



Volume 1 ♦ Numéro 12 ♦ Septembre 2015

Le Pivot souligne la Journée internationale des personnes âgées



En 1991, l'Organisation des Nations Unies (ONU) décrétait le 1^{er} octobre comme étant la Journée internationale des personnes âgées. Depuis ce temps, partout dans le monde, cette journée est célébrée de différentes façons. Chaque fois, lors de cet événement, des activités sont suggérées pour mettre les aînés en valeur. Ainsi, on se rappelle qu'ils sont importants dans notre société et qu'on doit leur laisser la place qui leur revient.

Cette année, pour souligner cette journée, le Pivot organise un forum de discussion sur le bien-être des aînés le 1^{er} octobre, de 13 h 30 à 16 h 30, au centre de loisirs Le pavillon Royal, 3365, chemin Royal, à Giffard. Une conférence sur l'estime de soi sera suivie d'ateliers de discussion. L'entrée est gratuite, mais nous vous demandons une contribution volontaire en denrées non périssables.

Vous devez réserver votre place en appelant Martine Guy au 418 821-7080.



Site internet : www.lepivot.org
Tél. : 418 666-2371



Votre santé

S'entendre pour se comprendre



La Matinée-conférence aînés d'octobre portera sur la perte de l'audition due au vieillissement. Que ce soit parce que quelqu'un près de nous en est touché ou parce qu'on en est nous-même atteint, la perte de l'audition peut affecter nos relations avec les autres.

Madame Julie Montreuil, de l'Association des personnes avec une déficience de l'audition, proposera des pistes pour savoir quand et qui consulter lorsque cela arrive. Elle abordera aussi la question des appareils auditifs, en plus de partager des stratégies pour bien communiquer avec une personne malentendante.

La Matinée-conférence aura lieu le mardi 13 octobre 2015, de 9 h 45 à 11 h 45, au centre de loisirs Le pavillon Royal, 3365, chemin Royal, à Giffard. L'entrée est gratuite et une collation sera servie.

Vous pouvez réserver en appelant au 418 663-2928, poste 6712, ou en écrivant à matinee-conference@hotmail.com.

Votre qualité de vie

Voter, c'est s'exprimer

Les aînés ne voient pas tous la politique du même œil. Certains ont perdu l'intérêt au fil des ans, d'autres se sentent plus concernés, en ayant davantage de temps pour s'y intéresser.

Dans tous les cas, l'action de voter met le citoyen en contact direct avec le processus politique. Par ce geste, nous pouvons choisir nos dirigeants. Par une simple coche sur un bulletin de vote, nous exprimons ainsi à nos dirigeants notre opinion au sujet des décisions qui influenceront sur notre vie.

En s'abstenant de voter, nous brisons le lien entre chacun des citoyens canadiens et sa communauté. Quel que soit notre âge, le 19 octobre, votons car nous avons le privilège de pouvoir le faire.

Pour plus de renseignements : 1-800-463-6868 ou
www.elections.ca



Votre portefeuille

Contrat de déneigement : pour ne pas être embourbé

L'hiver s'amène à grands pas et avec elle, les chutes de neige. Plusieurs aînés choisissent de ne pas se tracasser avec le déneigement et confie cette tâche à une entreprise.

Afin que votre hiver ne se transforme pas en tempête continue, il faut se lier avec un contrat de déneigement écrit.

Celui-ci prévoira :

- **la durée du contrat**
- **la quantité de neige qui nécessite un déblaiement**
- **l'heure avant laquelle la neige doit être enlevée**
- **l'endroit où la neige doit être déposée**
- **les tâches connexes autres que le déneigement**
- **le prix total et les modalités de paiement**
- **la responsabilité de la compagnie de déneigement en cas de bris de matériels ou de votre propriété**



La réalisation de ce feuillet d'information a été rendue possible grâce au **Programme MADA – Ville de Québec.**