

40^e Anniversaire 15 mai 2010

par Jean-François Gerardin
et Louise Côté

Club de l'Âge d'Or de SBDL 1970 - 2010

L'Âge d'Or... Cette appellation bien connue aujourd'hui ne remonte pas à si loin. En effet, c'est en 1969 que les personnes âgées entreront sous l'égide du mouvement qui, en 1989, sera désigné comme la Fédération des Clubs de l'Âge d'Or. Tous les clubs de cette fédération sont aujourd'hui réunis sous la bannière de la FADOQ (Fédération de l'Âge d'Or du Québec) qui regroupe plus de 300 000 membres.

Cette adhésion à la FADOQ remonte à 1970 pour Ste-Brigitte-de-Laval qui s'incorporera en 1978. Dans le grand mouvement provincial de la FADOQ, l'Âge d'Or de SBDL fait partie du regroupement *FADOQ- Régions de Québec et Chaudière-Appalaches* qui comprend 178 clubs pour un total de 58 000 membres. On le retrouve plus précisément dans le secteur Orléans.

Les débuts¹

Comme le mentionne le cahier souvenir du 35^e anniversaire du Club de l'Âge d'Or, l'ouverture officielle de notre club se fit un 4 avril 1970 dans le même local utilisé aujourd'hui, soit le sous-sol de la sacristie.

Premier Conseil d'administration:
Albany Fortier, président (1970-1974)
Florida Thomassin, sec.-trésorière
Arline Fortier, conseillère
Mme Léo Vallière, conseillère
Antonio Parent, abbé

En fait, l'idée de créer un tel organisme fut lancée par monsieur Claude Fortier, (maire de Sainte-Brigitte en 1970) qui demanda à son père ce qu'il pensait de la fondation d'un club pour personnes âgées. Le premier club fut fondé le 16 janvier 1970.

Mission du club à sa naissance

1. Amélioration de la qualité de vie des personnes âgées.
 2. Organisation d'activités récréatives (voyages, dîners communautaires, sports, soirées sociales...)
 3. Défense des intérêts des aînés auprès des décideurs.
- Ces 3 orientations demeurent toujours à la base de leurs priorités.

Les interdits de la Fabrique

La Fabrique avait accepté de prêter au nouveau club une petite salle pour ses réunions en convenant, à l'époque bien sûr, qu'il était interdit d'y tenir des discussions politiques et d'y consommer de l'alcool...

«Autre temps, autres moeurs»...

L'Âge d'Or d'aujourd'hui

Plusieurs personnes se sont succédé à la présidence de cet organisme (4 hommes et 7 femmes) de 1970 à 2010. Depuis mai 2004, madame Lilianne Lacroix préside ce club. Le feu sacré est toujours là et anime tout l'exécutif, les bénévoles et les membres de ce mouvement qui, toutes proportions gardées, représentent une importante force à la FADOQ, soit quelque 220 membres actuellement.

Que vient-on y chercher?

En discutant avec Lilianne et Jean-Marc, nous avons réfléchi aux raisons qui poussent nos aînés à adhérer et à participer à ce club de «jeunes» (50 à 110 ans et plus...)



C.A. actuel: Michel Després, Suzanne Duguay, Jean-Marc Jennings, Lilianne Lacroix, Marcel Tremblay, Paul-Henri Fortier, Pierre-Paul Giroux

Photo: Michel Després

La première, selon ce que j'en ai compris, réside dans cette «solitude» qui n'épargne pas les «grandes personnes». Cette solitude ne se limite pas au fait d'un décès qui isole un(e) conjoint(e) de son appui familial. La retraite peut constituer un vide pour bien des personnes qui se retrouvent inactives... et ne savent pas toujours comment combler ce vide.

Plus les années s'écoulent, plus les aînés se font nombreux et la retraite amène son lot de problèmes inhérents aux nombreux changements qui surviennent alors dans la vie et la santé de plusieurs. Coupés du contact habituel que leur donnaient leur milieu de travail, leurs collègues et le sentiment d'utilité et d'appartenance, plusieurs vivent rapidement une «descente» vers l'ennui, le repli et le découragement.

L'arrêt du travail et de la passion qui l'accompagnait, le manque de motivation à la poursuite d'un nouvel objectif lié à ces âges, tout peut devenir un déclencheur qui suscite une chute dangereuse... L'Âge d'Or, tout comme d'autres organismes municipaux communautaires constituent des balises et

des escales intéressantes pour se resourcer, échanger et agir pour remplir les attentes de «présence» auprès de ses pairs.

On peut ainsi partager des joies, des secrets et aussi des peines au lieu de rester isolé chez soi. De même, on peut se sentir utile en appuyant des causes qui le méritent.

De plus, nous sommes, pour la plupart, d'esprit grégaire et peu d'individus échappent à sa difficile pression et à leurs conséquences. D'ailleurs, ne sommes-nous pas, toutes et tous, des personnes de rencontre et les richesses de l'un ne sont-elles pas précieuses pour l'autre?

«Ici, il y a toujours quelqu'un auprès de quelqu'un»

Lors de l'activité hebdomadaire du 23 mars, nous avons interrogé quelques-unes des personnes qui avaient affronté la tempête de neige pour venir causer et s'amuser avec des amis. La plupart d'entre elles ont donné des réponses semblables.



Joueurs de cartes du mardi- Photo:L. Côté

Ainsi, mesdames Madeleine Lépine, membre depuis plus de 30 ans, Solange Vallée, depuis 3 ans environ, messieurs Denis Grenier, depuis 12 ans, Martin Hamel, depuis 10 ans (dès qu'il a emménagé à Sainte-Brigitte), tous sont unanimes à dire que c'est le besoin de rencontrer, de se faire des amis, de s'amuser qui les a incités à faire partie de l'Âge d'Or, à venir régulièrement les mardis et à participer à différentes activités.

Madame Gilberte Fortier a d'abord commencé à venir aux rencontres pour accompagner son mari qui ne pouvait plus conduire, puis elle s'est impliquée en étant secrétaire-trésorière et a même remplacé madame Yvette Touchette-Clavet. Quant à monsieur Paul-Henri Fortier, il connaît l'Âge d'Or depuis qu'il a 30 ans. En effet, il accompagnait son père dans toutes les soirées. Il n'a donc pas eu trop de difficulté à devenir membre...Il en est aujourd'hui le vice-président.



Dîner du 29 sept. - Photo:J.-M. Jennings

Actions des Clubs de la FADOQ

Sur une période de 27 ans et sous l'égide de la FADOQ, les quelque 875 clubs de son réseau provincial se sont portés, ponctuellement, à la défense des intérêts et des droits des aînés.

Si les enfants et les laissés-pour-compte demeurent des êtres fragiles, les aînés à différents degrés, constituent aussi une portion de la population que l'insécurité afflige plus particulièrement.

Aussi, les luttes inscrites dans la mission du mouvement provincial de l'Âge d'Or s'adressent à la réalité quotidienne de ces personnes, trop souvent sujettes à la solitude, l'exploitation, l'oubli et l'indignité.

Depuis plusieurs années, il m'est apparu, à titre personnel, à quel point nous devenons plus fragiles et vulnérables alors que nous étions si fonceurs et insoucians jadis. Cette perception personnelle est loin d'être unique et bien des personnes âgées en font douloureusement les frais... L'âge n'est pas toujours d'OR.

Voici quelques dossiers qui ont attiré l'attention et les interventions ponctuelles des clubs de l'Âge d'Or pendant les 27 dernières années: la retraite, le prix des médicaments, les droits des aînés, les aidants naturels, l'assurance médicament, les arrangements pré-funéraires présentés par des itinérants, les droits du conjoint survivant, la certification des résidences privées, les régimes de retraite, le supplément de revenu garanti, un délai réduit pour les baux, etc.

Ainsi, les luttes ne manquent pas et exigent patience, détermination et connaissances pointues. Certaines d'entre elles peuvent même déboucher sur des conférences gratuites offertes par des CLSC comme celles portant sur le cancer du sein, la violence faite aux aînés, la rigolothérapie, etc...

À cet égard, il me semble essentiel que tout membre du Club profite des services que cet organisme bénévole propose pour suggérer des thèmes de conférences qui seraient utiles à plusieurs membres. Des services gratuits et compétents existent.

Bien sûr, d'autres activités répondent à des besoins de détente, de santé et de loisirs. Parmi celles-ci, mentionnons les repas communautaires mensuels (le dernier mardi du mois), les repas au restaurant, les jeux de société, les cartes, la danse en ligne, les sorties de découvertes, les quilles, la pétanque, le palet, etc.

FADOQ-Régions de Québec et Chaudière-Appalaches

«Participer aux activités du Mouvement FADOQ, profiter des services offerts et contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes aînées, c'est se donner une chance de vieillir sereinement.»²

En plus des activités régulières de votre Club de l'Âge d'Or, des activités régionales existent pour encourager la

socialisation entre les clubs et promouvoir la fierté des membres à faire partie de la FADOQ.

À titre d'exemples,

-les *Jeux Régionaux FADOQ* qui accueillent chaque année plus de 1 800 participants répartis dans 11 disciplines;

-le *Gala annuel de danse*;

-les *Randonnées à vélo FADOQ*:

1, 2 ou 3 journées sont organisées dans différentes régions du Québec pendant lesquelles le sport se joint au tourisme;

-*Concours de Nouvelles Littéraires*: une activité d'envergure provinciale ouverte à tous les membres de la FADOQ qui aiment l'écriture.

À tous ceux qui nous aident

L'Âge d'Or de Sainte-Brigitte peut compter, année après année, sur des appuis concrets offerts par des gens de la communauté et par des élus qui soutiennent techniquement et financièrement ses nombreuses activités par des dons ou des subventions.

Il ne faut surtout pas oublier tout le bénévolat qu'assument fidèlement tous les gens qui ont à coeur ce mouvement et qui y consentent beaucoup de TEMPS.

Le Club de l'Âge d'Or profite de l'occasion pour remercier sincèrement toutes les personnes et les organismes qui l'aident à poursuivre son oeuvre, soit, Monsieur Raymond Bernier (député provincial), la Municipalité de Sainte-Brigitte, la Caisse populaire Desjardins de Beauport, Raymond Thomassin & Fils, le journal Le Lavallois et tous les nombreux bénévoles.

Joignez votre Club

À partir de 50 ans, vous pouvez devenir membre d'un Club de l'Âge d'Or. Pour une minime contribution annuelle, vous pourrez vous faire de nouveaux amis, près de chez vous, vous amuser à peu de frais, rire, faire des exercices, apprendre, partager vos connaissances et vos habiletés, discuter, etc.

Si un loisir ou une activité vous intéressent plus particulièrement, parlez-en aux responsables qui se feront un plaisir de l'inscrire à leur programme.

Plus il y a de membres, plus de nouvelles idées peuvent germer... Votre club est dynamique et nullement réfractaire à la nouveauté. Vos intérêts ne sont pas nécessairement ceux de tous, mais ils peuvent être partagés par plusieurs membres et ainsi devenir une réalité.

Si on pense au temps requis pour la préparation des activités, des repas et rencontres, de l'administration et de la gestion du Club, on comprend vite le dévouement et la passion qui animent celles et ceux qui veillent à la santé et la bonne marche de cet organisme essentiel.

Vous avez également d'autres avantages lorsque vous êtes un membre en règle. Ainsi, vous pouvez recevoir gratuitement la revue *Virage*, obtenir des rabais sur différents journaux, revues et magazines, hôtels, peinture Bétonel, assurances Axa, profiter de conseils en informatique et bien d'autres.

Tous les mardis, vous pouvez vous joindre à ceux qui viennent jouer au



Quelle bonne tire! photo: J.-M. Jennings

scrabble, aux cartes, au palet, et dîner avec tous le dernier mardi du mois; les jeudis, vous avez le Bel Art. Vous avez également des activités comme les repas au restaurant (déjeuners ou dîners), les tournois de cartes, la partie de sucre, les activités sportives, les voyages, les quilles du vendredi matin. N'oubliez

pas que l'initiateur des cours de danse en ligne a été le club de l'Âge d'Or. Vous n'avez qu'à consulter votre journal communautaire et vous y verrez la



Au village de Gould - juin 2008 -
photo: J.-M. Jennings

rubrique du Club de l'Âge d'Or et tous les numéros de téléphone qui seront nécessaires à votre démarche.

Il y a aussi les amis du Club. Vous pouvez accompagner un membre ou participer à une activité pour vous faire une idée sur la pertinence de votre adhésion.

N'oubliez pas: plus on est nombreux, plus les idées le sont et plus les activités peuvent être diversifiées.

Il y a même des gens de l'extérieur qui en font partie: monsieur Michel Després, secrétaire actuel, vient régulièrement de Lac-Beauport pour participer aux activités. Il aime la vie et le dynamisme du club. Amateur d'informatique et de photos, il a créé un blogue (pas toujours à jour) et réalisé un diaporama très vivant que vous pourrez voir lors de la célébration du 40^e anniversaire du Club de l'Âge d'Or de Sainte-Brigitte, le 15 mai prochain.

**+ Gens = + Idées = + Activités
= + Plaisir = + Santé = + Vie**

1- *Cahier souvenir du 35^e anniversaire*
du Club de l'Âge d'Or de Sainte-Brigitte
1970-2005.

2- Site Web de la FADOQ - Régions Québec et Chaudière-Appalaches:
www.fadoq-quebec.qc.ca/