


Le Focus

Bulletin d'information mensuel de l'AREQ 

Mars 2013

Certification des résidences privées pour personnes âgées

Le 13 mars prochain, entrera en vigueur le nouveau Règlement sur les conditions d'obtention d'un certificat de conformité et les normes d'exploitation d'une résidence privée pour aînés. Ce règlement prévoit de nouvelles exigences pour l'obtention d'un certificat de conformité par les propriétaires de résidences privées pour personnes âgées. Il précise les critères socio-sanitaires et les normes d'exploitation d'une telle résidence et crée deux catégories de résidences privées : celles dont les services sont destinés aux personnes âgées autonomes et celles pour les personnes semi-autonomes.

Dorénavant, un bail devra obligatoirement être signé et ses conditions respectées pendant toute sa durée de même que les services prévus et les prix indiqués devront être honorés. Un nombre minimal de membres du personnel devront être présents dans la résidence en tout temps et un système

d'appel à l'aide être mis en place. En outre, les antécédents judiciaires de tout le personnel et des bénévoles présents dans les résidences feront l'objet d'une

vérification obligatoire. Enfin, les repas servis devront être variés et respecter les recommandations du Guide alimentaire canadien.

De plus, sur le plan de la santé et de la sécurité des résidents, le règlement prévoit que tous les préposés devront détenir un diplôme pertinent et être formés, notamment, en réanimation cardiorespiratoire, en secourisme et en déplacement sécuritaire.

Rappelons que l'AREQ a pris part aux travaux parlementaires relatifs à l'adoption du projet de loi sur le resserrement du processus de certification des résidences privées pour aînés dont découle ce règlement. L'AREQ y a alors fait valoir l'importance qu'elle accorde au renforcement du processus d'accréditation, à la formation du personnel de ces résidences et à la présence constante d'un nombre minimal de membres du personnel.

Vous pouvez prendre connaissance du règlement en suivant ce lien :

http://www.msss.gouv.qc.ca/documentation/salle-de-presse/medias/reglement_-_residence_privée_pour_aînés.pdf



Dans ce numéro :

Certification des résidences privées	1
Journée internationale des femmes	2
Conférence internationale des villes amies des aînés	3
Nos comités à pied d'œuvre	3
Résultats de la caisse de dépôt	4
Bonjour Tommy	4
Sondage CROP	5
<i>Projets Toujours en action</i>	5
L'aération de la maison	6
Capsules sur le sommeil	5 et 7



Le 8 mars : Célébrons la Journée internationale des femmes

Thème

C'est sous le thème *Le féminisme, plus actuel que jamais... pour des lendemains égaux* que cette journée consacrée à toutes les femmes sera saluée le 8 mars 2013.

Rappel historique

Cette journée spéciale puise ses racines dans diverses manifestations de femmes, dont les luttes ouvrières pour le suffrage universel féminin, en Amérique du Nord et en Europe, au tout début du 20^e siècle.

À la fin des années 60, l'intérêt pour la Journée internationale des femmes est avivé par le mouvement de libération des femmes qui prend naissance au Québec. Le 8 mars 1971, le Front de libération des femmes lance officiellement une campagne nationale pour l'avortement libre et gratuit. Une marche est alors organisée à Montréal de même qu'un colloque. Les groupes de femmes, les syndicats

et les groupes communautaires concourent également à faire du « 8 mars » une manifestation annuelle. Lutte contre la discrimination, revendications sociales et économiques ou conditions de travail sont des sujets avancés sur la place publique, à la faveur de ce moment de réflexion et d'action que constitue cette journée spéciale. C'est ainsi que, chaque année au Québec, le courage des femmes est célébré le 8 mars. Le courage, car il en a fallu beaucoup pour abattre les mythes et les préjugés, pour construire une société égalitaire où chaque personne peut se réaliser sans égard au genre auquel elle appartient.

Vigilance et prudence : toujours actuelles

Toutefois, le combat n'est pas terminé. Il a changé, certes, mais il n'est pas clos. En effet, plusieurs croient à tort que l'égalité entre les hommes et les femmes est réglée. C'est pourquoi, selon ces mêmes personnes, la célébration de cette journée n'est plus nécessaire, voire obsolète. Que de leurre! Bien sûr, plusieurs batailles ont été gagnées et beaucoup de gains ont été réalisés depuis plus de 50 ans, mais la vigilance et la prudence sont de mise. La génération de femmes suivante n'a pas eu à se battre au quotidien pour faire reconnaître ses droits. Elle croit que les bénéfices obtenus ne sont pas le fruit de vives revendications et d'ardentes protestations.

Cette journée est donc le moment de faire un bilan, de réfléchir ensemble, d'échanger, de s'encourager et de se mobiliser. Cette journée demeure toujours aussi pertinente.

Source : L'origine véritable du 8 mars, Journée internationale des femmes, Conseil du statut de la femme, 2012, Gouvernement du Québec.

La 2^e Conférence internationale des villes amies des aînés se tiendra à Québec en septembre prochain

En effet, du 9 au 11 septembre 2013, la Ville de Québec sera l'hôte de cette conférence consacrée aux personnes aînées au regard de leur milieu de vie. Les sujets abordés porteront sur les services offerts principalement par les villes aux aînés. Cette conférence réunira des personnes aînées, des élus, des administrateurs municipaux, des professionnels et des chercheurs.



2^e CONFÉRENCE INTERNATIONALE DES VILLES AMIES DES AÎNÉS

VIVRE ET VIEILLIR ENSEMBLE
DANS SA COMMUNAUTÉ

9-11 SEPTEMBRE 2013

QUÉBEC CANADA

www.vada2013.ca

Le programme des villes amies des aînés est une initiative mondiale visant à mieux outiller les villes afin que celles-ci posent le bon geste par rapport aux nouvelles tendances en matière de démographie mondiale comme le vieillissement rapide de la population et l'accroissement de l'urbanisation. Ainsi, tous les facteurs qui influent sur la santé et le bien-être des personnes aînées tels que l'environnement, les milieux social et économique seront abordés lors de cette conférence.

C'est en 2010 que l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a mis en place le programme mondial des villes amies des aînés. Ce programme vise à permettre aux personnes âgées de demeurer actives au sein de leur communauté.

Vous pouvez consulter le site Internet suivant pour en apprendre davantage sur ce programme. <http://www.who.int/ageing/Brochure-French.pdf>

Il est également possible de télécharger le Guide mondial des villes amies des aînés pour se renseigner davantage sur cette initiative de l'OMS. http://www.who.int/ageing/age_friendly_cities_guide/fr/index.html

NOS COMITÉS À PIED D'ŒUVRE



En février, une rencontre s'est tenue dont voici le résumé.

Les membres du Comité national d'action sociopolitique se sont réunis le 27 février. Cette rencontre leur a permis d'échanger sur plusieurs sujets, dont les paradis fiscaux, les fondations de bienfaisance, la concentration des médias, la laïcité et plusieurs autres. Les membres ont également poursuivi les travaux préparatoires à la rencontre des responsables sectoriels et régionaux du 25 avril prochain.

La Caisse de dépôt et placement présente des résultats encourageants

L'AREQ est satisfaite de ces résultats. Il semble que les années difficiles soient chose du passé pour la Caisse de dépôt et placement. C'est ce qui ressort des résultats que la Caisse a présentés le 27 février dernier. La prudence est toujours de mise, mais le rendement de 9,6 %, qui est au-delà du portefeuille de référence de la Caisse, soit 9,3 %, est un signe réconfortant. Comme le dit le vieil adage : lorsque les rendements de la Caisse se portent bien, c'est l'ensemble de la population québécoise qui en bénéficie, puisque la Caisse gère des portefeuilles importants, notamment le Régime des rentes du Québec, mais elle s'occupe aussi du portefeuille de placements de la caisse de retraite des fonctionnaires provinciaux (RREGOP), de même que celle des ouvriers de la construction. Ce résultat se compare à ses pairs comme Omers, gestionnaire des caisses de retraite des fonctionnaires de l'Ontario, qui a fait 10 % durant la même période.



Espérons, maintenant, que la Caisse va continuer de faire de bons choix d'investissements afin que le bas de laine des Québécois ne soit pas frappé par un krach boursier de l'ampleur de celui de 2008.

Pour plus d'information, consultez le site Internet suivant : <http://www.lacaisse.com/fr/resultats>

Bonjour Tommy



Le 14 février dernier, Tommy Bureau s'est joint à l'équipe du personnel-conseil de l'AREQ. Tommy occupe le poste de conseiller à la vie associative et est en appui aux dossiers sociaux. Ses mandats principaux sont la coordination des sessions de préparation à la retraite, le dossier de la condition des hommes et celui de l'environnement et du développement durable.

Tommy détient une formation en politiques appliquées de l'université de Sherbrooke. Il a occupé diverses fonctions en animation, particulièrement pour la Ligue des droits et libertés de la personne ainsi que pour des organismes jeunesse. Son expérience comme cofondateur de la firme en écoconseil, L'effet Papillon, sera facilement exportable et utile au dossier de l'environnement et du développement durable de l'AREQ.

Nous sommes convaincus que Tommy apportera une note personnelle à l'équipe et nous lui assurons notre collaboration pour une intégration réussie.



L'AREQ a besoin de connaître...

L'AREQ a besoin de connaître votre satisfaction par rapport aux services qu'elle vous offre. Elle a besoin de sentir votre pouls quant à vos attentes et à vos besoins. Pour ce faire, elle a décidé de mener un sondage auprès de vous.

C'est parti! Il se peut que vous soyez sondé du 28 février au 14 mars 2013 (jours ouvrables). Si c'est le cas, c'est le moment d'exprimer vos souhaits quant aux orientations de votre association. Ce sondage d'une durée de 14 minutes sera réalisé le jour, mais pourrait se prolonger jusqu'à 20 h.



Les membres de l'AREQ pourront consulter la liste des projets *Toujours en action*, vers la fin du mois de mars, dans le site extranet de l'AREQ.

Afin que les membres s'y retrouvent davantage, les projets ont été rassemblés selon les trois axes du plan d'action de l'AREQ.

Axe 1 - La vie associative

Axe 2 - Les droits et intérêts de ses membres et des personnes aînées, qui sont au cœur des préoccupations de l'AREQ

Axe 3 - La participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité

L'aération de la maison : un geste simple pour une meilleure santé!

Lorsque l'on parle de la pollution de l'air, une image nous vient souvent à l'esprit : celle du smog qui plane au-dessus des grandes villes industrialisées. Mais saviez-vous que l'air est possiblement plus pollué à l'intérieur qu'à l'extérieur de votre domicile?

En effet, plusieurs éléments contribuent à polluer l'air à l'intérieur de votre maison : la combustion aux fins de chauffage, les émissions chimiques provenant de diverses sources (telles que le

bois aggloméré, les moquettes, les peintures, les isolants, les colles, les fongicides, les solvants, les produits d'entretien, etc.) ainsi que les moisissures, les acariens et autre irritants et allergènes.

Afin de profiter d'une meilleure qualité d'air à la maison, plusieurs moyens sont à votre disposition. L'utilisation de produits d'entretien écologiques ainsi que l'installation de plantes dépolluantes sont deux moyens simples de réduire la quantité d'agents polluants qui souillent l'air de votre domicile.

Par contre, alors que la température deviendra bientôt plus clémente, l'une des solutions les plus simples est d'ouvrir les fenêtres pour un minimum de 5 minutes par jour, pour ainsi évacuer l'air vicié et faire entrer l'air pur chez vous.

Selon le magazine *Web Consommer Durable*, afin de profiter de l'air le plus pur possible, il est conseillé de faire circuler l'air de la maison entre 8 h et 11 h ou entre 22 h et minuit l'hiver, et entre 21 h et 10 h

l'été. L'ouverture des fenêtres aura des effets positifs significatifs sur la qualité de l'air que vous respirez et donc, par la même occasion, sur votre santé!

SOURCES

<http://www.mon-habitat-durable.fr/maison-ecologique/aeration-maison.php>

<http://www.consommerdurable.com/2010/02/a-quelle-periode-de-la-journee-faut-il-aerer-son-logement-si-lon-souhaite-profiter-dun-air-le-plus-pur-possible/>



À surveiller en mars

14 mars

Comité national de la condition des hommes

24 mars

Conseil exécutif spécial (CN)

25 mars

Conseil d'administration spécial (CN)

25 au 28 mars

Conseil national

L'AREQ sur la place publique

28 février

Le règlement concernant la certification des résidences privées pour les personnes âgées réjouit l'AREQ

Vous pouvez également lire tous les communiqués diffusés par l'AREQ au www.areq.qc.net.



Croyez-vous aux bienfaits de la sieste ou croyez-vous, au contraire, que la sieste est une perte de temps?

Peu importe ce que vous pensez, sachez que la sieste procure des effets bénéfiques à tous âges.

Vous voulez en connaître davantage sur le *roupillon*? Cliquez sur le hamac avant de vous endormir...



Pour nous joindre

TÉLÉPHONE
418 525-0611

SANS FRAIS
1 800 663-2408

TÉLÉCOPIE
418 525-0769

COURRIEL
areq@csq.qc.net

INTERNET
www.areq.qc.net

320, rue Saint-Joseph Est
Bureau 100
Québec (Québec)
G1K 9E7



RÉDACTION
Martine Dignard

PARTICIPATION
Tommy Bureau-Boulé
Johanne Freire
Lucie Genest
Lise Legault
Ginette Plamondon

CONCEPTION
Martine Faguy
faguy.martine@csq.qc.net