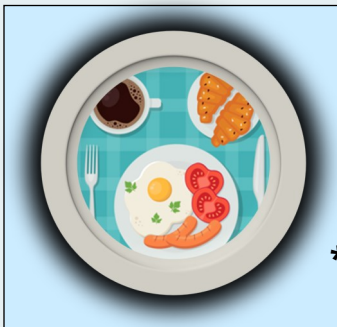
AQDR Granby

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES

INFOLETTRE MARS 2023



* Rappel - changement important !

Les Déjeuners de l'AQDR Granby deviennent les dîners-causerie !

Dorénavant, nous nous réunirons les deuxième mercredi du mois à **11 h 30,** au restaurant L'Œuf Fourchette de Granby.

***Prochain Dîner-causerie de Granby** : Le mercredi **8 mars 2023, 11 h 30**

Au Restaurant l'Oeuf Fourchette, 1 Blvd Mountain, Granby.

Nouveauté - causerie * L'organisme Entr'elles Granby viendra nous parler de la journée de la femme (15 minutes).

Café-rencontre de Cowansville : Le vendredi **17 mars 2023, 9 h30**
Sac à mots, 706 rue Sud, Cowansville. Sujet abordé : Le maintien à domicile.

Conférence des membres - 20 mars 2023, 13 h 30

Lancement du plan d'action pour contrer l'âgisme

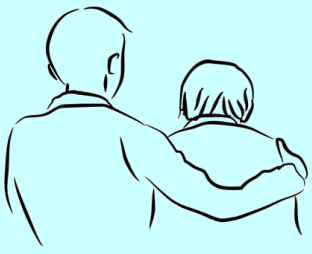
Sous le thème : *Des solutions innovantes pour contrer l'âgisme*, nous avons le plaisir de vous inviter à participer au lancement de notre plan d'action pour contrer l'âgisme, résultats d'une recherche-action, qui aura lieu **le 20 mars, 13 h 30, au Carrefour Bingo de Granby**. L'objectif de ce plan d'action est de proposer des solutions concrètes et innovantes pour contrer l'âgisme sur notre territoire.
De plus, lors de cette journée, Mme Sonia Bélanger, députée de Prévost et ministre déléguée à la Santé et aux Aînés, prendra la parole afin d'adresser quelques mots aux invités présents. * Pour connaitre tous les détails, consultez la page 2 de cette infolettre.

Participez en grand nombre !

Conférence des membres - Brome-Missisquoi

17 mars 2023, 9 h 30

Vous êtes cordialement invités à un café-rencontre sur la proche aidance, vendredi le 17 mars, au Sac à mots, situé au 708 rue du Sud à Cowansville. Madame Josée Duteau, coordonnatrice de la proche aidance au CIUSSSE de Sherbrooke, animera la rencontre. Elle fournira une définition de la proche aidance, abordera la trajectoire de la loi ainsi que le plan d'action du gouvernement, puis elle traitera des défis rencontrés par les proches aidants, de même que des solutions et des ressources disponibles. Informations : Lorraine Riopel, 579-420-3038



Invitation officielle

Lancement du plan d'action pour contrer l'âgisme

Chers membres,

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR), section Granby, a le plaisir de vous convier à une journée sur le thème *Des solutions innovantes pour contrer l'âgisme*, qui se tiendra le lundi 20 mars 2023, 13 h30, au Carrefour Bingo de Granby, situé au 94 rue Robinson S, Granby.

À l'occasion de cette journée, Mme Sonia Bélanger, députée de Prévost et ministre déléguée à la Santé et aux Aînés prendra la parole afin d'adresser quelques mots aux invités présents.

D'ici 2031, il est estimé que le quart de la population québécoise sera âgée de 65 ans et plus, et que cette proportion continuera de croître. Avec ce vieillissement de la population vient un risque grave: l'âgisme. Ce phénomène, comprenant entre autres des stéréotypes, des préjugés et de la discrimination, a des impacts importants sur la santé mentale et physique des personnes concernées.

C'est pourquoi nous présenterons un plan d'action comprenant 10 actions stratégiques, orientées autour de quatre grands objectifs. Nous espérons que notre plan, spécifiquement orienté vers les aînés de Haut-Yamaska, Brome-Missisquoi et Rouville, inspirera d'autres régions du Québec à mettre en œuvre des stratégies pour contrer le fléau qu'est l'âgisme.

L'AQDR est une organisation nationale, démocratique, libre et non partisane regroupant les personnes aînées et les retraitées de tous âges. Organisation ouverte et inclusive, l'AQDR est vouée à la défense, la protection et la promotion des droits des personnes aînées. Elle croit en la nécessité d'une éthique propre à nourrir sa pensée et ses actions afin que des valeurs morales comme la recherche du bien commun, le respect et la dignité la guident constamment.

Nous espérons pouvoir compter sur votre présence afin de découvrir des manières de lutter quotidiennement contre l'âgisme, afin de préparer un avenir digne pour tous.

Merci de bien vouloir confirmer votre présence avant le 15 mars en accédant au lien suivant :

Inscription lancement du plan d'action

_____

Madeleine Lepage Présidente,
AQDR Granby 170 St-Antoine Nord Granby,
450.372.3038 www.aqdrgranby.org

ANTIDOTE VIT

VIT INTENSÉMENT TOUT DE SUITE

RENCONTRE D'INFORMATION

Le 10 mars, 10 h,

au Sac à mot, 706 Rue Sud, Cowansville

- **Ce programme est une démarche abordant le vécu du vieillissement entre personnes aînées. Il s'adresse autant aux hommes qu'aux femmes aînées de cinquante-cinq ans et plus.**
- **Les rencontres se tiendront à Cowansville et débuteront le 4 avril.**
- **Elles réunissent de 8 à 12 participants, pour une durée de 8 à 10 rencontres.**
- **Le groupe devient, par la présence de pairs, un moyen d'apprentissage et de connaissance.**

Pour connaître tous les détails et consultez notre brochure : Brochure ANTIDOTE

Événement Présents pour nos aînés 2023

L'AQDR Granby était présente le 10 février dernier aux Galeries de Granby pour l'événement présents pour nos aînés. L'objectif principal était de permettre aux aînés d'en apprendre davantage sur certains organismes de la région et de contrer l'isolement social. Pour consulter les détails et l'article du Granby Express, cliquez sur le lien suivant : Salon pour décortiquer l'isolement social

Activité - Cabane à sucre

Joignez-vous à nous pour notre activité annuelle et partagez un bon repas de cabane à sucre !

- Le 12 avril 2023, 12 h 45
- 20, 00 $ / taxes et service inclus
- Cabane à sucre Martin, 675 Route 137 Sud, Sainte-Cécile-de-Milton
- Vous pouvez vous procurez des billets lors de nos activités ou au bureau de l'AQDR.

*** Important * Vous devez vous présenter à l'heure prévue, car la salle ne sera pas accessible avant 12 h45.**

Pétition

Signature d'appui changement à la RAMQ pour appareil auditif

Initiée par l'AQDR Roberval, nous avons besoin de votre soutien pour promouvoir la signature d'appui de changement à la RAMQ pour les appareils auditifs. Cette pétition a pour objectif de permettre aux personnes souffrant d'une perte auditive d'avoir des appareils auditifs de qualité, et non seulement à des appareils de base. De plus, les personnes aînées ont droit à une subvention sur seulement un appareil. Pourtant, comme nous avons deux oreilles, il serait normal qu'un montant soit aussi accordé pour deux appareils. Pour signer la pétition : **Pétition - Appareil auditif**

Le saviez-vous ?

Au Québec, seuls les audioprothésistes ont le droit de vendre, de poser, d'ajuster ou de remplacer des prothèses auditives. Or, ce n'est pas le cas en Ontario, ce qui permet à des magasins comme Costco d'offrir des appareils de bonne qualité à plus faible coût. Pour économiser des centaines de dollars, certains Québécois malentendants font la route jusqu'en Ontario pour se procurer des appareils auditifs. Pour consulter le dossier de La Presse : **Prothèses auditives**

Concours

Il est encore temps de participer !

L'AQDR Granby souhaite entreprendre une démarche de changement de nom afin de mieux représenter les trois MRC qu'elle dessert, soit : la Haute-Yamaska, Brome-Missisquoi et Rouville. Dans cette optique, afin de sonder votre opinion et suggestions de noms, nous organisons un concours.

Pour participer, vous devez simplement nous faire parvenir vos idées sur le nouveau nom que devrait porter l'AQDR Granby et qui serait représentatif de nos trois régions.

Alors, faites nous parvenir vos suggestions par courriel, par la messagerie instantanée de notre page Facebook ou encore par téléphone. Toutes les propositions seront soumises au conseil d'administration et la personne ayant soumis le nom retenu se méritera une carte cadeau de 50 $ de chez IGA. ***Date limite pour participer : 30 mars 2023***

Vacances — Bureau de l'AQDR Granby et Cowansville

- Veuillez prendre note que la coordonnatrice du bureau de Granby sera absente du 23 au 30 mars inclusivement. Le bureau demeurera cependant ouvert de 13 h à 16 h du lundi au jeudi.
- Notre agente de développement et de services pour le territoire de Brome-Missisquoi sera également en vacances du 27 au 31 mars inclusivement.

Merci de votre compréhension !

SERVICE D'INFORMATION 211

Information sur les services communautaires, publics et parapublics

Confidentiel, gratuit et efficace, le **211** est un service d'information et de référence centralisé qui dirige les citoyens et citoyennes vers les ressources et services disponibles de votre communauté. Pour trouver les ressources spécifiques qui répondront à vos questions sur les sujets suivants :

- Personnes âgées
- Personnes handicapées
- Transport
- Sports et loisirs
- Environnement
- Éducation
- Hommes et femmes
- Aide alimentaire
- Santé (groupes de soutien)
- Arts et culture
- Services communautaires

Voyages AQDR GRANBY 2023

Transport en autocar de luxe au départ de Granby

Comédie musicale / HAIR !

Mercredi 22 juin 2023 (places disponibles)

- Comprenant le billet de spectacle, souper à la Casa Grecque et 1 verre de vin;
- Départ à 15 h 15 de Granby et retour prévu à minuit;
- Coût Membre AQDR : 240$ / Non-membre AQDR : 250$
- 40$ en argent et CPD au nom de Travelonly en date du 1er mai.

Journée communauté JUIVE de Montréal !

Jeudi 2 novembre 2023 (places disponibles)

- Comprenant l'animation spécialisée, danse, dîner typique, visites culturelles…
- Départ 8 h 15 de Granby et retour prévu à 17 h;
- Coût Membre AQDR : 155$ Non-membre AQDR : 165$
- 40$ de dépôt / CPD au nom de Travelonly en date du 30 mars.

Paiements - Rencontre du 20 mars :

- **Exceptionnellement, les paiements pour les Escapades de Lyne auront lieu de 11 h à 11 h 45 seulement lors de la rencontre du 20 mars au Carrefour Bingo. Vous devez toutefois confirmer votre présence auprès de Carole Provencher au 579-488-6346**
- **Aucun paiement de sera disponible au-delà de ces heures.**
- **Sur appel : Lyne Fontaine au 579-488-6346 et elle vous donnera rendez-vous**

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

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/

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.