

COMMUNIQUÉ
Pour diffusion immédiate

Saint-Georges, le 9 mars 2021 – C’est avec un très grand plaisir que l’ACEF-ABE vous annonce le lancement de son programme d’ateliers pour aînés « **Vieillir chez soi ou déménager?** ». L’ACEF-ABE se propose par ce programme de participer à la qualité de vie des personnes aînées et offre ce programme en collaboration avec l’Association Bénévole Beauce-Sartigan inc. (ABBS).

« Il nous fait plaisir de collaborer à ce beau projet qui réunit à la fois la mission et les objectifs de nos organisations. L’ABBS a souvent travaillé par le passé avec l’ACEF-ABE et il nous fait plaisir de joindre nos forces respectives au bien-être des aînés ». Marie-Claude Bilodeau, directrice générale de l’ABBS.

Les activités sont offertes uniquement aux résidents de la MRC Beauce-Sartigan en vidéoconférence et débuteront le 13 avril prochain.

Le programme de 10 ateliers

Ce programme inspiré par des aînés a pour objectif d’offrir des informations et des outils contribuant à conserver sa qualité de vie et son autonomie le plus longtemps possible. Pour atteindre cet objectif, notre programme offre des informations permettant de :

- Dresser un portrait clair de sa situation personnelle menant à des choix éclairés qui tiennent compte de différents aspects : budget, besoins, désirs, etc.;
- Être informé des services et des ressources disponibles dans son milieu de vie pour vieillir en sécurité et préserver son autonomie;
- Connaître ses droits, ses ressources et ses recours pour vivre dans la dignité.

Afin de rencontrer ces objectifs, notre programme propose différentes activités :

- **10 ateliers thématiques** animés par des intervenants et professionnels dans leur domaine provenant de différents organismes et groupes régionaux tel le CISSS-CA, L’APPUI Chaudière-Appalaches, le CAAP-CA, Équijustice Beauce et Desjardins.
- **Les cafés-rencontres** permettent l’échange entre les participants et les animateurs. C’est aussi l’occasion de poser des questions. Ils sont animés par l’ABBS.
- **Le guide du participant** contient tout le matériel présenté lors des ateliers en plus de nombreux outils pour accompagner le participant dans sa réflexion.

- **La plateforme web** destinée exclusivement aux participants, réunit une documentation exhaustive sur chacun des thèmes abordés. Plusieurs liens vers des ressources complémentaires externes sont également proposés.
- **La formation technologique** individuelle et gratuite est disponible pour tous les participants et est offerte par Alphare, le centre d’alphabétisation populaire de Beauce.

Pour connaître tous les détails,

- consultez le lien suivant : https://www.acef-abe.org/vieillir-chez-soi-bce-sartigan_1/
- [Brochure](#)
- [Poster, informations d’inscriptions](#)
- [Calendrier détaillé des activités](#)

– 30 –

Créée en 1967, l’ACEF - Appalaches-Beauce-Etchemin est une association à but non lucratif vouée à la défense et à la promotion des droits des consommateurs, des locataires et des personnes assistées sociales. Nous accompagnons également les gens dans la gestion de leur finance personnelle et les supportons pour trouver des solutions à leur endettement. Avec ses sept points de service, elle couvre les territoires des Appalaches, de la Beauce et des Etchemins.

Pour obtenir des informations complémentaires, merci de contacter :

Chantal Bernard

Agente de développement et chargée de projet volet aînés

chantal.bernard@acef-abe.org

418-338-4755, poste 305