



Voici l'histoire du Carrefour des personnes âgées de Lotbinière. C'est une histoire de personnes généreuses, de personnes de cœur... une histoire de passionnés !

À l'origine, en 1976, un organisateur communautaire du CLSC local, Clément Gourde regroupe quelques aînés dont Xavier Hardy, Jean-Claude Rousseau, François Montminy, Achille Aubin et Anita Thivierge. Ensemble, ils partagent des idées sur les meilleurs moyens d'améliorer la qualité de vie des aînés de Lotbinière. Ils réalisent : des rencontres « de cuisine », un colloque sur les problèmes de transport des aînés et bien d'autres actions ... Motivés par le désir d'être à l'écoute des personnes âgées, de leurs besoins et de leurs idées pour viser leur mieux-être.

Cette motivation est demeurée présente tout au long de l'histoire de notre organisme. Après 40 ans, elle en est toujours la mission, portée par les valeurs d'entraide, de respect, et de solidarité. Cette mission est un guide. Elle est présente dans les services, les projets, les programmes, dans la concertation et les collaborations avec les partenaires du milieu.

Voici quelques moments importants qui ont marqué l'histoire :

- En 1985, l'obtention de la charte confirme la structure légale de l'organisme, sous le nom de « Comité de citoyens du 3^e âge du Secteur Tilly ». Une appellation qui se transformera ... en 1992, en « Comité de citoyens du 3^e âge de Lotbinière-Est »; pour devenir en 1996 : « Comité du 3^e âge de Lotbinière-Est »; et enfin... depuis la fin de 2002, en « Carrefour des Personnes Âgées de Lotbinière ».

À l'origine, les objets de la charte étaient formulés ainsi :

- promouvoir des activités qui favorisent le maintien à domicile des personnes âgées ;
- soutenir les bénévoles qui veulent s'occuper du mieux-être de la personne âgée ;
- intéresser le milieu aux problèmes des personnes âgées.

Ces objets sont encore identiques en 2016... à quelques mots près... Le « maintien à domicile » est devenu le « soutien à domicile ». Les « personnes âgées » sont devenues les « personnes aînées »... Leurs « problèmes » sont devenus leur « réalité »... Des mots plus actuels mais porteurs du même sens...

- En 1989, l'obtention d'une aide financière du programme Nouveaux Horizons pour les aînés, permet la location d'un bureau ET l'embauche de 2 ressources, Lise Fortier et Francine Rochette. C'est le départ d'une nouvelle ère où les aînés bénévoles et les ressources salariées de l'organisme travailleront ensemble en complicité avec les ressources communautaires du CLSC dont le fidèle pionnier, Clément Gourde qui restera présent jusqu'à sa retraite. Aussi Nicole Desruisseaux, infirmière communautaire qui a conçu et appuyé le projet « Alli-Âges Lotbinière » grâce auquel l'organisme a pris son envol, a élargi son territoire et ses actions pour le mieux-être des aînés. Un logo représentera désormais l'organisme, symbole d'alliance... Il a été remplacé en 2011 par la nouvelle image du CPAL, dévoilée lors des Portes ouvertes célébrant nos 35 ans.

Au fil des années, des PROJETS ont été réalisés desquels sont nés de nouveaux moyens pour favoriser le mieux-être des aînés :

- À la fin du projet « Alli-Âges Lotbinière », réalisé de 1989 à 1991, la Table Alli-Âges Lotbinière a été créée. De cette Table est née l'« Activité reconnaissance du bénévolat dans Lotbinière » dont la 23e édition a eu lieu le 13 avril dernier ;

- De 1995 à 1997, le projet « Collabor'Aînés » a, entre autres, donné naissance, en 1996, au journal du même nom, une de nos premières publications pour les aînés, encore distribuée aujourd'hui tel le « Message », bulletin d'information des bénévoles auprès des aînés, distribué depuis 1992. Aussi 3 recueils de textes ont été publiés en 1996, 1997 et 2000... ET, plus récemment... une chronique

mensuelle a été publiée dans Le Peuple Lotbinière, l'hebdomadaire local ET... notre toute dernière création en communication... une page Facebook, depuis l'été 2016 ;

- Dès la fin de l'année 2004 et jusqu'en 2008, 4 projets ont été réalisés visant la lutte contre les abus envers les aînés et la reconnaissance de leurs droits. Ont été créés grâce à ces projets : la Table de concertation « Vieillir sans abus dans Lotbinière » et le « Comité de défense des droits des aînés de Lotbinière ». Depuis, Marie-Claude Guay, la responsable de la réalisation de ces projets, est devenue la ressource référence de l'organisme pour favoriser la bientraitance des aînés ;

- Dès 2010 et jusqu'en 2013, le programme d'aide financière COFA (pour Concertation des Organismes en Faveur des Aînés) a permis la réalisation de 4 projets par lesquels nous avons pu offrir de nombreuses journées de ressourcement aux bénévoles aînés. Aussi nous avons bonifié nos outils de promotion et d'information : le site web, des dépliants, des encarts et la réédition du « Répertoire des ressources en cas d'abus envers les aînés » ;

- En 2013-2014, un projet a permis, entre autres, la création du DVD « AÎNÉ'RGIE », un outil de promotion du vieillissement actif par le bénévolat et la pratique d'activités physiques ;

- En 2015-2016, grâce au projet « Vivre et vieillir bien... avec mon monde » visant à briser l'isolement des aînés, une sensibilisation de la population a été faite, entre autres, par la présentation de la pièce « Le coffre » du Théâtre Parminou ET une équipe de bénévoles a été formée pour visiter les aînés esseulés ;

Au fil des ans, se sont ajoutées aux services de l'organisme des instances de CONCERTATION :

- Au début des années 2000, en suivi à l'Année Internationale des personnes aînées, la Table régionale de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches est créée... Notre organisme deviendra alors l'instance de concertation locale pour les aînés de la MRC de Lotbinière ;

- En 2011, le « Comité SOS VIACTIVE » est créé pour permettre une concertation visant à comprendre la diminution de la participation au programme VIACTIVE et trouver des solutions. De cette démarche naîtra, dès le printemps 2012, le « Défi

Chaque Minute Compte », un bel exemple de moyen concret pour favoriser la pratique d'activités physiques. À sa cinquième édition, en 2016, plus de 1,000 personnes de tous âges ont bougé au quotidien, cumulant plus de 2 millions de minutes bougées, pendant les 6 semaines du Défi !

- En 2012, des modifications aux règlements généraux apportent des changements. Le conseil d'administration passe de 17 à 7 membres. Cette restructuration prévoit le transfert à une nouvelle instance, du volet de concertation, auparavant intégré au conseil d'administration. Ainsi la Table de Concertation des Partenaires des Aînés de Lotbinière est créée. Elle tient sa première rencontre en janvier 2013. Elle regroupe une douzaine de partenaires auprès des aînés dont le Regroupement des personnes aidantes, Présence, la Coopérative de solidarité de services à domicile et des ressources du CLSC. Ensemble, ces partenaires partagent sur les besoins émergents et les actions à mener pour favoriser le mieux-être des aînés du territoire ;

- En 2013, le « Comité Qualité de Vie de la population de 50 ans et plus » est créé. Il regroupe les partenaires auprès des aînés avec comme objectif de se concerter pour établir ensemble des priorités pour « agir en prévention et promotion des saines habitudes de vie ». Quelques projets ont été réalisés après avoir été présentés par ce comité au Fonds en partenariat en prévention et promotion du CSSS Alphonse-Desjardins. « Dans Lotbinière, on est zen! » en est un bel exemple par l'offre d'ateliers de sophrologie et de yoga visant une meilleure gestion du stress chez les aînés. Depuis, une initiative bénévole permet de continuer d'agir en ce sens en offrant aux aînés des ateliers de Tai Chi ;

En plus de ces instances de concertation créées à l'interne, notre organisme a parrainé la tenue, en avril 2011, de la consultation « Lotbinière, une MRC de tous les âges », dans le cadre de la démarche nationale du « Rendez-vous des générations ». Il a également participé aux démarches de concertation du territoire contribuant ainsi à la Planification stratégique 2014-2018 de la MRC de Lotbinière et à la rédaction de sa Politique MADA Municipalité Amie des Aînés et de la Famille incluant le Plan d'action 2015-2017 découlant de celle-ci.

De plus, au fil des années, des PROGRAMMES ont été créés :

- Au début des années 2000, à la demande de la Direction de la santé publique de Chaudière-Appalaches, les aînés de Lotbinière participent à la création de « Vivre en équilibre. À nous de jouer ! ». C'est un programme de sensibilisation conçu pour faciliter l'adaptation aux changements liés au vieillissement. En 2008, grâce à ce programme, c'est la naissance de la troupe de théâtre des aînés! Elle a présenté les sketches de ce programme, de village en village. Humour, information et sensibilisation s'y côtoyaient... Depuis quelques années, ce sont les bénévoles de VIACTIVE qui ont pris la relève ;

- À l'automne 2013, a été offerte la première session d'ateliers du PIA Programme d'information aux aînés qui guide les aînés sur le choix d'un milieu de vie adapté à leurs besoins ;

- Également depuis l'automne 2013, une collaboration, entre autres, avec la Commission scolaire des Navigateurs et les milieux de vie pour aînés, nous a permis d'offrir le programme « Muscler vos méninges ». En 2016, ce sont près d'une centaine d'aînés qui y participent, une fois par semaine pendant une 40taine de semaines par année, pour maintenir leur mémoire « en forme » et ce, dans 7 milieux différents ;

- Depuis l'automne 2014, le programme ATSA favorise une meilleure accessibilité aux services de santé pour les aînés vivant avec un faible revenu en diminuant leurs frais de déplacement pour s'y rendre. Expérimenté en projet pilote en 2014-2015, il est reconnu et financé par le Pacte rural de la MRC de Lotbinière, depuis 2016...

- Aussi, en parallèle de notre mission « Aînés », depuis 2005, le service ACCÈS+ Lotbinière est offert aux personnes atteintes de cancer de TOUS ÂGES pour favoriser une meilleure accessibilité à leurs traitements.

Beaucoup a été accompli dans les 40 dernières années ! Nous pouvons en être fiers ! Toutes ces réalisations ont été rendus possibles grâce à l'aide financière reçue, grâce aux partenariats établis... Mais aussi et avant tout... grâce à l'engagement de personnes généreuses... Il est donc important de les remercier puisqu'ils et elles sont au cœur de ce qu'est devenu le Carrefour des personnes Aînées de Lotbinière...