

# INFO AÎNÉS MAURICIE

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

## 13 juin : Événement mauve

DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LA MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES AÎNÉES

*Gratuit*

## L'ÉVÉNEMENT MAUVE

13 Juin 2025

DATE: Vendredi, 13 juin 2025

HEURE: 8h30 à 16h00

LIEU: DigiHub Shawinigan  
1250 Av. de la Station

ATELIERS | KIOSQUES D'INFORMATION | DÎNER SUR PLACE

**Au programme :**

- Atelier : Face aux défis du grand âge
- Atelier : L'intelligence artificielle et la fraude, présenté par la Sûreté du Québec et le DigiHub
- Animation, exposants et musique d'ambiance
- 15 minutes pour le 15 juin (activité physique facultative)
- Pièce de théâtre : Le droit d'être vieux, par le théâtre des aînés de Charlesbourg

Pour y voir plus clair et rester l'auteur de sa vie !

Avec la participation de :

Sonia LEBEL  
Centre de recherche  
Centre aîné et de services sociaux et de services sociaux du Centre-du-Québec  
Québec

Appu  
caap

RESERVEZ VOTRE PLACE  
819 372-0274

Chaque année, le 15 juin a lieu la journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées.

Dans ce contexte, la Table action abus aînés de la Mauricie (TAAAM) organise l'Événement mauve. Celui-ci se déroulera le **vendredi 13 juin de 8 h 30 à 16 h au DigiHub à Shawinigan**. Consultez l'affiche pour découvrir le programme de la journée qui se déroulera sur une note positive et dynamique.

Vous aurez l'occasion d'expérimenter le nouveau jeu de société sur la sensibilisation à la bien-traitance chez les aînés créé par la TAAAM.



[Voir cet article](#), qui contient une vidéo expliquant le jeu.

Parce que la lutte contre la maltraitance et la sensibilisation à la bientraitance envers les personnes aînées est un enjeu de société, voici deux conférences (en ligne) sur cette thématique :



#### **PERSONNES AÎNÉES POTENTIELLEMENT VICTIMES ET AUTEURS PRÉSUMÉS DE MALTRAITANCE SEXUELLE : QUE NOUS DIT LA LITTÉRATURE ?**

Les coordonnatrices régionales et nationales spécialisées en lutte contre la maltraitance du Québec vous invitent à aborder les défis liés au dévoilement de la maltraitance sexuelle, à reconnaître les indices ainsi qu'à examiner les profils des personnes aînées victimes et ceux des auteurs présumés de ce type de maltraitance.

**12 juin 2025 de 12 h à 13 h**

[S'inscrire](#)

#### **MALTRAITANCE MUTUELLE EN CONTEXTE DE PROCHE AIDANCE : QUAND LES TROUBLES NEUROCOGNITIFS SÈMENT LA CONFUSION.**

Dans cette conférence, la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes aînées abordera l'inconfort et la confusion que sèment les troubles neurocognitifs lorsqu'il est question de maltraitance en contexte de proche aidance.

**18 juin 2025 de 12 h à 13 h**

[S'inscrire](#)

# La fierté de vieillir : bilan de l'an I

Par le Gouvernement du Québec



Le Plan d'action gouvernemental (PAG) *La Fierté de vieillir* 2024-2029 fête déjà son premier anniversaire. Mme Sonia Bélangier, ministre responsable des Aînés et ministre déléguée à la Santé, a réalisé le bilan de cette première année d'actions. Vous pouvez accéder à l'enregistrement de cet événement, qui a réuni, outre madame la ministre, un panel de présentateurs sur des thèmes traités par le PAG. À voir !

 [Accéder à la vidéo](#)



## Semaine québécoise des personnes handicapées : du 1<sup>er</sup> au 7 juin

Le thème de cette année vous invite à voir au-delà de la différence. Des visuels et une vidéo publicitaire percutante transmettent un message fort : *On perd de vue le potentiel quand on voit seulement la différence*. Rosalie Taillefer-Simard et Luca « Lazylegz » Patuelli, qui sont tous deux des porte-paroles de la Semaine, diffuseront ce message. Pour l'occasion, la population, les organisations et les municipalités sont invitées à partager leurs bons coups à l'égard des personnes handicapées.

 [Pour en savoir plus](#)

 [Télécharger le matériel promotionnel](#)

# Webinaire : Vieillissement et mobilité active sécuritaire

Par la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

Pour découvrir des alternatives à la conduite automobile, comme la marche, le vélo (incluant ceux à assistance électrique) et les aides à la mobilité motorisées, et apprendre à les utiliser en sécurité toute l'année, participez au webinaire offert par la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) **le mardi 3 juin de 10 h à 11 h 30**.

 [S'inscrire](#)

## Conseils climat : un système d'alerte pour se protéger de la chaleur

Par le Gouvernement du Québec

Le début de la saison estivale annonce le retour des journées ensoleillées, mais aussi des vagues de chaleur, qui peuvent représenter un risque pour certaines personnes plus vulnérables, notamment en raison de leur état de santé ou de difficultés à s'adapter à la chaleur. Venez assister au prochain Rendez-vous « La fierté de vieillir », qui aura lieu le 12 juin, de 11 h à midi, pour en apprendre davantage sur Conseils climat, un système d'alerte automatisé permettant d'informer la population de l'arrivée d'une vague de chaleur. Le système offre également des conseils pour rappeler les comportements à adopter pour protéger sa santé des effets de la chaleur.

 [S'inscrire](#)



# Préparation psychologique à la retraite

Par Réseau Résilience Aînés Montréal

Personnes aînées en quête de repères, grands-parents investis ou professionnels engagés, ces outils sont là pour vous soutenir. Consultez la boîte à outils, disponible en français et en anglais.

Il s'agit de mettre en lumière différentes formes de participation sociale à la retraite, comme la pratique d'activité physique en groupe, l'engagement bénévole, l'entrepreneuriat social, ainsi que le rôle de grands-parents.

D'autres thématiques de transition de vie sont également abordées selon la perspective du maintien de la participation sociale, notamment l'arrêt de la conduite automobile, le deuil, le changement de milieu de vie et le rôle de proche aidant.

 [Consulter la boîte à outils](#)



# Séance de consultation sur le Plan directeur des parcs et espaces verts

Par la Ville de Trois-Rivières

La Ville de Trois-Rivières vous invite à une séance de consultation publique portant sur le projet de *Plan directeur des parcs et espaces verts*.

Le *Plan directeur des parcs et espaces verts* a fait l'objet d'une grande démarche de participation publique. Initiée le 10 septembre 2024, la démarche a permis à la population et aux partenaires du milieu d'exprimer leurs besoins et aspirations à l'égard des parcs et espaces verts lors de plusieurs activités.



© Image victor 217 - Freepik

🔗 Tous les détails sur la démarche de participation publique sont disponibles sur le [site Web municipal](#).

📅 **Mercredi 18 juin 2025, 19 h à 21 h**

📍 Salle publique du Conseil, 1325, place de l'Hôtel-de-Ville, ou en visioconférence.

🔗 [Inscription obligatoire](#)

# Un film comme outil de sensibilisation à la réalité des personnes proches aidantes

Par [L'Appui pour les proches aidants](#)

À travers le film *Au-delà des mots, paroles de proches aidants*, Édith Fournier et Michel Carbonneau reviennent sur leur parcours de proches aidants : des premiers symptômes au diagnostic de la maladie d'Alzheimer, du maintien à domicile à l'hébergement. Ils confient avec sincérité les émotions qui ont jalonné chaque étape, les doutes, les deuils, les instants de bonheur, mais aussi l'espoir.

Le film est disponible en capsules thématiques, en version longue (74 minutes) et est accompagné d'outils d'animation. Un outil puissant de sensibilisation, pour mieux comprendre la réalité vécue par les personnes proches aidantes, sensibiliser et inviter au dialogue.

🔗 [Faire une demande de projection](#)

## Découvrez également :

🔗 [Les pratiques gagnantes en proche aidance](#)

🔗 [Formation des intervenants](#)

🔗 [Référer une personne proche aidante](#)

# Proches aidants : conférence gratuite sur la santé mentale et bien-être émotionnel

Par l'Association des proches aidants de Trois-Rivières inc.

## **Conférence : *La santé versus la maladie mentale – L'apprentissage d'une vie***

Comprendre la réalité quotidienne d'une personne vivant avec une maladie mentale nécessite ouverture et respect. Mais qu'est-ce qui distingue réellement la santé de la maladie mentale ? Pourquoi autant de tabous et de préjugés ?

À travers des échanges et des études de cas, cette conférence vous proposera quatre clés pour mieux comprendre et soutenir un proche vivant avec des défis en santé mentale.

Nous aborderons :

- Les enjeux de la santé mentale et de l'équilibre émotionnel
- Les impacts pour les proches et l'entourage
- Les tabous et préjugés persistants
- Des outils concrets pour mieux accompagner au quotidien



Mercredi 25 juin 2025

19 h 30 à 21 h

105, rue du Frère Séverin, Trois-Rivières, QC G8T 3B8

**Conférencière :** Céline Déraspe, accompagnatrice en planification et relation d'aide

**Inscription obligatoire :** 819-693-6072, poste 4

# Conférences

Par Franc Savoir

**SÉRIE ATELIERS**

**Comprendre l'écoanxiété:  
Ce qui se cache derrière  
l'inquiétude climatique**

**ANIMÉ PAR**  
**Jessica Dupuis**

**4 Juin 2025**

**14 h à 15 h 30**  
**HEURE DE L'EST**

**GRATUIT**

**INSCRIPTION SUR LA PLATEFORME**

[francsavoir.ca](http://francsavoir.ca)

**FRANC SAVOIR**

**LES GRANDES CONFERENCES**

**Vieillir en s'affirmant...  
S'épanouir dans tous  
les milieux**

Panel avec les conférencières suivantes:

**Martine Lagacé**

**Mélisa Audet**

**Josée Duplantie**

En collaboration avec:

Il ne reste que 2 activités FrancSavoir avant l'été !

- Conférence *Comprendre l'écoanxiété : ce qui se cache derrière l'inquiétude climatique* — 4 juin 14 h — en ligne  
 [S'inscrire](#)
- Conférence *Vieillir en s'affirmant : s'épanouir dans tous les milieux*  
 [S'inscrire](#)

L'une des trois panélistes de l'activité *Vieillir en s'affirmant*, Mélisa Audet, est chercheuse au Centre collégial d'expertise en gérontologie. Un rendez-vous essentiel pour contrer l'âgisme et la maltraitance !



La saine alimentation chez les personnes aînées

BOÎTE À OUTILS

Offre de formation pour les intervenants travaillant auprès des personnes aînées

Objectifs :

- Outiller les intervenants sur la saine alimentation des personnes aînées ;
- Augmenter la littératie alimentaire des personnes aînées.

Pour s'inscrire

# Formation en saine alimentation pour les intervenants travaillant auprès des personnes aînées

Par le CIUSSS Mauricie et Centre-du-Québec

Le CIUSSS Mauricie et Centre-du-Québec propose une **formation en saine alimentation pour les intervenants travaillant auprès des personnes**

**aînées.** En outre, il est possible d'avoir **un accompagnement gratuit en analyse et révision des menus** pour les organisations qui servent des repas à une clientèle aînée sur une base quotidienne.

Cet accompagnement permet d'avoir des suggestions et idées concrètes, en vue de bonifier les menus pour répondre au mieux aux besoins nutritionnels spécifiques des personnes aînées.

Pour toutes questions ou demandes, veuillez contacter Gabrielle Plamondon  
✉ [gabrielle.plamondon@ssss.gouv.qc.ca](mailto:gabrielle.plamondon@ssss.gouv.qc.ca)

## Recherche de partenariats pour ateliers informatiques gratuits

Par La Puce – ressource informatique

La Puce - ressource informatique est à la recherche de partenaires à Trois-Rivières et à Shawinigan afin de développer des ateliers d'initiation à l'informatique gratuits destinés aux personnes âgées de 50 ans et plus.

Pour en apprendre davantage sur ce projet, consultez les pièces jointes au courriel :

- [!\[\]\(b9463851ebdd8a3525de1cceb8d92d53\_img.jpg\) Présentation projet AlphbéTicAction 2025-2026.pdf](#)
- [!\[\]\(9f995c877a90c057f78c081f2ddb8c28\_img.jpg\) Liste des thèmes - Ateliers AlphabéTICaction 2025.pdf](#)

 **Chargé de projet :** Alexandre Le Glahec

 **(514) 259-3126 poste 263**

 [alexandre.leglahec@lapuce.org](mailto:alexandre.leglahec@lapuce.org)

## Outil EMiliA : choisir son milieu de vie

Par Université de Sherbrooke



Issue d'un projet de recherche de l'Université de Sherbrooke et soutenu par le Laboratoire d'innovations par et pour les aînés du Centre de recherche sur le vieillissement, EMiliA signifie « Explorer son Milieu de vie Ainé ». Il s'agit d'un outil Web destiné aux personnes âgées, leurs proches, mais aussi pour les personnes intervenantes qui les soutiennent. Cet outil les guide dans la décision entourant leur milieu de vie. Il regroupe des renseignements, des témoignages audio, des grilles de décision, des pas-à-pas pour certaines étapes et des pistes pour amorcer des discussions avec les proches.

Pour rendre cette masse d'information facile à assimiler, EMiliA se divise en trois temps, chacun lié à un moment précis de la trajectoire domiciliaire : « au début », « partir ou rester ? » et « partir où ? ». Les contenus explorent ainsi 17 thèmes, des sujets pragmatiques aux plus émotifs, dont *Situation financière*, *Conversation avec l'entourage* ou *Inventaire des biens personnels*.

 [Découvrir l'outil](#)

Pour toute question :  [choixmilieu@usherbrooke.ca](mailto:choixmilieu@usherbrooke.ca)

# Colloque *Les vieillissements, nouvelles réalités et enjeux sociaux*

Par le CRÉGES



Profitez d'une journée complète de conférences, articulée autour d'un programme exclusif axé sur les grands enjeux actuels en gérontologie sociale. Participation en ligne et présentiel possibles.

## Une programmation virtuelle riche et variée incluant :

- Des conférences, un panel et un concours d'affiches scientifiques étudiantes
- Interactions en direct : Posez vos questions aux présentateurs et présentatrices
- Échanges facilités grâce au clavardage avec une personne modératrice

 [Télécharger la programmation](#)

Coût : 55 \$ — admission générale; 30 \$ — membres du personnel d'organisations communautaires, personnes âgées, étudiant.e.s

 Mercredi 4 juin 2025  9 h à 17 h  Lieu : en ligne (Zoom) et au Centre de conférence de l'Université Concordia, 1450, rue Guy, Montréal, Québec (Métro Guy-Concordia)

**Date limite pour les inscriptions : 4 juin 2025**

 [S'inscrire](#)