

« PROGRAMME TOUT LE MONDE BOUGE » LES 2 ET 3 JUIN 2023

Les organismes dont les noms suivent nous promettent tout un événement. Voir l'ANNEXE 1.



Une course

Il s'agit d'une course inclusive sous forme d'un « 24 heures à relais » les 2 et 3 juin 2023. Des équipes seront formées avec des gens à mobilité réduite pour faire le plus de tours de 5 km possible à l'intérieur de 24 heures. La population est aussi invitée à s'inscrire pour faire le temps et le nombre de tours souhaités en essayant les appareils à titre de coureur ou de co-coureur (assis dans les appareils adaptés).

Une levée de fonds

Cet événement constitue une activité bénéfique pour le Regroupement des personnes handicapées physiques de la région de Thetford (RPHPRT). Le projet veut répondre au souhait d'aider des partenaires, particulièrement les organismes communautaires, les sites de plein-air et les résidences de la région à faire l'acquisition d'appareils adaptés pour que les gens en situation de handicap puissent participer aux événements sportifs et de plein-air de la ville, donc rendre notre région plus inclusive. De plus, l'évènement jouera aussi un rôle de levée de fonds pour une famille dont la jeune maman, Marie-Josée Labranche, vit avec la dystrophie musculaire et n'a pas accès aux subventions pour adapter sa maison d'un ascenseur afin d'accéder au sous-sol.

Des stands (kiosques) d'information

Dans le stationnement des Galeries des Appalaches (derrière la station de service) seront à la disposition du public. Des firmes spécialisées seront présentes. Ouverture des stands (kiosques) le 2 juin à 11 h 15 et à 8 h 30 le 3 juin.

Source : Lisa-Marie Bilodeau, enseignante département des techniques d'éducation spécialisée Cégep 418 281-1581

DES OUTILS AU BOUT DES DOIGTS : « PRENDRE SOIN DE SOI! »

Tout le monde connaît l'importance d'adopter des habitudes de vie saines ! Or, ce n'est pas toujours facile de maintenir le cap!

Pour se motiver et mettre un peu de variété dans nos habitudes, visitez le site **TouGo** à l'adresse suivante : <https://montougo.ca> et abonnez-vous à leur Infolettre. Je suis toujours curieuse de consulter mon Infolettre **TouGo** chaque fois que je la reçois !

TouGo est un site très actuel qui présente de l'information permettant de bouger plus ou de bouger différemment ainsi que des outils : pratiques pour passer à l'action. Également, vous y trouverez des informations similaires en lien avec la saine alimentation.

La plateforme VIVA, une initiative du Réseau FADOQ : Vivre, Inspirer, Valoriser, Agir présente différentes activités ainsi que des chroniques et des défis pour demeurer actif. Pour ceux qui cherchent des motivations, il y a également des concours. Visitez <https://zoneviva.ca/> pour en savoir davantage.

Peu importe votre motivation, faites aller vos doigts et visitez ces sites inspirants et ainsi ajoutez du piquant ou de la douceur dans votre vie. Peu importe votre motivation, faites aller vos doigts et visitez ces sites inspirants.

Source : Édith Dumont, Direction de santé publique, Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches

DU FINANCEMENT RENOUVÉLÉ POUR BRISER L'ISOLEMENT DES AÎNÉS

Par l'intermédiaire du programme *Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité* (ITMAV), 146 projets ont vu leur financement renouvelé pour une période de 3 ans, pour un total de plus de 29 millions \$. Cette aide financière permet à des organismes communautaires de mettre en place ou de maintenir des travailleurs de milieu qui ont le mandat de repérer, d'accompagner et de briser l'isolement des personnes aînées en situation de vulnérabilité ou à risque de fragilisation. Compte tenu de la nécessité de ces ressources, il est prévu d'en augmenter le nombre grâce à un appel de projets qui sera lancé prochainement.

COMMENT REJOINDRE « LA CROISÉE » PAR COURRIELS



La Croisée a changé ses adresses courriels.

La direction : lacroisee.direction@gmail.com

La secrétaire : lacroisee.secretaire@gmail.com

L'intervenante (volet adulte) : lacroisee.intervenante@gmail.com

L'intervenante (volet jeunesse) : lacroisee.intervenantejeunesse@gmail.com

Source : Catherine Laflamme, directrice

15 JUIN 2023 – JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LA MALTRAITANCE DES PERSONNES ÂÎNÉES

Le 15 juin prochain aura lieu la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées. Cette journée thématique mondiale permet à l'ensemble de la société de se mobiliser pour mieux combattre la maltraitance. L'événement a pour but de sensibiliser la population à cette réalité, de même que les institutions gouvernementales, les organismes et toute la collectivité.

Au Québec et partout dans le monde, la maltraitance envers les personnes âgées est malheureusement une réalité qui est présente et qui demeure un enjeu d'actualité. La maltraitance peut prendre différentes formes et elle peut aussi parfois être plus difficile à reconnaître. Il est donc important de se renseigner, d'en parler, d'être vigilant aux signes de la maltraitance et de dénoncer

Il y a un an, la nouvelle Loi visant à renforcer la lutte contre la maltraitance envers les aînés et toute personne majeure en situation de vulnérabilité a été bonifiée. Depuis, le gouvernement et les établissements de santé, comme le CISSS de Chaudière-Appalaches, se sont dotés de leviers supplémentaires pour contrer la maltraitance. Bien que ce phénomène soit mieux connu et davantage dénoncé, il faut demeurer vigilant et ne pas hésiter à consulter. Par exemple, la Ligne Aide Abus Aînés : 1 888 489-ABUS (2287) est une ligne téléphonique d'écoute et de références spécialisées en matière de maltraitance.



Agir ensemble pour contrer la maltraitance !

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

MOMENT ET LIEU	INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT	RESPONSABLE
Ven. 2 juin 2023 – Sam. 3 juin 2023 De midi à midi THETFORD MINES	COURSE INCLUSIVE « Tout le monde bouge en C.-A. 2023 » Forme - un 24 heures à relais inclusif. Départ : stationnement des GALERIES DES APPALACHES	Cégep Thetford, ARLPH-CA RPHPT 418 281-1581
15 juin	<i>Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées</i>	
Lun. 19 juin 2023 7 h 30 THETFORD MINES	TOURNOI DE GOLF - FADOQ Régions de Québec et Chaudière-Appalaches CLUB DE GOLF ET COURLING DE THETFORD INC. – 1, rue du Golf	FADOQ 418 281-1581



Programmation Tout le monde Bouge Chaudière Appalaches - 2023



Vendredi 2 juin

- **Dès 10h45** : Arrivée des participants
- **11h15** : Allocutions de bienvenue et ouverture des kiosques
- **11h40** : Échauffement collectif avec **Sophie Morissette** !
- **12h** : Lancement officiel du début de la course
- **13h30** : Allocution pour la levée de fond
- **14h** : Concert de **Clocks**
- **18h30** : Concert de **Green Goblins**
- **20h30** : Film inclusif

*Psst ! Il est possible de
débuter une course ou
une marche à toute
heure !*

*Prêt d'équipement adapté
sur place*

Samedi 3 juin

- **8h** : Échauffement, éveil musculaire
- **8h30** : Ouverture des kiosques
- **10h** : Concert surprise, dévoilement à venir
- **12h** : Clôture de la course, allocution de fermeture, annonce des équipes gagnantes et de l'argent amassé pour la levée de fond.

*Kiosques de nourriture, de physiothérapie et d'appareils adaptés,
initiation aux sports adaptés tout au long de l'évènement.
Médailles pour ceux inscrits avant le 1er mai.*



Cégep de
Thetford



Regroupement des personnes
handicapées physiques
de la région de Thetford