

OCTOBRE 2024

INFO MADA

Plan d'action Municipalité amie des aînés



Des actions inclusives pour une ville accessible

Citoyens de 65 ans et plus, la parole est à vous!

En collaboration avec le Gouvernement du Québec, la Ville de Saguenay réalise actuellement des consultations afin de mettre à jour son plan d'action Municipalité amie des aînés (MADA). Elle souhaite recueillir vos commentaires et suggestions en vous invitant à participer à son jeu-questionnaire portant sur neuf (9) thèmes associés au quotidien des aînés.

- | | | |
|---------------------------------------|--|---------------------------------------|
| • Communication et information | • Espaces extérieurs et bâtiments | • Habitat et milieu de vie |
| • Loisirs | • Participation sociale | • Respect et inclusion sociale |
| • Santé et services sociaux | • Sécurité | • Transport et mobilité |

Vous souhaitez participer? Rien de plus simple! Le jeu-questionnaire se déplacera sur le territoire de Saguenay, de septembre à novembre. Venez nous rencontrer sur place!

Bibliothèques	Centres commerciaux
• Laterrière Mardi 8 octobre, de 12 h 30 à 15 h 30	• Place Centre-Ville Jonquière Jeudi le 3 octobre, de 9 h 30 à 16 h
• Chicoutimi Mardi le 15 octobre, de 12 h 30 à 15 h 30	• Galeries de La Baie Vendredi 4 octobre, de 9 h 30 à 16 h
• Hélène-Pedneault Mardi le 22 octobre, de 12 h 30 à 15 h 30	
• La Baie Mardi le 29 octobre, de 13 h à 16 h	

Il est à noter que les dates sont sujettes à changement. Demeurez informé, de la programmation en consultant le site Internet aines.saguenay.ca

Surveillez également notre présence dans l'un de nos parcs urbains selon la météo en vigueur.

Le vieillissement actif des aînés, c'est l'affaire de tous!

Le Salon Info-Aînés 2024, un évènement à ne pas manquer!

Vous êtes une personne âgée de 65 ans et plus, un proche ou un professionnel et vous souhaitez connaître les ressources, services ou activités offerts aux aînés sur le territoire de la Ville de Saguenay?

Une visite au Salon Info-Aînés est tout indiqué!

Pour cette troisième édition, plus de 50 exposants vous partageront leurs offres de services portant sur : l'alimentation, les finances personnelles, la protection des droits, la santé, les activités culturelles et de loisirs, la sécurité, le soutien, et plus encore.

Six conférences seront présentées afin de vous outiller et vous informer sur plusieurs sujets tels que l'approche aidante, la gestion du stress ainsi que les services numériques en bibliothèque.

Nous vous invitons à participer à cet évènement qui aura lieu le :

Samedi 19 octobre 2024,
de 9 h 30 à 15 h 30,
à l'Hôtel Le Montagnais



SALON INFO-AÎNÉS

- Activités de loisirs
- Entraide et soutien
- Santé
- Sécurité

 Samedi 19 octobre
 Hôtel Le Montagnais
 9 h 30 à 15 h 30



• Plus de
45 exposants

• Six
conférences

• Transport offert
gratuitement
aux utilisateurs
de la STS

96.9
rouge

ÉNERGIE
94.5

 | aines.saguenay.ca

Cette journée spéciale est organisée dans le cadre de la démarche **Municipalité amies des aînés (MADA)** de Saguenay.

Un merci spécial aux membres du comité de pilotage et de suivi MADA ainsi qu'aux membres du *Conseil des aînés de Saguenay* pour leur implication.

Au plaisir de vous y voir en grand nombre!



SOCIÉTÉ DE
TRANSPORT
DU SAGUENAY

La Société de transport du Saguenay (STS) offrira **GRATUITEMENT** le transport en commun aux personnes qui mentionneront au chauffeur leur participation au salon Info-Aînés.

Le Salon Info-Aînés 2024, un évènement à ne pas manquer!

PROGRAMMATION	
10 h	Ce que proche-aidant naturel veut dire : apport au vieillissement à domicile <i>Université du Québec à Chicoutimi</i> Frantz Siméon, professeur, sociologue et docteur en gérontologie
10 h 45	Se libérer de l'anxiété <i>Association canadienne pour la santé mentale - Saguenay</i> Joëlle Côté, conseillère en promotion et prévention en santé mentale
11 h 30	Programmes et services gouvernementaux pour les aînés <i>Services Québec</i>
13 h 30	Découvrez votre bibliothèque numérique ! <i>Service de la culture, des sports et de la vie communautaire – Bibliothèques de Saguenay</i> Mélanie Hovington, conseillère système information et de gestion
14 h 15	Les fraudes <i>Service de police de Saguenay</i> Tanya Lapointe, sergente de police
15 h	Pour un vieillissement sécuritaire à la Ville de Saguenay <i>Service de sécurité incendie de Saguenay</i> Jennifer Savard, inspectrice en gestion des risques et résilience

SécuriCAB: Un service d'appel de sécurité

Connaissez-vous SécuriCAB? Il s'agit d'un service d'appel automatisé de sécurité, destiné aux aînés, afin de veiller à leur bien-être dans le confort de leur domicile.

Ce service est offert gratuitement aux personnes aînés qui désire s'y abonner et est sans engagement de votre part.

Les appels de sécurité se font 7 jours sur 7.

Le service peut vous être offert à long terme ou de façon temporaire lors d'une convalescence.



Pour information:

Chicoutimi: 418 543-6639

Jonquière: 418 542-1625

La Baie: 418 544-9235

Nouveau portail moncompteloisirs.saguenay.ca

Connaissez-vous le portail de gestion des activités offertes par la Ville de Saguenay? Ce logiciel vous permet maintenant d'accéder à votre propre portail et ainsi gérer les inscriptions de toute votre famille à partir d'un seul compte.

Le portail moncompteloisirs.saguenay.ca vous permet de:

- Découvrir l'ensemble des activités municipales;
- Accéder aux informations détaillées des activités, y compris les niveaux de compétence, les exigences et les tarifs;
- Gérer efficacement les inscriptions de tous les membres de la famille à partir d'un seul compte;
- Faire le suivi des cartes et abonnements pour toute la famille;
- Suivre l'horaire des activités;
- Recevoir des mises à jour des activités auxquelles chaque membre de la famille est inscrit;
- Consulter vos états de compte, recevoir les reçus et effectuer les paiements en ligne.



Pour de l'information ou pour procéder à votre inscription, rendez-vous à l'adresse moncompteloisirs.saguenay.ca

Besoin de support technique? Communiquez avec le programme **Le Portic** des bibliothèques de Saguenay en composant le **418 698-5350, poste 2**.

IMPORTANT: Notez qu'il est obligatoire de posséder une **Carte Accès Saguenay** pour vous inscrire à une activité.

La **Carte Accès Saguenay** est une carte citoyenne qui vous permet d'accéder aux activités municipales organisées par la Ville de Saguenay, ainsi que tous les services offerts par les bibliothèques de Saguenay. La carte est valide pour 2 ans.

Comment puis-je me procurer la Carte Accès-Saguenay?

Présentez-vous au comptoir prêt de l'une des 5 bibliothèques de Saguenay (Chicoutimi, Laterrière, Jonquière, Arvida ou La Baie) ou en ligne à l'adresse ville.saguenay.ca/activites-et-loisirs/carte-acces-saguenay. En personne ou en ligne, vous devrez fournir **une preuve d'identité et une preuve de résidence valides**.



MADA

Plan d'action Municipalité amie des aînés



La démarche Municipalité amie des aînés vise à favoriser un vieillissement actif des personnes âgées de 65 ans et plus de la Ville de Saguenay par la mise en place de diverses actions touchant à neuf champs d'intervention. Le plan d'action est développé en partenariat avec le milieu communautaire et les citoyens.

aines.saguenay.ca

418 698-3200, poste 4127

aines@ville.saguenay.qc.ca