

Entr-Aînés

DEUXIÈME ÉDITION
MAI 2025

L'infolettre des organismes membres de la Table des aînés de Gatineau



RÉSERVEZ LA DATE

5 juin 2025

Le 5 juin prochain se tiendront l'AGA de la TAG et la
prochaine rencontre des partenaires

AVEZ-VOUS RENOUVELÉ VOTRE ADHÉSION À LA TAG ?

Venez :

- Apprendre à mieux connaître les autres organismes membres ;
- Faire un brin de jasette lors dîner et échanger ;
- Discuter du modèle de nos prochaines rencontres ;
- Assister à une présentation de Bibliothèques et Archives nationales du Québec (BANQ).

Gardez l'oeil ouvert ! Les détails suivront bientôt !

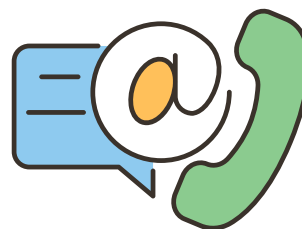
POUR REJOINDRE VOTRE TAG

Chantal Lalonde - Coordonnatrice

coordo@tagatineau.org
(873) 660-8973

Lucie Leclair Arvisais - Agente de développement

developpement@tagatineau.org
(819) 500-0536





Comité consultatif citoyen
des personnes âgées de Gatineau

Le Comité consultatif citoyens des aînés de Gatineau est une initiative de la TAG afin de donner une place aux citoyens aînés de la Ville de Gatineau et de favoriser leur prise de parole.

CONSULTATIONS À VENIR

Deux consultations sont prévues pour le CCC-PAG ce printemps :

- Le 01 mai 2025 - **Les oubliés du numérique : comment les connecter ?** Animé par Julie Ruel (UQO, personne ressource de la TAG). Cette consultation fut suivie d'un dîner communautaire afin de favoriser les échanges.
- Juin 2025 (date à confirmer) - **Des sentiers plus accessibles = une vie plus active.** Quel type d'aménagement urbain rendrait les sentiers plus accessibles à Gatineau? Une marche exploratoire offrira la possibilité aux participants de donner leur opinion sur ce sujet.



REMERCIEMENTS

Pour la mise en place du CCC-PAG, un comité organisateur s'est réuni à plusieurs reprises en 2024-2025. Nous tenons à remercier les personnes qui ont participé à une ou plusieurs rencontres pour leur disponibilité et leurs précieux conseils :

- Josée Marcil, Shauna-Louise Cameron, Christelle Desforges et Évelyne Schingh-Massé de la Ville de Gatineau ;
- Lindsay Martin, Patrick Morin et Sarah Bakkar du CISSSO ;
- Julie Ruel, UQO et personne ressource pour la TAG
- Monique Beaudoin, C.A. de la TAG et AQDR

Votre contribution a été fort appréciée ! Le CCC-PAG est maintenant fier d'annoncer que ce sont maintenant des participants qui prendront le relai et serviront de groupe conseil pour la TAG.



POUR PLUS D'INFORMATION

Pour obtenir plus d'information au sujet du CCC-PAG, pour consulté le comité ou encore pour y participer en tant que citoyen, communiquez avec Lucie Leclair Arvisais, agente de développement :

Courriel : developpement@tagatineau.org
Téléphone : (819) 500-0536

GRAND RENDEZ-VOUS DES ÂÎNÉS

S'informer, se divertir et socialiser

Les réflexions sont déjà amorcées pour l'édition 2025 de notre **Grand rendez-vous des aînés**. Cet événement annuel organisé par la TAG se tiendra au début d'octobre afin de souligner la journée internationale des personnes aînées (date exacte et lieu à confirmer).

Cette journée revêt une importance capitale pour la TAG puisqu'elle permet aux personnes aînées de s'informer des services et aux organismes de se faire connaître. C'est aussi une belle occasion de favoriser le réseautage entre les organismes.

Un comité se mettra en branle sous peu afin d'offrir un soutien à l'organisation de cet événement d'envergure qui a attiré pas moins de 250 personnes en octobre 2024.

Vous voulez participer à comité ? Vous avez un membre de votre C.A., de votre personnel, un bénévole ou une personne de votre entourage qui serait intéressé ?

Communiquez avec Lucie Leclair Arvisais, agente de développement :

Courriel : developpement@tagatineau.org
Téléphone : (819) 500-0536



REPRÉSENTATION

Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais (TCARO)



La TCARO invite la communauté, ses membres, les Tables locales ainsi que leurs membres à soumettre des candidatures au « **Prix hommage Aînés Outaouais 2025** » d'ici le 30 mai prochain.

Le Prix Hommage Aînés vise à souligner l'apport d'une personne aînée engagée dans son milieu et ayant contribué de façon significative à l'amélioration du bien-être des aînés, de leur condition de vie et de leur place dans la société.

La personne aînée engagée dans son milieu laisse une empreinte positive à travers le temps. La réussite, l'innovation, l'énergie et l'honneur sont les qualificatifs évoqués et transmis par le visuel du Prix Hommage Aînés.

Pour tout savoir

Pour soumettre une candidature

VIEILLIR EN SANTÉ

État de santé de la population âgée de 65 ans et plus en Outaouais

Le 29 avril dernier, la direction de santé publique a publié son rapport **État de santé de la population âgée de 65 ans et plus en Outaouais. Des communautés en action pour vieillir en santé.**

Ce rapport brosse un portrait de l'état de santé de la population âgée de 65 ans et plus de la région ainsi que ses déterminants. Il décrit certaines des actions en cours en Outaouais pour favoriser le vieillissement en santé. Il propose également des pistes d'action visant à créer des environnements favorables à la santé qui sont essentiels pour vieillir chez soi.

Pour consulter le rapport



Rendez-vous Vieillir en santé – Outaouais

La directrice de Santé Publique de l'Outaouais, Dre Brigitte Pinard, vous invite à participer à l'événement « Rendez-vous local, Vieillir en santé » pour la présentation du rapport **État de santé de la population âgée de 65 ans et plus en Outaouais. Des communautés en action pour vieillir en santé** qui se tiendra mardi le 27 mai au Centre communautaire Jean-René Monette (89 Jean-René Monette, Gatineau), de 9h00 à midi.

Lors de cet événement rassembleur, vous aurez l'occasion de :

- Être au fait des dernières statistiques concernant la santé des aînés en Outaouais,
- Découvrir des projets et initiatives locales en matière de santé et de services pour les aînés,
- Participer aux réflexions et proposer des solutions innovantes et inclusives sur différentes thématiques.

Les places sont limitées. Pour vous inscrire, cliquez sur le lien suivant (une inscription par personne, date limite d'inscription: samedi 24 mai 2025).

Pour vous inscrire



Programme d'infrastructure pour les aînés (PRIMA)

La **Ville de Gatineau** souhaite **consulter les organismes partenaires aînés** dans le cadre du Programme d'infrastructure pour les aînés (PRIMA), qui consiste à soumettre des projets d'amélioration, de remplacement ou d'ajout aux bâtiments municipaux, aux infrastructures récréatives et de loisirs.

Le projet actuellement proposé par la Ville de Gatineau consiste en une bonification d'un sentier existant situé sur le Plateau, dans le secteur de Hull.

Il est donc important de connaître votre opinion et vos idées afin de bonifier le projet et s'assurer que celui-ci répond aux besoins des personnes aînées de Gatineau.

Vous pouvez répondre à ce court sondage d'ici le vendredi 16 mai en suivant le lien :

[Accéder au sondage](#)

Projet de bonification des sentiers existants pour promouvoir le vieillissement actif



ÇA BOUGE CHEZ NOS MEMBRES !

Profitez de cette nouvelle plateforme afin de nous faire part de ce qui se passe chez vous !

Favoriser la bientraitance en Outaouais

Dépistage – Accompagnement – Soutien

- Dépistage sur le terrain permettant un contact direct afin de nouer un lien de confiance plus rapidement pour les aînés victimes d'abus, d'intimidation et de maltraitance.
- L'accompagnement et le soutien selon le rythme et la volonté de la personne aînée.
- Un service rapide et efficace en collaboration avec les différents partenaires.

Sherlie Lorjuste
873-655-1395
sava@cagavl.ca

Lisette Rioux
819-431-4336
sava@cagavl.ca

Lien
Facebook


Intervention **SAVA**
Soutien aux aînés victimes d'abus
Outaouais



**RÉSERVE TA PLACE AU
TOURNOI DE GOLF**
AU PROFIT DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE
23e tournoi de golf au club de golf Kingsway
LUNDI, 2 JUIN 2025

PRIX: 135 \$ - MEMBRE
145 \$ - NON-MEMBRE
(Comprend: Jeu, voiturette, souper, taxes et pourboire)

PRIX - SOUPER SEULEMENT
(pourboire inclus)
45 \$ + tx (MEMBRE)
55 \$ + tx (NON-MEMBRE)

On vous attend nombreux !
Formez votre quatuor si vous le désirez !

Académie des retraités de l'Outaouais
331, boul. Cité-des-Jeunes
Gatineau, Qc J8Y 6T3
Téléphone: 819-776-5052
www.academiedesretraites.ca



Tournoi de golf

L'Académie des retraités de l'Outaouais (ARO) vous invite à participer à son 23e tournoi de golf au profit de la persévérance scolaire.

Le tournoi aura lieu le lundi 2 juin 2025 au club de golf Kingsway. Lors de la soirée, il y aura remise de 12 bourses à de jeunes étudiants qui ont persévéré tout au long du secondaire.

Une occasion de s'amuser tout en redonnant à ces jeunes.

Réservez votre place !

ÇA BOUGE CHEZ NOS MEMBRES ! (Suite)

Du TAC au TAC

Les Habitations partagées de l'Outaouais ont le plaisir de vous inviter à participer à un 5 à 7 pour souligner la toute première semaine de sensibilisation sur le trouble d'accumulation compulsif (TAC), qui se tiendra du 19 au 23 mai 2025.

Cet événement est une belle occasion de se réunir autour d'une cause importante! Une cause qui touche les aînés, leur habitation et leur qualité de vie. Nous pourrions ainsi échanger sur les enjeux et du même coup, renforcer nos liens dans un cadre informel et convivial.

L'évènement se déroulera le 22 mai 2025 dès 17 h dans la salle Rolland Giguère à la Cabane en bois rond, 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes.

SVP réservez votre place avant le 16 mai 2025

en vous inscrivant via le lien suivant :

<https://forms.gle/oYxrvBS7MbWwktG59>

Pour toute question, veuillez communiquer avec : Aude Malouangou au audefm.hpo@videotron.ca ou au 819-771-6576



CULTURE + LOISIRS

Dans une bibliothèque près de chez vous

24 h de science : A quoi rêvent les personnes aînées

Le vieillissement est souvent associé au déclin. Mais les personnes âgées demeurent actives et présentes dans la société. Elles ont toutes sortes de rêves et d'aspirations pour elles et pour le monde. Comment peuvent-elles les découvrir et tenter de les réaliser? Peut-on vieillir autrement ?

Le Centre Déclic vous convie à cette discussion conférence avec un spécialiste qui répondra à toutes vos questions, dans le cadre de 24 heures de sciences.



Pour vous inscrire

Programmation printanière à la Bibliothèque de Gatineau

Afin de consulter la programmation complète, cliquez sur le lien suivant :

Programmation

Pour rester à l'affût

Abonnez-vous à l'infolettre et restez informé !

Je m'abonne

Démystifier le Trouble d'accumulation compulsive (TAC)

Midis-causeries - Fondation AGES

Le TAC, un trouble de santé mentale bien réel mais peu connu, sous diagnostiqué et sous-traité. Pourtant 2,6% de la population générale en souffre et jusqu'à 6% des aînés.

Les personnes vivant avec le TAC font face à une forte stigmatisation, de l'isolement et de l'incompréhension. De plus, le TAC est confondu avec l'insalubrité et le Syndrome de Diogène.

La présentatrice et formatrice sur le TAC, Madame Anne-Julie Roy, vous aidera à mieux comprendre ce trouble et nous donnera quelques pistes afin de mieux nous orienter dans l'aide à apporter.

En savoir plus



Midis- Causeries

Démystifier le Trouble
d'accumulation compulsive
(TAC)

13 mai 2025
12h à 13h



La Maison
grise

Avec



Les activités de mai du programme VIESÂGE

En savoir plus

Le programme VIESÂGE vous offre cinq (5) conférences :

- Service Canada - Des programmes utiles en lien avec les personnes aînées : la Sécurité de la vieillesse et le Supplément de revenu garanti ;
- L'évaluation sans stress : un levier pour vos interventions
- Personnes aînées: petit guide pour vous y retrouver, présentation des contenus d'Éducaloi
- L'envers du décor: lever le voile sur les défis cachés des personnes proches aidants
- La peur de tomber chez les personnes aînées : à partir de quand devons-nous nous inquiéter?

Le mot « **VIESÂGE** » est un acronyme qui signifie :
« VIVrE sans Anxiété pour les personnes âGÉes ».