

INFO ÂÎNÉS MAURICIE

L'INFOLETTRE DE LA TABLE DE CONCERTATION DES ÂÎNÉS ET DES RETRAITÉS DE LA MAURICIE

Politique nationale de soutien à domicile - Mieux chez soi

Par le gouvernement du Québec

Sonia Bélanger, ministre de la Santé et ministre responsable des Âînés, s'est exprimée le jeudi 29 janvier en conférence de presse afin d'annoncer la mise en place de la nouvelle *Politique nationale de soutien à domicile Mieux chez soi*. Ce sont 107 millions de dollars supplémentaires qui viendront bonifier le budget actuel.

Voici, en quelques points, les principales avancées de cette nouvelle politique :

- Les CLSC deviendront la porte d'entrée d'accès aux services pour la personne et son proche aidant, assurant une prise en charge rapide, une évaluation adéquate et une meilleure coordination avec les acteurs du milieu (EÉSAD ^[1], CAB ^[2]...)



- L'allocation d'autonomie à domicile supplantera le chèque emploi service, avec un taux horaire rehaussé à 21 \$.
- Les proches aidants pourront, dans certaines situations et après évaluation, être reconnus comme prestataires de services dans le cadre de cette allocation

Le financement des EÉSAD ⁽¹⁾ sera augmenté, afin de soutenir et renforcer l'offre de services à domicile.

 [Consulter/télécharger la nouvelle politique](#)

 [Consulter/télécharger le cadre de référence de l'allocation d'autonomie à domicile](#)

Lexique

⁽¹⁾ EÉSAD : entreprise d'économie sociale en aide à domicile

⁽²⁾ CAB : Centre d'action bénévole



Conseils juridiques pour aînés en matière de logement

Par le gouvernement du Québec



Les droits des personnes aînées en matière de logement vous préoccupent? Assistez au prochain *Rendez-vous La fierté de vieillir*, le 26 février 2026, de 11 h à midi en ligne.

Vous y découvrirez Info Logement, un service développé par les centres Info Justice du Saguenay-Lac-Saint-Jean et de l'Estrie pour soutenir les personnes de 65 ans et plus confrontées à des enjeux juridiques liés à la location d'un logement. Les ressources de JuridiQC sur les droits des personnes aînées en matière de logement seront également présentées.

Pour mémoire, les *Rendez-vous La fierté de vieillir* découlent du plan d'action gouvernemental 2024-2029 *La Fierté de vieillir*. Ce sont des présentations pour informer la population et les intervenants sur les services existants pour répondre aux besoins spécifiques des personnes aînées.

 26 février 2026  de 11 h à midi  [S'inscrire](#)

Les visages de la proche aidance

Par le ministère de la Santé et des Services sociaux

Le balado *Balade Santé* consacre un nouvel épisode à la proche aidance, avec la participation de Margaux Reiss, cheffe d'équipe à l'Observatoire québécois de la proche aidance. L'épisode explore comment mieux comprendre le rôle et les réalités des personnes proches aidantes. Il aborde aussi les ressources offertes et l'importance d'y recourir dès que le besoin se fait sentir.

 [Écouter le balado](#)



Maltraitance psychologique et diversité

La maltraitance psychologique envers les personnes âgées demeure un phénomène largement invisible, particulièrement dans les contextes de diversité. Un projet de Sabrina Lessard (Université de Montréal) présente un portrait global des différentes formes que peut prendre cette maltraitance, la manière dont elle est vécue par les personnes âgées ainsi que les pratiques et outils prometteurs pour mieux la repérer et y répondre.

 [Consulter le rapport de recherche](#)

Symposium sur les réalités des personnes âgées LGBTQ+

Par la Fondation Émergence



Animé par la comédienne, animatrice et alliée Louise DesChâtelets, le tout premier symposium québécois consacré aux réalités des personnes âgées LGBTQ+ s'inscrit dans la continuité de l'expertise développée par la Fondation Émergence en milieu aîné depuis 2009. Il vise à faire avancer des milieux de vie plus inclusifs et respectueux des réalités LGBTQ+.

Cette journée sera l'occasion de :

- Mieux comprendre les enjeux actuels à partir de données et de recherches ;
- Entendre des voix aînées LGBTQ+ et des personnes expertes du terrain ;
- Réfléchir collectivement à des actions concrètes.

Informations pratiques

 11 février 2026
 Accueil dès 8 h 30 | Fin à 16 h 30
 Auditorium de la Grande Bibliothèque de Montréal - 475, boul. de Maisonneuve Est, Montréal

 Événement gratuit et accessible

 [Inscription obligatoire](#)

 [Découvrir la programmation](#)

 symposium@fondationemergence.org



Sensibilisation aux réalités des personnes proches aidantes LGBTQ+

La formation *Famille choisie : sensibilisation aux réalités des personnes proches aidantes LGBTQ+* offre un contenu actuel pour mieux soutenir les personnes vivant avec un trouble neurocognitif majeur, dont la maladie d'Alzheimer. C'est pour rendre ces services plus inclusifs et plus accueillants envers la diversité sexuelle et de genre que la Fondation Émergence a mis sur pied la formation *Famille choisie*.

 Formateur : Julien Rougerie (il)  12 février 2026 13 h à 16 h 30  [S'inscrire](#)

Concours des initiatives intergénérationnelles 2026

Par Intergénérations Québec



Si vous avez mis en place une activité ou un projet qui rapproche les générations entre mars 2025 et février 2026, c'est l'occasion idéale de le faire connaître à la communauté. N'attendez plus pour inscrire votre initiative au concours des initiatives intergénérationnelles d'ici le 1er mars et partager vos réussites.

Les lauréats seront annoncés lors de la Semaine québécoise intergénérationnelle, qui se déroulera du 17 au 23 mai 2026. Ne manquez pas cette chance unique de valoriser votre projet !

 [S'inscrire](#)

Recruter et fidéliser les bénévoles

Par Intergénérations Québec



Sans bénévoles, il serait difficile de créer du rapprochement intergénérationnel. Par leur présence et leur générosité, ils et elles démultiplient le potentiel de nos projets. Pour cela, il est primordial de se doter de méthodes de recrutement et de fidélisation de son équipe de bénévoles.

Au programme :

Le Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) a créé une présentation sous forme de jeu-questionnaire pour dévoiler les résultats du Portrait des bénévoles 2025 au Québec. En sous-groupes, vous serez amenés à concevoir un outil de recrutement des bénévoles à partir d'une mise en situation.

Un retour en grand groupe permettra de partager nos idées afin de faire le plein d'inspiration.

 Mercredi 18 février 2026

 De 10 h à 12 h

 Gratuit

 [S'inscrire](#)

Mobilité hivernale sécuritaire : des conseils pour rester actif

Par le gouvernement du Québec

L'hiver est là, mais il ne doit pas freiner les déplacements des personnes âgées. Le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et le ministère des Transports et de la Mobilité durable (MTMD) présentent la campagne *Cet hiver, restez actifs en toute sécurité*, qui propose des conseils pratiques aux personnes âgées pour marcher dehors en toute confiance, malgré la neige, la glace et l'obscurité.

 [En savoir plus](#)

Accessibilité des petits bâtiments

Par l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)



L'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ) fait le suivi des recommandations du rapport *Un éclairage inédit sur l'accessibilité des petits bâtiments ouverts au public*. Un an après sa publication, plusieurs actions sont en cours de réalisation, dont les travaux d'harmonisation des codes de construction et de sécurité des bâtiments, la sensibilisation des propriétaires, locataires et concepteurs de petits bâtiments et des acteurs municipaux et la promotion d'un incitatif fiscal de Revenu Québec. Les municipalités amies des aînés (MADA) sont invitées à intégrer des mesures concrètes dans leur plan d'action.

 [Consulter le rapport](#)

Réseau de répondants en sécurité civile

Le ministère de la Sécurité publique (MSP) dispose, au sein des directions régionales de la sécurité civile et de la sécurité incendie (DRSCSI), de ressources outillées pour assister les municipalités et MRC dans l'élaboration de mesures d'urgence adaptées, notamment à leurs citoyens aînés et les clientèles particulières pour faire face à une situation d'urgence ou de sinistre.

Les DRSCSI peuvent aussi conseiller les municipalités sur les activités à mettre en place pour sensibiliser la population sur les risques de sinistre présents sur leur territoire et sur les mesures à prendre pour s'en protéger. Il est possible de faire le lien avec votre conseiller en sécurité civile de la DRSCSI de votre région pour obtenir plus d'informations.

 [En savoir plus](#)

Consultation publique à Shawinigan



Par la Ville de Shawinigan

La Ville de Shawinigan vous invite à une rencontre de consultation pour discuter du projet *Loisirs pour tous*. Ce projet vise à rendre accessible à toutes et à tous (accessibilité universelle) la zone située le long de la rivière Saint-Maurice, entre le Centre Gervais Auto et la place des Canotiers, incluant le parc du Saint-Maurice.

Le but de la consultation est de réfléchir, ensemble, à une zone inclusive, accessible et agréable. Nous souhaitons entendre vos idées, connaître vos besoins et comprendre vos attentes par rapport à l'accessibilité universelle le long de ce parcours.

Chaque organisme peut inscrire jusqu'à 4 personnes : 2 personnes représentant votre organisation et 2 usagers ou usagers de votre organisation.

Deux ateliers identiques sont prévus, choisissez celui qui vous convient le mieux :

Séance 1 : en soirée



Mardi 17 février, 18 h 30



Salle du conseil de l'hôtel de ville
550, av. de l'Hôtel-de-Ville

Séance 2 : en après-midi



Mercredi 18 février, 13 h 30



Centre d'entrepreneuriat Alphonse-Desjardins
1250, av. de la Station



[S'inscrire](#) ; + d'infos en pièce jointe  [260123_Lettre_invitation_Loisirs_pour_tous.pdf](#)






INFO-CAAP

Du Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Mauricie Centre-du-Québec (CAAP MCQ)

1^{ère} édition
Hiver 2026

Mieux comprendre la plainte en santé et services sociaux

Après plusieurs années de pause, nous sommes ravis de vous dévoiler **notre toute nouvelle infolettre bimestrielle**, spécialement conçue pour nos membres et partenaires. Cette première édition vise à **démystifier la plainte** en santé et services sociaux, ainsi qu'à **clarifier le rôle du CAAP MCQ** dans l'accompagnement de notre clientèle.

1 QU'EST-CE QU'UNE PLAINTÉ EN SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX?

Une plainte est un droit reconnu à toute personne qui reçoit ou a reçu des services en santé et services sociaux. Elle permet d'exprimer une insatisfaction, une préoccupation ou un désaccord concernant des services, un comportement, une décision ou un fonctionnement.

La plainte peut concerner, par exemple :

- L'accessibilité et la continuité d'un soin ou d'un service
- La qualité des soins
- La communication ou l'attitude d'un intervenant

2 À QUOI SERT UNE PLAINTÉ?

Contrairement à ce que certains croient, une plainte ne vise pas à « punir », mais plutôt à :

- Faire entendre sa voix et son expérience
- Améliorer les services et les pratiques
- Prévenir qu'une situation se reproduise
- Sensibiliser un intervenant ou une équipe

La plainte est donc un outil qui permet une analyse globale et documentée d'une situation considérée comme problématique par l'usager dans le but d'améliorer les services. C'est un acte citoyen au bénéfice de tous.

3 LE RÔLE DU CAAP DANS LE RÉGIME D'EXAMEN DES PLAINTES

Les Centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) offrent un accompagnement **gratuit, confidentiel et indépendant** de Santé Québec aux personnes qui souhaitent entreprendre une démarche de plainte.

Concrètement, nous pouvons entre autres :

- Expliquer le processus de plainte et les différentes avenues possibles pour faire valoir vos droits
- Aider à obtenir les documents nécessaires (ex. : dossier médical)
- Rédiger la plainte et la faire parvenir à la bonne instance
- Accompagner lors de rencontres liées au traitement de la plainte

Nos clients demeurent toujours au cœur des décisions liés à ce processus.



(819) 840-8451

info@caap-mcq.qc.ca

caap-mcq.qc.ca



Plainte en santé et services sociaux

Par le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Mauricie Centre-du-Québec (CAAP MCQ)

Le CAAP MCQ relance son infolettre bimestrielle, dont le premier sujet est consacré à démystifier la plainte en santé et services sociaux et le soutien que peut vous offrir le CAAP MCQ à ce sujet.

Reproduite ci-contre en petit format, nous vous invitons, pour plus de confort, à consulter l'infolettre en PDF. Il s'agit de la pièce jointe 📎 **Info-CAAP - Infolettre Hiver 2026.pdf**

Bonne lecture !

Prévention Aînés

Par la Police de Trois-Rivières



Prévention Aînés

Capsule informative adressée aux personnes aînées

Trois-Rivières

Janvier 2026

Prévention

L'utilisation du 9-1-1



Le 9-1-1: quand et comment l'appeler

Le 9-1-1 est le numéro à composer lorsqu'une situation nécessite une intervention immédiate des services d'urgence. Il permet de joindre rapidement la police, les pompiers ou les ambulanciers, selon la nature de l'urgence.

Chez les aînés, comme pour la population en général, savoir quand appeler et quoi dire peut faire toute la différence.

Quand appeler pour une urgence policière

Une personne est en danger immédiat

Un crime est en cours ou vient tout juste de survenir

Il y a une intrusion, un vol ou une tentative de fraude en cours

Une personne agit de façon menaçante, agressive ou violente

Vous craignez pour votre sécurité ou celle d'un proche

Lors d'un appel 9-1-1, tentez de transmettre

Qui est impliqué

Ce qui se passe

Où êtes-vous (adresse ou lieu précis)

Si la situation est en cours ou vient tout juste de se produire

S'il y a un danger (arme, blessé, risque)

S'il s'agit d'une situation non urgente

Si la situation ne nécessite pas une intervention immédiate, utilisez le numéro non urgent de votre service de police. Sur le territoire de la ville de Trois-Rivières, ce numéro est le 819 691-2929 #6.



fadoq
Région MRC
FIER DIFFUSEUR

Conférence de François Charron

Par l'Université du Troisième Âge

Dans le cadre des rendez-vous de Patricia, madame Powers vous propose une rencontre avec François Charron, chroniqueur et référence techno au Québec.

📅 18 février 14 h

💻 En visioconférence, sur Zoom

💰 15 \$ (5 \$ remis à la Fondation de l'UQTR)

📄 [S'inscrire](#)

🔗 [Découvrir d'autres conférences de l'UTA](#)



Science et aînés heureux

Par FrancSavoir

Le bonheur, version mature : Ce que la science comprend des aînés heureux est le nom d'une conférence de FrancSavoir qui explore pourquoi et comment les personnes de 60 ans et plus vivent souvent un niveau de satisfaction plus stable et profond que les générations plus jeunes.

À travers les découvertes les plus fascinantes en psychologie du vieillissement, en neurosciences et en sociologie, nous lèverons le voile sur les mécanismes qui rendent les émotions plus équilibrées avec l'âge, les facteurs de bien-être propres aux aînés, les choix quotidiens qui amplifient la joie et la résilience, et ce que la science appelle désormais « la courbe en U du bonheur ».

📅 12 février 2026

💻 En visioconférence, sur Zoom

🕒 13 h (durée) 1 h 30

📄 [S'inscrire](#)

👤 Animé par Jessica Dupuis

🔗 [Consulter l'intégralité de la programmation de février](#)

Rencontres amoureuses en ligne

Par le Carrefour 50+ Colombie-Britannique

Faire de belles rencontres sans se faire engloutir par la réalité du numérique, c'est possible. Grâce à cet atelier, vous pourrez : comprendre les codes et créer un profil à votre image, ainsi qu'identifier les dangers pour rencontrer en toute sécurité.

Mercredi 11 février 🕒 12 h

💻 en ligne

📄 [S'inscrire](#)

