



Table de Concertation des Aînés
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES



Au fil des jours

Bulletin électronique volume 12, no 8, 3 mars 2016

SUJETS :

Mot de la Présidente

**** DOSSIER SPÉCIAL, contre la maltraitance envers les aînés**

Fiscalité aînés et proches aidants – Retraite Québec

Le Programme Pair; un service qui sauve des vies!

Défi Santé 2016 – Saines habitudes de vie

Appel aux idées – Journée internationale des aînés 2016

Présentation de l'organisme *Bénévoles d'Expertise*

Nouveau service d'aide aux menus travaux

Calendrier

@ Mot de la Présidente



Jocelyne Rancourt
Présidente

Bonjour à toutes et à tous!

Au nom des membres du conseil d'administration de la Table régionale de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches, j'aimerais féliciter Mme Francine Charbonneau, élue ministre des Aînés.

Sachant qu'une personne sur cinq aura 65 ans et plus en 2021 et que cette proportion augmentera de une sur quatre en 2031, pour les aînés, avoir une voix à l'Assemblée nationale pour reconnaître l'importance de « vieillir en santé et en sécurité chez-soi et dans la communauté » sera déterminant pour entendre et défendre leur réalité.

D'ailleurs, en regard de la sécurité, sachez que la Table régionale travaille avec des partenaires afin d'offrir aux personnes aînées vivant à domicile et à leurs proches, un moyen parmi d'autres d'être rassurés, c'est le programme PAIR! De plus, pour lutter contre la maltraitance envers les aînés (es), nous continuons la réalisation du Plan d'action régional 2013-2015 par l'amélioration des collaborations et des ententes entre les partenaires concernés.

Enfin, nous savons tous qu'afin de maintenir une bonne santé, il faut acquérir et garder de saines habitudes de vie. C'est ce que le Défi Santé 2016 du 31 mars au 11 mai vise par ses objectifs : Manger mieux, bouger plus et garder l'équilibre. Quels sont vos objectifs personnels?

En terminant, je désire souligner la collaboration remarquable de nos membres à la vaste consultation de la Table débutée en janvier 2016, dans le cadre de sa planification stratégique. **Un grand MERCI !!!**

*** DOSSIER SPÉCIAL : Contrer la maltraitance envers les aînés



Dans le numéro précédent portant sur la prévention, figurait parmi les **stratégies d'intervention** suggérées :
« *Diffuser la politique interne ou les lignes directrices concernant la sensibilisation, la prévention et l'intervention auprès des personnes aînées victimes de maltraitance à tout le personnel...* »

Stratégies d'intervention - Le Comité d'orientations régionales de la lutte contre la maltraitance envers les personnes aînées de Chaudière-Appalaches nous fait part de ses travaux.

À l'échéance du Plan d'action régional 2013-2015, les informations recueillies auprès d'une centaine de partenaires par le coordonnateur régional de la lutte contre la maltraitance envers les aînés, M. Rodrigue Gallagher, ont fait ressortir la pertinence de centrer plus particulièrement les efforts de chacun autour de ce qui constituera, pour l'année 2016-2017, la priorité retenue par le Comité: « **Renforcer le filet de sécurité autour des personnes aînées vivant de la maltraitance dans chaque MRC de Chaudière-Appalaches.** »

Évidemment, l'équipe s'attend à ce que les efforts à investir durant ces deux prochaines années permettent de renforcer les ententes de collaboration et les trajectoires d'aide, et ce, de concert avec les divers partenaires concernés par la lutte contre la maltraitance.

Dans le but d'assurer, en continuité, une aide appropriée et une réponse adaptée à tous types de maltraitance envers les aînés, la priorité retenue pour 2016-2017 se traduira essentiellement par la mise en place dans chaque MRC de la région :

- ✚ D'une trajectoire de repérage, d'accompagnement, de soutien et de prise en charge;
- ✚ D'ententes de collaboration entre les partenaires concernés par la problématique;
- ✚ L'accessibilité aux formations et autres outils visant la mise à jour des pratiques.

[Cliquez ici pour en savoir davantage au sujet du Plan de mise en œuvre du Comité](#)

- ✓ Comment cette priorité sera-t-elle développée et appliquée?
- ✓ Quand les travaux seront-ils amorcés?
- ✓ Quelles sont les principales étapes à réaliser en 2016-2017?
- ✓ Qui assurera le leadership des travaux?
- ✓ Qui sera informé de l'évolution des travaux?
- ✓ Outre la priorité retenue, de quelle manière le développement des actions de sensibilisation doit-il être poursuivi et renforcé?

@ Fiscalité aînés et proches aidants



Revenu Québec

Crédits les plus courants pour les aînés et leurs proches aidants



Agence du revenu du Canada

Crédits les plus courants pour les aînés
Montant pour les aidants familiaux

Un NOUVEAU crédit d'impôt est offert au fédéral depuis le 1er janvier 2016 pour les personnes ayant 65 ans ou plus et pour les personnes pouvant bénéficier du crédit d'impôt pour personne handicapée. Il s'agit du *Crédit d'impôt pour l'accessibilité domiciliaire (CIAD)*. Ce crédit est mis en place pour aider ces personnes à supporter les coûts engagés pour des travaux effectués ou pour des marchandises acquises relativement à des travaux de rénovation. [Cliquez ici pour plus d'informations.](#)



Le jeudi 10 mars 2016, de 14 h 30 à 15 h 15, heure de l'Est, l'Agence du revenu du Canada (ARC) offrira un webinaire pour les aînés intitulé *Les aînés et l'impôt sur le revenu*. [Cliquez ici pour vous inscrire](#)

Ce webinaire est une présentation interactive en direct qui vise à offrir une introduction aux sujets clés sur l'impôt pour les aînés, tels que les revenus imposables, le fractionnement de votre revenu de pension, le choix de cesser de verser des cotisations au Régime de pensions du Canada, ainsi que les modes de paiement offerts par l'ARC.

Connaissez-vous le Programme Communautaire des bénévoles en matière d'impôt (PCBMI)?

Ce programme est une collaboration entre des organismes communautaires et l'Agence du revenu du Canada (ARC). Les organismes communautaires mettent sur pied et tiennent des comptoirs de préparation des déclarations afin que les bénévoles puissent remplir les déclarations de revenus et de prestations pour les particuliers admissibles qui ont un revenu modeste et une situation fiscale simple. L'ARC fournit des coordonnateurs et offre de la formation et le logiciel d'impôt.

[Consultez la liste des Comptoirs de préparation des déclarations par des bénévoles au Québec](#)

Si aucun comptoir n'est annoncé dans votre région, vérifiez de nouveau cette page Web car les organismes communautaires ajoutent des comptoirs de façon continue.

Donnez un coup de main!

[Comment devenir un organisme communautaire participant?](#)

Depuis le 1^{er} janvier 2016, la Commission administrative des régimes de retraite et d'assurances (CARRA) et la Régie des rentes du Québec (RRQ) sont regroupées en un seul organisme nommé Retraite Québec.



Retraite Québec constitue un pôle d'expertise en matière de retraite. Tous les services actuels de la CARRA et de la RRQ continuent d'être offerts par ce nouvel organisme.

Plus précisément, Retraite Québec conserve la responsabilité de l'administration du Régime de rentes du Québec, du Soutien aux enfants, des régimes de retraite du secteur public ainsi que des prestations supplémentaires. Elle continue aussi de veiller au bon fonctionnement, à la conformité et au développement des régimes complémentaires de retraite et des régimes volontaires d'épargne-retraite.

Si vous receviez des paiements de l'un ou l'autre des organismes, vous continuerez de les recevoir aux dates habituelles et selon vos préférences de versement. Notez également que toute demande faite auprès de la CARRA et de la RRQ qui n'a pas été traitée avant le 31 décembre 2015, le sera dorénavant par Retraite Québec. Vous n'avez donc aucune démarche à faire.

[Source : rrq.gouv.qc.ca](http://rrq.gouv.qc.ca)

@ Le Programme Pair; Un service qui sauve des vies!

À défaut d'avoir la possibilité de visiter tous les jours nos proches en perte d'autonomie, handicapés, qui oublient parfois de prendre leur médication, ou vivant seuls...

Qu'en pensez-vous s'il était possible de les inscrire à un service de téléphonie automatisé qui permettrait de les joindre une ou plusieurs fois par jour pour s'assurer que ceux-ci sont en sécurité? Imaginez, même, un service qui garantit, en l'absence de réponse à une heure prédéterminée, d'envoyer des secours... Ne serait-ce pas rassurant de pouvoir compter sur un tel soutien pour ces personnes seules? Pourtant, ce service existe bel et bien, mais le connaissons-nous? Quel est le [fonctionnement du service Pair](#) ?



Renseignez-vous! Car comme le démontrent les nombreux exemples de sauvetages qu'on peut [lire ici](#), la **Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches est convaincue que ce programme peut réellement sauver des vies!**

Dans Chaudière-Appalaches, il existe actuellement 4 agences Pair. La Table régionale s'implique avec le Comité provincial Pair pour essayer d'améliorer son accessibilité à l'ensemble de la région. Un projet à suivre!

[Agence PAIR Lévis](#)
[Agence PAIR Nouvelle-Beauce](#)
[Agence PAIR Montmagny-L'Islet](#)
[Agence PAIR Thetford Mines](#)

@ Défi Santé 2016 – Saines habitudes de vies

Depuis plus de 10 ans, le Défi Santé est une campagne de promotion des saines habitudes de vie. Elle invite les Québécois à manger mieux, bouger plus et améliorer leur équilibre de vie pendant au moins 6 semaines, du 1er mars au 11 avril! On peut s'y inscrire seul, en famille ou en équipe à DefiSante.ca. **Le défi santé c'est quoi?**



Objectif 5

Manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour.



Objectif 30

Bouger au moins 30 minutes par jour.



Objectif Équilibre

Prendre au moins une pause par jour.

Ces 3 objectifs représentent des habitudes de vie gagnantes qui favorisent une meilleure santé physique et mentale et qui contribuent à prévenir certaines maladies chroniques. [L'inscription](#) se fait dès le 1^{er} mars en solo, en famille ou en équipe. Trucs, recettes, vidéos, défis amusants et [prix à gagner](#) attendent les participants. **Il n'y a pas d'âge pour se faire du bien!**

@ Appel aux idées – Journée internationale des aînés 2016

Lors de l'adoption du plan d'action de la [Conférence des tables régionales de concertation des aînés du Québec](#), il a été résolu de retenir une thématique commune à toutes les Tables régionales et locales en prévision de la Journée des aînés du 1er octobre 2016.



Voici un exemple de thème :

✓ *Personnes âgées : Une force nouvelle pour le développement*



La Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches sollicite votre imagination afin de nous proposer, au plus avant le 20 mars, un thème et/ou slogan accompagné d'un court texte explicatif au sujet desquels seront éventuellement appelés à voter les administrateurs de la Conférence des Tables régionales du Québec.

Transmettez-nous vos idées à l'adresse suivante : info@aineschaudiereappalaches.com

@ Présentation de l'organisme *Bénévoles d'Expertise*



Avez-vous déjà pensé qu'il serait bon d'avoir une personne ressource pour vous assister et vous conseiller dans vos tâches de gestionnaire d'organisme à but non lucratif ou de membre d'un conseil d'administration?
Une personne qui peut par exemple...

- Vous guider dans la mise en place d'un plan de redressement financier;
- Vous guider dans la mise en place d'un processus d'évaluation du personnel;
- Vous aider à réviser votre code de conduite professionnelle pour les membres de votre conseil d'administration;
- Vous aider à réviser vos outils pour appliquer une gouvernance plus efficace au sein de votre organisation;
- Vous conseiller dans le choix de vos outils de communication et s'assurer que les outils que vous utilisez pour rejoindre des publics cibles sont efficaces.

BÉNÉVOLES D'EXPERTISE est un organisme à but non lucratif qui peut vous offrir de l'accompagnement personnalisé par un professionnel, vous permettant d'obtenir des résultats concrets et mesurables dans vos projets. La suite sur benevole-expertise.com



Exemple d'outils dont peuvent bénéficier les membres : [Un plan de communication](#)

Bénévoles d'Expertise vous propose un document de travail qui a été élaboré par une bénévole experte chez eux depuis bientôt presque deux ans, Katherine Duchesne. Voici donc son outil de travail en 10 étapes.



Vous êtes cordialement invités à participer à l'activité

Portes ouvertes de Bénévoles d'Expertise

Le 10 mars prochain, de 14 h à 19 h

Une belle occasion de rencontrer les membres de leur équipe qui vous informeront à propos des services de jumelage gratuit et personnalisé. Des bénévoles experts seront également sur place afin de vous parler de leur expérience dans le cadre de leurs mandats avec des organismes.

De plus, de 17 h à 19 h, participez à la soirée 5 à 7 Vins et fromages où vous aurez l'occasion de réseauter avec des bénévoles experts ainsi que des organismes. [Cliquez ici pour obtenir tous les détails](#)

@ Nouveau service d'aide aux menus travaux à domicile



Le président du conseil d'administration de la Coopérative de services Rive-Sud, Jacques Clermont.

Besoin d'un coup de main pour poser des tablettes, changer un fluorescent ou réparer une porte qui ferme mal? La Coopérative de services Rive-Sud, en collaboration avec plusieurs partenaires, a lancé le 9 février le service d'aide de menus travaux à domicile qui s'adresse à tous les aînés du territoire pour qui ce genre de tâches constitue désormais un défi.

«Ce service est essentiel pour permettre aux personnes de rester à domicile, d'éviter les blessures inutiles et de sécuriser les aînés dans leur environnement», résume Gabrielle Lefèbvre, du Centre d'action bénévole Bellechasse-Lévis-Lotbinière.

Au départ, l'idée de mettre sur pied un service d'aide de menus travaux à domicile est née d'une demande formulée par les membres de la Coopérative de services Rive-Sud. *«Chaque année, lors de nos assemblées générales annuelles, on se faisait demander pourquoi on n'offrait pas les services des menus travaux. On fait de l'aide à la personne, de l'aide domestique, donc il y avait un besoin»*, relate la directrice générale adjointe de l'organisme, Ann Nolin.

Le projet est issu d'une concertation entre la Coopérative de services Rive-Sud, la Ville de Lévis, le CISSS Chaudière-Appalaches, l'Office municipal d'habitation (OMH) de Lévis et le Centre d'action bénévole Bellechasse-Lévis-Lotbinière. Avant son lancement officiel le 9 février, il a été testé durant plusieurs mois dans les résidences de l'OMH. [Lire la suite...](#)

Source : [Le Journal de Lévis.com](#)



Suivez-nous sur [Facebook!](#)

Notez bien!

Changement de numéro civique de la Table de concertation des aînés de C-A :

5501 (et non plus 5515) rue St-Georges
Lévis (Qc) G6V 4M7



Joindre le service d'infolettre :

Pour tout renseignement ou commentaire utile, n'hésitez pas à contacter Mme Souline DeBlois

info@aineschaudiereappalaches.com

Utiliser gratuitement notre service de calendrier régional, c'est profiter d'une belle fenêtre offerte pour promouvoir la tenue d'événements qui vous tiennent à cœur!

10 mars 2016

Portes ouvertes & 5 à 7 Vins et fromages chez Bénévoles d'Expertise: Une occasion d'obtenir de l'information à propos du service de jumelage gratuit et personnalisé puis de réseauter avec des bénévoles experts ainsi que des organismes [Lisez la suite »](#)

15 mars 2016

DATE LIMITE 15 Mars 2016 - Appel de candidature Concours "L'amitié n'a pas d'âge" de Intergénération Québec [Lisez la suite »](#)

16 mars 2016

L'AQDR Beauce-Etchemins vous invite à son déjeuner-conférence "Vous permettre de bien vivre dans VOTRE maison : c'est notre raison d'être !" [Lisez la suite »](#)

18 mars 2016

Séminaire Habitats des aînés : Ancrages et mobilités. Réalisé en visioconférence, ce séminaire réunira divers types d'acteurs (aînés, intervenants des secteurs public et communautaire, chercheurs, étudiants, etc.), du Québec et de la France [Lisez la suite »](#)

19 mars 2016

Carrefour gérontologique de l'AQG - Inscriptions avant le 26 février 2016 - Le thème sera : Parlons d'âgisme, d'intimidation et de maltraitance envers les aînés...et entre les aînés. [Lisez la suite »](#)

19 mars 2016

Dans le cadre de la Semaine québécoise de la déficience intellectuelle, l'organisme Nouvel Essor vous invite à un spectacle-bénéfice et souper-spaghetti. [Lisez la suite »](#)

24 mars 2016

Au Carrefour Frontenac, le Salon des aînés accueillera plusieurs exposants présentant les services offerts aux aînés. De belles surprises vous y attendent. [Lisez la suite »](#)

31 mars 2016

Vous êtes invité à participer à un séminaire sur l'intervention policière auprès des personnes aînées dans un contexte de maltraitance qui se tiendra à l'École nationale de police du Québec, à Nicolet. [Lisez la suite »](#)