

PROGRAMME D'ATELIERS POUR AÎNÉS

Viellir chez soi ou déménager?
Voilà toute une question!

Viellir apporte son lot de changements et vous y adapter peut être difficile. L'âge et l'évolution de votre condition de santé ou de celle d'un proche peuvent vous pousser à réévaluer vos possibilités en ce qui a trait à votre domicile. Il n'est pas toujours facile de trouver une solution adaptée à votre situation.

Pour préserver votre autonomie et votre capacité de décision, vous devez **entamer une réflexion** quant à la possibilité de vieillir chez vous, dans votre résidence et dans votre quartier. Vous pourriez également décider de déménager, mais où iriez-vous? Les types de domiciles sont nombreux et chacun d'entre eux présente ses avantages et ses inconvénients.

Pour vous aider dans cette réflexion, nous vous offrons un programme de 10 ateliers qui s'adressent **aux personnes âgées et à leurs proches** qui s'interrogent sur la pertinence de changer de milieu de vie.

« Il est important de s'informer, de se faire sa propre idée pis de ne pas se fier sur les informations entendues des autres pour savoir dans quoi réellement on s'embarque. » — **Une participante**

Les ateliers se tiendront au
Centre des arts et de la culture
de Lac-Etchemin
ET

au Centre récréatif de Saint-Prosper
les mercredi matins à 9 h 00
du 7 octobre 9 décembre 2020

Inscriptions limitées

Coût : 25 \$ par participant

10 \$ pour obtenir le cartable d'information
payable chez Nouvel Essor ou par transfert
électronique (virement interac)
à francois@acef-abe.org
Inscription avant le 30 septembre

Pour information et inscription

https://www.acef-abe.org/atelier/vieillir_chezsoi/
Nouvel Essor : 418-383-5252
Eric Lamarche : 581-372-0323

Notez que les ateliers seront offerts seulement
dans le respect des recommandations.



Découvrez des informations
et des outils afin de
**conserver votre
autonomie** et de faire un
choix éclairé quant à votre
milieu de vie !

Ce programme est réalisé par :



Ateliers

Les ateliers vous présenteront des outils et des informations utiles afin de dresser un portrait plus clair de votre situation personnelle. Vous pourrez ainsi prendre des décisions réfléchies qui vous permettront de **conserver votre autonomie le plus longtemps possible**. Des conférenciers, des intervenants ou des professionnels dans leur domaine, **en plus d'un notaire et d'un conseiller financier**, aborderont des sujets vous permettant de :

- Faire un choix éclairé quant à votre milieu de vie (rester dans votre résidence actuelle ou déménager);
- Connaître les outils pour adapter votre milieu de vie à vos besoins;
- Découvrir les services, les formes de soutien social et de soins de santé offerts dans votre communauté;
- Comparer les différents milieux de vie privés et publics ainsi que leur offre de services ;
- Dresser un portrait clair de votre situation financière;
- Faire respecter votre personne et vos droits.



« Le programme nous a permis de faire un tour de roue et d'apprendre quelques trucs au passage. »

— Une participante

Thèmes abordés

1. Vieillir chez soi
2. Déménager et choisir un milieu de vie
3. Évaluer sa situation financière
4. Accompagner un proche
5. Bien vieillir
6. Avoir l'esprit en paix
7. Prévenir les abus
8. Gérer ses biens, ses meubles et ses immeubles
9. Préserver ses avoirs financiers
10. Signer un bail



« Moi, je veux demeurer à la maison, alors que mon mari désire aller en résidence. Le programme nous a permis de mieux comprendre l'autre et de prendre une décision éclairée ensemble. »

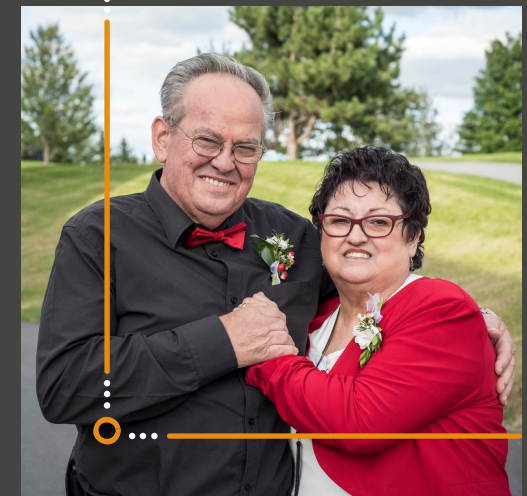
— Une participante

Objectif

L'objectif du programme est de vous offrir, à vous, les aînés, des informations et des outils vous permettant de demeurer maître de votre vie.

Déroulement

Chaque atelier aura une durée d'environ 2 h 30 chacun, incluant une pause de 15 minutes pour les participants. Les ateliers seront animés par des intervenants ou des professionnels dans leur secteur respectif.



« Nous, on a toujours eu notre maison, on ne connaît pas ça [un bail]. L'atelier nous a donné beaucoup d'informations. D'avoir une copie du formulaire nous permet de voir c'est quoi avant. »

— Une participante