

## Activités passées

Mois : *Septembre 2018*

### **Déjeuner rencontre « Les bienfaits de la musique »**

Vendredi, 21 septembre 2018 à 9h00, salle municipale à Champlain

Dans le cadre du projet *Activités musicales : lieu de mémoire, lien de vie.*

La musique, une machine à remonter le temps? Qu'est-ce qu'un boomwhacker? Quelle est cette fascinante découverte sur notre cerveau, à l'origine de ce projet pour les aînés?...Pour toutes ces questions et bien d'autres, venez assister au déjeuner rencontre à Champlain.

#### **Détails»**

### **Déjeuner rencontre « Les bienfaits de la musique »**

Vendredi, 21 septembre 2018 à 9h00

On s'entend pour dire qu'il y a des chansons qui viennent particulièrement nous atteindre le cœur et cette connexion « oreilles-tête-cœur » peut parfois s'avérer très puissante. Puisque cette connexion est parfois si intense, ne pourrait-on pas miser sur ce lien qui se crée pour amener certaines personnes âgées à plonger dans leurs souvenirs, et ainsi leur faire vivre un instant de bonheur, le temps d'une chanson?

Venez vivre cette expérience avec nous. Nous pourrions aussi explorer ensemble différents instruments de musique.

\*\*\*\*\*

### **L'AUTOMNE À L'ÎLE D'ORLÉANS**

Mardi, 25 septembre 2018

La responsable des activités sociales a organisé une belle sortie à l'Île d'Orléans. Six visites et un dîner au Moulin de St-Laurent. 95\$/personne  
Confirmez votre présence le plus tôt possible.

Mois : Octobre 2018

## **Conférence avec conférencier invité « Bien vieillir malgré tout »**

Jeudi, 11 octobre 2018 à 13h30, au Centre communautaire Georges-Sévigny de Saint-Luc-de-Vincennes

Dans le cadre du projet *Vivre dans mon milieu*.

### **Détails»**

## **Conférence avec conférencier invité Yvon Riendeau, Gêrontologue social « Bien vieillir malgré tout »**

Jeudi, 11 octobre 2018 à 13h30

Yvon Riendeau est chargé de cours en Gêrontologie Sociale à l'UQAM et l'un des 4 experts ayant élaboré le Plan d'Action pour contrer la maltraitance aux aînés du Secrétariat aux aînés et du ministère de la Famille. Il est aussi enseignant aux diplômés d'études professionnelles en Assistance à la personne à domicile et en établissement de santé et formateur du personnel des CHSLD (milieux de vie) et des Offices municipaux d'habitation à travers le Québec.



Sujets abordés dans la conférence :

- L'art de savoir avancer en âge (bien vieillir dans sa tête, son corps, sa spiritualité et son sexe)
- Bienveillance de soi et des autres : solide défi de société
- Perception sociale du « vieillir pluriel »
- Âgisme et intimidation : phénomène croissant au Québec
- Les 10 commandements du bien vieillir et de l'harmonie...

*Mois : novembre 2018*

### **Fête du 35e anniversaire de l'AQDR Des Chenaux**

Dimanche, 4 novembre 2018, à 16h, à la salle communautaire J.-A. Lesieur de Sainte-Geneviève-de-Batiscan

Souper Méchoui pour souligner le 35<sup>e</sup> anniversaire de la section, au profit de la Fondation d'aide aux aînés Juliette-M.-Dubois.

#### **Détails»**

Venez fêter, vous régaler et participer à une levée de fonds au profit d'une des belles réalisations de la section : la Fondation d'aide aux aînés Juliette-M.-Dubois.

La solidarité est une des valeurs de notre association c'est pourquoi les profits de la fête seront entièrement remis à la Fondation pour soutenir les projets collectifs de maintien à domicile.

Invités d'honneur, partie musicale et surprises vous attendent! Soyez des nôtres!

\*\*\*\*\*

### **Café-rencontre avec personne ressource « La dégénérescence maculaire liée à l'âge »**

Samedi, 24 novembre 2018, à 13h15, à la salle municipale de Saint-Narcisse

Voulez-vous en connaître plus? Vous vous sentez concernés par votre santé visuelle ou celle de vos proches? L'invitation est pour vous! N'hésitez pas à venir en famille ou entre ami·e·s. C'est gratuit pour les membres AQDR.

#### **Détails»**

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)

Monsieur André Lavoie est un conférencier reconnu lorsqu'il s'agit de parler de la santé visuelle, particulièrement de la dégénérescence maculaire. Avec un langage imagé et facile à comprendre, il parle des sujets suivants :

- Les causes et les facteurs de risque... dont l'hérédité;
- Les recherches, les traitements et les moyens de prévention;

- Les statistiques... savez-vous qu'on compte +/- 300,000 personnes atteintes au Québec, incluant des personnes jeunes et âgées. Après 75 ans, les statistiques parlent de 1/3 des personnes atteintes de DMLA.

*Mois : janvier 2019*

**Café-rencontre : Vos droits dans votre milieu de vie**

Mercredi, 30 janvier 2019, à 13h30, à la salle Hélène-Jacob de l'Immeuble multiservice de Sainte-Geneviève-de-Batiscan

Présentation du premier thème du guide « Aînés, des réponses à vos questions » de l'AQDR nationale par la présidente de la section, Jacqueline Bergeron.

Manon Trottier, directrice du Soutien à domicile des Chenaux, parlera des services de maintien à domicile.

Gratuit pour les membres AQDR.