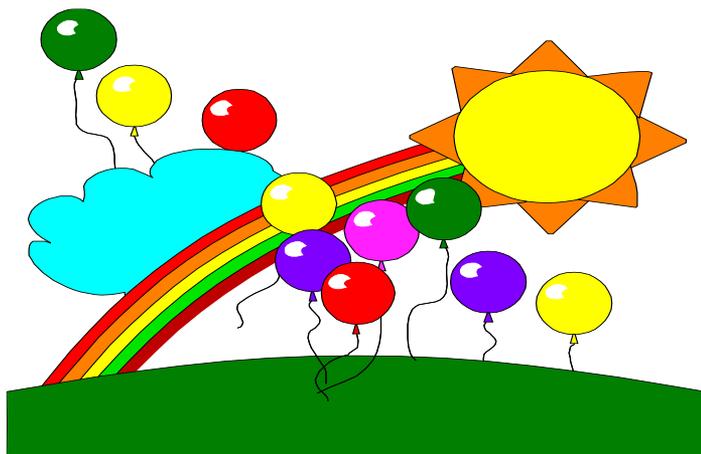


L'Arc---en---Ciel



Novembre 2023 VOLUME 27 NUMÉRO 1
SECTEUR (C) BAIE-DES-CHALEURS
RÉGION 01



ASSOCIATION DES RETRAITÉES ET RETRAITÉS
DE L'ÉDUCATION ET DES AUTRES SERVICES
PUBLICS DU QUÉBEC

Sommaire

- 3 Mot de la présidente du secteur
- 4 Nouvelles de la région
- 6 Conseil sectoriel
- 7 Responsables des comités sectoriels
- 8 Congrès 2023
- 10 Comité des femmes
- 11 Comité sociopolitique
- 12 Comité des hommes
- 13 Comité retraite
- 13 Comité assurances
- 14 Fondation Laure-Gaudreault
- 15 Dîner de la moisson et PTEA
- 16 Êtes-vous optimistes?
- 17 Novum
- 18 Hommage à nos disparus et à leurs proches
- 19 Déclin cognitif
- 21 Calendrier des activités 2023-2024
- 22 Dîner de la moisson en photos
- 23 Visite au Site historique en photos
- 24 Portrait des femmes âgées au Québec

Plusieurs facteurs entraînent un changement d'adresse et de courriel. Chaque parution du bulletin provoque un nombre de retour de courriel qui serait évité si les personnes concernées me communiquaient leur nouveau courriel à :

journal-arc-en-ciel@outlook.com

De même, il est fort important de rapporter un changement d'adresse aux assurances Beneva et à l'AREQ.

Mot de la présidente sectorielle



Bonjour à vous, membres AREQ Baie-des-Chaleurs.

J'ai débuté la présidence de notre secteur avec un automne assez occupé.

Le conseil sectoriel s'est rendu à Matane pour une rencontre régionale à la mi-septembre, ensuite j'ai assisté à un conseil régional au début octobre et à un conseil national à la fin octobre à Drummondville.

Nous avons eu des déjeuners dans chaque sous-secteur, soit Matapédia, Carleton, Bonaventure et un dîner à Paspébiac. Le 17 octobre, le dîner de la moisson au centre de congrès de la Baie-Bleue a été une belle journée avec conférences et échange de produits. Je tiens à vous remercier pour votre grande participation à toutes ces activités.

Au conseil national, nous avons reçu des informations sur les différents comités en place au National, conférence sur les fraudes internet et une conférence sur le projet de loi 15 sur la réforme en santé. Nous avons eu la présentation du plan d'action 2023-2026 et le projet des prévisions budgétaires du national qui fût accepté. De ce budget découle l'argent que reçoit le conseil régional, le conseil sectoriel, ce qui nous permet d'organiser des activités et des projets à moindre coût.

Après des rencontres et différentes discussions qui eurent lieu dans la dernière année concernant ce sujet, l'AREQ (CSQ) a décidé de changer d'image lors de ce congrès de juin dernier. On peut déjà voir son logo sur les plateformes de l'AREQ.

Pour ceux qui ne l'ont pas encore fait, inscrivez-vous à l'Infolettre – AREQ. Vous y trouverez différentes informations ainsi que dans la revue Quoi de neuf.

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questionnements.

Le temps froid s'installe et le temps des fêtes s'en vient, vous recevrez bientôt les informations pour les divers soupers qui auront lieu dans votre sous-secteur.

J'espère vous y rencontrer.

N'oubliez de mettre à votre agenda les dates suivantes :

Le 8 mai 2024, AGS (assemblée générale du secteur) au centre du congrès à Carleton.

Le 1^{er} juin 2024, AGR (assemblée générale de la région) à Gaspé.

Je profite de ce message pour vous souhaiter un beau temps des fêtes avec famille et amis.

Sylvianne Huard, présidente secteur Baie-des-Chaleurs

Nouvelles de la région



Bonjour à vous membres AREQ de la région 01,

C'est un plaisir de vous saluer suite à notre assemblée générale régionale, qui s'est tenue à Mont-Joli, le 4 mai dernier. Tenant compte des intempéries de la Côte-Nord et des traversiers en réparation, nous étions 134 personnes à y participer. Merci de votre participation.

Le conseil exécutif régional a été réélu avec une nouvelle personne à la trésorerie;

Raoul Déraspe, président, Gaspé

Francine Girard ,1^{ère} vice-présidente, Sept-Îles

Géraldine Wafer, 2^e vice-présidente, Rocher-Percé

Lise-Anne Pineault, secrétaire, Mont-Joli-Mitis

Danielle Tremblay, trésorière, Baie-Comeau

Merci de votre implication et merci à Rémi Gagnon qui était en fin de mandat à la trésorerie régionale.

Au congrès 2023, en juin à Lévis une délégation de 39 personnes prenait part aux instances.

Un nouveau Conseil exécutif relèvera le défi pour ce nouveau triennat 2023-2026 :

Présidente : Micheline Germain
1^{er} vice-président, Martin St-Pierre
2^e vice-présidente : Francine Tremblay
Secrétaire : Brigitte Roy
Trésorière : Carole Pedneault

En ce début d'année 2023-2024, nous avons accueilli les membres des conseils sectoriels pour une session régionale à Matane. 54 personnes ont assisté à cette rencontre. Nous avons eu la chance de rencontrer Johanne Freire, responsable du dossier Assurances à l'AREQ et François Sciortino pour le service Novum, service juridique offert aux membres de l'AREQ.

Lors du conseil national, à l'automne 2023, le plan d'action de l'AREQ sera adopté. Nous vous présenterons celui de la région pour adoption, lors de notre AGR 2024, le 1^{er} juin à Gaspé. Je vous invite à y participer en grand nombre. D'autres informations suivront au cours de l'année.

À votre assemblée générale sectorielle en avril dernier, certains postes ont été en élection. La présidence, la 2^e vice-présidence, le secrétariat et la personne 2^e conseillère. Certains postes étaient renouvelables. Bravo et merci à ceux et celles qui ont renouvelé. Merci aussi à vous qui avez terminé votre deuxième mandat. Certains secteurs ont accueilli de nouvelles personnes au conseil sectoriel, nous serons là pour vous aider et vous supporter durant ce triennat.

Je vous souhaite un bel automne et vous invite à participer en grand nombre à vos activités.

Une année 2024 de joie, de santé et de bonheur.

Que vos souhaits les plus chers se réalisent !

Raoul Deraspe, président régional 01

Conseil sectoriel, AREQ Baie-des-Chaleurs

Présidente

Sylviane Huard 364-6343
shuard1@telus.net



1^{ère} Vice-présidente

Diane Béchard 788-5717
didi48@outlook.com



2^e Vice-présidente

Diane Whittom 752-6738
diane.whittom@telus.net



Trésorerie

Rémi Gagnon 391-7169
rgremigagnon@gmail.com



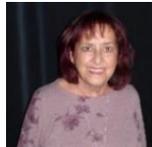
Secrétaire

Marguerite Cummings 865-3014
mcummings1905@gmail.com



1^{ère} Conseillère

Maureen Tennier 534-2074
maurentennier@hotmail.com



2^e Conseillère

Michelle Landry 364-7046
michelle.landry@telus.net



Comités sectoriels

Comité des femmes	Normande Corbet noco-2008@hotmail.com	752-7258
Comité des hommes	Rémi Gagnon rgremigagnon@gmail.com	391-7169
Entraide	Louise Leblanc lalou@telus.net	759-3119
Retraite	Hubert Bourque hbourque51@telus.net	865-2264
Fondation Laure-Gaudreault	Anne-Marie Leblanc annblanc11@hotmail.com	392-4728
Sociopolitique	Chantal Boudreau chantalboudreau.cb@gmail.com	391-7102
Environnement	Dolorès Fallu-Matton falludolores4@gmail.com	794-2699
Assurances	Gisèle Huard huard.gi@gmail.com	364-7463

« L'AREQ, une voix pour les personnes âgées depuis 1961 »

Nombre de membres à l'AREQ

Secteur C, Baie-des-Chaleurs	698
Région 01	4 579
Province	59 890

UNE VOIX POUR LES PERSONNES AÎNÉES DEPUIS 1961

C'est sous ce thème que l'AREQ a tenu son 48^e Congrès, du 5 au 8 juin dernier.



Le Congrès 2023 en 23 points

1. Lieu : Lévis, 48^e congrès
2. Dates : 5 au 8 juin 2023
3. Délégation totale : 448 personnes
4. Délégation Secteur 01C Baie-des-Chaleurs : 5
5. Coût moyen d'un congrès : 750 000\$
6. Thème du congrès : Une voix pour les personnes âgées
7. Nouveau nom de l'AREQ : AREQ-CSQ
8. Retraite de Lise Lapointe : Elle nous a représentés avec fierté et aplomb. Bravo!
9. Nouvelle présidente élue : Micheline Germain
10. Les moments très appréciés : Les conférences et le souper-spectacle

11. 1^{ère} conférence : Le Code Québec : Christian Bourque de Léger Marketing. Au Québec, tout passe par l'émotion. On a le sens de l'humour et la fierté d'être Québécois. On se différencie du reste du Canada et d'ailleurs. Ici, on dit : « oui, oui, mais... » et en France, on répond : « non, non, mais... ».
12. 2^e conférence : Pauline Marois, ex-première ministre du Québec, une femme très inspirante. On peut changer le monde, un geste à la fois.
13. Moment cocasse ou moment exquis : À la suite de la conférence, les gens commentent. Une dame s'avance et s'exclame. « Aurai-je une indexation avant ma mort? J'en ai besoin ». Nous avons tous été saisis par son aplomb et sa sincérité évidente.
14. Spectacle : Isabelle Boulay et ses musiciens. Sublime! Nous apprenons toujours le nom de l'artiste invité à l'entrée de la salle du banquet.
15. Distinction spéciale : La médaille Laure-Gaudreault, offerte par la Fondation Laure Gaudreault, fut remise à Robert Gaulin, président sortant de cette même formation. Et ce, pour souligner la contribution exceptionnelle d'une personne pour son engagement, ses travaux et son bénévolat.
16. Un congrès vert : Bourse du carbone : Scol'Ere avec Charles David-Duchesne.
17. Petits plaisirs : Se promener d'une chambre à l'autre entre le 4^e et le 10^e étage au Centre des congrès de Lévis.
18. Délégués 01C Baie-des-Chaleurs : Hubert Bourque, Fernande Cayouette, Sylvianne Huard, Maureen Tennier, Diane Whitton.
19. Moments les moins aimés : Déjeuners et dîners servis dans des boîtes préparées.
20. Paroles de Lise Lapointe : Une grande force de nos membres : Le bénévolat.
21. Vue d'ensemble du 48^e Congrès : Quel beau congrès! Régulé au quart de tour, un minutieux travail de l'organisation qui a le souci du bien-être des membres. 48 bravos!
22. Devise à partager : « Je me reconnais dans l'AREQ ». Souhaitons-nous de trouver le bonheur de vieillir.

23. Nouveau Conseil exécutif à l'AREQ :



De gauche à droite : Martin St-Pierre, Francine Tremblay, Micheline Germain, Brigitte Roy et Carole Pedneault

Présidente : Micheline Germain, Mauricie – Centre-du-Québec

1^{er} vice-prés. : Martin St-Pierre, Saguenay-Lac-St-Jean

2^e vice-prés. : Francine Tremblay, Saguenay-Lac-St-Jean

Secrétaire : Brigitte Roy, Estrie

Trésorière : Carole Pedneault, Québec-Chaudière-Appalaches

Hubert Bourque

Comité des Femmes

Suggestion de lecture

EN MÉMOIRE D'ELLE : un livre qui

nous raconte sous forme de

témoignages, la vie de gaspésiennes

qui ont bâti notre communauté. Ces femmes du passé et du présent,

de Cap Chat à St-Alexis-de-Matépédia, ont laissé leurs marques et

font partie de nos souvenirs qu'on doit partager. Disponible au

Musée de Bonaventure au coût de 20\$

Normande Corbet



Comité socio-politique

J'ai représenté l'AREQ sur le CA des jeux des 50 ans. Ce fut une expérience enrichissante et demandante!

Je tiens à remercier tous les membres qui ont participé aux jeux. Sûrement que plusieurs d'entre-vous ont aussi fait du bénévolat. L'important est de participer et de bouger afin de se maintenir en forme. Il y a des disciplines pour tous les goûts!

Les jeux des 50 ans auront lieu à New-Richmond. Les dates à mettre dans votre agenda seront 13, 14, 15 et 16 juin 2024. C'est un événement inoubliable! Il y en a pour le goût de tous, soit sport, participation aux soirées, bénévolat, belles rencontres.

L'AREQ est un fidèle partenaire de cet événement.

Pour le domaine socio-politique, je vous invite à lire le "Quoi de neuf" ainsi que l'infolettre.

L'AREQ a présenté un mémoire sur l'aide médicale à mourir, pour une évolution respectueuse de la dignité et de l'autonomie décisionnelle des personnes. Un article l'explique dans le Quoi de Neuf, Été 2023. Vous pouvez aussi consulter le mémoire et l'ensemble des recommandations sur :

areq.lacsq.org/publication/avis-et-mémoires/

Chantal Boudreau



Le savez-vous?

Il existe une banque de lecture du comité national de l'action sociopolitique. Vous y trouvez des livres classés par thème et par ordre alphabétique d'auteur. Pour chacun d'eux, vous trouverez :

- *une section **livre** : quelques commentaires et/ou citations, histoire de vous mettre l'eau à la bouche;*
- *une section **auteur** : parce qu'il est toujours bon de connaître celui ou celle qui nous parlera tout au long de ces pages;*
- *et, lorsqu'elle sera disponible, une **vidéo** nous donnant une idée du livre qu'on s'apprête à lire.*

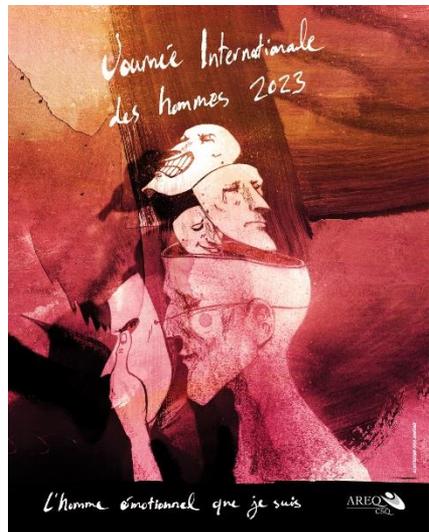
Pour consulter cette banque, vous allez sur le site de l'AREQ-CSQ et vous cliquez sur Dossiers, puis sur Action sociopolitique.

Comité des Hommes

L'HOMME ÉMOTIONNEL QUE JE SUIS : LE THÈME DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES HOMMES DU 19 NOVEMBRE 2023 (Infolettre du 20 octobre 2023)

« L'homme émotionnel que je suis, c'est une main tendue à l'écoute de soi et au respect de ses limites pour un mieux vivre en société. »
Il n'existe pas de réel consensus pour décrire une émotion en psychologie, car chacune implique à la fois des phénomènes neurologiques, biologiques et psychologiques. Conséquemment, derrière une émotion se cachent parfois une réaction neurologique, un geste et tout un état affectif. Sur l'affiche, vous voyez un homme doté d'une certaine capacité d'introspection. Il a l'air résolu, calme et serein. Il a retrouvé un pouvoir d'agir sur lui-même et décide de retirer un masque voulant qu'il reste neutre, une attente issue d'un construit social qui incombe souvent aux hommes. Il est maintenant disposé à jongler avec diverses émotions qu'il est en mesure d'identifier, de comprendre et d'extérioriser.

Avec cette affiche, l'AREQ souhaite inviter ses membres, de même que d'autres personnes dans la société, à rompre avec cette idée erronée qu'il faut réprimer les émotions que nous vivons pour laisser croire à un certain contrôle.



Comité Retraite

RETRAITE QUÉBEC VIENT DE PUBLIER LA MISE À JOUR DE L'ÉVALUATION ACTUARIELLE DU RREGOP

26 octobre 2023, Infolettre

Cette mise à jour laisse entrevoir une possible additionnelle et ponctuelle de la rente de service comprise entre 1982 et 1999. Il faudra toutefois attendre à la fin de l'automne, au moment où le taux d'augmentation de l'indice des rentes (le TAIR) sera connu pour confirmer si une indexation sera versée, et à quel niveau.



Dans l'éventualité du versement d'une indexation additionnelle, Retraite Québec prévoit ajuster la rente en deux temps, soit le 1^{er} janvier 2024 et après le 1^{er} juillet 2024 avec effet rétroactif au 1^{er} janvier 2024.

Selon la décision du gouvernement d'indexer ou non la partie de rente qui est à sa charge, l'indexation additionnelle s'appliquerait sur la moitié de la rente seulement ou sur la totalité de la rente.

Comité assurances

Bonne nouvelle!

Beneva, l'assureur des membres de l'AREQ, a créé un [Guide d'utilisation de réclamation en ligne](#) pour aider les personnes assurées à naviguer dans leur nouvelle plateforme.

Nous vous invitons à en prendre connaissance ou à communiquer directement avec Beneva au 1 888 833-6962. D'ailleurs, le temps d'attente au téléphone a beaucoup diminué!



Fondation Laure-Gaudreault

Laure Gaudreaultses luttes et ses acquis

Un automne chaud, gros débats...négos difficiles. On s'en souvient! Si on recule un peu plus de 60 ans en arrière, un petit bout de femme allait faire face à M. Duplessis afin de faire valoir nos droits.

Naissance de la syndicalisation au Québec

Laure Gaudreault a d'abord mis sur pied la C.I.C. (Corporation des instituteurs,trices) du Québec). Ceci devient par la suite la CEQ et aujourd'hui la CSQ (Centrale des syndicats du Québec). Plus tard, elle se met à l'œuvre pour former une association de retraités.

En 1961, elle recrute 295 personnes retraitées pour former l'AREQ. Son objectif : obtenir une retraite décente pour ces gens ayant vécu des conditions difficiles et des salaires dérisoires. Elle y réussit! La pension est relevée et indexée au coût de la vie.

Laure Gaudreault nous a fait sortir de l'ombre. Avec sa détermination, elle nous a donné des clés pour nous inviter à lutter pour nos droits avec la même ardeur, la même tendresse à nous embarquer dans son mouvement toujours en action! Nous continuons de recueillir des fonds pour venir en aide à différents organismes.

Après plus de 10 ans à la présidence au national, M. Robert Gaulin tire sa révérence comme président.

« Ce ne sont pas les souvenirs que l'on doit chercher dans le passé, ce sont les leçons que l'on peut en tirer pour l'avenir».
(Laure Gaudreault)

Bon automne à chacun, chacune!

Anne-Marie LeBlanc,



Dîner de la moisson et projet toujours en action (PTEA)

17 octobre 2023, Centre des Congrès de Carleton

Le traditionnel dîner de la moisson a remporté sa traditionnelle popularité auprès des 65 membres AREQ présents pour l'occasion. De nombreux produits ont été offerts par les participants de façon à constituer les lots proposés en tirage au profit de la fondation Laure-Gaudreault (FLG). Un projet toujours en action (PTEA) était jumelé au dîner de la moisson nous permettant de bénéficier de deux conférences.

Lors de la première rencontre, une équipe du personnel ambulancier et paramédical (Paramédic) était constituée de Carine Cavanagh, Louis-Charles L'Arrivée et Patrick Lallement de Service Secours Baie-des-Chaleurs de Carleton-sur-Mer. Ces derniers nous ont expliqué comment se déroulait une intervention à la suite d'un appel au 911. Alors qu'auparavant la tâche principale des ambulanciers consistait à transporter les patients vers un centre hospitalier, aujourd'hui, les paramédics reçoivent une formation leur permettant de ``traiter`` avant de ``transporter``.

Ils examinent et questionnent afin d'intervenir judicieusement. Ils sont constamment en communication avec une ressource médicale. Si nécessaire, ils peuvent intuber, administrer un médicament, utiliser un défibrillateur. Ils recueillent le plus d'informations possibles à transmettre aux médecins à l'arrivée à l'hôpital.

Nos conférenciers nous ont montré et expliqué leur équipement et les accessoires dont ils pouvaient avoir besoin lors d'une intervention.

Cette présentation a suscité un fort intérêt de l'assistance et plusieurs questions ont permis de compléter l'information.

Il est évident que le personnel paramédical pratique un métier exigeant et combien nécessaire.



La seconde conférence a permis à Mme Nicole Babin, ostéopathe, de nous entretenir de sa profession. L'ostéopathie est une approche douce manuelle dont l'objectif est de rétablir la fonctionnalité des structures et des systèmes du corps humain. Fondée en 1874 au Texas par le dr Andrew Taylor Skill, cette approche remporte assez de succès médicaux que le dr Skill fonde la 1^{ère} école d'ostéopathie à Kirksville, l'American School of Osteopathy, où on dispensa un diplôme de doctorat en médecine ostéopatique à partir de 1897.



Mme Babin nous a expliqué quand il était préférable de recourir aux services de l'ostéopathie d'autant plus qu'elle compte sur plusieurs consœurs dans ce domaine dans notre région. Encore cette fois, plusieurs questions et commentaires ont démontré l'intérêt de l'assistance.

Un excellent dîner nous a été servi suivi par les nombreux tirages de produits d'artisans et maraichers.

Voilà la recette d'une agréable activité informative et sociale bien ficelée par les membres de notre conseil sectoriel.

Réal Cavanagh

ÊTES-VOUS OPTIMISTE? Infolettre, 28 août 2019

Le 26 août, la revue scientifique « [Proceedings of the National Academy of Sciences \(PNAS\)](#) » a dévoilé les [résultats d'une étude](#) sur l'effet de l'optimisme sur la santé des personnes âgées.

Selon l'étude, les hommes optimistes vivraient 11 % plus longtemps que les pessimistes, et chez les femmes, la longévité serait accrue de 15 %. « C'est du même ordre qu'un diagnostic de diabète ou une crise cardiaque avant 60 ans pour les hommes ou 70 ans chez les femmes », a expliqué l'auteure principale de l'étude de PNAS, Lewina Lee, de l'Université de Boston.

Pour une espérance de vie moyenne de 80 ans, la différence entre optimistes et pessimistes pourrait faire une différence de dix années. Pour les personnes de plus de 85 ans, l'effet serait encore plus grand, soit une augmentation de la longévité de 50 % pour les femmes et de 70 % pour les hommes.

NOVUM
UN NOUVEL ACCÈS
À LA JUSTICE



L'AREQ est fière de s'allier à Novum afin d'offrir un service de consultations juridiques **gratuites** et **illimitées** à ses membres. L'entente de deux ans découle d'un projet-pilote apprécié par les membres de l'Association.

Les consultations couvrent toutes les questions juridiques d'ordre personnel* : **Le droit criminel est exclu.*

Droit familial (séparation, divorce, garde d'enfants, etc.)

Droit civil (garantie légale, contrat de vente auto et habitation, contrat bancaire, faillite, bail en résidence, etc.)

Immigration

Les consultations incluent la recherche de jurisprudence, l'analyse des documents, la formulation d'avis juridiques verbaux, ainsi que les explications des impacts juridiques d'un recours.

Ligne téléphonique sans frais accessible partout au Canada pour les membres de l'AREQ :

1 844 745-4714

Pour une prise en charge simple et rapide de votre demande, nous vous invitons à la soumettre via l'application mobile Accès Novum, disponible sur toutes les plates-formes.

Si vous n'êtes pas en mesure d'utiliser l'application mobile, nous vous invitons à laisser un message vocal en mentionnant :

- Votre nom complet;
- Votre numéro de membre;
- Mentionnez que vous êtes un membre de l'AREQ;
- Votre numéro de téléphone;
- Et la date à laquelle vous devez vous présenter devant un tribunal, le cas échéant



Site Internet : novumlegal.ca

Hommages à nos disparus et à leurs proches

Nous déplorons un décès parmi nos membres :

Lucille Boudreau, 2023-11-08

Des consœurs et confrères ont perdu des parents :

Rolande Pineault, son frère, Jean-Marie, 2023-05-30

Gaétan Grenier, sa mère, Lydia Delarosbil, 2023-07-11

Françoise Caissy, son conjoint, Raymond Cyr, 2023-07

Anne-Marie Leblanc, sa mère, Marguerite Cormier, 2023-07-26

Monique St-Onge, sa sœur, Jacqueline, 2023-07-25

Madeleine St-Onge, sa mère, Jacqueline, 2023-07-25

Thérèse Blais, sa sœur, Marie-Paule, 2023-08-24

Louis-Marie Rivard, sa sœur, Roselyne, 2023-09-05

Viola Landry, son frère, Vital, 2023-09-28

Betty Casey, sa sœur, Jane, 2023-10

Kathleen Casey, sa soeur, Jane, 2023-10

**Aux membres, parents et amis,
recevez nos sincères condoléances.**

Louise Leblanc 418-759-3119 ou lalou@telus.net

*Visitez notre site Web ainsi que la page **FaceBook de notre secteur en écrivant dans l'espace de recherche FaceBook : areq baie des chaleurs 01c**. D'autres photos sont déposées sur notre site WEB.*

DÉCLIN COGNITIF : SOYEZ AVISÉS POUR MIEUX AIDER VOS PROCHES

26 septembre 2023 Infolettre

Comme plusieurs personnes, vous accompagnez peut-être à l'occasion un conjoint, un parent, un frère, une sœur ou même un ami. Vous croyez observer chez cette personne des signes de déclin cognitif? La gestion qu'elle fait de ses finances personnelles vous préoccupe? Vous souhaitez lui venir en aide?

Savoir reconnaître les signes avant-coureurs de déclin cognitif chez une personne est un atout. Souvent, des comportements financiers étranges peuvent être révélateurs d'un trouble neurocognitif ou encore de maltraitance financière.

Les personnes présentant des premiers signes de troubles cognitifs peuvent faire des achats inusités ou impulsifs, changer leurs habitudes de placement, ou commencer à garder de grandes quantités d'argent comptant à la maison ou à accumuler des dettes.

Les troubles neurocognitifs importants sont un facteur de vulnérabilité pouvant également mettre une personne à risque de maltraitance financière. L'isolement, le décès d'un conjoint ou un réseau familial et de proches qui diminue sont des facteurs pouvant également contribuer à augmenter la vulnérabilité. Certaines décisions financières prises dans des conditions difficiles peuvent souvent être lourdes de conséquences.

Quelques exemples de signes avant-coureurs auxquels porter attention :

- La personne laisse traîner des enveloppes sans les avoir ouvertes ou accumule des factures impayées;
- La personne perd ses documents;
- La personne fait plusieurs achats inhabituels avec sa carte de crédit;
- La personne accumule ou achète des biens dont elle n'a pas besoin ou encore achète des choses qu'elle avait déjà;
- Il y a un manque à gagner ou les fonds dans les comptes courants sont insuffisants pour régler les dépenses courantes;

- La personne ne parvient pas à faire des calculs simples ou encore à comprendre des concepts financiers de base.

Comment venir en aide? Quelques pistes pour lancer la discussion

Il est beaucoup plus simple de prévenir que d'attendre qu'une personne perde la capacité de gérer seule ses finances, d'où l'importance de ne pas hésiter à aborder la question avec vos proches vieillissants.

Vous pouvez profiter d'une situation ou d'un cas vécu pour en parler. Par exemple, quelqu'un de votre entourage a-t-il récemment vécu une mauvaise expérience parce que les choses n'avaient pas été bien planifiées? Une autre connaissance, un voisin, un ami est-il devenu inapte récemment?

Vous pouvez leur rappeler qu'accepter de l'aide ne veut pas dire que l'on n'a plus le contrôle sur ses finances. C'est plutôt une façon d'assurer la bonne continuation de la gestion de ses finances personnelles tout en se protégeant de la fraude et de la maltraitance financière.

Vos proches seront sans doute rassurés par votre bienveillance et par votre présence en cas de besoin.

Quelques ressources pour vous aider dans l'accompagnement d'un proche

Ligne Info-Social 811 : Si vous avez des inquiétudes pour un proche, les professionnels d'Info-Social 811 peuvent vous informer ou intervenir en situation de crise. Ils peuvent aussi vous diriger vers une ressource du réseau de la santé et des services sociaux ou vers une ressource communautaire.

Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés 1 888 489-2287 : La LAMAA est un service téléphonique d'écoute et de référence spécialisé en maltraitance envers les personnes âgées et toute personne majeure en situation de vulnérabilité.

Calendrier des activités planifiées pour l'année 2023-2024

ACTIVITÉS PLANIFIÉES	MATAPÉDIA	CARLETON	BONAVENTURE	PASPÉBIAC
Déjeuners septembre 2023	22 septembre 2023 Chez Claudine	20 septembre 2023	27 septembre 2023	Dîner 6 octobre 2023 À l'Ancre de Paspébiac
Accueil des nouveaux membres	Mardi, 07 novembre 2023			
Dîner de la moisson et PTEA	Mardi, 17 octobre 2023			
Soupers de Noël 2023	1er décembre 2023	15 décembre 2023	5 ou 12 décembre 2023	
Déjeuners 2024	À déterminer	20 mars 2024	À déterminer	13 février 2024
Rencontre des téléphonistes	Fin mai ou début juin 2024			
PTEA	À déterminer en avril 2024			
AGS	08 mai 2024 à Carleton			
AGR	01 juin 2024 à Gaspé			
Congrès de l'AREQ	En 2026			

Au dîner de la moisson, plaisir de s'informer et de se rencontrer



Paspébiac, 14 juin 2023, visite au Site historique

Vraiment, la portion visite était très intéressante. Pour plusieurs c'était une découverte. Le dîner était très bon. Tout le monde était de bonne humeur et a aimé la journée.



**Adresse de retour : 72 Rue Alexis-Bernard,
Carleton G0C1J0**

L'INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC DÉVOILE SON PLUS RÉCENT PORTRAIT DES FEMMES ÂÎNÉES AU QUÉBEC

Infolettre, 25 septembre 2023

Le *Portrait des femmes âgées au Québec* vise à mettre en lumière différentes facettes de la vie personnelle, familiale, communautaire et sociale des femmes âgées. Au total, plus de 50 indicateurs sont présentés. Cinq grands thèmes sont couverts : la population, le travail et la retraite, les conditions de vie matérielles, le mode de vie et la participation sociale.

Ce projet résulte d'un partenariat entre l'ISQ et le Secrétariat aux aînés du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Le saviez-vous?

- Au Québec, la proportion de femmes parmi les personnes de 65 ans et plus était de 53 % en 2022. Cette proportion atteint 64 % chez les 85 ans et plus. Par ailleurs, on comptait 2 784 centenaires parmi les femmes et 812 parmi les hommes.
- La proportion de personnes âgées ayant agi comme proches aidantes est similaire chez les femmes et chez les hommes (21 % c. 20 %).

Les femmes âgées sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à avoir un

- faible revenu selon la Mesure du faible revenu (17 % c. à 10 %).

Pour en savoir plus : <https://statistique.quebec.ca/fr/communiquer/portrait-femmes-ainees-quebec>