



PLAN DE SÉCURITÉ SANITAIRE

Dans la foulée de cette crise sanitaire à l'échelle mondiale, les individus sont à revoir leurs habitudes de vie et les organisations revoient également leurs méthodes de fonctionnement. Nous devons donc préparer un éventuel retour dans nos installations et assurer un milieu sain et sécuritaire pour tous.

Il est entendu que nous continuons d'observer les directives gouvernementales et que nos bureaux demeureront fermés jusqu'à ce que l'interdiction soit levée. Cependant, nous avons amorcé une réflexion relativement à un plan de sécurité sanitaire et nous observerons les directives de la CNESST à cet égard. Un guide sera adapté à la réalité de nos locaux, des responsables seront identifiés au sein de notre équipe en cas de gestion de crise, des fiches seront utilisées en support à notre plan, des affiches seront installées, la circulation des membres sera dirigée avec signalisation, des aires de lavage de mains seront désignées, des indicateurs seront installés au plancher pour assurer la distanciation sociale, des panneaux de protection seront installés à l'accueil. Soyez assurés de notre vigilance et que nous maintiendrons une surveillance soutenue et attentive pour l'application des nouvelles mesures qui seront alors mises en place.

TIRAGES - PARTAGEZ VOS CRÉATIONS !



En cette période de confinement, dans le but d'occuper votre temps, avez-vous ressorti vos vieux pinceaux, fait travailler vos outils ou dépoussiéré vos albums photos ? Ou encore, vous avez construit une cabane d'oiseaux, fait du tricot ou des masques, aménagé un jardin dans votre cour, etc. Si c'est le cas, ce tirage est pour vous.



La FADOQ-Région Outaouais souhaite voir vos créations. Nous vous invitons donc à partager avec nous votre œuvre ou votre passe temps. Ainsi, vous courrez la chance de gagner l'un des trois certificats-cadeaux de 100\$ dans un centre de jardinage.



Faites-nous parvenir une photo de votre création accompagnée d'une brève explication à l'adresse suivante david.duguay@fadoqoutaouais.qc.ca. Vous deviendrez alors automatiquement éligible au tirage.



Date limite pour envoyer vos photos : le 8 juin 2020
Le tirage aura lieu le 9 juin prochain.

Bonne chance à toutes et tous.



NOUVELLE PROGRAMMATION

Également, nous sommes à vous concocter une programmation plus diversifiée que jamais. Les volets artistique et culturel seront entièrement revisités : ateliers de théâtre, cours de langue, chorale, poésie sont des exemples de ce qui est en cours d'organisation. Parallèlement, un programme de formation est actuellement en préparation.

L'équipe de la FADOQ-Région Outaouais est fière de contribuer au mieux-être des aînés.

PLACE AUX NOUVELLES



L'équipe de la FADOQ-Outaouais poursuit son élan en rejoignant ses membres par voie téléphonique. C'est tout un réseau qui s'est mobilisé afin de faire des appels téléphoniques pour prendre des nouvelles et offrir du soutien aux membres de 70 ans et plus. Ainsi, des milliers de personnes ont été contactées grâce aux efforts de tous.

La mise en place de la chaîne téléphonique « Prenons soin des autres » a fait du bien à tout le monde y compris à nous, les bénévoles et employés. Les appels ont été très appréciés et les conversations empreintes de reconnaissance en font foi. Chacun des appels effectués s'avérait être un moment privilégié entre humains. Merci à nos membres de nous avoir tendu l'oreille le temps d'un appel. Encore une fois, ces derniers nous ont démontré toute leur joie de vivre et leur force de caractère.



L'équipe de la FADOQ-Région Outaouais est fière de participer à cette riche initiative.



Ingrédients

- 1 orange, coupée en demi-rondelles
- 2 limes coupées en larges rondelles
- 2 tiges de menthe fraîche
- ½ tige de romarin frais
- 1 sachet de thé vert (à retirer avant le service)
- 1 L de vin rouge OU
- 1 L de vin rouge sans alcool

Méthode

1. Ajouter tous les ingrédients à la sangria et laisser reposer une heure avant de consommer. Servir avec des glaçons.

Le maître du cocktail : Les mélanges de vins pour sangria sont la solution express par excellence. Ajoutez-y simplement quelques ingrédients pour les personnaliser.



INFORMATIONS DIVERSES

BILAN SUR LES MILIEUX DE VIE DES PERSONNES ÂÎNÉES ET TENUE D'ÉTATS GÉNÉRAUX SUR LEURS CONDITIONS DE VIE

Voici une **pétition** provenant de l'Assemblée nationale du Québec pour améliorer la qualité des conditions de vie des aînés en lien avec la COVID-19 et les milieux de vie :

<https://www.assnat.qc.ca/fr/exprimez-votre-opinion/petition/Petition-8359/index.html?fbclid=IwAR3i9Yq4pXmSD5zpv3LUBRGbO24fwHrMpa4nAKBBVJ75qOqHKBMd7dJBYnW>.

LANCEMENT DE LA CAMPAGNE CONTRER L'ISOLEMENT – POUR L'AMOUR DES ÂÎNÉS

Le Réseau FADOQ, dans un esprit de collaboration, appuie la campagne des Petits Frères des Pauvres.

https://donner.petitsfreres.ca/nouvelles-en-details/contrer-l-isolement-1/2020-05-03/lancement-de-la-campagne-contrer-lisolement-pour-lamour-des-aines_2.

PROGRAMMES ET SERVICES POUR LES ÂÎNÉS

Ce guide contient des renseignements sur les différents programmes et services gouvernementaux offerts aux aînés. Il vous est aussi possible de télécharger le guide Programmes et services pour les aînés, édition 2020 (PDF 1,23 Mo).

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/pour-les-aines/>

VISITES ET EXPÉRIENCES VIRTUELLES

Explorer les musées du Québec depuis son canapé

Visiter les musées québécois dans le confort de chez soi, c'est possible ! Collections d'œuvres en ligne, visites en 360°, expositions virtuelles en art, histoire, sciences, archéologie ... les musées du Québec sont à portée de clic ! Poussez plus loin l'exploration à travers des vidéos, des balados, des jeux et autres expériences numériques.

https://www.musees.qc.ca/fr/musees/visites-et-experiences-virtuelles?gclid=EAlaIqObChMlJfSB253U6QIVl4vICh19wwPnEAAAYASAAEgJk2vD_Bw



FORMATIONS

COURS D'INTERNET OFFERTS EN LIGNE

Sébastien Boucher d'Actions Interculturelles (organisme à but non lucratif) offre de donner des cours de formation pour parfaire les connaissances en informatique en ligne. Puisque le programme de formation est subventionné par le ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale du Québec, la formation en ligne est gratuite.

Le programme de formation comprend trois rencontres en ligne. Elles se tiendront de 13 h à 16 h comme suit :

Module 4	Effectuer des transactions en ligne et protéger son identité	Lundi
Module 5	Médias sociaux	Mardi
Module 6	Utiliser les services en ligne, dont les services gouvernementaux	Jeudi

Inscription

Les membres intéressés s'inscrivent en communiquant avec Sébastien Boucher à sebastien.boucher@aide.org (819 712-7917). Il divisera les participants en groupes de cinq, nombre maximal en ligne à la fois. Puisque nous nous attendons à plusieurs inscriptions, il répétera la formation sur le nombre de semaines nécessaires.

Afin de faciliter l'enseignement, les personnes qui s'inscrivent doivent savoir comment envoyer des courriels et comment effectuer de la recherche sur internet.

La formation se donnera par vidéoconférence en utilisant la plateforme Zoom. Sébastien Boucher vous fournira les directives pour vous brancher au moyen de cette plateforme.

Nous vous souhaitons nombreux à profiter de cette occasion de parfaire vos connaissances en informatique.

Bonne formation !

LE RÉSEAU DE L'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC LANCE GEO BÉNÉVOLES, UNE FORMATION GRATUITE EN LIGNE POUR LA GESTION ET L'ENCADREMENT DES BÉNÉVOLES

Chaque module de la formation a une durée moyenne de trois (3) heures. Les cinq modules sont offerts en français et sont disponibles en tout moment pour que chaque participant apprenne de façon autonome et suivant son propre rythme. Voici les modules disponibles :

1. [La diversité en action bénévole](#)
2. [Le recrutement efficace des bénévoles](#)
3. [La sélection et le filtrage des bénévoles](#)
4. [Préparer l'implication des bénévoles](#)
5. [Soutenir l'implication des bénévoles](#)



Pour faire face aux défis d'intervention et aux enjeux de ressources humaines imposés par la pandémie COVID-19, la **Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer** lance 11 capsules vidéos visant à outiller toute personne œuvrant dans un milieu de vie et qui est amenée à accompagner ou intervenir auprès d'une personne atteinte d'un trouble neurocognitif de type maladie d'Alzheimer.

Il est important de souligner qu'il ne s'agit pas d'outils développés par le ministère de la Santé et des Services sociaux et qu'en conséquence, les orientations ministérielles et consignes de santé publique propres à chaque milieu de vie demeurent et doivent être respectées.

Cependant, ces capsules peuvent être un outil fort pertinent pour fournir **quelques notions indispensables au personnel peu familier ou qui serait amené à être en contact pour une première fois avec des personnes atteintes d'un trouble neurocognitif**, mais également aux personnes qui désirent approfondir leurs connaissances. Cette nouvelle série d'apprentissages est composée de **11 capsules vidéos** de tout au plus 15 minutes chacune et aborde plusieurs aspects de la maladie d'Alzheimer. Pour chaque capsule vidéo, **des ressources supplémentaires à consulter** vous sont proposées. Les thèmes des capsules sont :

- **Notions de base sur la maladie d'Alzheimer**
 - la maladie d'Alzheimer (12 min.)
 - l'approche centrée sur la personne (10 min.)
 - les 10 signes précurseurs (8 min.)
- **Accompagner et intervenir auprès de la personne atteinte de troubles neurocognitifs**
 - les principes de communication (14 min.)
 - les approches spécialisées de communication (14 min.)
 - les comportements déroutants (41 min.)
 - les stratégies de stimulation (14 min.)
- **Vivre avec la maladie**
 - les repas (15 min.)
 - les soins d'hygiène (15 min.)
- **L'apport des familles et des proches aidants**
 - Impliquer les familles (8 min.)
- **Prendre soin de soi** (9 min.)

Pour obtenir plus d'information sur le programme de formation, n'hésitez pas à contacter la [Société Alzheimer de votre région](#) qui, en plus d'offrir de la formation en groupe (en présence ou à distance), peut offrir du coaching et du mentorat au personnel et aux équipes de soins.



PARTENAIRES



**Coopérative funéraire
de l'Outaouais**



greiche & scaff
professionnels de la vue

Québec 



Merci à nos Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement