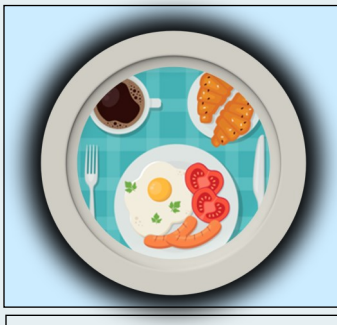
AQDR Granby

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES

INFOLETTRE JANVIER 2023



Les Déjeuners de l'AQDR Granby

Déjeuner de Granby : Le mercredi 11 janvier 2023, 8 h 30
Au Restaurant l'Oeuf Fourchette, 1 Blvd Mountain, Granby

Café-rencontre de Cowansville : Le vendredi 20 janvier 2022, 9 h30
Sac à mots, 706 rue Sud, Cowansville

Conférence des membres - 16 Janvier 2023, 13 h 30

Les inégalités chez aînés sont plus grandes dans la population en général

Avec Monsieur Gilles Léonard, trésorier de l'AQDR Nationale

Lors de cette conférence, nous traiterons, entre autre, des points suivants :

- Les revendications aux dernières élections - Les aînés vulnérables.
- Le revenu des aînés.
- Le travail :L'âge de la retraite est repoussé de plus en plus.
- Le logement :Les personnes de 75 ans consacrent plus de 30% de leur revenu au loyer et c'est plus important que dans les autres groupes d'âge.
- Le transport :La voiture est dominante et l'accompagnement-transport explose.

Au Carrefour Bingo de Granby, 94 Rue Robinson Sud, Granby

Café-rencontre au point de service de Brome-Missisquoi

Le vendredi 20 janvier, de 9h30 à 11h30, présentation du film « Le vieil âge et l'espérance » de Fernand Dansereau, suivie d'une discussion. Quand le grand âge impose la déchéance physique et parfois mentale, y a-t-il moyen de conserver une attitude espérante face à la vie et ses mystères? C'est la question à laquelle tente de répondre ce documentaire.

Au Sac à mots, 706 Rue du Sud, Cowansville.

Invitation aux 55 ans et plus !

Rencontre d'information pour les ateliers : Vit intensément tout de suite (VIT)

Antidote VIT (Vis intensément tout de suite) est une nouvelle activité gratuite qui propose de créer un lieu de rencontre privilégié où les aînés sont conviés à venir échanger afin d'améliorer leur qualité de vie, de valoriser leur expérience et de renforcer leur rôle dans la société.

Antidote VIT pour les aînés, c'est :

- Des rencontres amicales dans un lieu agréable autour d'un café et d'une collation;
- Un jeu sur des situations de vie rencontrées par des aînés;
- Une vue globale de la personne : tête, cœur, corps, âme et milieu de vie;
- Une réflexion et des actions individuelles et collectives pour demeurer des citoyens à part entière;
- Un antidote pour redonner sens à sa vie et à son milieu !

- Mercredi, 18 janvier, de 13 h 30 à 15h30 : séance d'information, à la bibliothèque Gabrielle-Giroux-Bertrand de Cowansville.
- Mardi 24 janvier de 13h30 à 15h30 : Premier atelier Antidote VIT, à l'église Emmanuel au 203 rue Principale, à Cowansville.

Dévoilement des escapades et voyages de l'AQDR 2023

Présentation des activités et escapades des ***Escapades de Lyne et de l'AQDR Granby***, le dimanche **15 Janvier 2023, 13 h 30**. Les portes seront ouvertes à partir de 13 h. Ouvert à tous, aucune réservation n'est requise et c'est gratuit !

Où ? À l'auditorium de la Polyvalente J.H. Leclerc de Granby, 1111 Rue Simonds Sud, Granby.

Venez en grand nombre !

Inscriptions, réservations et paiements des escapades 2023

Afin de vous inscrire et de réserver vos escapades, vous pourrez vous présenter le **samedi 21 Janvier 2023, de 9 h à 13 h,** au Carrefour Bingo de Granby, 94 rue Robinson Sud. Les places aux activités sont limitées, nous vous conseillons fortement d'effectuer vos réservations à cette date. Prendre note qu'aucune réservation ne sera possible avant le 21 janvier 2023.

Et n'oubliez pas de présenter votre carte de membre de l'AQDR Granby pour un rabais sur certaines escapades !

Ateliers ANTIDOTE (VIT)

À la suite de l'atelier Antidote VIT de l'automne 2022 les participantes réagissent en partageant leurs commentaires :

« J'ai une vision plus nuancée du vieillissement, beaucoup plus »
«Ce fut un vent de fraîcheur»
«La vie en nous est intact»
«La richesse des partages et des contacts humains»
«Chacune exprime son vécu, c'est tellement beau »
«Je pensais rencontrer une gang de petits vieux chialeux et petites vieilles chialeuses, quelle surprise de trouver une grande richesse d'introspection »
«Je ne m'attendais pas à vivre quelque chose comme ça, c'est vraiment une belle expérience»
«Je n'ai pas de difficulté à partager les choses neutres, mais aller dans l'émotif c'est plus difficile, montrer ma vulnérabilité c'est plus difficile»
«J'ai ressenti toute une confiance, je n'aurais jamais pensé vivre cela »
«J'ai pu faire confiance, j'ai apprécié la douceur de l'intervention»

Un nouveau groupe démarre à Cowansville le 24 janvier 2023. Limite d'inscription : 12 personnes.

Pour renseignement et inscription : 579 420-3038, Lorraine Riopel

Ouverture officielle du point de service de l'AQDR Granby à Cowansville

Le 16 décembre dernier avait lieu l'ouverture officielle du point de service de Brome-Missisquoi, à Cowansville. Merci à tous nos membres, bénévoles et partenaires qui se sont déplacés pour l'occasion. Pour joindre notre agente de développement et de service, madame Lorraine Riopel, vous pouvez la contacter au 579-420-3038.

Photo de gauche à droite : Diane Blais (administratrice AQDR Granby), Lorraine Riopel (agente de développement AQDR Granby), Madeleine Lepage (présidente AQDR Granby), Sylvie Beauregard (mairesse de Cowansville) et Andréanne Larouche (députée de Shefford)

Heures d'ouverture — Bureau de l'AQDR à Cowansville

Vous pouvez vous présenter au bureau de l'AQDR à Cowansville, au 706 Rue du Sud, Cowansville, tous les vendredis, de 9 h à 16 h. Lorraine Riopel, nouvelle agente de développement et de services communautaires sera sur place pour vous accueillir. Vous pouvez aussi la joindre au **579-420-3038** ou par courriel à **aqdrcowansville@aqdrgranby.org**

Comité covoiturage

L'AQDR Granby vous invite au covoiturage lorsque vous participez aux activités de l'organisme. Ce qui est un bon moyen d'entraide et de partage. Plusieurs personnes dans nos membres n'ont pas accès à un véhicule pour leur déplacement ce qui peut entraver leur participation et les conduire à s'isoler davantage.

Nous demandons aux personnes intéressées à offrir ou à recevoir un covoiturage de contacter la responsable du pairage :

Julie Haman. Tél : 450-578-6249 ou au bureau, tél : 450-372-3038

IN MEMORIAM

Gisèle Lauzier est décédée le 12 novembre, à l'âge de 84 ans. Elle a fait partie du conseil d'administration de l'AQDR Granby de 2009 à 2014.

Artiste peintre, elle a aidé à monter l'exposition d'œuvres d'aînés (qui voulait combattre l'âgisme en montrant des réalisations de personnes à la retraite) de 2009 à 2016, dans le cadre des journées de la Culture. Elle y présentait ses toiles qui étaient très prisées. Toutes nos condoléances à la famille éprouvée.

Rabais sur des spectacles — Sur la Scène Davignon

Notre partenaire, ***Sur la Scène Davignon ,*** offre aux membres de l'AQDR Granby un rabais **de 50%** sur le prix de certains billets pour la programmation 2023. Pour faire l'achat de vos billets et pour vous prévaloir de votre rabais, présentez simplement votre carte de l'AQDR à la billetterie de ***Sur la Scène Davignon*** au 608 rue Sud, Cowansville. Pour des informations supplémentaires, contactez l'AQDR Granby, 450-372-3038 ou encore *Sur la Scène Davignon,* **450-263-6666**.

Pour consulter la programmation complète et les détails des spectacles : https://surlascenedavignon.com/

Simon Leoza, le samedi 28 janvier, 20h
Église Emmanuel | 33 $ - 50 % = 16,50$

Simon Leoza est un compositeur de musique néoclassique doté d'une polyvalence naturelle. Il développe instinctivement, au fil des années, son propre langage expressif. Un spectacle de musique exceptionnel et inspirant.

Louis-Benoit Caron, le dimanche 26 mars, 14h30
Église Emmanuel | 20 $- 50% = 10$

Louis-Benoit Caron, un clarinettiste expressif et exubérant. Un artiste au timbre riche et d'une grande musicalité. Il présente un programme en hommage à la nature; des œuvres contrastantes et accessibles d'époques et de styles variés.

Sur la scène Davignon On stage

Le stagiaire de M. Ben, le 5 mars 2023, 15h
Église Emmanuel | 15 $ - 50% = 7,50$ (enfants gratuit)

Spectacle amusant et interactif de jonglerie et de cirque pour la famille.

Pierre Guitard, le 24 mars, 20h
Église Emmanuel | 30 $ - 50% = 15$

Gagnant du festival de la chanson de Granby en 2018, Pierre Guitard offre des mélodies simples et accrocheuses avec des textes qui racontent ses peurs : celles de devenir adulte, celles d'aimer, de se laisser aimer.

Karen Kaderavek et Scott Woolweaver, le dimanche 30 avril, 14h30
Église Emmanuel | 20 $ - 50% = 10$

Karen Kaderavek et Scott Woolweaver se produisent depuis de nombreuses années sur la scène mondiale en duo et en tant que solistes, avec des plus grands ensembles de musique de chambre américains. Ils proposent un kaléidoscope d'œuvres pour alto et violoncelle, composées spécifiquement pour des amis.