous croyez avoir été victime d'un vol d'identité. L'agence de crédit vous expliquera :

- en quoi consiste le gel de sécurité
- les démarches à entreprendre pour l'activer
- les mesures à prendre pour demander par la suite son retrait en toute sécurité.

Le retrait du gel de votre dossier de crédit ne pourra se faire qu'à la suite d'une demande de votre part.

Cependant, vous devrez l'avoir transmise à l'agence d'évaluation de crédit avant de pouvoir faire une nouvelle demande de prêt ou de crédit.

La note explicative

Sans être à proprement dit un mécanisme de protection, la note explicative peut être utile pour certains consommateurs. Elle vous permet de le mentionner à votre dossier si vous vivez une mésentente avec une agence d'évaluation du crédit ou un commerçant.

Par exemple, si une dette figure toujours à votre dossier alors que vous l'avez déjà réglée, c'est possible de faire mettre une note explicative à votre dossier. Dans le cas où une personne ou une entreprise aurait à consulter votre dossier de crédit, elle verrait qu'une demande de correction a été faite par vous et que cette dette pourrait disparaître prochainement de votre dossier.

Vous avez besoin d'assistance?

L'AMF veille à l'application de la *Loi sur les agences de crédit*. Elle encadre les pratiques commerciales et les pratiques de gestion des agents d'évaluation du crédit Équifax et Trans Union.

Nous pouvons vous éclairer sur vos droits et vous assister concernant :

- l'accès à votre dossier de crédit et à votre cote de crédit par Internet et **gratuitement**;
- votre droit d'inscrire une note explicative à votre dossier de crédit;
- votre droit d'activer une alerte de sécurité à votre dossier de crédit;
- votre droit de porter plainte contre Équifax ou Trans Union.

Pour plus d'informations au sujet de vos droits et recours à l'égard des agences de crédit, contactez notre Centre d'information au 1 877 525 0337.

Source : autorité des marchés financiers, par Audrey Plante.

LA TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS VOUS INVITE À UNE JOURNÉE DE CONCERTATION RÉGIONALE

Ne manquez pas cette occasion de vous faire entendre! La Table concertation régionale de Chaudière-Appalaches organise une demi-journée de consultation le 14 mars prochain et vous êtes cordialement invités à y participer.

Inscription obligatoire

Surveillez votre boîte de courriel au cours des prochains jours vous recevrez le formulaire d'inscription à compléter pour participer.

BON COUP DANS CHAUDIÈRE-APPALACHES SOLIDARITÉ DE L'ANGE-GARDIEN

Solidarité de L'Ange-Gardien

Notre mission est d'œuvrer pour maintenir le bien-être et améliorer la qualité de vie de la communauté en mettant l'accent sur la prévention et l'entraide.

SERVICES AIDE-MOI!

Cette initiative consiste à jumeler un volontaire-aidant et un demandeur, pour que le premier puisse offrir un soutien à l'entretien de la propriété du second.

J'AIDE et J'AIME ÇA!

MERCI!
AUX COLLABORATEURS ET PARTENAIRES FINANCIERS

SERVICES AIDE-MOI!

L'ANGE GARDIEN

Table concertation des AÎNÉS des Collines

N'hésitez pas à nous faire part de vos bons coups!

ÉVÉNEMENTS EN JANVIER ET FÉVRIER 2025

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	RESPONSABLE
JANVIER	Mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer	
2-8 FÉVRIER	Semaine de prévention du suicide	
14 FÉVRIER 2025	St-Valentin	
7 - 16 FÉVRIER	Carnaval de Québec édition 2025	

Production Norman MacPhee : Corrections : Julie Forgues, Lise Patoine, Sabrina Gonthier Diffusion : Norman MacPhee
Prochaine livraison du bulletin 15 février 2025



Table de concertation des aînés de
Chaudière-Appalaches
5501, rue Saint-Georges,
Lévis (Québec) G6V 4M7

Téléphone : 418 833-5678, poste 9
Sans frais : 1 877 533-5678 poste 9
tableainesca12@gmail.com
www.tabledesainesca.wordpress.com