



TABLE DE CONCERTATION
DES AÎNÉS
DE CHAUDIÈRE-APPALACHES
Pour le mieux-être des aînés

BULLETIN



ÉDITION SPÉCIALE JUIN -JUILLET 2025

COMPOSITION DU NOUVEAU CONSEIL D'ADMINISTRATION TCA C-A



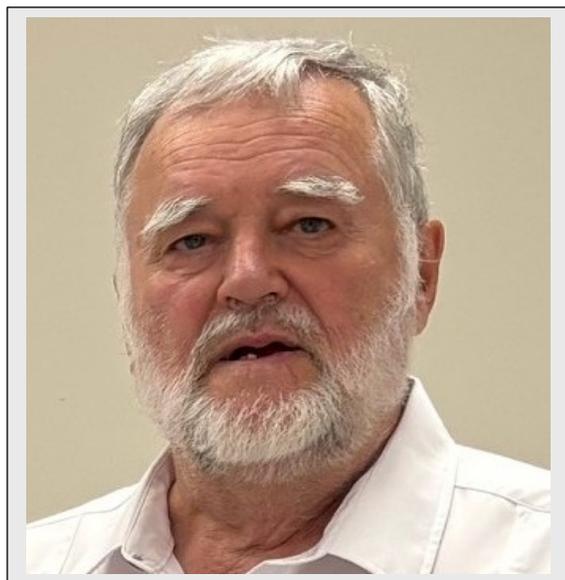
Suzanne Lacombe présidente



Yvan Tardif vice-président



Sabrina Gonthier secrétaire



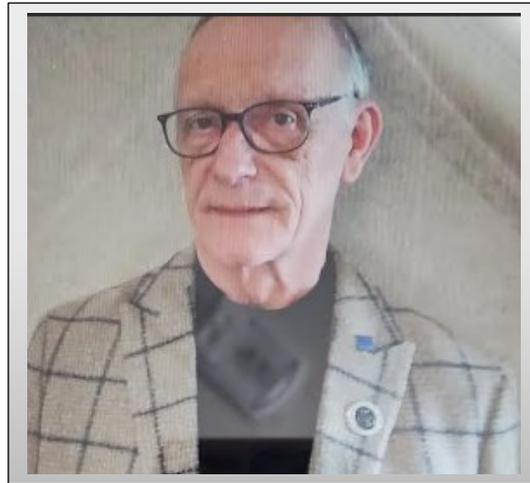
Ronald F Blanchet trésorier



Nicole Bérubé administratrice



Julie Émond administratrice



Guy Laverdière administrateur

Un nouveau souffle pour la Table régionale — Une mobilisation qui se poursuit

Le conseil d'administration de la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches se renouvelle. Lors de l'assemblée générale annuelle des membres qui a eu lieu le 19 juin dernier, la décision de modifier la structure du conseil d'administration a été entérinée par l'ensemble des membres présents.

Votre conseil d'administration élu par les membres est maintenant composé de 7 administrateurs, qui auront la tâche de gérer les orientations de la Table, ce qui aura pour effet une représentation plus efficace pour vos organismes et Tables de concertation locales.

Cette nouvelle orientation vise à renforcer l'agilité et l'efficacité de la Table, notamment par la réduction du nombre d'administrateurs à sept, tout en assurant une représentation stratégique au service des Tables locales et des organismes membres.

Bien que la structure du conseil d'administration ait évolué, l'essence collaborative et intersectorielle de la Table demeure au cœur de nos actions. Nous sommes résolument engagés à préserver l'esprit de dialogue, de concertation et de partage qui a toujours caractérisé notre réseau.

C'est pourquoi plusieurs comités de travail, ponctuels ou permanents, continueront d'être au cœur de la vie associative. Que ce soit à travers le comité du Prix Hommage Aînés, les comités liés aux programmes QADA, MADA et PNHA, ou encore par le comité de rédaction et révision d'avis, ces espaces de réflexion et d'action permettront à chacun de contribuer concrètement aux orientations régionales, tout en gardant bien vivante la richesse de nos diversités locales.

La Table régionale demeure également un lieu de rayonnement pour les bons coups, projets novateurs et réussites locales. Grâce à ses communications, elle continuera de faire circuler les idées porteuses d'un territoire à l'autre, afin que chaque initiative inspirante puisse devenir source de motivation et de mobilisation ailleurs dans la région.

Votre voix, vos idées, vos expériences sont essentielles. En vous engageant dans un ou plusieurs comités, vous contribuez activement à faire vivre cette mission commune : valoriser les forces du milieu, porter les enjeux régionaux, et améliorer collectivement la qualité de vie des aînés.

Faites partie de la dynamique. La concertation continue — autrement, mais ensemble.

PRIX HOMMAGE AÎNÉS 2025

La Table tient à remercier chaleureusement toutes les personnes et organismes qui ont soumis une candidature dans le cadre du Prix Hommage Aînés 2025. Cette année, ce sont 14 candidatures inspirantes qui ont été reçues par le comité évaluateur. Un bel élan de reconnaissance envers celles et ceux qui, par leur dévouement bénévole, contribuent activement au mieux-être des aînés dans nos milieux.

Ce fort taux de participation témoigne de la vitalité de nos communautés et de l'importance que vous accordez à mettre en lumière les personnes engagées de votre territoire. Ces candidatures illustrent toute la richesse humaine et la diversité des actions menées par nos bâtisseurs de lien social.

Comme le veut la tradition, une célébration régionale aura lieu pour rendre hommage aux lauréats. La date à retenir : le 25 septembre 2025. À cette occasion, chaque lauréat ou lauréate pourra être accompagné(e) de deux proches pour partager ce moment de reconnaissance bien mérité.

Merci de contribuer à faire rayonner la bienveillance et l'engagement !

LA BIENTRAITANCE ENVERS LES AÎNÉS EN CHAUDIÈRE-APPALACHES

Deuxième Édition de « L'Écho Bientraitant » : Vers un monde meilleur, cultivons la bienveillance

C'est avec fierté que le comité d'activités de sensibilisation à la bienveillance de Chaudière-Appalaches vous présente la deuxième édition du journal L'Écho Bientraitant, une publication inspirante et mobilisatrice dédiée à faire de la bienveillance une valeur partagée et incarnée dans notre quotidien.

Édition II : Un pas de plus vers une société inclusive et respectueuse

Cette nouvelle édition, enrichie de témoignages émouvants, de réflexions et de conseils, invite chaque lecteur à réfléchir à son rôle dans la construction d'une société bienveillante. Car chaque geste compte. Chaque mot, chaque regard, chaque attention peut semer une graine de respect et d'empathie autour de soi.

À travers ses pages, L'Écho Bientraitant souhaite non seulement informer, mais aussi transformer : inspirer les citoyens à adopter des comportements empreints de considération et à reconnaître la dignité de chacun, peu importe l'âge ou la condition.

Dans cette édition, vous découvrirez :

- Une entrevue exclusive avec Dre Michèle Morin, interniste-gériatre, sur ce que signifie véritablement la bienveillance;
- Le Courrier du cœur, une tribune touchante donnant voix aux personnes âgées;
- Une recette symbolique pour cultiver la bienveillance au quotidien;
- Des outils simples pour transformer vos interactions et vos réflexions;
- Et même une section ludique, parce que la bienveillance passe aussi par le plaisir.



**Tous, comme citoyens :
Agissons, parce qu'ensemble on est plus forts
que la maltraitance!**

Nous vous invitons à vous procurer une copie de « L'Écho Bientraitant » auprès de votre représentant de la table de concertation des aînés ou d'organismes communautaires de la région ou en consultant la version web via le cisssca.com/bienveillance.

Nous tenons à souligner le 15 juin, Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées, par la tenue de plusieurs activités locales réalisées par les membres de la table, dont une tournée d'ateliers de sensibilisation offert aux personnes vivant en milieu de vie collectif, en collaboration avec la FORHQ et le comité régionale Allié contre la maltraitance.

FICHE MENSUELLE SUR L'ÂGISME : L'INFANTILISATION

En mai dernier, une nouvelle était publiée qui aborde un exemple d'âgisme que nous retrouvons fréquemment au quotidien.

Ma « p'tite madame », mon « p'tit monsieur » sont régulièrement des mots que nous employons ou entendons. Or, ils ont souvent pour effet de diminuer ou d'infantiliser une personne. L'infantilisation est une forme d'âgisme encore beaucoup trop courante. Et si on changeait... La fiche ci-dessous donne des pistes concrètes pour modifier ce comportement. [Découvrez la fiche personnalisable à votre organisme](#)

Accédez à une trousse d'outils pour lutter contre l'âgisme en visitant le www.ciassca.com/agisme dans la section pour les professionnels. Prochaine diffusion : septembre prochain.



Âgisme

Trop souvent, on nous dit « Bonjour ma p'tite madame ou mon p'tit monsieur ». Ou on entend dans le discours la « p'tite madame » ou « le p'tit monsieur ».



Saviez-vous que...

L'infantilisation comme mon p'tit monsieur, ma p'tite madame, est une forme d'âgisme très courante.

Source : Adapté de L'âgisme c'est assez! De A à Z, Cégep de Drummondville, Centre collégial d'expertise en gérontologie, 2022

Et si on changeait...

Individuellement

Utilisons simplement un Bonjour! si nous ne connaissons pas la personne. Questionnons-nous sur la valeur ajoutée de placer « p'tit » ou « p'tite » devant madame ou monsieur. Ou mieux encore, intéressons-nous à la personne qui se trouve devant nous et demandons-lui comment elle veut être appelée.

Collectivement

Sensibilisons, formons le personnel lors de l'embauche, sur les bancs d'école, en formation continue ou au travail, par exemple. Après tout, une personne aînée est une personne adulte, pourquoi employer des termes qui pourraient la diminuer?

Pour plus d'informations : www.ciassca.com/agisme

Prendre soin de sa santé n'est-ce pas important?
Et si on tentait de mettre de la qualité sur nos
années de vie!

La Direction de santé publique du CISSS de
Chaudière-Appalaches est heureuse de vous
annoncer le lancement de sa nouvelle page
Facebook nommée Santé publique - Chaudière-
Appalaches. Ce nouvel outil de communication a
été créé pour soutenir sa mission auprès de la
population, auprès de vous!

Santé publique
Chaudière-Appalaches



Pourquoi s'abonner? La page mettra de l'avant des outils et des messages concrets pour encourager la population à prendre soin de sa santé et celle de ses proches. En suivant la page, vous resterez à l'affût des contenus qui peuvent vous toucher. N'hésitez pas à aimer et à partager avec vos collègues, partenaires et à vos proches.

Nous vous invitons donc à vous abonner à la page dès maintenant : [Santé publique - Chaudière-Appalaches | Ste-Marie QC | Facebook](#)

**Nos bureaux seront fermés entre
le 18 juillet et le 18 août pour une
pause bien méritée. Les membres
du CA et la direction vous
souhaitent**

BONNES VACANCES À TOUS !

Production Norman MacPhee : Articles et Corrections : Julie Forgues, Lise Patoine, Sabrina Gonthier Diffusion : Norman MacPhee



Table de concertation des aînés de
Chaudière-Appalaches
5501, rue Saint-Georges,
Lévis (Québec) G6V 4M7

Téléphone : 418 833-5678, poste 9
Sans frais : 1 877 533-5678 poste 9
tableainesca12@gmail.com
www.tabledesainesca.wordpress.com