

Un bilan positif pour le Congrès et l'AGA 2011



Le Prix Willie-Lirette a été créé en reconnaissance des nombreux services que celui-ci a rendus à la société en général, tant au niveau fédéral, provincial et régional. Grâce à Monsieur Lirette, les aînées et aînés du Nouveau-Brunswick possèdent une association (AAFANB) dont il est le président fondateur.

De gauche à droite : Victoire Chouinard, présidente du comité organisateur du Congrès 2011; Roland Gallant, président de l'AAFANB; Lucette Martel, récipiendaire du Prix Willie-Lirette et Willie Lirette, président fondateur de l'AAFANB.

Page 4

Comité organisateur du Congrès et de l'AGA 2011



De gauche à droite :

1^{er} rangée : Victoire Chouinard, Louise-Anne Levesque, Pâquerette Michaud, Lucette Martel, Réjeanne Chouinard.

2^e rangée : Gilles Chouinard, Georgette Cyr Roy, Marcel Michaud, Bertin Chouinard.

Absente : Rita Goguen

Soins à domicile - Vieillir chez soi



VIEILLISSEMENT EN SANTÉ - *Le vieillissement de la population n'est pas une catastrophe au Canada selon le Dr Réjean Hébert de l'Université de Sherbrooke. Il a prononcé une causerie au sujet du vieillissement en santé à Dieppe organisé par le Centre d'études du vieillissement de l'Université de Moncton en collaboration avec l'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick.*

De gauche à droite : Suzanne Dupuis-Blanchard, directrice du Centre d'études du vieillissement de l'Université de Moncton; les conférenciers, Lita Villalon, professeur; Gino LeBlanc, professeur; le Dr Réjean Hébert; Roland Gallant, président de l'AAFANB et Paul-Émile Bourque, doyen. (Photo Normand A. Léger)

Page 7



Question de vieillir chez soi!

Le 19 octobre dernier, j'assistais au forum santé au club de l'Âge d'Or de St-Jacques. Quelque 116 personnes y ont participé. J'ai demandé combien parmi eux désiraient se retrouver un jour, probablement pas si lointain, dans un foyer de soins de « longue durée ». Vous aurez deviné que la réponse fut négative et l'on entendait : « On veut rester chez nous le plus longtemps possible, si cela est possible ». Je soupçonne que chacun et chacune d'entre vous, qui me lisez, pense ou désire la même chose.

Une semaine auparavant, soit le 13 octobre, j'assistais, à Dieppe, à une causerie intitulée : « Vieillesse en santé », organisée par le Centre d'étude du vieillissement de l'Université de Moncton en partenariat avec l'AAFANB. Lors de cette rencontre, nous avons eu droit à deux conférences. D'abord, celle du Dr Réjean Hébert, gériatre, chercheur et professeur à l'Université de Sherbrooke, conférence ayant pour titre : « Prioriser le soutien à domicile, pourquoi et comment? ». Dans une deuxième conférence, M. Gino LeBlanc, chercheur associé à l'Institut canadien de recherche sur les politiques et l'administration publiques, de l'Université de Moncton, nous a entretenus sur : « Le développement d'une politique du vieillissement ».

Selon le Dr Hébert, le vieillissement n'est pas une catastrophe comme on semble le croire, mais cette population vieillissante (et de plus en plus nombreuse) est affectée par de multiples maladies chroniques qu'il serait possible de contrer par des mesures de prévention. En mots plus simples, il faudrait que les gouvernements mettent en place des programmes et des services qui nous permettraient de vieillir en santé et, peut-être même, de mourir en santé.

De son côté, M. LeBlanc nous affirme que, pour y arriver, les gouvernements devront se doter, le plus rapidement possible, d'une politique du vieillissement, ce qui signifie qu'ils disposeraient alors d'une vision globale de la problématique suscitée par le vieillissement rapide de la population tant au Nouveau-Brunswick que partout ailleurs au Canada. Cette vision globale leur permettrait d'être en position pour prendre les meilleures décisions à court, moyen et long termes pour y faire face dans les meilleures conditions.

Jamais deux sans trois, dit l'adage. Les 20 et 21 octobre, je représentais l'AAFANB au Sommet sur les soins de santé primaires, sommet organisé par le Comité directeur sur les soins de santé primaires, pour le compte du Ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick. Ce comité sera chargé de soumettre des recommandations au Ministère de la Santé, visant des transformations dans la prestation des services en soins de santé primaires afin de les rendre plus performants.

De nombreux spécialistes de partout au Canada sont venus nous présenter leurs points de vue. Plus d'une centaine de médecins généralistes et d'autres représentants des autres secteurs des services en santé, ainsi que de représentants d'organismes communautaires comme l'AAFANB ont participé à l'analyse de la situation existante au Nouveau-Brunswick.

Les informations qui nous ont été fournies et qui provenaient de recherches sur notre système de soins de santé primaires m'ont paru assez surprenantes. Au Nouveau-Brunswick, nous ne semblons pas souffrir d'un manque de personnel en soins médicaux puisque les chiffres qui nous ont été fournis nous indiquent que nous sommes souvent au-dessus de la moyenne nationale. Toutefois, nous faisons souvent piètre figure en ce qui concerne le nombre de cas de maladies graves ou chroniques. Rappelons-nous les propos du Dr Réjean Hébert, disant que les aînés sont nombreux à être affectés par ces maladies chroniques.

Dans une première présentation à ce sommet, le Conseil de la santé du Nouveau-Brunswick a brossé un tableau d'ensemble de la situation dans les soins de santé primaires chez nous. Ces données révèlent qu'un fort pourcentage des lits en milieu hospitalier est actuellement occupé par des aînés en attente d'une place en foyer de soins, mais que ce pourcentage risque d'atteindre 100 % au cours des prochaines décennies si nous n'effectuons pas un virage important dans la prestation des services en santé.

Je me résume : nous, les 50 ans +, disons que nous ne voulons pas nous retrouver en foyers de soins (et encore moins en milieu hospitalier) pour finir nos jours. D'un autre côté, la situation actuelle fait que les foyers de soins ne suffisent pas aux besoins. Et les coûts en foyers de soins et en milieu hospitalier sont très élevés et continueront d'augmenter.

Alors, quelle est la solution? Prioriser le soutien à domicile. Au cours des années, le Danemark a mis en place des politiques, des services, des pratiques qui font en sorte que la quasi-totalité des personnes vieillissantes pourra demeurer chez elles et y mourir en toute dignité si on leur accorde des services de qualité qui coûtent beaucoup moins.

Voilà pourquoi l'AAFANB, au nom de ses membres, réclame du gouvernement du Nouveau-Brunswick qu'il se dote d'une politique globale du vieillissement. Vous, les membres dans vos régions, vous devriez en parler à vos députés, provincial et fédéral. Utilisez votre pouvoir et de votre droit de parole. Cela aidera sûrement à faire avancer le dossier!

Roland Gallant, président

Les nouveaux retraités et le bénévolat

Depuis janvier 2011, les baby-boomers prendront peu à peu leur retraite. Seront-ils intéressés à faire du bénévolat, seront-ils intéressés à continuer à participer aux changements de la société comme ils le faisaient lorsqu'ils étaient présents sur le marché du travail?



Tout d'abord, il faut noter que certaines particularités caractérisent les jeunes retraités. Ils sont des enfants des baby-booms. Ils ont vécu l'abondance et maintenant, ils forment la majorité des nouveaux retraités. Selon diverses études, ils ont les moyens économiques, la santé physique et le goût de profiter pleinement de leur nouvelle vie de retraité. Ils représentent environ 27 % de la population et leur nombre augmentera de 15 % dans les dix prochaines années. À plus forte raison, faut-il s'intéresser à eux.

On leur accorde plusieurs caractéristiques : ils sont d'anciens idéalistes, ils respectent l'autorité, ils sont plutôt matérialistes et ils ont un rapport différent avec les valeurs traditionnelles. Il faut noter qu'ils ont été les instigateurs des réformes sociales, de la liberté d'expression. Au cours de leur vie, ils ont vécu des étapes où ils voulaient changer le monde. Certains sont déchirés entre la rébellion et le pouvoir, ils sont nostalgiques et ils veulent garder leur jeunesse à tout prix.

Les nouveaux retraités sont des consommateurs expérimentés et exigeants. Leur profil dépend de leurs valeurs, de leur vécu, de leurs expériences et aussi de leur bonne forme physique. Ils sont plus automnes et plus actifs. Ils ne veulent pas de voyage organisé, ils veulent du sur mesure. Leurs attentes sont nouvelles, différentes de la génération précédente. Et certains de ces retraités, semble-t-il, surestiment le niveau de leur future pension.

Plusieurs d'entre eux comptent bien vivre comme ils l'ont fait jusqu'à présent. Il est bien évident que les anciens schémas et l'approche pour capter leur attention, éveiller leur curiosité, développer leur désir sont à reconsidérer.

L'arrivée de cette nouvelle génération sur le marché du bénévolat se fait-elle en douceur? Les méthodes de gestion et d'accueil des organisations favorisent-elles l'intégration de cette cohorte de nouveaux bénévoles? Les descriptions de tâches bénévoles sont-elles adaptées aux attentes des nouveaux retraités? Leur présence sur le marché du bénévolat comblera-t-elle les besoins en recrutement? Les nouveaux retraités sont-ils une manne pour les organisations et à quel prix?

Autant de questions auxquelles les gestionnaires d'organisations bénévoles devront répondre. Après réflexion, ces différents groupes devront apporter les changements nécessaires pour permettre une meilleure intégration et une acceptation inconditionnelle de ces nouveaux venus. Cela implique évidemment un changement d'attitude pour les personnes qui travaillent déjà sur le marché du bénévolat.

Il importe donc d'être conscient et de constater qu'il n'est pas garanti que les nouveaux retraités vont faire du bénévolat selon les méthodes traditionnelles. D'où l'importance de développer des approches différentes et de trouver des façons de faire pour stimuler l'engagement de ces nouveaux retraités vers le bénévolat chez les personnes de 50 ans et plus. Nous aurons certainement l'occasion d'en reparler ultérieurement.

En terminant, je vous transmets mes vœux pour un Joyeux Noël et une année 2012 remplie de petits bonheurs au quotidien!

Jean-Luc Bélanger

Directeur général AAFANB

Nota Bene : Plusieurs éléments de cet article ont été pris dans un document du Centre d'action bénévole



La Voix est une publication de l'Association acadienne et francophone des aînés du Nouveau-Brunswick. Elle est publiée deux fois par année grâce à la collaboration financière de Patrimoine canadien.



Patrimoine
canadien Canadian
Heritage

Courriels : aafanb@nb.aibn.com
Coordonatrice : Mélanie Saintil, adjointe administrative
Mise en page : Imprimerie A. Dupuis Printing
Publié par : IMPRIMERIE A. DUPUIS PRINTING INC.
38 chemin Ohio, Shediac NB - 506-532-3743
dupuisinfo@dupuisprinting.ca

Toute reproduction est strictement interdite, sans l'autorisation de l'éditeur.

Un bilan positif pour le Congrès et l'AGA de l'AAFANB

Résumé du congrès et de l'assemblée générale annuelle de l'AAFANB

L'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick a tenu son congrès et son assemblée générale annuelle les 16, 17 et 18 septembre dernier à Saint-Quentin. Après plus de dix ans d'existence, les membres du conseil d'administration ont choisi le thème suivant « Osez... Changez... » Le but : permettre aux 145 participants, qui provenaient de partout dans la province, d'amorcer une réflexion afin de donner un nouveau souffle de vie à l'association et lui permettre de répondre aux besoins de ces membres dans le contexte actuel.

Vendredi soir : la traditionnelle soirée des retrouvailles a permis aux personnes de se rencontrer dans une atmosphère d'amitié. La musique, avec des artistes locaux, a donné à tous l'occasion de se divertir.

Samedi : journée du congrès. Après l'ouverture officielle, le conférencier Laurier Thériault de Repentigny nous a parlé du changement en relation avec notre thème. Ensuite, selon l'horaire établi, les membres ont pu participer aux différents ateliers sur le fondement où ils étaient invités à donner leur opinion.

Premier atelier : depuis sa fondation, l'AAFANB répond-elle encore à vos attentes? La vision, la mission, la raison d'être sont-elles d'actualité? Entrevoyez-vous des changements pour les prochaines années? Comment les « baby-boomers » pourraient-ils se retrouver et adhérer au rang de l'AAFANB?

Deuxième atelier : L'image présentée par l'AAFANB avec son nom, son logo, son site Web, etc., est-elle encore appropriée dans le contexte moderne actuel? Avez-vous des suggestions et/ou des recommandations pour améliorer l'image de l'AAFANB?

Troisième atelier : Les services offerts par l'AAFANB tels le programme des assurances, la revue « La Voix », les Jeux des aînés de l'Acadie, les forums santé et mieux-être et les conférences,

etc. répondent-ils encore à vos besoins? Avez-vous des suggestions et/ou des recommandations?

Quatrième atelier : Les dossiers sociaux tels que les soins à domicile et les dossiers politiques tels que l'évaluation des taxes foncières des personnes de 65 ans et plus entreprise par l'AAFANB depuis sa fondation ont-ils répondu à vos attentes? Avez-vous des recommandations pour d'autres dossiers auxquels l'AAFANB devrait travailler durant les prochaines années?

Un autre sujet pertinent : l'arrivée des baby-boomers à la retraite, comment coordonner les activités et les programmes pour rencontrer leurs besoins et en même temps, continuer à travailler avec les personnes avancées dans l'âge. Les baby-boomers continueront-ils à faire du bénévolat pour participer au mieux-être des aînés? Là est la question!

Plan financier : nous avons des partenaires financiers, commanditaires pour une partie de notre programmation, le congrès et pour des projets spécifiques comme les Jeux des aînés de l'Acadie. Nous travaillons à la préparation d'un plan de commandite pour approcher d'autres partenaires financiers pour pouvoir atteindre plus d'autonomie à court et à plus long terme. Il faut noter que des programmes et du financement du gouvernement provincial et fédéral nous permettent d'offrir certains services.

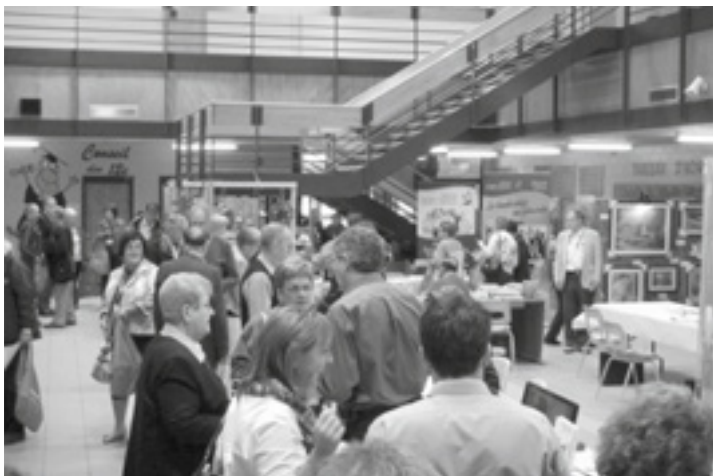
En guise de conclusion, votre association est en bonne santé et elle continue à défendre vos droits et vos intérêts auprès du gouvernement et elle fait entendre sa voix lors de présentation de mémoire ou autre.

Merci au comité organisateur de la région de St-Quentin! Vous avez bien fait les choses et surtout, vous avez su nous démontrer le cachet particulier qui caractérise votre belle région.

Jean-Luc Bélanger

Directeur général AAFANB





PRÉSENTATION DE LUCETTE MARTEL récipiendaire du Prix Willie-Lirette

AAFANB 5^e Congrès 2011

Saint-Quentin, N.- B.

Chers membres de L'AAFANB et honorables invités,

Je suis très honorée de vous faire la présentation de la récipiendaire du prix Willie Lirette 2011 : madame Lucette Martel. Avant tout, Lucette est mère de 6 enfants, grand-mère de 8 petits-enfants et elle a aujourd'hui la chance et la joie d'avoir un arrière-petit-fils.

Malgré ses responsabilités familiales, Lucette a trouvé les moyens de travailler à l'extérieur de la maison.

Lucette a œuvré comme intervenante aux soins des aînés.es en perte d'autonomie durant plus de 25 ans à la Résidence Mgr Melanson Inc. de Saint-Quentin. Elle était une soignante dévouée et attentive au bien-être des résidents.es et au respect de leurs droits. Elle travaillait à ce qu'ils gardent leur autonomie et en acquièrent le plus possible en les aidant à marcher et en les conduisant à la salle d'activités après leurs soins du matin. Lors des sorties et des pique-niques à l'extérieur, Lucette n'hésitait pas pour les accompagner. On sentait qu'elle aimait son travail auprès des personnes âgées, même si parfois ça lui demandait énormément de patience et de tolérance.

Actuellement à la retraite, elle est engagée dans le bénévolat pour sa communauté. Pendant 9 ans, elle a siégé au sein du Conseil d'administration du club de l'Âge d'or de Saint-Quentin, dont 6 ans à titre de présidente, où elle fut très active et démontra ses capacités de leadership. C'est d'ailleurs sous son règne que notre club a adhéré à l'Association acadienne et francophone des aînés et aînés du N.-B. En outre, elle a participé à la majorité des Forums santé et mieux-être et à plusieurs congrès de l'Association. Disponible et généreuse avec son temps, Lucette était toujours présente pour ouvrir et fermer la salle lors des bingos, des soirées dansantes hebdomadaires, aux soupers mensuels du club et aussi pour les cours d'exercices physiques offerts aux aînés.es par l'UTANO avec qui elle travaillait en étroite collaboration et dont elle est également membre.

Depuis plusieurs années, elle travaille avec l'équipe de repas funéraires, à la préparation et au service de repas lors de funérailles dans notre paroisse. En plus, depuis nombre d'années, elle est aussi membre à vie de la SANB.

Pour toutes ces raisons, c'est avec plaisir que je vous présente la récipiendaire du prix Willie Lirette 2011 : madame Lucette Martel

Victoire Chouinard

Présidente du comité organisateur du 5^e congrès de l'AAFANB

17 septembre 2011



Sports 50+

Équipement Sportif adapté
au 50 ans et plus

POUR PLUS D'INFORMATIONS COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

3755e boul. Matte, Brossard, J4Y 2P4 | tél. : (514) 941-6629 / 1-866-941-6629
Fax. : (450) 676-3539 / 1-888-676-3539 | info@sports50.ca | www.sports50.ca

SOINS À DOMICILE - VIEILLIR CHEZ SOI

Le 13 octobre 2011

Un service de soins aux aînés accentué au domicile et non vers les hôpitaux

DIEPPE -- Le vieillissement de la population n'est pas une catastrophe au Canada et n'est pas le facteur majeur pour l'augmentation des coûts des services en santé a dit le Dr Réjean Hébert, médecin gériatre et chercheur et professeur titulaire à l'Université de Sherbrooke.

Il a prononcé une causerie au sujet du soutien à domicile des aînés organisée par le Centre d'études du vieillissement de l'Université de Moncton en collaboration avec l'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick (AAFANB) au Centre des arts et de la culture de Dieppe.

Le Dr Hébert a indiqué que le vieillissement vient au cinquième rang des facteurs d'augmentation des coûts des services des soins de la santé au pays derrière les coûts des médicaments, la technologie, l'utilisation inappropriée des hôpitaux et la privatisation de certains services.

Le Dr Hébert est grand partisan de l'établissement des soins appropriés dans les régions pour garder les personnes aînées dans leur domicile le plus longtemps possible, mais qu'il doit y avoir une planification efficace des soins à domicile. « Nous avons centré les soins aux malades vers les hôpitaux et il faut maintenant passer des soins dans les hôpitaux aux soins domestiques, à la maison, a-t-il dit au plus de 120 personnes présentes à la causerie. Les politiques des soins de la santé ont été pensées et adoptées alors que la majorité de la population était jeune avec des maladies aiguës alors qu'aujourd'hui, nous avons une majorité de la population avec des maladies chroniques dont certaines peuvent être évitées. »

Les soins à domicile appropriés et planifiés à la maison sont une solution à la réduction des coûts des soins de la santé selon le conférencier qui a mené une étude au Québec sous le modèle PRISMA (Programme des services de maintien de l'autonomie). Il faut une intégration des services à la maison et offrir les services vers les habitants et non vers des institutions a ajouté le Dr Hébert. « Cela nécessite un changement majeur et une approche communautaire,

une porte d'entrée unique pour les services, une gestion par cas avec des professionnels pour bien évaluer les besoins de la personne et organiser les services, un plan de service individualisé et un outil unique d'évaluation et un système d'information. »

L'étude au Québec a démontré qu'une approche communautaire prévient la perte d'autonomie, améliore l'efficacité, a favorisé l'intégration fonctionnelle au lieu de structurelle, a permis de développer des politiques basées sur des probantes (données), prend en considération le financement et a dédramatisé l'impact du vieillissement sur l'économie.

Le Dr Hébert a ajouté que la fusion structurelle des ministères ne garantit pas de meilleurs services aux gens. Il a ajouté que les gens veulent rester dans leur maison et que les services doivent se déplacer vers les gens et non vice-versa. Il a fait remarquer que la Loi canadienne sur les services de santé est dépassée et allègue surtout de médicaments. Il ajoute que le virage ambulatoire a mis plus de pressions sur les services à domicile au Québec et les intervenant.es ont moins de temps pour les aînés. Il a également souligné l'absence d'une définition claire des besoins. Il a cité certains pays qui offrent déjà une plénitude de services à domicile pour les aînés et la satisfaction est très élevée auprès de la population.

« Les soins à domicile sont moins dispendieux que ceux dans les hôpitaux, a-t-il terminé. Les bénéfices sont à court et à long terme. Il faut redéfinir notre approche et assurer la qualité des services. Il faudrait également prévoir une assurance autonomie universelle et régionalisée. »

Une politique sur le vieillissement : l'AAFANB poursuit son lobby

DIEPPE -- L'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick prêche toujours l'adoption d'une Politique sur le vieillissement par le gouvernement provincial.

Le chercheur et professeur Gino LeBlanc a rappelé lors d'une récente causerie que ce n'est jamais facile de convaincre les législateurs et les politiciens d'adopter des lois ou des politiques, mais «avec des données probantes» et des arguments, il y a plus de chance de réussite. « L'horizontalité des services à travers les divers ministères et le financement des activités ne doivent pas être oubliés. »

LeBlanc a souligné qu'il faut souvent modifier la culture d'un gouvernement pour le faire adopter des modifications et que le personnel interne d'analyse de politiques est souvent limité.

« Il faut examiner six facteurs pour faire valoir son point. Il faut définir le problème, préciser les valeurs et les objectifs liés, générer des options, choisir les éléments de la politique, voir à sa mise en oeuvre et l'évaluer. Il est possible également de faire passer cette politique à travers le dossier des soins de santé en français. Il faut inclure les fonctionnaires, la société civile et les chercheurs. »

Les gens pensent encore que les soins de santé sont les hôpitaux et les machines qui s'y rattachent. La prévention et la promotion de la santé sont difficiles à faire passer selon des intervenants et le défi de la ruralité de la province est un autre facteur.

La professeure Lita Villalon a rappelé les nombreuses études liées au vieillissement de la population qui sont en cours à l'université qui vont des loisirs, la malnutrition, l'autonomie et la migration d'une population vieillissante.

Le président de l'AAFANB, Roland Gallant, a rappelé que son organisme prêche les soins à domicile dans une politique sur le vieillissement afin que les gens puissent demeurer dans leur domicile le plus longtemps possible. Il ajoute que la construction de plus de foyers de soins n'est pas la solution à cette question des soins aux aînés.

PENSÉE DU JOUR

À tous les niveaux, on donne priorité à l'économie et au profit, laissant aux générations futures le soin de régler les problèmes que la génération présente aura créés.

Cyrille Sippley

Gilmond Larocque est admis à l'Ordre du Nouveau-Brunswick



Gilmond Larocque; Jeanne-Berthe Larocque et le lieutenant-gouverneur du Nouveau-Brunswick, Graydon Nicholas

Depuis près de 40 ans, Gilmond Larocque est une force dirigeante dans la vie sportive des jeunes. En tant qu'entraîneur, organisateur et promoteur de hockey chez les jeunes dans sa région natale de Ship-pagan-Lamèque-Miscou et en tant qu'organisateur clé et bénévole des

Jeux de l'Acadie, il a joué un rôle actif dans l'activité sportive des jeunes de la Péninsule acadienne et de la jeunesse francophone de la province.

M. Larocque a enseigné dans les écoles de sa région pendant 35 ans. Il a acquis une excellente réputation d'éducateur accompli qui tirait une grande fierté de sa profession et de la possibilité de transmettre ses connaissances et sa passion de l'apprentissage à tous ses élèves.

Son amour de l'enseignement l'a amené tout naturellement à s'intéresser à l'athlétisme chez les jeunes. Également au début des années 1970, il s'est investi dans le hockey chez les jeunes et comme entraîneur, il a mené son équipe Pee Wee gagnante au tournoi provincial à Shippagan en 1973. Il s'est également impliqué pendant des années à l'aréna des Iles Lamèque et Miscou en tant qu'annonceur maison et marqueur officiel. Par son exemple et sa présence aux activités sportives des jeunes, il a motivé d'autres personnes à s'engager et à avoir des effets positifs sur la vie des jeunes Acadiens.

M. Larocque est sans doute surtout connu pour le rôle clé qu'il a exercé dans la création et le développement des Jeux de l'Acadie. D'abord comme membre du conseil d'administration et viceprésident, et par la suite président de la Fondation des Jeux. Comme entraîneur, chef de mission et bénévole aux divers Jeux, il est un des principaux bâtisseurs et promoteurs des Jeux de l'Acadie qui en ont fait une réussite.

L'attachement de M. Larocque à sa région et à sa province ne se limite pas aux sports. M. Larocque exerce un troisième mandat comme membre du conseil d'éducation du district no 9 dans la Péninsule acadienne. À titre de membre et administrateur de l'Association acadienne et francophone des aînés et aînés du Nouveau-Brunswick, il s'emploie à améliorer le bien-être des personnes âgées.

Il est aussi un excellent accordéoniste. Il partage son amour de la musique acadienne traditionnelle avec des auditoires de la région et durant les émissions à la radio communautaire depuis des années.

Bien des gens qui ont eu la chance de travailler avec lui le considèrent comme un modèle dans le domaine du bénévolat et de la participation communautaire.

Gilmond Larocque est admis à l'Ordre du Nouveau-Brunswick en reconnaissance des services dévoués qu'il a rendus pendant de nombreuses années dans les domaines de l'éducation et du développement des jeunes de la Péninsule acadienne et de la province, en salle de classe et tant sur le terrain de jeu qu'à l'extérieur, et en reconnaissance des efforts qu'il a déployés pour promouvoir le patrimoine musical unique des Acadiens et le transmettre à des générations d'auditeurs et de musiciens.

Les aînés francophones se mobilisent contre les abus, la violence et les fraudes !

« En tant qu'animatrice des ateliers Non à la fraude!, en Nouvelle-Écosse, je sens que j'ai contribué à une sensibilisation et une prise de conscience chez les aînés pour qu'ils exercent une vigilance accrue envers les astuces des fraudeurs. La convivialité de mes ateliers a permis des échanges enrichissants. »

Janine Lacroix, Petit-de-Grat, Nouvelle-Écosse

Lancé à l'automne 2008, il y a donc maintenant trois ans, l'ambitieux projet pilote de sensibilisation aux réalités de la fraude et de la maltraitance mené par la Fédération des aînées et aînés francophones du Canada (FAAFC) et intitulé « Ensemble pour contrer les abus, la violence et les fraudes envers les personnes aînées » connaît un franc succès, à la mesure de ses objectifs. Il a été élaboré pour mettre en valeur l'implication et le dynamisme des aînés bénévoles qui œuvrent au bien-être de leurs concitoyens des communautés francophones minoritaires partout au pays.

Un projet d'envergure basé sur de nombreux partenariats et collaborations

Cette initiative au long cours, financée par le programme Nouveaux Horizons pour les aînés de Ressources humaines et Développement des compétences Canada, a suscité des partenariats multiples : en effet, 11 associations réparties entre huit provinces et un territoire – Alberta, Île-du-Prince-Édouard, Manitoba, Nouveau-Brunswick, Nouvelle-Écosse, Ontario, Saskatchewan, Terre-Neuve-et-Labrador et Territoires du Nord-Ouest – et 49 bénévoles enthousiastes ont joint leurs efforts à ceux de la FAAFC afin de conscientiser le plus grand nombre possible d'aînés francophones aux problèmes grandissants de la fraude et de l'abus sous toutes ses formes. Leur engagement a porté fruit car le message a été transmis jusqu'à maintenant aux aînés de plus d'une trentaine de communautés francophones et acadiennes du Canada.

Les outils de sensibilisation dont disposent les bénévoles sont tout aussi originaux qu'efficaces. Ils peuvent être consultés sur le site Web de la FAAFC à l'onglet suivant : <http://www.faafc.ca/abus-et-fraude>. Une approche pédagogique différenciée s'imposait puisque le spectre des âges des personnes aînées ciblées s'étire entre 50 et 90 ans !

Quatre outils de sensibilisation novateurs au service des aînés

Trois capsules théâtrales vidéo, interprétées par plusieurs comédiens amateurs et illustrant autant de situations d'abus, ont été tournées à l'hiver 2011 à Edmonton, Ottawa et Tracadie-Sheila. Ces outils multimédias, destinés au public des jeunes retraités et aussi diffusés dans Internet sur le site Web de la FAAFC et sur la chaîne YouTube, www.youtube.com/user/LaFAAFC, – également disponibles en DVD pour l'animation d'ateliers – présentent l'avantage indiscutable de communiquer de façon percutante des messages de sensibilisation aussi nécessaires que délicats.

« Tout en s'amusant, c'est un partage de solutions afin de désamorcer des situations d'exploitation financière par des proches. » Gilles Blache, Lefavre, Ontario

« Je crois qu'il est très important de parler des abus, de la violence et de la fraude auxquels peuvent être confrontés les aînés et aînées afin que ces situations soient dénoncées et cessent. C'est un travail de sensibilisation auquel je suis fier de contribuer. »

Amédée Haché, Bathurst, Nouveau-Brunswick



La troupe du Théâtre des alentours de Tracadie-Sheila au Nouveau-Brunswick en répétition pour le tournage d'une des trois capsules théâtrales sur les abus envers les aînés

Les ateliers *Non à la fraude!* composent un autre segment de ce projet orienté, cette fois, vers les aînés de 60 à 75 ans. Depuis l'automne 2010, une trentaine d'ateliers ont été donnés par 25 bénévoles initiés à ce rôle dans trois sessions intensives de formation en personne organisées par la FAAFC et ses partenaires. Ces animateurs, armés d'un guide spécialement rédigé pour eux, ont magnifiquement relevé le défi de la sensibilisation des aînés aux pièges insidieux des arnaqueurs.

Le jeu virtuel *L'occasion fait le larron*, développé en 2008 par la FAFO, a subi, pour sa part, une importante refonte de son contenu afin de le rendre accessible aux aînés des différentes communautés francophones minoritaires du pays. Présent sur le site Web de la FAFO, www.faf0.on.ca, il est divisé en deux volets distincts, respectivement consacrés aux fraudes et à l'exploitation financière. Ce jeu est accompagné d'un guide d'animation préparé à l'intention de la vingtaine de bénévoles responsables des ateliers. Il allie information et humour dans une volonté délibérée d'alléger la lourdeur des sujets abordés.

Enfin, dernier outil mais non le moindre, la pièce de théâtre « Trompe-l'heure et tromperies » du dramaturge franco-ontarien Michel Ouellette : créée en 2006 pour la FAFO afin de dénoncer l'exploitation financière des aînés, la pièce a maintenant acquis une stature nationale puisqu'elle a récemment été jouée au Nouveau-Brunswick, en Saskatchewan, et à Terre-Neuve-et-Labrador.

Susciter l'intérêt, capter et retenir l'attention, informer sans apeurer et inculquer de sains réflexes de défense contre d'éventuels fraudeurs et abuseurs, tels étaient les objectifs premiers assignés à ce projet. Cette campagne de sensibilisation, menée d'Est en Ouest du Canada depuis l'automne 2010 grâce à l'engagement inconditionnel des bénévoles, constitue un exemple parfait d'implication sociale des aînés et met en lumière leur apport exceptionnel au mieux-être de leurs pairs.

« Ce travail de bénévole fut assez exigeant au début, mais nous avons vite été récompensés par l'intérêt manifesté par nos aînés. »

Clément Perreault, St-Boniface, Manitoba



De gauche à droite : Janine Lacroix, Jean-Bernard D'Entremont et une participante d'un atelier Non à la fraude! en Nouvelle-Écosse



Gilles Blache (à gauche) et Jean-Claude Bernais (à droite), animateurs des ateliers Non à la fraude! et l'occasion fait le larron au Ontario



Diane Fontaine et Clément Perreault, animateurs des ateliers Non à la fraude! et l'Occasion fait le larron au Manitoba
Photo : La Liberté



Amédée Haché (à l'avant) et la troupe de Théâtre de Petit-Rocher au Nouveau-Brunswick se préparent à présenter « Trompe-l'heure et tromperies »
Photo : Luc Majno

Bénévoles

Bernice Arseneault, Jannine Arseneau, Guylain Roger Bergeron, Jean-Claude Bernais, Gilles Blache, Renée Bouchard, Patricia Boudreau, Stella Boudreau, Elda Brèdeau, Georgette Bru, Robert Carrière, Monique Clermont, Izella Comeau, Odette Comeau, Jean-Bernard D'Entremont, Claudette Deguire, Désanges Doiron, Roméo Doucet, Diane Fontaine, Diane Fortin, Mélina Gallant, Norma Gallant, Isabelle Déchène-Guay, Amédée Haché, Janine Lacroix, François Luce, Francis Mayrand, Marie-Louise McGraw, Danielle Morin, Jacques Ouellet, Clément Perreault, Yves Poirier, Robert Pilon, Rolande Pitt, Janette Planchat, Rita Rail, Hélène Robichaud, Rose-Marie Cool Robichaud, Huguette Roy, Oliva Roy, Janita Haché Roy, Roseline Roy, Valérie Sabourin, Patricia Salter, Marc Sareault, Gilberte Saulnier, Alméda Thibodeau, Lina Thibodeau, Ronald Tremblay.



F A A F C
FÉDÉRATION DES
AINÉES ET AÎNÉS
FRANCOPHONES
DU CANADA



Ce projet est financé par le programme Nouveaux Horizons pour les aînés du gouvernement du Canada



3e Finale des Jeux des aînés de l'Acadie à Balmoral

La municipalité de Balmoral recevra de la belle visite du 23 au 26 août 2012. En effet, depuis plusieurs mois déjà, le Comité organisateur de la 3e Finale des Jeux des aînés de l'Acadie s'en donne à coeur joie afin de préparer cet événement rassembleur.

Une centaine de bénévoles de tous âges ont déjà confirmé vouloir faire partie de cette belle aventure qu'est devenue la 3e Finale des Jeux des Aînés de l'Acadie à Balmoral en 2012!

En septembre, le Comité organisateur lançait l'image de cette 3e Finale. « Notre logo, c'est un amalgame de ce que représente les jeux pour nous, » d'expliquer le président du Comité organisateur, M. Charles Bernard. « Un arbre, fort et en santé, tout comme les aînés de notre région. Ces aînés qui demeurent les racines de notre communauté, nos guides, comme l'étoile qui surplombe notre logo. Notre arbre, il est beau et droit, bien enraciné! Et notre slogan le souligne bien. Nous sommes « Enraciner vers l'avenir » l'avenir d'une communauté active et en santé, d'une génération à l'autre, d'un bout à l'autre de notre municipalité» de conclure M. Bernard.

La programmation de cette 3e Finale des Jeux des Aînés de l'Acadie différera quelque peu cette année, afin d'offrir la possibilité à chacun des participants de s'inscrire au plus grand nombre d'activités possible.

« La programmation s'annonce bien remplie, mais bien aérée, » confirme Gilles Lepage, vice-président Volets. « Nous avons ajouté le tir à la carabine, la course 5 km et l'horticulture aux activités habituelles afin de mettre en valeur nos infrastructures et notre expertise. De plus, le volet mieux-être offrira des ateliers aux sujets d'actualité pour les aînés.»

Le sport, la culture, le mieux-être et le côté récréatif et intergénérationnel sont les thèmes qui se retrouvent encore une fois à la base de la programmation offerte du 23 au 26 août 2012 dans la belle région de Balmoral.



À gauche, posant fièrement près du logo de la 3e Finale des Jeux des Aînés de l'Acadie à Balmoral en 2012, le maire du village de Balmoral, M. Hébert Arseneault, accompagné du Président du Comité organisateur, M. Charles Bernard.

Balmoral se prépare pour les Jeux des aînés de l'Acadie

Balmoral – Le comité organisateur de la 3e édition des Jeux des aînés de l'Acadie a dévoilé ses couleurs hier, lors d'un point de presse organisé à Balmoral, municipalité hôte de l'événement.

C'est avec fierté que le comité organisateur a révélé le slogan – Enraciner vers l'avenir – ainsi que son logo, un arbre en santé symbolisant la force et la vitalité des aînés du Restigouche.

Le comité a également divulgué le montant de son budget de fonctionnement, soit 85 000 \$. Pour atteindre cet objectif, une vaste campagne de commandite s'est également mise en branle.

« Aujourd'hui, c'est vraiment notre première sortie. On veut susciter l'intérêt auprès des gens afin d'avoir le plus de participants possible l'été prochain », explique Charles Bernard, président du comité organisateur.

Selon lui, environ 400 participants devraient prendre part à l'événement, dont certains provenant d'aussi loin que de la Nouvelle-Écosse, de l'Île-du-Prince-Édouard et même de Terre-Neuve et Labrador. « On croit que c'est un chiffre qui est atteignable et on espère même le dépasser », dit-il. Pour ce qui est des Jeux comme tels, ils comporteront sept épreuves à l'intérieur du volet culturel (peinture, photographie, conte), six dans le volet sportif (course, vélo, quille, etc.) et 14 au sien du volet récréatif (billard, fléchettes, pétanque, etc.). Les participants pourront par ailleurs tenter leur chance dans trois nouvelles disciplines.

« Cette année, nous avons le tir à la carabine, le golf, ainsi que le serpent, un jeu de plus en plus populaire notamment dans les terrains de camping. On aimerait d'ailleurs, si ça fonctionne bien, que cette dernière discipline devienne permanente », note M. Bernard.

La troisième édition aura lieu à Balmoral du 23 au 26 août 2012. JFB

(Tiré de l'Acadie Nouvelle du 10 septembre 2011)



« Municipalité hôteesse de la 3e
Finale des Jeux des Aînés de l'Acadie »

INFORMATIONS

Association acadienne et francophone des aînés
et aînés du Nouveau-Brunswick

Jean-Luc Bélanger, Directeur général
C.R. 27100, DIEPPE, NB E1A 4V3
Téléphone: 1-866-523-0090
Courriel: aafanb@nb.aibn.com
Web: <http://www.aafanb.org/jeux.htm>

Du 23 au 26 août 2012

Village de Balmoral

1447, Ave des Pionniers
CP 2331, Balmoral, N.-B., EBE 2W7
Téléphone: 506-826-6060
Télécopieur: 506-826-6037
Courriel: vilbalt@nbnet.nb.ca
Site web: www.balmoralnb.com



Régrouperment des aînés et des aînées de la Nouvelle-Cosy

Solange Beauregard
54, rue Glen, Dartmouth, NS B2Y 1G3
Téléphone: 902-433-0860
Télécopieur: 902-433-0066

Services Francophone de l'âge d'or de l'île du Prince Édouard

Nicole Blouin, Coordonnatrice de service
Francophone de l'âge d'or de l'île du Prince Édouard
5, rue Marie Stella, Summerside, PE CN 6H9
Téléphone: 902-888-1882
Courriel: coor@frsata.org

Fédération des francophones de Terre-Neuve et du Labrador

Carl Corbinas, Directeur général
Centre scolaire et communautaire des Grands vents
65, chemin Ridge, Suite 233, St. John's,
Terre-Neuve et Labrador A1B 4P5
Téléphone: 709-722-0628
Télécopieur: 709-722-9904
Courriel: eps@FFNL.ca

JEUX DES AÎNÉS DE L'ACADIE

POUR LES 50 ANS ET PLUS



Enraciner le vers l'avenir
3e Finale des Jeux des Aînés de l'Acadie

www.jeuxdesainesacadie2012.org

506-826-6060



Volet SPORT

Marche rapide
Vélo
Tir à la carabine
Quilles
Golf
Course sur route



Volet CULTUREL

Conteur
Expositions d'oeuvres d'art
Photographie
Chant choral
Peinture
Danse en ligne
Horticulture



Volet MIEUX-ÊTRE

Les médicaments naturels
Exercices de réveil
Bien-être et santé mentale
Profil de santé
Zumba
Yoga
Santé sexuelle
Profil de santé
Auto-défense



Volet RÉCRÉATIF & Intergénérationnel

Sac de sable
Baseball poche
Fléchettes
Pétanque
Marche prédiction
Jeux de palet
Rondelles
Jeux de cartes
Billard
Wii
Serpentin
Vélo prédiction



Nos Partenaires



La rigolothérapie
La procréation



Notre MISSION

Offrir aux aînés francophones de l'Acadie une occasion de fraterniser et de socialiser par le biais d'activités sportives, récréatives, culturelles, intergénérationnelles et susceptibles de contribuer à leur mieux-être.



*Conseil d'administration des provinces de l'Atlantique
des Jeux des aînés de l'Acadie*



*Comité organisateur de la finale
des Jeux des aînés de l'Acadie 2012 de Balmoral*

FORUMS SANTÉ ET MIEUX-ÊTRE

Plusieurs forums santé et mieux-être de l'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du N.-B. ont été présentés au mois d'octobre et au début du mois de novembre 2011. Ces forums ont eu lieu à Shippagan, Saint-Jacques, Pointe-Verte, Saint Wilfred, Grand Sault, Bas-Caraquet et Fredericton.

Les communautés de Saint-Quentin, Saint-Jean, Miramichi et Balmoral ont reporté leur rencontre, planifiée à l'automne 2011, au printemps 2012 à cause qu'elles avaient d'autres activités à organiser dans la même période de temps.

Cet automne, plus de 500 participants de 50 ans et plus ont participé à ces rencontres et ils ont pu bénéficier des ateliers. Le programme présentait les sujets suivants : les droits des aînés, présentés en collaboration avec les juristes d'expression française du Nouveau-Brunswick, les Jeux des aînés de l'Acadie de 2012 à Balmoral, les assurances de voyage, d'autos et de résidence et les différentes façons de la maltraitance et les fraudes faites envers les aînés.

Les forums santé et mieux-être du printemps 2012 auront lieu à partir du mois d'avril, au cours du mois de mai et au début de juin 2012.

Les communautés visitées : Saint-Quentin, Saint-Jean, Miramichi et Balmoral. En plus, les communautés suivantes soient Bathurst, Petit-Rocher, Campbellton, Caraquet, Dieppe, Kedgwick, Allardville et celles qui voudront s'ajouter à la liste.

Cela dit, nous aurons visité plus de 18 communautés et d'autres s'ajouteront à la liste au début de l'année. L'an passé, saison 2010-2011, nous avons rencontré 22 communautés avec près de 2,000 participants. Nos forums santé et mieux-être ont un succès sans pareil depuis son lancement en septembre 2004.

Merci à toutes les communautés et aux organisateurs de ces forums santé et mieux-être, car c'est grâce à vous et à votre participation au niveau local que ces rencontres continuent d'être un succès! Les participants semblent apprécier les différents sujets que nous abordons avec eux. Il importe de mentionner que le nombre de participants augmente graduellement.

Rédigé par Jean-Luc Bélanger

Directeur général AAFANB



De gauche à droite : Roseline Roy; Imelda Fournier, présidente du Club Amical de l'âge d'or de Pointe-Verte; Gloria Couture; Mathilda Guitard; Suzanne Legacey et Amédée Haché



De gauche à droite : Amédée Haché, animateur; Maître Annie Daneault, Association des juristes d'expression française du Nouveau-Brunswick; Robert Frenette, gestionnaire de projets de l'AAFANB; Manon Sirois-Boudreau, consultante habitation-auto de Goguen Champlain/Johnson et Gilbert Bernard, membre du comité organisateur de COFJAA

L'IMAGE DE L'AAFANB

Lorsqu'on parle de l'image de l'Association, on entend habituellement celle qu'en perçoivent les membres actuels, les membres potentiels et les associations partenaires. Il y a cependant une autre image de l'Association qui me semble de très grande importance et dont, à mon avis, on s'occupe trop peu. C'est l'image des aînés que reflète l'Association auprès du reste de la population de la province.

Toute fausse et injuste qu'elle puisse être, la remarque souvent entendue que les aînés sont un fardeau pour la société pèse lourd dans la perception des jeunes et des adultes d'âge moyen. Les discours qui visent à contrer cette perception au cours des dernières années ne suffisent pas à la changer. Il faut autre chose que des discours.

À mon avis, l'AAFANB doit enrichir sa mission d'un autre volet. Le mieux-être de ses membres doit demeurer la première cible de son action et la première raison de son existence; mais si c'est là le seul énoncé qui constitue le libellé officiel de sa mission, il ne faut pas se surprendre que de l'extérieur de ses rangs, on perçoit l'Association comme un organisme exclusif et fermé au reste de la société, comme semble aussi l'être la Fédération des aînés. L'AAFANB aurait avantage à ajouter à sa mission une dimension qui confirme ses liens avec le reste de la société, soit celle de favoriser la contribution de ses membres à l'avancement de la société sur le plan socio-économique.

Nombreux sont les membres de l'Association qui le font déjà sur le plan individuel, mais tous y gagneraient si ces activités se déroulaient sous l'orchestration de leur Association.

Si l'AAFANB ajoutait cette dimension à sa mission et qu'elle menait ce dossier de manière à développer des programmes d'intégration de ses membres dans les différentes sphères des activités communautaires en fonction de leurs intérêts et de leurs compétences, on verrait l'impact de l'activité de ces personnes s'accroître, tout comme la visibilité de l'Association qui les parraine. Ces programmes d'intégration communautaire pourraient inclure l'alphabétisation et la réintégration du marché du travail pour les membres qui le désirent.

Je suis convaincu qu'en agissant ainsi, on assisterait, graduellement, à un changement de perception de la société, du négatif au positif, quant à de la contribution des aînés à l'épanouissement de la communauté sur tous les plans.

Du même coup, il y a de fortes chances que les personnes de 50 + ans non membres de l'Association seraient davantage attirées à rejoindre ses rangs.

Cyrille Sippley

Septembre 2011

Maintenant à Dieppe

Dépister une SCOLIOSE

Cochez [✓]
les signes observés



- 1 Gibbosité (bosse) au niveau du dos, en position penchée
- 2 Épaules inclinées
- 3 Taille asymétrique
- 4 Bassin incliné
- 5 Une omoplate proéminente
- 6 Un bras éloigné du bassin

La déviation vertébrale est fréquente et s'aggrave silencieusement avec l'âge. Si vous observez un (1) de ces signes, communiquez avec nous pour un avis professionnel.

Sachez qu'il existe une orthèse souple et confortable permettant de corriger et de stabiliser la scoliose chez l'enfant ou chez l'adulte.



Dr Gilles Beaudoin, DC

418 839-1271
www.scoliose.ca

101-650, rue Champlain, Dieppe, NB E1A 1P5



Automobile:

- Compensation pour dépréciation
- Pardon d'accident
- Assistance routière disponible

Habitation:

- Réduction de la franchise
- Pardon de la première réclamation
- Protection de \$30,000 pour le Vol d'identité personnelle
- Assistance juridique
- \$10,000 pour les biens dans un coffret de sécurité
- Garantie assistance soins infirmiers, entretien ménager*

En plus:

- Site Web "membres seulement"
- Prélèvements mensuels, sans intérêt, ni frais de service*
- Attention prioritaire – service de demandes d'indemnité rapide et contrôlé

**Veuillez nous contacter pour les restrictions ou exclusions*



Association acadienne et francophone des
aînées et aînés du Nouveau-Brunswick



GOGUEN CHAMPLAIN
assurance • insurance

Assurance Goguen Champlain Insurance Inc.
1040, rue Champlain, Suite 200 Dieppe, NB E1A 8L8
Tél: 506.857.0064 Téléc.: 506.857.1809
Sans Frais: 1.888.819.7070

Assurance Voyage MEDOC^{MD}

- Choix de Régimes
- Garantie Soins médicaux d'urgence
- Assurance Annulation/Interruption de voyage
- Services d'assistance téléphonique multilingue 24/7

1.866.60.MEDOC (1.866.606.3362)
www.johnson.ca/medoc



MEDOC^{MD} est une marque déposée de Johnson Inc. MEDOC^{MD} est souscrit auprès de la Royal & Sun Alliance du Canada, Société d'assurances et est administré par Johnson Inc. Propriété commune de Johnson Inc. et de la Royal & Sun Alliance du Canada. 2011 11 21



Formulaire d'adhésion

Association acadienne et francophone
des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick



Nom _____ Année de naissance _____

Adresse _____ Courriel _____

Ville _____ Code Postal _____ Téléphone _____

Date _____ Renouvellement Nouvelle adhésion

Coût d'adhésion 1 an 12 \$ 2 ans 24 \$ 3 ans 36 \$

Chèque Mandat poste

Payé à l'ordre de : AAFANB

Visa ou Mastercard Numéro de carte _____

Date d'expiration _____



C. P. 27100
Dieppe, NB
E1A 6V3
tél: 506-386-0090
télé: 506-384-7009
Courriel: aafanb@nb.aibn.com
www.aafanb.org
Numéro sans frais: 1-866-523-0090

ÉVEIL À LA CITOYENNETÉ DES FEMMES ET COMMENT L'EXERCER



Un succès au-delà de nos attentes!

Lors de l'AGA 2009, les membres féminins de notre association avaient demandé des sessions de formation qui leur permettraient d'actualiser leur plein potentiel. De cette demande a découlé l'idée de préparer une proposition de subvention à Condition féminine Canada pour un projet dont le but serait d'actualiser le plein potentiel des femmes de plus de 50 ans qui ont un intérêt dans des postes de responsabilité et de prise de décision.

La recherche démontre que les femmes de plus de 50 ans sont une ressource sous-utilisée et sous-représentée dans les sphères les plus élevées des postes de responsabilité et de prise de décision. À ce jour, la participation des femmes à la vie publique et politique demeure un élément important de la lutte du mouvement féministe. Le chaînon manquant à la pleine émancipation des femmes est leur présence dans des postes de responsabilité et de décision. Bien

qu'il y ait une présence accrue des femmes sur le marché du travail, il y a peu de déblocage à des niveaux hiérarchiques supérieurs, c'est-à-dire dans des postes de responsabilité et de décision.

Dans le but de valider la nécessité d'un tel projet, nous avons, dans un premier temps, fait une recherche internet pour vérifier l'ampleur de cette problématique dans notre province et, dans un deuxième temps, nous avons bâti un sondage-questionnaire, envoyé, par courriel, à 30 personnes et administré lors d'entretiens à 22 personnes.

Au début du printemps de 2010, nous avons reçu de Condition féminine Canada l'approbation du projet. Bien que la population cible primaire était des femmes de 50 ans et plus, la population cible secondaire, de jeunes femmes entre 16 et 25 ans avaient aussi la possibilité de participer afin d'actualiser leur potentiel en direction. Ce projet va donc aider des femmes de tous âges et toutes diversités à actualiser leur plein potentiel dans le but d'augmenter leur participation à la vie sociale et démocratique de leur collectivité.

Les activités du projet vont nous permettre d'agir directement sur des défis/obstacles identifiés lors de nos recherches internet ou lors du sondage électronique ou par entretien personnel. Ce projet va appuyer des femmes francophones qui veulent augmenter leurs connaissances et les compétences.

Trois phases avaient été prévues pour l'actualisation de ce projet: Phase 1 : Éveil à la citoyenneté des femmes; Phase 2: Académie de leadership et de compétences; Phase 3 : Programme de mentorat.

La Phase 1 qui a eu lieu à l'automne 2010 et au printemps de 2011 a connu un succès au-delà de nos attentes. Six séminaires ont eu lieu dans les régions suivantes : Chaleur, Péninsule acadienne, Campbellton, région de St-Quentin et Kedgwick, Saint-Basile et Bouctouche. Plus de 180 femmes ont participé à ces séminaires. Un succès au-delà de nos attentes!

La Phase 2, l'Académie de compétences aura lieu au courant de l'automne 2011 et l'hiver 2012. Bien que les femmes qui ont participé à la Phase 1 du projet soient la cible première, toutes femmes qui désirent s'impliquer davantage dans leur communauté auront la capacité de le faire. Il y aura une rencontre en région et une rencontre provinciale. Cette phase va offrir des sessions de formation dans le but de renforcer les connaissances des femmes, d'accroître leur sentiment d'appartenance et leur désir d'un engagement communautaire, ainsi qu'améliorer leurs connaissances à l'égard de notre démocratie.

Ce projet est une composante importante pour assurer la pleine participation des femmes de tous âges dans la croissance socio-économique de notre province. Les statistiques nous démontrent clairement qu'il y a une sous-représentation des femmes dans des postes de gouverne, de responsabilité et de décision. Au Nouveau-Brunswick lors des élections municipales de 2008, 26 % des candidates étaient des femmes et 29 % de ces candidates élues étaient des femmes. Plus on s'éloigne des localités, plus la présence des femmes diminue. Lors des élections provinciales de 2006, 20,3 % des candidates étaient des femmes et seulement 7 % des députées élues des femmes.

L'ensemble du projet va appuyer des femmes francophones déterminées à augmenter leurs connaissances et les compétences essentielles afin d'actualiser leur plein potentiel et devenir des leaders dans leur communauté respective.

Merci aux présentatrices, aux championnes locales qui ont partagé leur vécu aux 24 femmes qui siègent au sein des divers comités du projet, aux membres CA de l'AAFANB qui ont appuyé le projet et aux commanditaires!

Toutes personnes qui désirent en savoir davantage à ce sujet, veuillez communiquer avec moi au numéro de téléphone suivant 1-506-545-6821 ou par courrier électronique amgammon@nbnet.nb.ca.

Séminaire - Éveil à la citoyenneté

BOUCTOUCHE



CAMPBELLTON



PÉNINSULE ACADIENNE



SAINT-QUENTIN



SAINT-BASILE

LE CHEMIN VERS LA FRANCOPHONIE DE MIRAMICHI



Miramichi – le chemin qui longe le Carrefour Beausoleil de Miramichi porte désormais le nom de chemin Roger Martin.

Acadie Nouvelle

Au nom du personnel scolaire et des élèves, la présidente du conseil des élèves de l'école Carrefour Beausoleil, Marie-Ève Bruguier, s'est adressée aux gens présents en soulignant l'apport inestimable de Roger Martin à la francophonie de Miramichi.

Selon elle, M. Martin a fait en sorte qu'aujourd'hui, il est possible d'étudier dans la langue de Molière à Miramichi.

« Merci pour votre dévouement, votre détermination et votre conviction. Le chemin Roger Martin est littéralement un chemin vers la francophonie », a-t-elle déclaré au cours de son allocution.

M. Martin est engagé au sein du Carrefour Beausoleil depuis 22 ans. Il a pris la parole pour remercier les artisans de ce projet.

J'ai passé une partie de ma vie ici comme bénévole et comme employé. C'est un honneur pour moi », a-t-il indiqué.

(Tiré de l'Acadie Nouvelle du 8 octobre 2011)

Souper de Noël 2010 du Club Régional des Aînés Acadiens et Francophones



Pour ceux et celles désirant se joindre au Club Régional des Aînés Acadiens et Francophones, faisant partie de l'Association acadienne et francophone des aînées et aînés Nouveau-Brunswick, vous pouvez communiquer avec les membres du comité qui se compose comme suit:

Présidente : Lorina Vienneau 336-4582

Secrétaire : Delcia Cool 336-4883

Syndic : Alouisia Roussel 336-8081

Syndic : Murielle Roussel 336-8001

Vice-Présidente : Osithe Savoie 336-9160

Trésorière : Jacqueline Roy-Roussel 336-8843

Syndic : Armandine Duguay 336-8629

Syndic : Carole Benoit 336-4175



PCI Pension Consultants Inc.

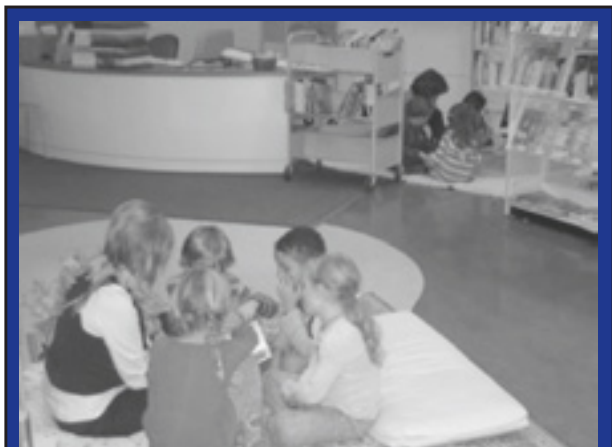
Une planification de retraite pour faire le tour de la question et examiner toutes les possibilités de revenus, ÇA FAIT DU SENS!

Appeler pour prendre rendez-vous 1-877-548-8671
ou par courriel hacha@nb.sympatico.ca

Amédée Haché

*Bienvenue au Club du 3e âge
d'Alcida et de Dauversière à
titre de nouveau membre de
l'Association acadienne et
francophone des aînées et aînés
du Nouveau-Brunswick.*

Lire et faire lire Acadie : Comment devenir bénévoles ?



Une mamie lisant une belle histoire à des enfants

C'est quoi, Lire et faire lire Acadie ?

Lire et faire lire Acadie, c'est deux années d'existence ce mois-ci, 125 bénévoles et les classes de 2^{ème} année couvertes dans 16 écoles primaires francophones des Districts Scolaires 1 et 11. Lire et faire lire Acadie espère couvrir toutes les écoles francophones du Nouveau-Brunswick d'ici un à deux ans.

Lire et faire lire Acadie est un programme de développement du plaisir de la lecture aux enfants des écoles primaires francophones et de solidarité intergénérationnelle entre les aînés, aînées et les enfants.

Bienvenue à Lire et faire lire Acadie !

Pour implanter le programme dans toutes les écoles primaires francophones de la province, il faut bien sur un intérêt des districts scolaires, des directions d'écoles, des enseignants, des agents de développement communautaire mais surtout trouver dans les communautés des bénévoles âgés de 50 ans et plus intéressés à donner une heure de leur temps par semaine à partager le plaisir de la lecture avec les enfants ou encore à prendre le leadership du programme dans leur communauté.

Comment devenir bénévole ?

Vous êtes retraité(e) ou avez plus de 50 ans ? Vous désirez consacrer une partie de votre temps libre aux enfants de votre région afin de leur permettre de développer leur goût pour la lecture, tout en leur donnant la chance de tisser des liens intergénérationnels avec vous ? Consultez le site web pour information et inscription LFLACADIE.CA.

L'UNE DES NÔTRES



Rose-Marie Chiasson Goupil est née le 24 juillet 1951 à Lamèque. Elle est mariée à Yvon Goupil et ils sont les parents de Véronique, médecin résidente en médecine interne à Sherbrooke, QC.

Après son secondaire, elle obtient un diplôme d'infirmière de l'Hôpital Dr Georges L. Dumont. Par la suite, un baccalauréat en Science infirmière de l'université de Moncton, campus de Shippagan ainsi qu'un diplôme en enseignement des adultes de St-Francis Xavier University de la Nouvelle-Écosse.

Elle a exercé sa profession principalement à l'Hôpital de Lamèque. Au début, elle travaille au chevet des patients. Par la suite et tout au long de sa carrière, sa force a été de développer des programmes que ce soit au niveau de la qualité, de l'éducation des diabétiques, de l'éducation du personnel, des politiques et procédures, etc. C'est sous son mandat, à titre de coordonnatrice des visites d'agrément, que l'Hôpital de Lamèque a obtenu son premier agrément. Elle a développé et mis en place les 2 premières phases du modèle qui a conduit l'Hôpital de Lamèque à se doter d'un centre de santé communautaire. Sur le plan régional, elle a oeuvré au secteur de la planification. Au niveau administratif, elle a été directrice des soins et services aux patients et directrice de l'Hôpital de Lamèque. Elle a également fait de la recherche. En ce moment, à la retraite, elle tente de développer un service de Soins spirituels pour l'établissement.

L'Association des infirmières et infirmiers du Nouveau-Brunswick lui décerne en 1991 un certificat de reconnaissance pour avoir contribué à l'avancement de la profession infirmière du N.-B.

Actuellement, elle est engagée au sein de différents organismes : vice-présidente Alliance de la paroisse de Lamèque en Santé, membre du conseil d'administration de l'atelier la Ruhe, membre du comité diocésain de protection pour les personnes mineures ou vulnérables, membre du comité francophone provincial des Soins spirituels et religieux du Réseau de santé Vitalité, trésorière pour l'équipe de la péninsule pour la marche contre la douleur et instigatrice des déjeuners pour les retraités et anciens de l'Hôpital de Lamèque.



Desjardins & Cie

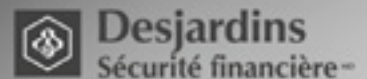
Chez Desjardins Sécurité financière, nous offrons des solutions d'épargne-retraite collective qui favorisent l'engagement des membres de votre association envers la planification et la gestion de leur retraite afin d'assurer leur sécurité financière.

Découvrez un assureur qui s'occupe des groupes, mais qui prend soin des gens.

Desjardins Sécurité financière est l'assureur de personnes du Mouvement Desjardins qui se classe au 4^e rang des institutions les plus sûres en Amérique du Nord¹, avec plus d'un siècle d'expérience.

Épargne-retraite collective dsf.ca

¹ Sondage de 2010 de Global Finance. SM Marque de commerce propriété de Desjardins Sécurité financière



Coopérer pour créer l'avenir

Vie, santé, retraite



PLAN D'ÉPARGNE-PLACEMENT COLLECTIF POUR LES MEMBRES DE L'AAFANB

Grâce à la collaboration de l'AAFANB et à l'expertise de Desjardins Sécurité Financière, je suis heureux de vous annoncer la mise en place d'un plan d'épargne-placement collectif pour les membres de l'Association. Ce plan comprend des produits d'accumulation et de décaissement de l'épargne qui conviennent aux besoins de tous les membres. Vous pouvez dès maintenant y faire vos nouvelles contributions ou y transférer votre épargne accumulée ailleurs et favoriser ainsi l'atteinte de vos objectifs.

| Régimes d'accumulation d'épargne disponibles | Régimes de décaissement d'épargne disponibles |
|--|--|
| REER : régime enregistré d'épargne-retraite CÉLI : compte d'épargne libre d'impôt | FERR : fonds enregistré de revenu de retraite FRV : fonds de revenu viager Rentes viagères ou de durée |

Avantages du plan d'épargne-placement de l'AAFANB

- Disponibilité de toute une gamme d'options de placement comme des fonds garantis, à revenus fixes, d'actions canadiennes, américaines ou mondiales;
- Accès à des fonds gérés par des gestionnaires de haut niveau spécialisés en retraite dont vous ne pourriez bénéficier en tant qu'investisseur individuel;
- Disponibilité de toutes les options de revenus de retraite (FERR, FRV, Rentes);
- Élimination des frais d'entrée et de rachat sur les produits de placement, et frais de gestion moins élevés sur un plan collectif ce qui a un effet avantageux sur votre rendement;
- Conseils avisés en finances personnelles à la retraite.

Votre situation financière, pourquoi ne pas en discuter avec un conseiller?

Nous cherchons tous à prendre les meilleures décisions pour améliorer notre situation financière, avant comme pendant la retraite. Pourquoi ne pas valider vos décisions avec un expert? En profiter pour connaître toutes les options de placement et de revenus de retraite (publics et privés) qui s'offrent à vous afin de choisir ce qui vous convient le mieux? Mon mandat, c'est justement de vous conseiller.

Je travaille comme consultant en régimes de retraite et en planification de la retraite. Mon travail m'amène à conseiller les gens sur la gestion de leur épargne ainsi que sur l'assurance vie, santé ou soins de longue durée. Mon approche conseil, par opposition à une approche de vente, favorise les décisions éclairées. Ainsi, que ce soit pour une planification de retraite complète ou simplement pour obtenir une deuxième opinion sur vos choix, profitez de mes services.

Comment me joindre ?

Téléphone : 1-877-548-8671

Courriel : hacha@nb.sympatico.ca

Site internet: www.pcipensionconsultants.com

Vous pouvez aussi appeler l'AAFANB au 1 866 523-0090.

Amédée Haché, B.a., M. Eco., CLU

PCI Pension Consultants Inc.

Rencontre à la Place des aînés de Laval...

Le président et moi, avec un groupe de la région Chaleur intéressé à mettre en place un carrefour francophone des 50 ans et plus, nous avons visité « la Place des aînés de Laval » qui existe depuis 16 ans. C'est un concept unique au Canada francophone!

Après une analyse en profondeur et pour donner suite à diverses consultations, il ressortait de cela que Laval devait se doter d'un lieu privilégié de croissance et d'engagement visant à promouvoir la visibilité des aînés et à dispenser des services assurant le maintien de leur autonomie, ce que les clubs d'âge d'or ne pouvaient leur donner.

Cet endroit complètement différent intéresse beaucoup les personnes de 50 à 70 ans parce qu'on y offre des activités interactives et variées.

Depuis son ouverture le 23 octobre 1994, la Place des aînés privilégie les interventions visant l'accroissement de la santé et le mieux-être personnel et collectif des personnes de 50 ans et plus. On y trouve une programmation adaptée aux besoins et aux intérêts des aînés. Des activités socioculturelles, sociales, éducatrices, de plein air, de formation, de créativité, de perfectionnement et de vie associative constituent les éléments essentiels de leur programmation.

Convaincue du bien-fondé d'une telle ressource, la Ville de Laval soutient officiellement le projet et participe financièrement à son implantation.

Après cette visite, le groupe de la région Chaleur était très optimiste. Ces personnes reviennent donc avec des idées pleines la tête et déjà, elles réfléchissent pour implanter éventuellement ce concept dans leur région pour les francophones de 50 ans et plus. Elles sont donc revenues enchantées et enthousiastes de cette visite de la Place des aînés de Laval.

L'AAFANB va donner tout l'appui qu'elle sera en mesure de faire à ce groupe. Il ne fait aucun doute que plusieurs ressources seront nécessaires pour permettre de réussir ce magnifique projet. Au fur et à mesure, nous vous tiendrons donc au courant des développements.

Jean-Luc Bélanger
Directeur général, AAFANB



L'UN DES NÔTRES



Robert Frenette a été tour à tour animateur, gestionnaire, consultant, entrepreneur et organisateur. Détenteur d'une maîtrise de l'École nationale d'administration publique du Québec, il a été associé de près à plusieurs organismes et événements tant comme employé que comme bénévole.

Robert a été, entre autres, le gestionnaire des comités organisateurs des Congrès Mondiaux Acadien 1994 et 2009, le coordonnateur du Village de la Francophonie de Dieppe lors du 8e Sommet de la francophonie et le premier directeur général de la Société des Jeux de l'Acadie.

Du côté de son engagement communautaire, on peut mentionner qu'il a été Président du Mouvement acadien des communautés en santé et des Éditions coopératives du Ven'd'Est et vice-président de la Société culturelle Nepisiguit.

A titre de consultant, il a réalisé plusieurs interventions notamment l'élaboration d'un guide sur le développement d'une politique culturelle municipale, la réalisation de l'étude de faisabilité du Centre la Picasso à Petit-de-Gras en Nouvelle-Écosse et une tournée d'évaluation des préparatifs de l'évènement Bucarest Francophone dans le cadre du 11e Sommet de la Francophonie en Roumanie.

Depuis le mois d'août, Robert est gestionnaire de projets avec l'AAFANB. Il travaillera avec le projet MADA, avec les Forums santé et mieux-être, à l'orientation des JAA, à un plan de commandites, au plan stratégique et à d'autres projets assignés par le directeur général.

Projet de jumelage de l'AAFANB avec le Réseau FADOQ de Laval



Signature de l'entente de jumelage entre le Réseau FADOQ Laval et l'AAFANB.

De gauche à droite : Michel Vézina, président de la FAAFC, Jean-Luc Bélanger, directeur général de l'AAFANB, Roland Gallant, président de l'AAFANB, Jean Robitaille, président de la FADOQ Laval et Jean-Claude Grondin, président de la FADOQ

Depuis deux ans, la Fédération des aînées et aînés francophones du Canada a fait des démarches pour développer des jumelages entre les provinces et les Territoires du Canada avec les clubs d'âge d'or du Québec.

En juin dernier, nous avons été invités à l'AGA de la FADOQ au Lac Taureau au Québec. Pour cette rencontre, en collaboration avec le ministère du Tourisme du Nouveau-Brunswick, un kiosque a été organisé dans le but de vendre notre province comme un lieu touristique formidable pour que les clubs d'âge d'or du Québec nous rendent visite et développent des projets de jumelage.

Lors de cette rencontre, le Réseau FADOQ de Laval, nous a approchés pour savoir si nous étions intéressés de devenir un organisme jumelé avec eux, car nous avons un point en commun, soit celui du recrutement, les membres individuels plus nombreux que celui des clubs. En outre, un groupe de la région Chaleur a démontré son intérêt pour visiter la Place des aînés de Laval avec un concept unique au Canada.

Après quelques échanges, les deux présidents et les directions générales des deux organismes ont décidé de communiquer durant l'été pour voir si nous pouvions aller plus loin avec cette idée de jumelage entre le Réseau FADOQ de Laval et l'AAFANB.

À la fin de l'été, le Réseau FADOQ de Laval nous a proposé une entente de jumelage que nous avons étudié

et que nous trouvons intéressante. En fin de compte, nous avons proposé quelques petits changements à l'entente, avec aucune obligation de la part des deux groupes. Il a été convenu que nous pourrions établir des projets en commun pour les prochaines années.

Lors de notre voyage à Laval, avec le groupe de la région Chaleur, nous nous sommes rencontrés à nouveau pour échanger entre les membres du conseil d'administration du Réseau FADOQ de Laval et celui de l'AAFANB pour conclure une entente qui devrait être ratifiée lors de notre prochain conseil d'administration les 1er et 2 décembre prochain.

Lors d'une rencontre de la FAAFC et de la FADOQ le 17 novembre prochain, nous signerons l'entente en question et nous vous tiendrons au courant des nouveaux développements dans notre prochaine revue.

Jean-Luc Bélanger
Directeur général AAFANB



Guide juridique pour les personnes âgées du Nouveau-Brunswick

Maintenant disponible!

Pour vous procurer ce guide, veuillez vous adresser à :

AJEFNB
853-4151

association@ajefnb.nb.ca

AAFAANB

1-866-523-0090

aafanb@nb.aibn.com

Ce guide a été publié grâce aux contributions financières du ministère des Ressources humaines et du Développement des compétences du Canada, du ministère de la Justice du Canada et du ministère des Affaires intergouvernementales du Nouveau-Brunswick.

L'UNE DES NÔTRES



Originaire de Petite-Lamèque, Odile y passe son jeune âge puis déménage à Lamèque. Elle a fait ses études primaires et élémentaires dans ces deux localités et fait partie de la première cuvée des diplômées du secondaire à la Polyvalente Marie-Esther de Shippagan. Par la suite, elle poursuit ses études au Collège Jésus-Marie de Shippagan, aujourd'hui Université de Moncton, Campus de Shippagan.

Odile entre très tôt sur le marché du travail en ayant son propre commerce comme propriétaire d'une salle à déjeuner au Motel Savoie, aujourd'hui l'Auberge de la Baie de Caraquet. Par la suite, elle démarre une franchise Irving 24 heures, avec le Dépanneur Marché du Boulevard. Après y avoir œuvré pendant plusieurs années, elle réoriente sa carrière dans un milieu tout à fait différent. Elle achète une entreprise de pêche côtière. Elle entreprend des études et obtient son brevet de capitaine et travaille pendant cinq ans comme pêcheuse côtière. Puis, elle décide de réinvestir dans une entreprise de pêche semi-hauturière. Depuis 2003, elle est propriétaire d'un crabier de 65 pieds et continue toujours de gérer l'entreprise devenue une entreprise familiale.

Odile s'est toujours impliquée au sein de plusieurs comités locaux, régionaux et provinciaux. Pour en nommer quelques-uns, elle a été membre du conseil de ville de Caraquet, présidente des Dames d'Acadie et siège actuellement sur la Table ronde du ministre des Pêches.

Ces intérêts particuliers sont l'actualité, la lecture, les voyages, le jardinage et même la charpente à ses heures.

Mariée à Cyrille Mallet de Shippagan, elle est mère de deux enfants, Jolène et Frédérick et grand-mère de deux petits-fils qui lui donnent beaucoup de plaisir.

Guide du proche aidant

Information pratique pour les proches aidants de personnes âgées

Avec le vieillissement de la population au Nouveau Brunswick, les soignants deviendront une partie encore plus importante de la vie familiale et communautaire.

Un nouveau guide donne des conseils sur l'aide naturelle et des façons permettant aux soignants d'adapter leur mode et environnement de vie.

Ces conseils peuvent contribuer à assurer une meilleure qualité de vie aux soignants et aux personnes âgées dont ils s'occupent.

Pour une copie, consultez le site www.gnb.ca/seniors, rendez-vous au bureau du ministère du Développement social de votre région, ou communiquez avec :

Secrétariat des aînés en santé
Courriel : aines@gnb.ca
Téléphone : 506-457-6811



New Brunswick
Nouveau Brunswick

N'hésitez pas à nous donner vos commentaires et à apporter vos suggestions. Faites nous parvenir des photographies de vos différentes activités et des textes qui pourraient intéresser les aînés. L'association est là pour vous écouter et continuer à défendre vos droits auprès des instances gouvernementales.



De gauche à droite :

Jean-Luc Racine, directeur général de la FAAFC; Michel Vézina, président de la FAAFA; Jean-Luc Bélanger, directeur général de l'AAFANB; Roland Gallant, président de l'AAFANB; Jean Robitaille, président de la FADOQ Laval; Andrée Vallée, directrice générale de la FADOQ Laval; Jean-Claude Grondin, président de la FADOQ et Danis Prud'homme, directeur général de la FADOQ.



LA SOCIÉTÉ CANADIENNE D'HYPOTHÈQUES ET DE LOGEMENT

Ressources de la SCHL sur la planification de collectivités durables

Vous êtes un décideur municipal et vous souhaitez changer les choses dans votre collectivité ? Que vous vouliez encourager la durabilité dans les domaines de l'utilisation des sols, du logement, du transport ou de l'utilisation de l'eau, nous avons les réponses à vos questions. La Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL), l'organisme national responsable de l'habitation au pays, est votre première source d'information sur les besoins de votre collectivité.

Nos produits d'information

La vaste gamme d'études de cas et de produits d'information de la SCHL peut vous aider dans divers domaines de la planification des collectivités durables, notamment les suivants :

- Utilisation des sols
- Logement
- Transport
- Gestion de l'énergie
- Utilisation de l'eau
- Conservation des habitats naturels



Nos services

La SCHL offre des présentations sur mesure et des ateliers de planification durable pour les petites collectivités. Ces présentations et ateliers sauront répondre aux besoins de votre municipalité.

Communiquez dès aujourd'hui avec Jeremie LeBlanc, votre consultant en recherche et diffusion de l'information à la SCHL, pour obtenir plus d'information.

Tél. : 902-426-4715

Courriel : jaleblan@schl.ca

Canada



L'IMPACT DU PLAISIR SUR NOTRE SANTÉ

DIEPPE - Le rire influence grandement notre santé de tous les jours et 20 secondes à rigoler ont une équivalence de trois minutes d'exercices selon Diane Landry, conférencière à la récente présentation du Comité régional Dieppe-Moncton de l'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick, au CCNB-Dieppe.

Intitulé « L'Impact du plaisir sur notre santé », 2e partie, Mme Landry s'est bien amusée avec plus d'une centaine de participantes et participants à démontrer que le rire a de réels bénéfices sur la santé des gens. Elle a demandé aux personnes présentes de faire des exercices avec les voyelles précédées du «h» tout en étant deux par deux et de voir l'effet sur leur humeur.

« Les personnes devraient faire un bilan de leur journée, a dit Mme Landry en indiquant que les émotions ont une influence sur notre santé. Nous devons placer l'accent sur ce que nous aimons et en faire une liste. Ensuite, nous pouvons réfléchir sur nos déplaisirs et les laisser de côté pour enfin aboutir sur nos actions inhibitrices. La liste des plaisirs peut être longue, la seconde moins et la troisième encore plus courte. Chaque personne a le pouvoir d'être, de faire, de choisir et de subir ou non. »

Mme Landry a fait remarquer que chaque personne est responsable de son plaisir et bien des gens ont de la difficulté à dire non. Elle a rappelé «la stacose» des jeunes qui trouvent toutes sortes d'excuses ou qui veulent placer la responsabilité sur les autres pour des choses qui se produisent. « Nous avons tous des blessures et si on les rumine pour des années, cela mène à quoi? Je suis responsable de ma réaction devant l'autre. Nous sommes des êtres incroyables, personne ne vit la même expérience, même pas dans la même famille. »

Un regard amoureux sur chaque aspect de sa vie est un autre moyen de jouir des bénéfices du plaisir. « Nous sommes tous des apprentis... sages, a ajouté Mme Landry. Il ne faut pas oublier que nous apprenons tous les jours et qu'il ne faut pas avoir peut de faire des gaffes. Il ne faut pas se disputer ou se juger à notre détriment. »

Pour savourer le bonheur, il est également important de prendre conscience de son présent en participant activement à son mieux-être, de pratiquer de la méditation ou de la relaxation et d'utiliser des techniques de visualisation. Il ne pas oublier de développer sa créativité, retrouver la joie des sens comme le toucher, l'ouïe, le sens, la vue, l'odorat et le goût et reconnecter avec des ressentis et nos besoins.

Les bénéfices du rire sont nombreux et souvent contagieux auprès des gens. Le rire peut diminuer la pression artérielle, agit comme le meilleur médicament du monde et libère des endorphines cérébrales, entre autres. Un bébé apprend à rire avant de parler.

« L'important est également de s'aimer soi-même, a ajouté Mme Landry. Si nous n'avons pas beaucoup d'amour de soi, c'est difficile d'aimer les autres. Il est important d'apprendre à dire non et d'offrir l'amour qui déborde en nous aux autres. Je dois apprendre à m'aimer en premier parce que si je ne m'aime pas, qui va m'aimer ? », a conclu Mme Landry.

18 11 2011



• Petit-déjeuner SuperStart® gratuit
• Réfrigérateur et micro-ondes dans la chambre
• Salles de réunion

Super 8 Campbellton
26 rue Duke - Campbellton, NB E3N 2K3
(506) 753-8080
www.super8campbellton.com

Super 8 Caraquet
9 Avenue du Carrefour - Caraquet, NB E1W 1B6
(506) 727-0888
www.super8caraquet.com

Super 8 Moncton/Dieppe
370 boul Dieppe - Dippe, NB E1A 8H4
(506) 858-8880
www.super8moncton.com

Managed by PACRIM
Géré par PACRIM
Opérée indépendamment selon une entente de franchise avec Super 8 WorldWide Inc. www.pacrimhospitality.com

Super 8
Une destination Super®

WWW.SUPER8.COM
1.800.800.8000

WYNDHAM
REWARDS

NOS PARTENAIRES FINANCIERS

Canada

Patrimoine canadien
Agence de la santé publique du Canada
Nouveaux horizons
Condition féminine Canada

New Brunswick
Nouveau Brunswick

Secrétariat des aînés en santé
Affaires intergouvernementales
Mieux-être, Culture et Sport

Desjardins
Sécurité financière™
Coopérer pour créer l'avenir

MEDOC
ASSURANCE VOYAGE

GOGUEN CHAMPLAIN
REASSURANCE - ASSURANCE

PCI Pension
Consultants Inc.

Société
Santé et Mieux-être en français
du Nouveau-Brunswick

COOP

Caisses populaires
acadiennes



FAAFC

SCHL CMHC
AU CŒUR DE L'HABITATION

CONSEIL D'ADMINISTRATION DE L'AAFANB



Première rangée de gauche à droite :

Gilles Chouinard, administrateur Restigouche Ouest; Roseline Roy, administratrice Chaleur; Norbert Sivret, administrateur Grand Tracadie-Sheila/Néguac, Lorraine Julien, administratrice Dieppe/Moncton, Robert Renault, administrateur Restigouche Est, Odile Gauvin-Mallet, administratrice Grand Caraquet; Mélanie Saintil, adjointe administrative.

Deuxième rangée de gauche à droite;

Rose-Marie Chiasson-Goupil, administratrice Shippagan/Lamèque/Miscou; Gilmond Larocque, président du CA des Jeux des Aînés de l'Acadie.

Troisième rangée de gauche à droite :

Roger Martin, vice-président de l'AAFANB et administrateur Kent Nord/Rogersville/Miramichi/Baie Ste-Anne; Jean-St-Pierre, administrateur Fredericton/Saint-Jean; Roland Gallant, président de l'AAFANB; Nora Saucier, administratrice Madawaska; Lionel Arseneault, administrateur Grand-Sault/La Vallée; Jean-Luc Bélanger directeur général de l'AAFANB.

*Joyeux Noël
et
Bonne Année!*



Association acadienne et francophone
des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick
C.P. 27100 Dieppe, NB, E1A 6V3

AVIS aux membres
N'oubliez pas de nous faire part
de votre nouvelle adresse si vous
déménagez. Merci!

Téléphone (506) 386-0090
Sans frais : 1-866-523-0090
Télécopieur : (506) 384-7009
Courriel : aafanb@nb.aibn.com
Site web : www.aafanb.org

