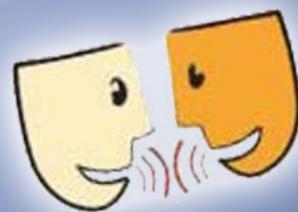


fadoq

Région Laval

L'étincelle de Laval



*Bienvenue au
Bulletin l'Étincelle*



C'est le

PRINTEMPS

2017

Mot de la Présidente	3
Mot de la Directrice	4
Mot de l'Agent de développement	6
Assemblée générale annuelle	8
Hommages	9
Lobe journée de l'audition	10
Cours informatique	12
Dates	12
Congés de Pâques – commerces	13
Clinique dentaire Lapointe	14
Définition du carême	16
Les blagues à Toto	17
Mot de la fin	18



Mot de la Présidente

QUEL DÉBUT D'ANNÉE

Vous en conviendrez avec moi, on ne s'attendait pas du tout à un début d'année aussi excitant et occupé.

Janvier et Février nous faisaient vivre un hiver quasi ordinaire, avec l'alternance de froid-chaud, neige-verglas, gel-dégel. Mais jamais on ne se serait attendu à devoir défendre des enjeux aussi importants que la maltraitance envers les aînés, la surveillance par caméra dans les chambres de CHSLD, le crédit d'impôt en raison de l'âge sur la déclaration de revenu du Québec.

Comme vous le savez maintenant, la région de Laval organise de plus en plus d'activités de toutes sortes, qu'elles soient sportives ou culturelles. Notre mission est de vous faire participer et de bouger; mais le GRAND réseau ne s'arrête pas là. Il a bien l'intention d'être plus que jamais à l'affût des enjeux sociaux.

Bougez avec nous, profitez-en pour vous faire de nouveaux amis (es) et soyez assurés que le Réseau FADOQ restera attentif au moindre changement qui pourrait affecter la qualité de vie des aînés du Québec et en défendra les valeurs.

Je vous souhaite un printemps tout en douceur et de Joyeuses Pâques!

Dianne Jeannotte
Présidente
FADOQ Région Laval



Mot de la Directrice

Un petit mot en passant

Chers membres,

Certaines personnes me demandent, à l'occasion, à quoi sert la cotisation que nous versons à la FADOQ autrement que les rabais.

J'ai sous la main ce bel exemple. Au mois de février d'autres organismes se sont regroupés avec le Réseau pour manifester leur mécontentement, car le gouvernement désirait faire passer d'ici 2020 de 65 à 70 ans l'âge d'admissibilité au crédit d'impôt pour aînés lequel peut atteindre environ 500.\$

Le ministre des Finances M. Leitão n'a pas eu d'autres alternatives que de l'abolir.

Comme le mentionne le président du Réseau FADOQ M. Maurice Dupont

« La force tranquille du Réseau FADOQ est un fleuron très positif de son histoire dont nous pouvons être fiers »

Je suis emballée de l'engouement ainsi que de l'augmentation des participants pour les activités que Sébastien Haineault notre agent de développement à mis en place.

N'hésitez pas à communiquer avec nous pour nous faire part de vos idées.

Petite Question :

Avez-vous une coutume que vous perpétrez depuis plusieurs années pour Pâques!

Faites-le-moi savoir et si je reçois plusieurs textes je ferai un petit livret que je remettrai aux participants et que je publierai sur notre site web.

Suite – Mot de la Directrice générale

En terminant une petite pensée :

En cette belle saison, le soleil fait danser ses doux rayons et le vent aime chanter une tendre chanson...C'est le grand réveil miraculeux de la nature, qui émerveille par la beauté de sa verdure la pureté d'un ciel d'azur, et qui est un appel à une vie nouvelle.

Joyeuses Pâques!

Andrée Vallée

Directrice générale

Le Réseau FADOQ remercie ses Grands Partenaires





Mot de l'Agent de développement

La chronique de Sébastien

Bonjour, cher membre lavallois et lavalloise,

Nous voilà ENFIN au printemps, une merveilleuse saison pour le retour de la verdure et du soleil, mais aussi pour le retour de votre motivation. Le printemps est une bonne saison pour la participation de nos événements et j'espère que vous ferez partie du lot. C'est des moments comme ceux-ci que je me sens devenir motivé comme jamais, c'est ma bougie d'allumage! Pour ce printemps 2017, nous vous avons écouté et nous avons ajouté : plus de sorties d'une journée, plus de nouveaux sports. Nous sommes aussi revenus avec ce qui est maintenant nos sorties annuelles (cabane à sucre, spectacles en groupe et soupers rencontre).

Cette session des loisirs du printemps marquera une première pour notre organisme. Nous avons nos premières activités remplies au maximum de la capacité de nos emplacements actuels! Par exemple : le pickleball, les cours de golf, notre partie de golf « Golfeurs à la découverte » et l'entraînement de groupe *Essentrics*.. Je vous remercie personnellement pour cet engouement envers nos loisirs et pour votre participation au sein de notre organisme. Nous travaillons déjà à développer d'autres horaires et à trouver d'autres lieux à Laval afin de permettre aux plus grands nombres de membres de participer. D'ailleurs, nous faisons de l'accessibilité de nos activités une priorité, tant du côté monétaire que du côté du nombre maximal de participants!!

Suite – la chronique de Sébastien

Au niveau sportif, notre volet hockey est en plein essor, nos membres tentent de trouver un endroit où jouer en toute sécurité, selon leur revenu et avec des gens de leur groupe d'âge et leur niveau de jeu. Nous offrons du hockey récréatif qui rassemble tous ces critères, sans oublier le plus important...le plaisir!



Voici vos moyens d'accéder à nos programmations des loisirs :

- ❖ Vous recevez chaque début de saison, un courriel pour vous inviter à lire la plus récente programmation
- ❖ Je vous rappelle également que nos programmations sont disponible sur notre site web
- ❖ Elles sont également insérées à l'intérieur de votre magazine Virage
- ❖ Finalement, sur notre page Facebook dans l'onglet événement.

Salutations des plus sincères,

Sébastien Haineault

Agent de développement

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Assemblée générale annuelle FADOQ - Région Laval (AGA)

Date : 1^{er} juin 2017 dès 9 h 30

Lieu : Centre communautaire Saint-Joseph au 1450 boul. Pie-X, H7V 3C1, dans la grande salle.

Suite à l'assemblée un buffet sera servi.

Rendez-vous annuel réservé aux membres. Il sera présenté pendant l'assemblée : le rapport d'activités, l'élection des membres pour le conseil d'administration et les états financiers.. L'assemblée générale est la meilleure occasion pour vous de donner votre opinion.

Il serait grandement apprécié de communiquer avec nous pour nous donner votre nom pour votre présence à Manon Gibeault au 450-686-2339 poste 701. Merci.



Avec le *programme privilèges fadoq*,
c'est toujours
le meilleur temps pour
CHANGER DE LUNETTES!

greiche & scaff
professionnels de la vue
greiche-scaff.com

3 OFFRES EXCLUSIVES
aux membres de la Fadoq
Cliquez pour plus de détails.

25\$ de rabais additionnel
à la promotion « la 2^e PAIRE à 1^{er} ».

25% de rabais
à l'achat d'une paire complète: monture, lentilles et traitements
de nos collections designers exclusives.

15% de rabais
à l'achat d'une paire de lunettes de soleil
ou complète de notre collection de designers internationaux
(à l'exception de Chanel et Oakley).

Voir le site pour plus de détails : www.greiche-scaff.com

Hommage à des bénévoles exceptionnels : Gisèle Grégoire-Legault et François Legault

À la suite du décès récent, à un mois d'intervalle, de François Legault et de Gisèle Grégoire-Legault, FADOQ – Laval tient à rendre hommage à ce couple exceptionnel, qui a accompli beaucoup pour les Lavallois et a contribué significativement à l'essor du Réseau FADOQ, sur les scènes régionale et provinciale.

Déjà, dans les années 1960, M. et Mme Legault étaient responsables d'une section lavalloise de Couple et famille. Leur départ met un terme à plus d'un demi-siècle de bénévolat au profit des Lavallois de tout âge.

Décédé en janvier 2017 à l'âge de 90 ans, François Legault faisait partie des six représentants de divers clubs FADOQ ayant effectué la demande d'incorporation de FADOQ Région Laval et d'affiliation au niveau provincial, en 1972. De 1997 à 2003 il a été président provincial du Réseau FADOQ.

Quant à Gisèle Grégoire-Legault, elle s'est éteinte en février dernier, à l'âge de 88 ans. Après avoir été présidente de FADOQ – Laval, de 1999-2005, elle a œuvré activement au sein de la Maison des grands-parents de Laval, dès 2002, notamment par la mise en place d'un salon du tricot qui existe toujours.

FADOQ – Laval offre ses plus sincères condoléances aux six enfants, 22 petits-enfants et 18 arrière-petits-enfants du couple.

Prenons soin de notre audition!

Dans le cadre du mois de mai, mois de la parole et de l'audition, nous tenons à sensibiliser la population à l'importance de prendre soin de sa santé auditive.

L'ouïe est un sens précieux et parfois négligé. En effet, nous pensons souvent à notre examen de la vue, mais nous oublions qu'il est recommandé de passer un examen de l'audition en prévention. Cette routine devrait être ajoutée au bilan de santé annuel dès l'âge de 50 ans!

S'il est vrai qu'une baisse de l'audition peut s'installer lentement en vieillissant, ce qu'on appelle la presbyacousie, cela ne veut pas dire qu'il faut se priver du bonheur de bien entendre et donc de comprendre. Il existe différents moyens d'améliorer sa qualité de vie auditive, comme les appareils auditifs et les stratégies de communication.

Journée nationale de l'audition

Vous pensez avoir une perte auditive? Vous êtes curieux d'en savoir plus sur les appareils auditifs? Vous voulez en connaître davantage sur cet important sens qu'est l'ouïe? Nous vous invitons à participer à la Journée nationale de l'audition le 2 mai dans les cliniques Lobe!

Suite – Prenons soin de notre audition

Nous sommes fiers de vous offrir une panoplie d'activités concernant l'audition **sans frais**, dont des tests de dépistage auditif à l'aide de bornes interactives, des collations et des jeux éducatifs. Il est également possible de prendre rendez-vous dans une clinique Lobe tout au long du mois de mai pour un test de dépistage auditif sans frais!

Réservez dès maintenant votre place pour participer aux activités **mardi 2 mai 2017** à la clinique Lobe à Chomedey (1575 boul. de l'Avenir), téléphone 450-934-2614 ou à la clinique Lobe à Sainte-Dorothée (3 boul. Samson), téléphone 450-969-3335.

Lobe

**Cliniques en santé
auditive et communication**

Cours d'informatique

Ateliers Fadoq

Pour plus d'information :
450-686-2339



J'apprivoise l'ordinateur et internet
Je maîtrise l'ordinateur et internet
Tablette Apple et Tablette Android
Initiation au traitement informatique des photos numérique
Word et Excel

DATES

14 avril 2017	Vendredi saint (bureau fermé)
16 avril 2017	Dimanche de Pâques
17 avril 2017	Lundi de Pâques (bureau fermé)
1er avril 2017	Poisson d'avril
22 avril 2017	Journée de la planète
14 mai 2017	Fête des Mères
22 mai 2017	Fête de la Reine (bureau fermé)
24 juin 2017	Fête national du Québec (bureau fermé vendredi le 23 juin)



**Je deviens membre
de ma coopérative
funéraire**



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DU GRAND MONTRÉAL

450 934-9808

cfgrandmontreal.com

Voir le site pour plus de détails : www.greiche-scaff.com

Congés de Pâques - Horaire des commerces

Les consommateurs devront vérifier avant de fréquenter les établissements publics pendant le long congé pascal qui s'amorce ce vendredi, car leurs horaires varieront beaucoup.

La plupart des grands marchés d'alimentation seront ouverts aux heures habituelles, sauf au jour de Pâques où ils seront fermés, tout comme la plupart des centres commerciaux. Cependant, les heures d'ouverture de la majorité des succursales de la Société des alcools (SAQ) seront les mêmes qu'à l'habitude, bien que certaines seront fermées à Pâques.

Les bureaux de Postes Canada seront fermés pendant quatre jours, mais les comptoirs postaux situés dans les commerces pourront ouvrir aux heures d'affaires de ces commerces. Cependant, il n'y aura ni collecte ni distribution de courrier pendant le long congé.

Quant aux banques, elles seront fermées le vendredi saint, mais ouvert le lundi de Pâques, le 17 avril. Les bureaux des gouvernements du Canada et du Québec seront fermés de vendredi à lundi, inclusivement.

À Montréal, les horaires de week-end seront appliqués à la Société de transport de Montréal (STM), tant pour le métro que pour les autobus, pendant quatre jours. Les automobilistes devront noter que les règlements habituels seront en vigueur toute la fin de semaine, tant pour les restrictions de stationnement que pour les parcomètres.





Les différentes prothèses dentaires

La denturologie est une branche de la dentisterie qui traite des prothèses dentaires amovibles partielles ou complètes. Longtemps associé aux « dentiers », le denturologiste travaille, aujourd'hui, de concert avec le dentiste afin d'harmoniser les traitements. Comme Centres dentaires Lapointe offre tous les services de dentisterie sous un même toit, il est facile de prendre rendez-vous dans le centre dentaire le plus près de chez vous afin de discuter avec un professionnel des solutions envisageables pour vous.

Il existe différentes prothèses dentaires et le denturologiste est le professionnel qu'il faut consulter quand il vous manque une ou plusieurs dents. Il pourra vous orienter vers les choix à faire afin de maintenir l'alignement des dents, favoriser la mastication et vous redonner un sourire plus esthétique.

En collaboration avec les denturologistes œuvrant dans les Centres dentaires Lapointe, nous étudions les différentes options s'offrant à vous :

Pour un patient partiellement édenté et dont les dents restantes sont saines, une prothèse partielle amovible (en métal et acrylique) peut vous aider : elle viendra remplacer les dents manquantes.

Pour un patient complètement édenté, le denturologiste confectionnera une prothèse complète amovible (qu'on appelle aussi dentier). Cette prothèse est appuyée sur la gencive et elle est donc facile à retirer.

L'autre solution pour le patient édenté est la prothèse complète sur implants. Comme le dit la description, l'étape préalable est l'installation d'implants. Cette prothèse peut être fixe (elle ne peut être retirée que par un professionnel) ou amovible (supportée par une barre ou des boutons pression).

Note de la denturologiste : la résorption de la gencive due au port d'une prothèse complète (sans implants) est souvent une source d'inconfort pour le patient : difficulté à mastiquer, mouvements désagréables de la prothèse qui blesse la gencive, etc. Il existe une solution à ces problèmes : les implants dentaires ! Les implants changent radicalement la qualité de vie du patient en lui redonnant la force et la fonction optimale des dents naturelles.

Consultez votre denturologiste pour obtenir plus d'information !



Le carême commence donc par un rappel solennel de la condition humaine et s'achève avec les Pâques par une célébration de la vie, celle de la résurrection du Christ.

Traditions de pénitence

Entre le 11^e et le 14^e siècle, les pratiques actuelles ont été établies et le jour des Cendres tel qu'on le connaît s'est répandu dans l'Église d'occident. Auparavant, le mercredi des Cendres était drapé d'un autre rôle, il était un jour de pénitence.

Vers 300, le jour des Cendres est adopté localement par certaines Églises qui l'intègrent au rite d'excommunication temporaire ou de renvoi des pécheurs publics, une pénitence imposée aux personnes coupables de péchés capitaux. Dès le 4^e siècle, ce jour marque à Rome le début de la pénitence canonique accomplie publiquement, jusqu'à l'absolution du jeudi saint.

Au 7^e siècle, un rite public de pénitence est pratiqué durant lequel les pénitents se présentent aux prêtres, confessent leurs fautes et, lorsque celles-ci sont graves et publiques, reçoivent du pénitencier un « cilice rugueux couvert de cendre » (tunique ou une ceinture portée sur la chair par mortification et doivent se retirer dans un monastère.

LES BLAGUES À TOTO

La maîtresse demande :

- Dis-moi, Lucas... Si tu as deux pommes et que je te donne encore deux pommes, combien auras-tu de pommes ?

- Quatre pommes, maîtresse!

- Très bien. Toto, si tu as un lapin et que je te donne encore un lapin, combien auras-tu de lapins ?

- Neuf lapins, maîtresse!

- Neuf ? Comment peux-tu avoir neuf lapins ?

- Ben, c'est ce qui est arrivé à mon père! Il avait un lapin et il en a acheté un deuxième. Deux mois plus tard, il avait neuf lapins!

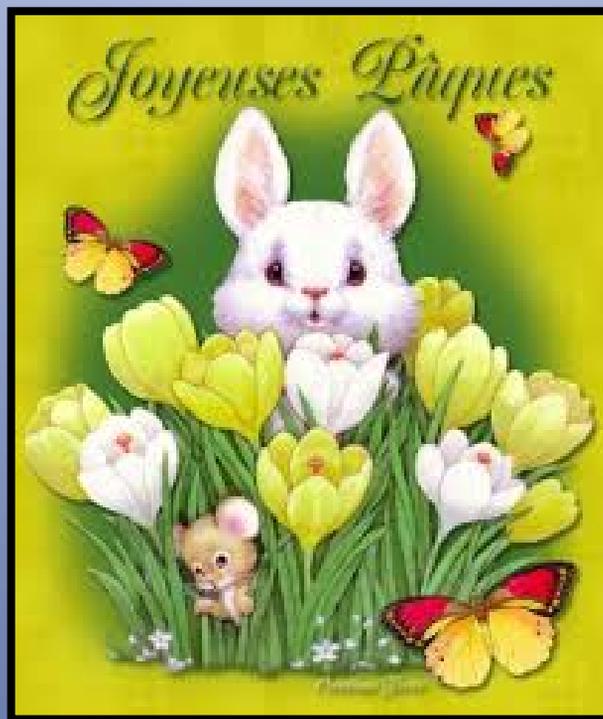
La grand-mère de Toto lui demande :

- Alors, mon petit Toto... As-tu déjà une idée de ce que tu feras plus tard ?

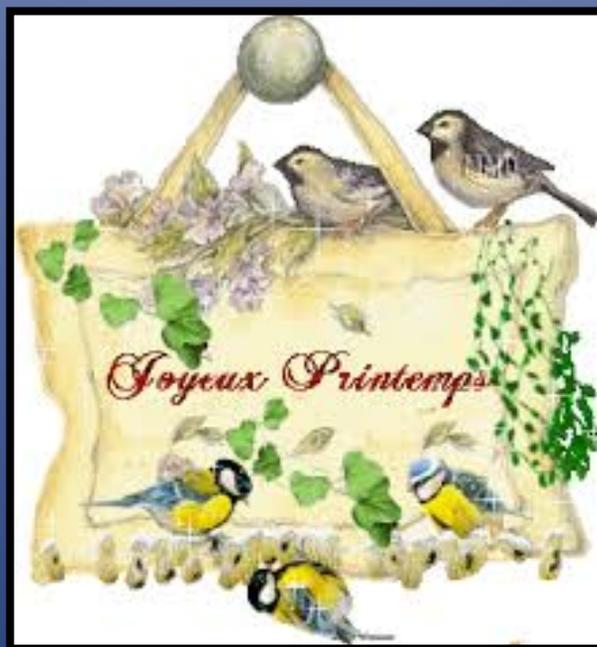
- Oui mamie. Je serai astronaute!

- Tiens ? Quelle idée bizarre!

- Ben, j'ai des dispositions à ce qu'il paraît. Tout le monde dit que je suis toujours dans la lune!



ET



*La Direction et les membres du Conseil d'administration
Vous souhaitent à tous et à toutes - Joyeuses Pâques
et un merveilleux printemps 2017 !*