

INFO ÂÎNÉS MAURICIE

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

2 salons pour aînés cette fin de semaine

- ◆ Rendez-vous 100 % aînés Desjardins de Shawinigan : 100% aînés, 100% gratuit!

RENDEZ-VOUS
100% ÂÎNÉS
DE SHAWINIGAN
Desjardins
Une journée d'activités sur le thème des
saines habitudes de vie
100% ÂÎNÉS, 100% GRATUIT !

4
octobre
9 h - 16 h
HÔTEL Énergie
SHAWINIGAN
1100 Promenade du
Saint-Maurice, Shawinigan

Zone active | Ateliers | Conférences | Exposants

**10h Laurent Turcot**
Histoire des sports :
Les saines habitudes de vie

**14h45 Bernard Voyer**
Un Tour du monde :
Rêver, se lever et agir

Billets requis pour les conférences et disponibles aux endroits suivants :

 **Shawinigan-Sud**
2355, 105e avenue
Shawinigan (QC) G9P 1P4

 **Quartier St-Marc**
2722, boulevard Royal
Shawinigan (QC) G9N 6M3

 **Centre-ville**
542, 5e rue de la Pointe
Shawinigan (QC) G9N 1E8

 **COOPÉRATIVE SOLIDARITÉ
SANTÉ LE ROCHER**
1050, 8e rue, Shawinigan
Secteur Grand-Mère (QC) G9T 4L4

PROGRAMMATION COMPLÈTE
www.rdvshawinigan.ca

La Table d'action et de concertation pour aînés de Shawinigan (TACAS) est ravie de vous convier à l'événement « Rendez-vous 100 % aînés Desjardins », qui se déroulera le : 📅 Samedi 4 octobre 2025, de 9 h à 16 h 📍 Hôtel de l'Énergie, Shawinigan (1100, promenade du Saint-Maurice, Shawinigan)

Cette journée gratuite est spécialement conçue pour les personnes aînées et leurs proches. Venez profiter d'activités variées, rencontrer des organismes d'ici et découvrir des ressources utiles pour votre bien-être.

🔗 [Consulter la programmation complète](#)

Par la FADOQ et Ici Médias

📅 4 et 5 octobre 2025
📍 Centre commercial Les Rivières
Plusieurs exposants et conférences vous attendent.

🔗 [Découvrir le programme complet](#)

- ◆ Salon Vitalité 50+



Conférence Aînés et fiscalité

Par Revenu Québec

REVENU
QUÉBEC



Revenu Québec propose une série de conférences en ligne gratuites, spécialement conçues pour les personnes âgées, les personnes proches aidantes ou les travailleurs et travailleuses expérimentés. Ces séances sont une excellente occasion de :

- ♦ Mieux comprendre les obligations fiscales;
- ♦ Connaître les crédits et avantages disponibles;
- ♦ Poser des questions directement à des experts.

Vous représentez un organisme ou une association ? Revenu Québec peut aussi organiser des conférences pour votre clientèle ou vos membres. Une belle façon d'informer et d'outiller votre communauté !

 [Parcourir la programmation des conférences](#)



Enquête mondiale sur le vieillissement

Par la Fédération internationale sur le vieillissement

À mi-parcours de la [Décennie pour un vieillissement en bonne santé](#) (2021-2030), la Fédération internationale sur le vieillissement lance une grande enquête mondiale. C'est l'occasion pour toute personne âgée de 60 ans ou plus de partager son opinion sur des sujets comme la santé, le bien-être et l'inclusion. Les réponses contribueront à façonner des politiques plus justes et inclusives, ici et ailleurs.

Participez et faites circuler ! Ensemble, faisons entendre la voix des personnes âgées à l'échelle mondiale.

 [Pour remplir le sondage](#)

Prévention Aînés – édition de septembre

Par la Police de Trois-Rivières



Prévention Aînés

Capsule informative adressée aux personnes aînées

Trois-Rivières

Septembre 2025

Prévention

Le numéro d'identification personnel



L'importance du NIP pour prévenir la fraude

Choisir un bon numéro d'identification personnel (NIP), c'est protéger votre argent. Un NIP trop facile à deviner peut ouvrir la porte aux fraudeurs. Prendre quelques minutes pour bien le choisir, c'est un geste important pour garder vos finances en sécurité.

Les 6 erreurs qui ouvrent la porte aux arnaques

Choisir un NIP trop simple (ex.: 1234)	Utiliser sa date de naissance ou une partie de son adresse	Écrire son NIP sur un bout de papier que l'on garde dans son portefeuille
Écrire son NIP à l'endos de sa carte	Donner son NIP à une autre personne afin qu'elle manipule le terminal pour vous	Dévoiler son NIP à une tierce personne

Comment les fraudeurs obtiennent votre NIP

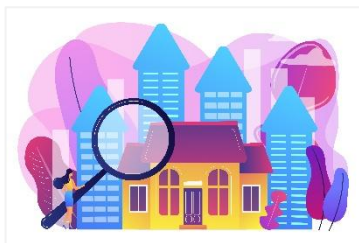
Dans la majorité des dossiers de fraudes commises chez les aînés, les fraudeurs se font passer pour des personnes de confiance. Ils prétendent être un policier, un employé de banque, un avocat ou un huissier et disent vouloir vous aider. Leur objectif est simple : vous soutirer vos renseignements personnels, votre NIP et/ou votre carte bancaire.

Rappelez-vous : un vrai représentant ne vous demandera jamais votre NIP, ni de remettre votre carte. En cas de doute, raccrochez, fermez la porte et composez vous-même le numéro officiel de l'organisation.



Programme Allocation-logement

Par le gouvernement du Québec



Le gouvernement du Québec souhaite vous présenter les services en ligne offerts aux personnes souhaitant bénéficier du [programme Allocation-logement](#). Si vous accompagnez vos clientes et clients dans le cadre de leur demande d'allocation-logement, vous êtes invités à les référer à ces services.

En effet, qu'une personne soit locataire, propriétaire ou chambreuse, elle peut utiliser les services en ligne accessibles dans [Mon dossier pour les citoyens](#). Ils permettent de faire une demande d'allocation-logement ainsi que de consulter celle-ci par la suite. C'est la façon la plus simple, sécuritaire et rapide de faire parvenir une demande. Il est également possible pour la ou le bénéficiaire de recevoir ses versements de manière sécuritaire directement dans son compte bancaire grâce au dépôt direct.

En pièce jointe, un document contenant l'information essentielle concernant l'allocation-logement, y compris les montants rajustés pour la période du 1^{er} octobre 2025 au 30 septembre 2026.

Pièce jointe [IN-165\(2025-09\).pdf](#)

Boite à outils pour créer des conditions favorables à la santé et à la qualité de vie

Par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)

L'INSPQ annonce la mise en ligne d'une boîte à outils de transfert de connaissances intitulée *Le modèle « Créer des conditions favorables à la santé et à la qualité de vie des personnes vieillissantes » : le comprendre, l'appliquer — Boite à Outils*.

Ces cinq outils visent à faciliter la compréhension et l'appropriation du modèle intégrateur intitulé *Créer des conditions favorables à la santé et à la qualité de vie des personnes vieillissantes* (INSPQ, 2024)



par le personnel du réseau de la santé publique qui œuvre dans le domaine du vieillissement. Ils peuvent également présenter un intérêt pour les partenaires des autres secteurs impliqués dans la promotion du vieillissement en santé.

 [Découvrir la boîte à outils](#)

 Pour toute question : julie.levesque@inspq.qc.ca

Rapport *Se concerter pour mieux prévenir*

Par le gouvernement du Québec

Dans notre précédente infolettre, nous vous présentions la [Stratégie nationale de prévention en santé 2025–2035](#) qui a été publiée sur le site Internet du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Il est important de noter que cette stratégie a été élaborée grâce à l'apport de centaines de personnes et d'organisations d'horizons divers qui ont pu exprimer leurs idées, leurs préoccupations et leurs aspirations. C'est pourquoi le gouvernement du Québec vient de mettre en ligne le rapport issu de ces consultations, intitulé *Se concerter pour mieux prévenir*.

Ce rapport vise à rendre compte de la démarche réalisée, à présenter les principaux points de vue qui ont été exprimés et à reconnaître la contribution des participantes et participants.

 [Consulter le rapport](#)



Droits des aînés et élections municipales

Par l'AQDR nationale

PARTAGE DES RESPONSABILITÉS QUANT À LA FOURNITURE DE SERVICES

Services	Gouvernement	Municipalité
Santé et services sociaux	X	
Solidarité sociale	X	
Éducation	X	
Habitation	X	X
Réseau routier	X	X
Service de police	X	X
Loisirs et culture	X	X
Parcs et espaces verts	X	X
Développement économique	X	X
Aménagement du territoire et urbanisme		X
Transport en commun		X
Sécurité incendie		X
Eau potable et assainissement des eaux		X
Matières résiduelles		X

Un extrait du document de l'AQDR

L'association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées a préparé un document de réflexion sur les droits des aînés en lien avec les municipalités. Elle y propose différentes demandes qui peuvent être adressées aux candidats qui se présentent aux élections. Cela peut être utile lors des rencontres avec eux afin de leur suggérer des améliorations à nos milieux de vie.

[!\[\]\(5a132f13505a6571904d622757b7a8f0_img.jpg\) Télécharger le document](#)

Appels de projets culture et patrimoine

Par la ville de Trois-Rivières

La Ville de Trois-Rivières lance **trois appels à projets** dans le cadre de ses nouveaux programmes en culture :

Programmes	Date limite de dépôt
<u>Programme de soutien aux activités culturelles</u>	30 octobre 2025
<u>Programme de médiation culturelle</u>	2 novembre 2025
<u>Programme de mise en valeur du patrimoine trifluvien</u>	30 octobre 2025

Vous trouverez en pièce jointe un **tableau récapitulatif** des programmes. Toute la documentation ainsi que la procédure de dépôt sont également sur le [site web de la Ville](#).

📎 **Pièce jointe *Récapitulatif des programmes culturels.pdf***

Parole de sages - des voix inspirantes pour transformer nos regards sur l'âge

Par le GÉrontopôle

L'équipe du GÉrontopôle, porté par le Centre collégial d'expertise en gérontologie du Cégep de Drummondville, a le plaisir de vous inviter à *Parole de sages - Des voix inspirantes pour transformer nos regards sur l'âge*.

Il s'agit d'un projet novateur porté par Culture aux aînés qui met en valeur l'expérience des personnes âgées pour contrer l'âgisme à travers des capsules vidéo inspirantes. Démarche innovante, témoignages percutants et retombées concrètes appuyés par des données probantes seront au cœur de cette rencontre interactive.

📅 15 octobre, 12h à 13h

📅 Invitées : Marie Dion, directrice de Culture aux aînés; Marianne Ménard, chargée de projet – Parole de sages

🔗 [S'inscrire](#)

Également, en pièces jointes, les fiches synthèses issues de deux précédentes rencontres



- ♦ L'utilisation des services en ligne et le développement des compétences numériques des personnes âgées : 📎 ***GPole_R-Virtuelle_Fiche-Synthèse_2025-04-15_VF.pdf***
- ♦ La collaboration intergénérationnelle en entreprise : 📎 ***GPole_R-Virtuelle_Fiches-Synthèse_2025-05-14_VF.pdf***

Regarder nos vieux jours : les réalités du vieillissement

Par l'Alliance du personnel professionnel et technique de la santé et des services sociaux (APTS)



À l'occasion de la journée internationale des aînés, l'APTS lance aujourd'hui sa campagne *Regarder nos vieux jours en face : et si on osait pour vrai?*, destinée à mettre en lumière les réalités du vieillissement au Québec. Trop souvent invisibles, ces enjeux touchent directement nos proches et les professionnels qui les accompagnent et doivent urgemment être mis au cœur du débat public.


 [Consulter la campagne](#)

Communauté de partage intergénérationnel

Par Intergénérations Québec

C'est avec grand bonheur que la communauté de pratiques intergénérationnelles est de retour pour sa 4^e édition cette année. Cette communauté unique en son genre regroupe tous les milieux d'actions qui s'intéressent au rapprochement des générations: écoles, maisons des jeunes, résidences, CIUSS, bibliothèques, municipalités, citoyens aînés...

Ces rencontres virtuelles combinent à la fois théorie et pratiques intergénérationnelles afin de doter les participants d'astuces et d'outils concrets pour les épauler dans leurs actions. Le tout autour de thématiques variées qui émergent des suggestions des membres qui la composent. La première rencontre est gratuite.

 Jeudi 9 octobre,

 de 10h à 12h

 Sur Zoom






 [S'inscrire](#)

Retour des *multi-conférences*

Par le complexe funéraire J.D. Garneau



Vous êtes cordialement invité à la 2e édition de l'événement *multi-conférences* cette fois-ci sous forme de soirée, portant sur la planification de fin de vie et du décès. Plusieurs conférenciers dévoués et passionnés aborderont des sujets tels que compte de succession, vente de propriété et garantie légale, hébergement, accompagnement, désencombrement, arrangements funéraires préalables, etc. Une panoplie de ressources spécialisées gravitant autour des différents besoins que vous pourriez avoir en fin de vie ou suivant un décès vous attendent.

-  Mercredi 15 octobre
-  de 17h30 à 20h
-  Complexe funéraire J.D. Garneau (274 rue St-Laurent, Trois-Rivières)
-  Un repas du style boîte à lunch vous sera offert gratuitement
-  Pour s'inscrire : 819 376-3731

Autres informations d'intérêt

Afin d'alléger le contenu de notre infolettre, nous partageons avec vous, en rafale, les publications et activités de partenaires susceptibles de vous intéresser :

- ♦ **Université du 3e âge** : conférences et formations offertes en présentiel et en ligne
[Consulter leur infolettre](#)
- ♦ **L'Appui** : 5 webinaires pour les intervenants
[Consulter leur site Internet](#)
- ♦ **FrancSavoir** : des conférences, activités et ateliers enrichissants
[Consulter leur infolettre](#)
- ♦ **Carrefour 50+ Colombie-Britannique** : des activités inspirantes et notamment la conférence [Promouvoir un vieillissement cognitif en santé](#)