



La MRC, amie des aînés

ÉDITION 7 – volume 2 – septembre 2022

ACTUALITÉS

L'âgisme, ça vous dit quelque chose?

Des cheveux gris qui ne passent plus à la télé... une remarque désobligeante du genre : les « personnes de votre âge »... une propension à vouloir vous envoyer à la retraite, alors que ce n'est pas ce que vous souhaitez...



L'âgisme, c'est une attitude discriminatoire à l'égard d'une personne en raison de son âge. Ça vous dit quelque chose?

Au Canada, près de deux aînés sur trois affirment avoir été traités injustement ou différemment en raison de leur âge.¹

La bonne nouvelle, c'est qu'on en parle de plus en plus souvent et sur des tribunes diversifiées.

Même que récemment, le thème de l'âgisme s'est invité dans la campagne électorale lorsque l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a réclamé des actions contre l'« âgisme systémique », notamment à propos de la question du revenu des aînés.² L'AQDR déplore le manque de mesures structurelles améliorant les conditions de vie des aînés et elle propose l'instauration d'un revenu viable.

De plus, et ce jusqu'au 30 septembre, il est possible de participer à une consultation pancanadienne sur l'âgisme, organisée par le Forum fédéral, provincial et territorial des ministres responsables des aînés.

¹ Revera et Fédération internationale du vieillissement. (2012). Rapport de Revera sur l'âgisme. https://ifa.ngo/wp-content/uploads/2017/07/Report_Ageism_FINAL_FRrv.pdf

² Actions réclamées contre l'« âgisme systémique ». Texte de Zacharie Goudreault, Le Devoir, 17 août 2022

Il s'agit d'un groupe intergouvernemental constitué pour partager des informations, pour discuter des enjeux nouveaux et émergents sur les aînés, et pour travailler en collaboration sur des projets clés. Sur le site de la consultation, vous trouverez plein d'outils et de publications récentes sur le vieillissement.

<https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/aines/forum.html>

Au Québec, certaines chaires de recherche s'intéressent au phénomène depuis quelques années.

Par exemple, la Grande interaction pour rompre avec l'âgisme (GIRA) est le résultat d'une démarche intergénérationnelle et intersectorielle. Depuis l'automne 2019, les professeurs Dany Baillargeon et Mélanie Levasseur pilotent un travail collaboratif impliquant 38 étudiants du baccalauréat en communication appliquée (Université de Sherbrooke (UdS)), six étudiants de la maîtrise en communication stratégique (UdeS), sept professeurs provenant de quatre universités (UdeS, Université Laval, Université de Montréal et d'Ottawa) et sept aînés.

Visant à rompre avec l'âgisme, GIRA propose des moyens pour changer nos perceptions, attitudes et comportements en diffusant et en valorisant des recherches scientifiques rigoureuses sur les causes, effets et enjeux de l'âgisme. <https://rompreaveclagisme.ca/>



CULTURE ET COMMUNAUTÉ

Félicitations aux lauréats !

En juin, la MRC a dévoilé les noms des lauréats de la 8^e édition du Prix Distinction-Famille qui vise à mettre en lumière ceux et celles qui contribuent au mieux-être et à l'amélioration de la qualité de vie des familles établies sur son territoire.

Dans la catégorie « Citoyen », le prix a été remis à M^{me} Jacqueline Sénécal. Impliquée depuis de nombreuses années dans le comité de la FADOQ de La Présentation et auprès de Diabète Québec, M^{me} Sénécal a reçu plusieurs prix et mentions d'honneur pour ses nombreux engagements et son grand dévouement.

« Un remerciement sincère pour le plaisir et l'honneur que vous m'avez accordés le 14 juin. J'ai vécu une adorable et mémorable soirée en votre compagnie. J'ai un mari, un époux aussi généreux de son temps que moi. C'est une soirée que nous ne sommes pas prêts d'oublier. »

~ Jacqueline Sénécal

Dans la catégorie « Organisme à but non lucratif et groupe de citoyens reconnu », le prix a été décerné à Loisirs Saint-Hugues. L'implication inlassable des bénévoles du comité de loisirs constitue un apport inestimable au rayonnement de la municipalité en créant des événements rassembleurs et des activités pour tous les goûts.

Dans la catégorie « Commerce, entreprise et place d'affaires », les membres du jury ont choisi de récompenser Décalcorama inc. Pendant la pandémie, l'entreprise a décidé d'offrir des tablettes électroniques au Centre de pédiatrie sociale Grand Galop afin d'aider les enfants qui n'avaient pas d'ordinateur à la maison. Aussi, grâce à sa générosité, une dizaine d'enfants des niveaux primaire et secondaire ont dorénavant la chance de recevoir du tutorat personnalisé. Avec la camionnette de l'entreprise, les employés offrent du transport à certains enfants qui ne peuvent pas se déplacer à pied pour participer aux rencontres.

Dans la catégorie « Institution publique », le prix a été décerné à l'Institut de technologie agroalimentaire du



Québec (ITAQ). Depuis près de 20 ans, les légumes produits et récoltés dans les champs et les serres de l'ITAQ sont remis à l'organisme La Moisson Maskoutaine qui les redistribue aux personnes vulnérables. L'ITAQ fournit également les transplants pour les bacs à légumes, fines herbes et fruits, « Les incroyables comestibles », disposés gratuitement dans plusieurs municipalités de la MRC.

Les membres du jury ont accordé une mention de mérite à Comptoir-Partage La Mie qui offre une aide alimentaire variée et de qualité, ainsi que des produits d'hygiène à plus de 6 335 ménages maskoutains.

Félicitations aux lauréats et un merci chaleureux à tous ceux qui ont soumis une candidature. Prochain rendez-vous en 2024 !

Pour voir toutes les photos de l'édition 2022 et le cahier souvenir, rendez-vous à <https://www.mrcmaskoutains.qc.ca/post/prix-distinction-famille-2022>



Les lauréats de l'édition 2022 : Mme Christine Noël (Loisirs Saint-Hugues), Mme Jacqueline Sénécal (citoyenne de La Présentation), M. Claude Harpin (Décalcorama inc.), Mme Chantal Roy (Comptoir-Partage La Mie) et Mme Chantal Fortier (Institut de technologie agroalimentaire du Québec). Ils sont entourés par M. André Charron, directeur général, Mme Louise Arpin, présidente de la Commission permanente de la famille et M. Simon Giard, préfet de la MRC des Maskoutains.

Patrick Roger, photographe ©

INFORMATION ET RÉFÉRENCES

Action Emploi aide les chercheurs d'emploi de 50 ans et plus

Vous êtes à la recherche d'un nouveau défi? Vous avez besoin de travailler, mais ne savez pas par où commencer vos démarches? Action Emploi prépare actuellement une session d'accompagnement pour les chercheurs d'emploi âgés de 50 ans et plus. Ces services sont offerts sans frais grâce à la participation financière du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale. Il est également possible, sous certaines conditions, de recevoir une allocation financière pour la participation à ce programme.

Cette démarche, qui débutera le 3 octobre prochain, permet d'établir un plan d'action concret et réaliste afin d'acquiescer tous les atouts nécessaires à la réussite d'une recherche d'emploi efficace. Le programme comprend des rencontres individuelles personnalisées

avec un conseiller en emploi et des ateliers, en petit groupe.

SEULEMENT POUR LES 50 ANS ET PLUS!
Démarche ciblée
permettant de découvrir un emploi à votre mesure
Sans frais - Possibilité d'allocation de participation*

Pour une recherche d'emploi efficace 450 773-8888
Prochaine session Le 3 octobre 2022
*Des conditions s'appliquent



Avec la participation financière de: Québec, Action Emploi, D'ailleurs formation



Pour renseignements:
Richard Plouffe,
conseiller en emploi
450 773-8888, poste 251
rplouffe@action-emploi.ca

VEILLISSEMENT ET SANTÉ

Bienfaits de la nature sur notre santé

Des études récentes ont démontré à quel point la nature peut être bénéfique pour l'humain. Dans un rapport livré en mars 2021 à la Société des établissements de plein air du Québec (SÉPAQ)³ à ce sujet, on énumère ses bienfaits physiologiques, psychologiques ou cognitifs. En voici quelques-uns:

- ♥ Réduction de la fréquence cardiaque
- ♥ Réduction de l'anxiété
- ♥ Amélioration de l'humeur
- ♥ Augmentation de la vitalité, diminution de la fatigue
- ♥ Réduction de la fatigue mentale et de la confusion, etc.

Tout ceci vous incite à aller prendre l'air?

Connaissez-vous le Boisé de la Crête Saint-Dominique?

Il y a, à Saint-Dominique, un magnifique parc naturel qui vaut le détour pour l'intérêt de sa topographie, sa couverture végétale et sa géomorphologie. Des activités de plein air y sont offertes en toutes saisons telles que la randonnée pédestre, le vélo, le ski de fond et la raquette. Le site, administré par un organisme à but non lucratif, est situé en face des Pavages Maska (767, Principale). Visitez leur page Facebook (sous le nom de Boisé de la Crête Saint-Dominique) pour plus de détails.



Les Studios François Lavoie

³ https://www.sepaq.com/resources/docs/org/autres/org_icm_rapport_nature_sante_globale.pdf

ACTUALITÉS



JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS
1^{er} octobre 2022
PIERRE LAVOIE
PORTE-PAROLE 2022

CONFÉRENCE des Tables régionales de concertation des aînés du Québec
En partenariat avec: Québec, LAVAL RÉGION HÔTE 2022
Avec eux, pour eux

Journée internationale des aînés

Le conseil de la MRC profite du 1^{er} octobre, Journée internationale des aînés, pour sensibiliser les citoyens et les citoyennes de son territoire au rôle crucial des aînés partout dans le monde et reconnaître leur contribution au développement de la société.

Au niveau provincial, la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec a choisi de souligner cette journée sous le thème « Avec eux, pour eux » et elle a recruté un porte-parole bien connu soit Pierre Lavoie, du Grand défi qui porte son nom, un important précurseur de la promotion du vieillissement actif.

Du côté de la MRC, c'est « Avec eux et pour eux » que nous sommes actuellement en pleine révision de notre Politique régionale des aînés et des politiques locales dans 11 de nos municipalités membres. Les comités de travail de ces différentes mises à jour comptent notamment 24 bénévoles aînés que les élus remercient sincèrement pour leur contribution.

TRANSPORT ET MOBILITÉ

Le service de transport... pour votre autonomie!

Vous désirez vous déplacer pour un rendez-vous, le travail ou tout simplement pour prendre un bon repas avec des amis! La MRC vous offre la possibilité de vous y rendre facilement:

- ◆ Par le transport adapté, qui est un service de transport en commun de type porte-à-porte, destiné aux personnes qui présentent des limitations significatives et persistantes.
- ◆ Par le transport collectif régional, qui est offert à toute autre personne et fonctionne par points de chute préétablis.

Quels que soient vos besoins, il suffit de remplir le formulaire qui convient à votre situation sur le site de la MRC à : mrcmaskoutains.qc.ca. Vous pouvez également en faire la demande en nous téléphonant au 450 774-3170.



Les Studios François Larivière

La plage horaire du service est la suivante :

Lundi au vendredi : 5 h 15 à minuit h 30

Samedi : 8 h à minuit

Dimanche : 8 h à 22 h

HABITATION ET ENVIRONNEMENT

Les maisons intergénérationnelles ont la cote!



Le 23 août, Espace Muni a dévoilé les résultats d'une enquête brossant un portrait des maisons intergénérationnelles au Québec.

L'enquête a révélé que 83% des personnes répondantes souhaitent qu'une mise à jour des lois et des programmes soutienne mieux le déploiement des maisons intergénérationnelles et elles réclament une stratégie nationale en faveur de celles-ci.

92% des personnes répondantes considèrent que ce type d'habitation est essentiel dans le marché et qu'il apporte une contribution directe à l'offre en habitation pour les personnes âgées.

Malgré un engouement certain pour ce modèle, les individus et les municipalités qui souhaitent mettre en place des maisons intergénérationnelles font face à de nombreux obstacles tels que le manque d'information, une réglementation rigide et un encadrement fiscal et légal aux contours parfois flous.

Face à ces obstacles, Espace MUNI propose plusieurs pistes de solutions en plus d'offrir un accompagnement spécialisé aux municipalités intéressées à agir



localement sur la qualité de vie de leurs citoyennes et citoyens. <https://espacemuni.org/un-consensus-en-faveur-des-maisons-intergenerationnelles-au-quebec/>

Quelques chiffres

1 749 maisons intergénérationnelles ont été transigées au Québec en 2020, soit une hausse de 43% par rapport à l'année précédente. Il s'agit toutefois d'une faible proportion si l'on compare ce nombre à l'ensemble des transactions de maisons unifamiliales dans la province. La part de maisons intergénérationnelles était de 2,3% en 2020 contre 1,9% en 2019 et en 2018, indiquent les données de l'Association professionnelle des courtiers immobiliers du Québec.

Nous
joindre



MRC des Maskoutains
805, avenue du Palais
Saint-Hyacinthe (Québec)
J2S 5C6

Ce bulletin d'information, *La MRC amie des aînés*, est produit par la MRC des Maskoutains et issu de la démarche Municipalité amie des aînés (MADA) de la MRC. L'information fournie dans ce numéro peut être reproduite sans réserve. Merci de bien vouloir mentionner la source.

Téléphone : 450 774-3141
Télécopieur : 450 774-7161
admin@mrcmaskoutains.qc.ca
mrcmaskoutains.qc.ca



Municipalité
amie des aînés