

Ma vie, j'y vois

Volume 1 — Numéro 1 — octobre 2014

UN NOUVEL OUTIL POUR INFORMER LES ÂÎNÉS

Vous êtes une personne aînée et vous aimeriez être informée des services ou activités qui existent pour vous dans l'arrondissement de Beauport? Le centre communautaire Le Pivot a la solution pour vous : Ma vie, j'y vois.

Ce nouveau feuillet d'information vous renseignera tous les mois de ce qui se passe dans votre communauté. Santé, activités, conseils, nouvelles, etc. : des sujets qui vous concernent et qui peuvent améliorer votre qualité de vie.



Merci au Programme **MADA (Municipalité amie des aînés) Ville de Québec** qui rend possible ce projet visant la socialisation des aînés de Beauport, au CLSC Orléans et aux bénévoles.



Bonne lecture!

Votre santé

DES PRÉLÈVEMENTS PRÈS DE CHEZ VOUS

Le CLSC Orléans (Montmorency), qui est situé à l'angle de la 103^e Rue et de l'avenue Ruel, offre le service de prélèvements (prise de sang et test d'urine) avec rendez-vous, pour les personnes de tout le territoire de l'arrondissement de Beauport, tous les mercredis, de 7 h 30 à 12 h.



Pour prendre rendez-vous, composez le 418 628-6808.

+ + + + + + + + + +

PROTÉGEZ-VOUS CONTRE LA GRIPPE

Les personnes à risque élevé, telles que celles atteintes de certaines maladies chroniques et les personnes âgées de 60 ans et plus, peuvent se protéger contre la grippe grâce à la vaccination saisonnière.

Elle est offerte gratuitement et sans rendez-vous au CLSC Orléans (Montmorency) le vendredi 5 décembre, de 8 h 30 à 15 h, et au CLSC Orléans (Maizerets), 2480, chemin de la Canardière, à Québec, de 8 h 30 à 15 h, les samedi et dimanches 1^{er} et 2 novembre, 8 et 9 novembre, 15 et 16 novembre, 6 et 7 décembre, 13 et 14 décembre ainsi que le dimanche 11 janvier 2015. ***Il est obligatoire de présenter sa carte d'assurance-maladie.***

Info GRIPPE : 418 661-1550.

Pour votre sécurité

UNE PRÉSENCE RASSURANTE GRÂCE AU PROGRAMME PAIR

Si vous ou vos proches êtes soucieux de votre état de santé, il existe une façon simple de vivre en toute quiétude grâce au **Programme Pair**, offert à Beauport par l'Association des proches aidants de la Capitale-Nationale.

Ce service personnalisé d'appels automatisés joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé. Les abonnés reçoivent ces appels à des heures déterminées, une ou plusieurs par jour. Si l'abonné ne répond pas, une alerte est lancée.

Une vérification est enclenchée par les responsables du système afin de vérifier si l'abonné est en détresse. Grâce aux appels de Pair, plusieurs vies ont pu être sauvées.



Le populaire chanteur Michel Louvain agit
comme porte-parole du Programme Pair.
Photo courtoisie

Toute personne aînée, ou malade, ou vivant seule peut bénéficier de ce programme offert gratuitement. **Un appel suffit pour s'y abonner :**
418 688-1511 poste 222.

Des gens d'exception

HOMMAGE À LA HAUTEUR D'UN GRAND BÉNÉVOLE



Parmi les aînés de Beauport, plusieurs se distinguent au-delà des limites de l'arrondissement. C'est le cas de Raymond Juneau, un retraité de 87 ans qui a vu son implication dans la communauté soulignée sur la scène provinciale puisqu'il a reçu la Médaille du Lieutenant-gouverneur du Québec, le 16 mai dernier.

Reconnu pour son bénévolat depuis plusieurs années au centre communautaire Le Pivot et au centre d'hébergement Saint-Augustin, le résident du quartier Montmorency a mérité cet honneur alors que le Lieutenant-gouverneur du Québec, l'honorable Pierre Duchesne, lui a remis une médaille pour les aînés, lors d'une cérémonie présentée au salon rouge de l'Assemblée nationale du Québec.



Réalisé par **Le Pivot**, ce feuillet d'information a été rendu possible grâce au Programme **MADA—Ville de Québec**, en collaboration avec le CLSC Orléans.