

## *Du 31 janvier 1983 au 13 novembre 1983*

- ✓ Formation d'un comité provisoire par le Service d'Information et de Référence du Lac pour mettre en marche l'Association québécoise de défense des droits des retraités et préretraités.
- ✓ Suite à l'obtention d'un projet CANADA-TRAVAIL, d'une durée de quatre mois, 10 janvier au 15 mai 1983, trois personnes sont embauchées pour mettre en place, la fondation avec des personnes âgées du milieu, d'une section AQDR à Alma.
- ✓ À compter du 31-01-1983, un comité provisoire est mis en place, composé de sept personnes et deux animatrices, sous la supervision de Sœur Georgette Beaulieu. Un premier Conseil est formé et la première rencontre se tient au 400, rue Harvey à Alma, sous la présidence d'honneur de Monsieur Léonard Gravel.
- ✓ À la deuxième réunion, il est proposé de faire les démarches pour obtenir une charte; douze (12) personnes signent la demande (7 février 1983). M. Raoul Grenon accepte de prendre la présidence suite à la démission de M. Gravel.
- ✓ Réunion spéciale le 28 février 1983 - Les documents pour la demande de charte sont arrivés sous le nom « **Section AQDR d'Alma** ».
- ✓ Il est proposé que deux délégués se rendent à Montréal, pour des journées de formation organisées par l'AQDR provinciale, les 22 et 23 mars 1983.
- ✓ Le 9 mai 1983, il y a 216 membres inscrits. Le 24 mai, l'Association compte 297 membres.
- ✓ Le premier projet, **Recrutement des membres** - Les moyens utilisés sont des rencontres dans les associations de personnes âgées, les Clubs d'âge d'or, l'AFÉAS, dans les HLM, soirées d'informations, etc.

## *Du 29 novembre 1984 à aujourd'hui*

- ✓ La date officielle de la Charte est le 29 novembre 1984 « **AQDR section Alma** ».
- ✓ En janvier 1985, l'AQDR Alma compte 450 membres.
- ✓ Pour poursuivre, il faut demander des subventions, élaborer des projets.
- ✓ En février 1985 – **Déclarations de revenus pour personnes âgées à coûts réduits** (92).
- ✓ 1992 – Réalisation du projet « **Papiers d'affaires courantes, carnet mémo plus** » - Il s'agit de la création d'une trousse pour classer les documents personnels et inventorier ses biens.
- ✓ 1993 – **L'alimentation** - Présenter et faire la publicité d'une saine alimentation pour les personnes âgées.
- ✓ 1994 – Projet étudiant - **Sécurité des aînés**.
- ✓ 1995 – **Les chutes à domicile** - Sensibiliser les aînés aux risques de chutes et aux moyens de prévention pour les éliminer.
- ✓ 1996 – **Vieillir ce n'est pas une maladie** - Sous forme humoristique, faire prendre conscience que l'âge n'est pas un empêchement à l'activité.
- ✓ 1997 – **Sage est le bon usage** - Projet sur la consommation des médicaments.
- ✓ 1999 – **Contre la sédentarité** - Faire sortir de leur chambre les personnes âgées en résidence en leur offrant des ateliers diversifiés.
- ✓ 2005 – Les membres du conseil d'administration de l'AQDR Alma, avec des bénévoles de tous les âges, ont préparé et présentée une douzaine de fois, une pièce de théâtre « **Les Secrets bien gardés** », de l'auteure Mme Pauline Robert, dans le cadre du projet PAL (plan d'action local).

- ✓ 2005-2006 – Projet Nouveaux Horizons pour former des comités « Milieu de vie » (CMV) dans les résidences privées pour aînés. Avec l'embauche d'une chargée de projet, accompagnée de plusieurs bénévoles, nous implantons quatre comités milieu de vie dans les résidences.
- ✓ 2005 à aujourd'hui – L'AQDR Alma poursuit encore à ce jour la pérennité du projet d'aide à l'implantation de CMV pour permettre aux personnes aînées, de se prendre en charge, briser l'isolement et prévenir les abus.
- ✓ 2006 – Nous obtenons le « Prix Yvette Brunet » pour notre projet CMV. À chaque assemblée générale, l'AQDR nationale attribue le prix Yvette Brunet à une section AQDR parmi toutes les sections. Ce prix constitue la reconnaissance d'une réalisation ou d'un engagement exemplaire dans la promotion et la défense des droits des personnes aînées. La section choisie doit se distinguer par ses interventions et ses réalisations collectives ou pour la réalisation d'un ensemble d'activités portant par exemple sur l'implication dans le milieu, le rayonnement et l'ampleur du projet.
- ✓ 2011-2012 – Mandat CMV pour notre section chapeauté par l'AQDR nationale : **Formateur de Région dans notre secteur Saguenay-Lac-Saint-Jean.**
- ✓ 2011-2012 – Projet réalisé avec l'Entente spécifique de régionalisation sur l'amélioration des conditions de vie des Aînés du Saguenay-Lac-Saint-Jean. Mandat de **dispenser de la formation et du suivi pour l'implantation de CMV.** Nous avons répondu à la demande des AQDR Jonquière et Saint-Félicien.
- ✓ 2012-2013 – Projet **Misons sur les comités de milieu de vie dans les résidences privées.** Continuité du programme CMV avec les sections AQDR Chicoutimi et Roberval.
- ✓ 2013 à aujourd'hui – **Échec à la maltraitance,** (projet Québec Ami des Aînés 2013-2014 (QADA) visant à accroître la sensibilisation contre la maltraitance envers les aînés. Notre organisme de défense de droits contribue à multiplier l'information visant les personnes aînées elles-mêmes ainsi que leur famille, les soignants, les intervenants, tout autre personne victime ou témoin d'une situation d'abus et de violence... pour que cesse le phénomène chez les plus vulnérables.
- ✓ 2014 – Nous obtenons encore une fois le prix « Yvette Brunet » avec notre projet Échec à la maltraitance. Ce prix constitue la reconnaissance d'une réalisation ou d'un engagement exemplaire dans la promotion et la défense des droits des personnes aînées.
- ✓ 2015-2016 – **Conférencière invitée dans le cadre du projet RÉCIF 02 Tournée régionale Femmes d'expérience Au cœur des instances.** Contrat de services intervenu entre RÉCIF 02 - Table de concertation des groupes de femmes Saguenay-Lac-Saint-Jean et AQDR Alma. Notre travail consiste à allouer une ressource qui agira à titre de conférencière pour 10 cafés-rencontres durant la période d'octobre 2015 à mars 2016. Objectifs visés : discuter de l'implication des femmes aînées; apprendre et partager vos connaissances; découvrir votre place dans les instances.

- ✓ 2016 à 2019 – **Échec à la maltraitance chez les aînés PHASE II**, programme Québec ami des aînés (QADA), volet Soutien aux actions communautaires, édition 2015-2016. Déploiement de notre projet dans la région 02 visant à accroître la sensibilisation contre la maltraitance envers les personnes aînées. Une activité interactive d'information et de sensibilisation sur la maltraitance diffusée massivement pour aller chercher les gens isolés, sans nom et sans voix et rejoindre davantage de personnes aînées dans la collectivité.
- ✓ 2019 – **Faire fleurir la bientraitance**. En continuité à notre projet Échec à la maltraitance, nous lançons un nouveau projet sous forme de jeu pour sensibiliser la population à la bientraitance. La **BIENTRAITANCE** se fait avec la **bienveillance** : elle vise le bien-être, le respect de la dignité, l'épanouissement, l'estime de soi, l'inclusion et la sécurité de la personne.

Depuis de nombreuses années, l'AQDR organise un déjeuner-conférence mensuel pour informer, sensibiliser, prévenir et outiller les aînés sur leurs droits pour une meilleure qualité de vie. Cette activité favorise également une participation sociale.

Nous siégeons sur plusieurs Tables de notre secteur tant locales que régionales :

- ✓ Table des Aînés du Lac-Saint-Jean
- ✓ Conférence des Aînés de Ville d'Alma
- ✓ Regroupement AQDR Saguenay-Lac-Saint-Jean
- ✓ TRCA (Table régionale de concertation des aînés)
- ✓ Table de lutte à la pauvreté et CSSS Saines habitudes de vie.
- ✓ MÉPAC (Table du mouvement d'éducation populaire et d'action communautaire)

Nous participons à des formations qui sont pertinentes à notre mission. Nous collaborons avec les autres organismes communautaires pour appuyer des demandes qui touchent les aînés.

Pour assurer l'administration de l'AQDR Alma, une coordonnatrice occupe un poste permanent au sein de l'organisme. Elle est responsable de l'administration en général et répond aux demandes de consultation, références et services divers.

Lorsque nous présentons des demandes financières et que celles-ci sont retenues, nous procédons à l'embauche d'une personne chargée de projet pour la réalisation des projets.

