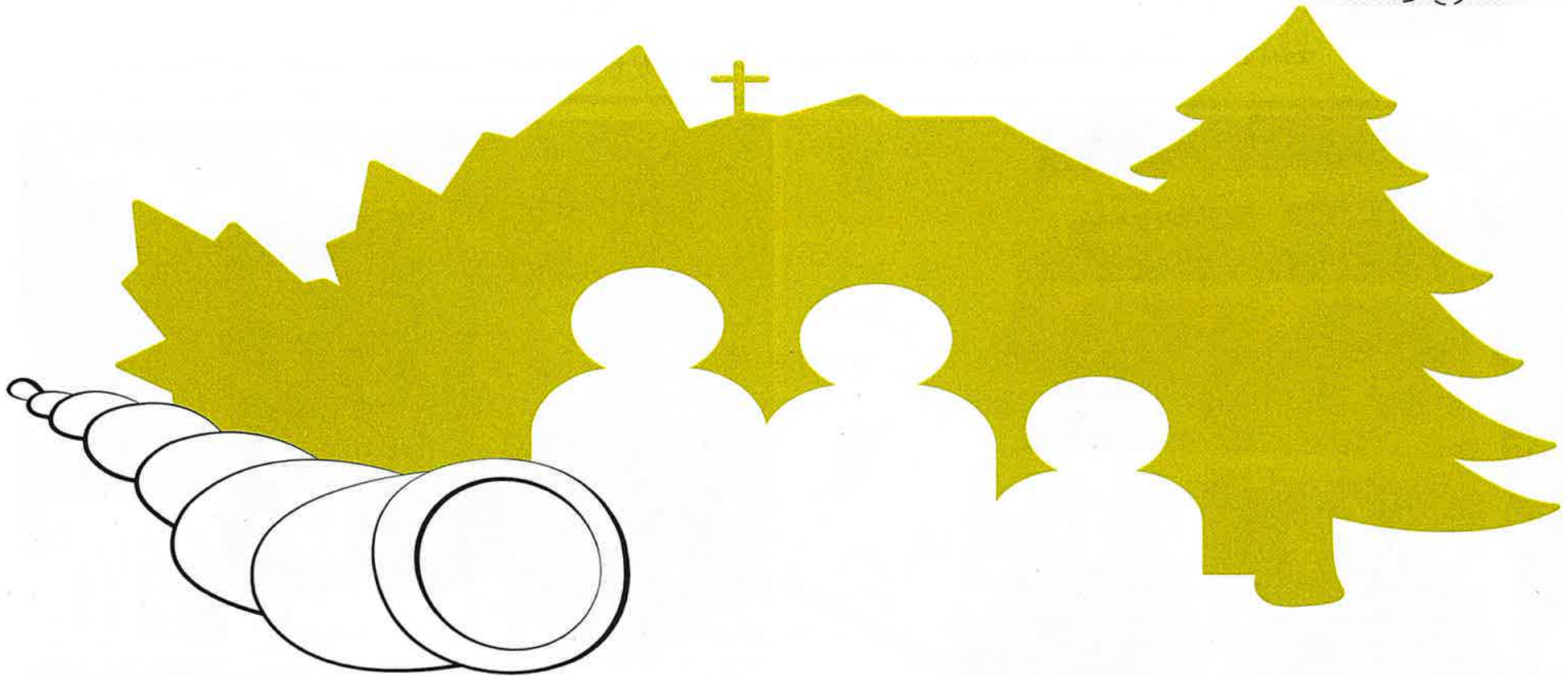
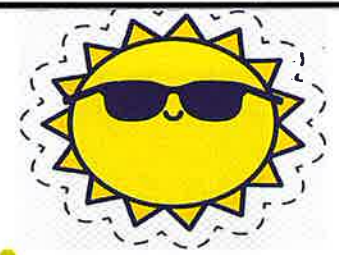
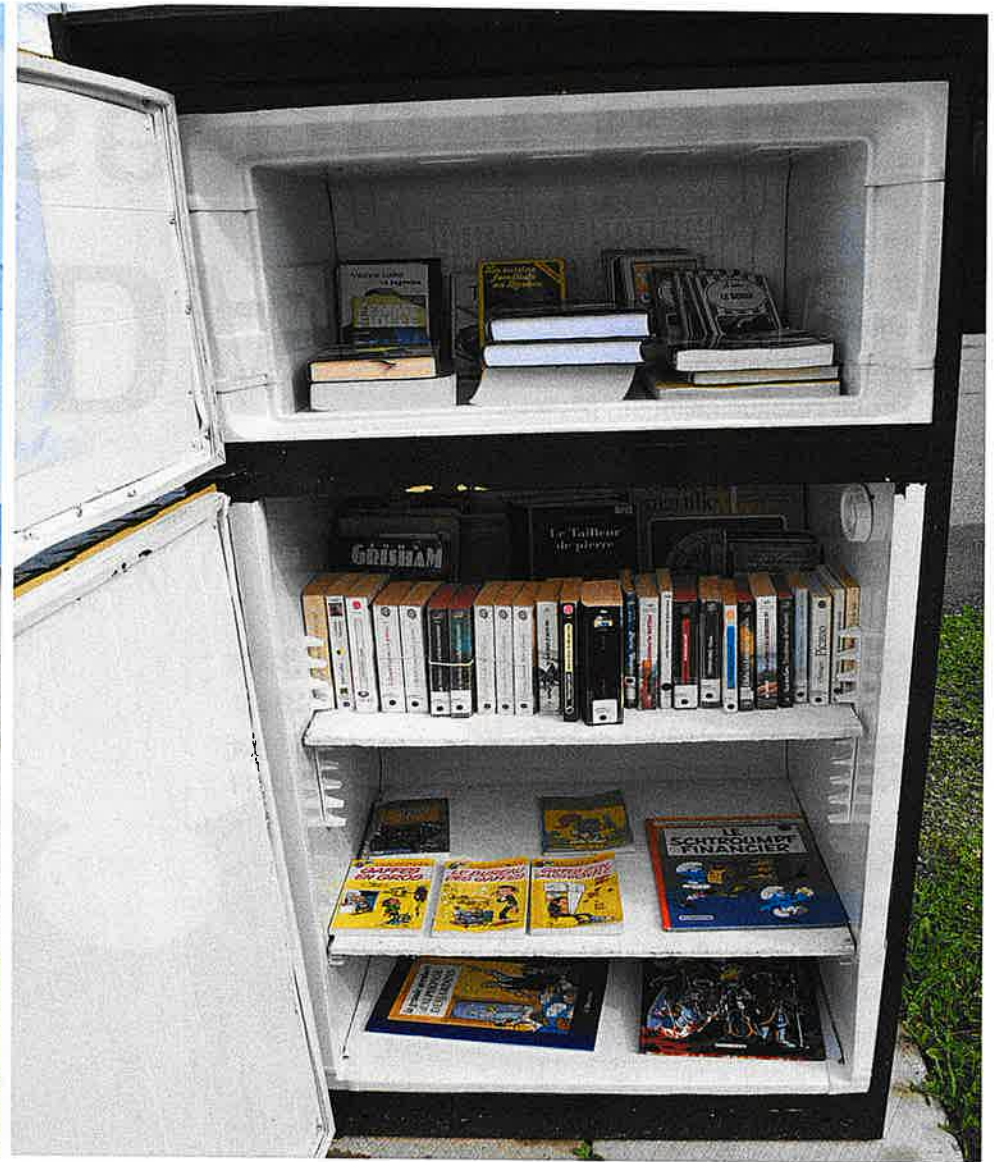


CALENDRIER MENSUEL
AOÛT 2023



MADA
Saint-Damase-de-L'Islet
ACTION MADA



Pensée du mois : Le véritable voyage ne consiste pas à chercher de nouveaux paysages, mais à avoir de nouveaux yeux.

Fleur du mois : Glaïeul ou Pavot

Pierre de naissance : Périidot

Signe du zodiaque : Du 23 juillet au 23 août : Lion — Du 24 août au 22 septembre : Vierge





AOÛT 2023



MADA
Saint-Damase-de-l'Islet

dim.

lun.

mar.

mer.

jeu.

ven.

sam.

		1 Pleine lune	2  Livraison Popote	3	4	5 Messe 15h30 Bon appétit ! BBQ Fabrique
6 Marché aux Puces 9h à 17h	7 Livraison Popote	8 Dernier quartier	9  Livraison Popote	10	11	12 Messe 10h30
13 Marché aux Puces 9h à 17h	14 Séance du conseil 19 h Livraison Popote	15	16 Nouvelle lune  Livraison Popote	17	18	19
20 Messe 9 h	21 Livraison Popote	22	23  Livraison Popote	24 Premier quartier	25	26
27 Célébration de la parole 9h	28 Livraison Popote	29	30 Pleine lune  Livraison Popote	31		

Site Internet : www.saintdamasedelislet.com

Bureau municipal du lundi au vendredi 8h30 à 12h et 13h à 15h30 Tel:418-598-9370

Bureau de poste du lundi au vendredi de 9 h 15 à 14 h + jeudi de 15 h 30 à 18 h

Bureau de la Fabrique, tous les jeudis de 13 h à 16 h

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE À RETENIR

Commerces et entreprises

Téléphone

Amédé Gaudreau (prop.Gaétan)	418 359-2636
Bertin Giasson	418 598-9259
Caroline Dubé (artisane du bois)	418 805-3066
Centre mécanique Luc Lavoie	418 598-9667
Claude Dubé (artisan du meuble)	418 359-2389
Coiffure Cheveulux	418 598-3188
Construction Jonathan Dubé	418 291-0477
CPE les Coquins, 6e Rang	418 598-2921
Fabien Cloutier transp.+Transport FLDF	418-598-3432
Fortrac	418 598-6500
Gilles Junior Duguay, entrepr. peintre	418 554-5854
Les entreprises David Pelletier	418 598-2238
Les Jeux Gonflables de Josée	418 598-2286
Murielle Pelletier (artisane tisserande)	418 598-1332
Nettoyage Haute-Pression AB	418 598-6033
Service de garde Marjolaine Bélanger	418 598-6174
Transport de ripe Marc Pelletier	418 598-9921
Transport Ducampro	418 598-9319

Agriculture

Ferme Caroline Pelletier : bergerie
Serge Michaud : bergerie
Pelavico : aviculture
Avicobel : aviculture
Ferme Pelipier : aviculture
Ouellebec : aviculture
Ferme J.C.G. : aviculture
Vico le Groupe : aviculture
Cédrière Bernier : culture de cèdres décoratifs
Plusieurs exploitations d'acériculture complètent l'agriculture

Autres services

Téléphone

Office régional d'habitation	418-598-4033
Église de la paroisse de Saint-Damase	418-598-6144
Bureau de poste Saint-Damase	418 598-7196
Chapelle de l'Église Unie du Canada	
Administration municipale	418 598-9370
Transport scolaire	418 598-9921
Services incendie/urgence	911
Club sportif Trois-Saumons	418 598-2598

Organismes municipaux

Les Fermières de Saint-Damase	418 598-7216
Club des Aînés	418 598-3517
La Chorale paroissiale	418 598-3240
Bénévoles de la bibliothèque	418 598-9264
Le Conseil de Fabrique	418 598-6144
Équipe d'animation locale (Liturgie)	418 598-3240
Les Amusements Saint-Damase	418 241-9310
	Ou 598-2138

Autres organismes régionaux

Popote Roulante	418-598-3235
Transport adapté L'Islet-Nord	418-598-9375
Trans-Aide	418 247-7072
Services de santé Saint-Jean-Port-Joli	418 598-3355
Sureté du Québec	418 598-3343
Ministère des Transports	418 598-3318
MRC de l'Islet	418 598-3076
Commerces et entreprises	
Transport collectif (Accès l'Islet)	418 598-8950
Journal l'Attisée	418 598-9590



ACTIONS DE LA POLITIQUE MADA

Une des actions inscrite à la politique actuelle concerne l'augmentation du sentiment de sécurité des aînés lors des déplacements dans leur milieu de vie. Pour ce faire, la Municipalité demande à chacun des citoyens de respecter les limites de vitesse et les traverses piétonnières. Soyons des exemples à suivre...

Une autre action est de diffuser à nouveau le carnet de ressources en soutien à domicile produit par la MRC.

Trouvez donc, ci-joint, le document en question.

Finalement, le Maire vous partage une communication qu'elle a reçue vous invitant à participer à la Tournée des Vainqueurs, le 19 août 2023, si vous le désirez.

Bonne lecture et bonne saison estivale !

Dany Marois

D.G./Greffière-trésorière



FONDATION
Hôtel-Dieu
Montmagny

Montmagny, le 18 juillet 2023

Madame Anne Caron, mairesse
Municipalité de Saint-Damase-de-L'Islet
15, rue de la Rivière
Saint-Damase-de-L'Islet (QC) G0R 2X0



Madame la Mairesse,

Après le succès connu depuis les 11 dernières éditions, la Fondation de l'Hôtel-Dieu de Montmagny vous invite à la 12e édition de la Tournée des Vainqueurs, qui aura lieu le **samedi 19 août**.

Les participants de la Tournée des Vainqueurs auront le choix parmi trois parcours cyclistes de 40, 70 et 100 km qui traversent les municipalités des MRC de L'Islet, Montmagny et Bellechasse. Pour les personnes qui auraient envie de participer à l'événement, mais à la marche, un trajet de 5 km sera proposé. Pour les coureurs, 4 parcours seront offerts soient 5, 10, 15 et 21,1 km.

En nouveauté cette année, les départs et les arrivées auront lieu à l'Espace Citoyen de Montmagny, un espace rassembleur où parents et amis pourront célébrer l'arrivée des participants au fil d'arrivée.

La Fondation invite les participants à s'inscrire à l'événement en dédiant leur participation à une personne de leur entourage qui a dû combattre le cancer. L'objectif financier de la Tournée des Vainqueurs demeure le même, soit l'atteinte d'une somme de 50 000 \$ destinée à l'amélioration des soins de santé offerts à l'Hôpital de Montmagny, notamment pour les patients atteints de cancer.

Nous aimerions que vous invitez vos citoyens et citoyennes à venir représenter votre municipalité lors de cet événement. Invitez-les à faire des affiches ou à porter vos couleurs.

Pour plus d'information au sujet de la 12e édition de la Tournée des Vainqueurs, les personnes intéressées sont invitées à visiter le tourneedesvainqueurs.com.

Valérie Mercier
Présidente

**MARCHÉ
AUX
PUCES**
Saint-Damase-de-l'Islet

**6 et 13 août 2023 - 9 h à 17 h
10 septembre 2023 - 9 à 17 h
Salle du citoyen, 5 place de l'Église**

**Information et réservation de table : Murielle 418 598-1332
Francine : 418 598-3160**

**Gisèle 418 598-3517
Hélène 418 598-3417**

TABLE POUR LE MARCHÉ AUX PUCES À LA SALLE DU CITOYEN AU PROFIT DE LA FABRIQUE DE SAINT-DAMASE :



Appel à tous les citoyens et citoyennes de Saint-Damase.

La Fabrique de Saint-Damase installera une ou des tables (selon les dons des paroissiens) à la Salle du Citoyen.

Cette table sera garnie avec les objets que vous nous apporterez : des articles que vous n'avez plus besoin mais qui sont encore en bon état. Pensez aux articles de cuisine, aux jeux de société, aux jouets pour enfants, aux toutous, à la papeterie, aux articles de sports, etc... Les montants récoltés s'ajouteront aux dons pour la réparation de la toiture de l'église dans le cadre de la deuxième année de collecte. Vous pouvez apporter vos articles au bureau de la Fabrique aux heures de bureau soit le jeudi de 13h00 à 16h00 ou téléphonez à Gisèle Sénéchal 418-598-3517 ou Hélène Gamache 418-598-3417. Nous serons heureuses de venir vous débarrer la porte. Merci de votre participation et de votre générosité habituelle.

Pour le bien-être des aînés



Ce répertoire a été rendu possible grâce à :

Québec

Avec la participation de
• Le maire de la Ville de Montmagny, en Région
• Le maire de la Ville de L'Islet, en Région
et de l'Association des aînés



Table de concertation des aînés
DE LA CHAUDIÈRE-APPALACHES

... pour le mieux-être des aînés



Répertoire des services pour aînés Montmagny-L'Islet



Pour le bien-être des aînés

PRÉSENTATION

L'AQDR Montmagny-L'Islet s'intéresse à la qualité de vie des aînés du territoire. Ceux-ci peuvent profiter de l'aide offerte par plusieurs organismes et institutions, dont les services sont accessibles dans chacune des municipalités.

Ce carnet se veut un outil de référence qui servira à trouver rapidement le numéro de téléphone de l'un ou l'autre de ces organismes. Nous invitons les aînés et leurs proches à le conserver à portée de la main et à le consulter au besoin afin de trouver le renseignement qui répond à votre questionnement, et ce, dans toute situation. Nous avons inséré une information abondante et diversifiée. Toutefois, malgré une recherche vigilante, il se peut qu'une information pertinente ait échappée à notre attention. Aussi, quelques lignes sont prévues à la toute fin pour consigner les coordonnées de vos ressources personnelles et fournisseurs préférés.

L'AQDR Montmagny-L'Islet est heureuse de produire ce carnet grâce au Programme de soutien à la mobilisation et à la concertation des organismes en faveur des aînés (COFA) dans le cadre de l'entente spécifique adaptation des services et infrastructures régionales pour l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées dans la région de la Chaudière-Appalaches et de la Table de concertation des aînés de Chaudière-Appalaches.

AQDR Montmagny-L'Islet

Centre d'assistance et
d'accompagnement aux plaintes 1 877-387-8414

Fondation québécoise du Cancer 1 800-363-0063

Société canadienne du cancer 1 888-939-3333

Association des grands-parents
du Québec 1 888-624-7227

Centre d'aide et de lutte contre les agressions
à caractère sexuel (CALACS) 1 877-717-5252

Protecteur du citoyen 1 800-463-5070

Pour vous aider à trouver d'autres ressources
communautaires : **faites le 211**

Le Service 211 est un service gratuit d'information et de références qui dirige rapidement les personnes vers des ressources communautaires. Des préposés spécialisés répondent aux appels, évaluent les besoins de l'appelant et le dirigent vers les services appropriés.

Ouvert 7 jours sur 7, du lundi au vendredi, de 8 h à 21 h et
la fin de semaine, de 8 h à 18 h

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)	1 866-532-2833
Havre des Femmes (maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale) ...	418-247-7622 1 800-363-9010
Régie de l'Assurance maladie du Québec	1 800-561-9749
Société de l'assurance automobile du Québec.....	1 800-565-7763
Office de protection du consommateur .	1 888-672-2556
Société Alzheimer Chaudière-Appalaches	1 888-387-1230
Association québécoise de la fibromyalgie, région Chaudière-Appalaches	1 877-387-7379
Maison l'Odysée (joueurs compulsifs) ..	1 877-387-7071
Fondation, 505 - jeu : aide et référence.....	1 866-767-5389
L'A-droit de Chaudière-Appalaches (défense des droits en santé mentale) ...	1 866-837-1113
Régie du logement	1 800-683-2245

TABLE DES MATIÈRES

	Page
Urgence.....	4
Santé et services sociaux	5
Promotion de saines habitudes de vie.....	6
Aide à domicile.....	7
Alimentation	8
Entretien général	9
Transport.....	10
Loisirs	11
Finances personnelles.....	12
Soutien aux proches aidants.....	13
Mes références personnelles.....	14
Services offerts par votre l'AQDR	16
Ressources supplémentaires	17

Urgence

Urgence	911
Pompier, Police, Ambulance	
Info-santé (urgence détresse)	811
Tel-Écoute du Littoral	1 877-559-4095
(De 18 h à 3 h du matin)	
AA Support et entraide	1 800-463-8174
Abus aînés	1 888-489-2287
Alcool et drogues	1 800-265-2626
Centre antipoison.....	1 800-463-5060
Centre de prévention du suicide.....	1 866-277-3553
LG-BTQ	1 888-505-1010
Info Cancer	1 800-363-0063
Jeu pathologique.....	1 800-461-0140
S.O.S. Violence conjugale	1 800-363-9010
Sûreté du Québec (24 heures)	310-4141
MRC de L'Islet	418-598-3343
MRC de Montmagny.....	418-248-3705

Ressources supplémentaires

Il peut arriver qu'une situation ambiguë et déstabilisante survienne dans votre vie, celle d'un proche ou d'un voisin. Vous trouverez ci-après une source de renseignements où vous pourrez obtenir une aide ou des conseils appropriés pour y faire face et la régler.

Aide juridique..... 418-248-3230

Commission des droits de la personne
et des droits de la jeunesse 1 800-361-6477

Réseau Fadoq..... 1 800-828-3344

Association canadienne pour la
santé mentale 418-835-5920

Le Curateur publique 1 844-532-8728

Bureau d'assurance du Canada (BAC)..... 1 877-288-4321

Que faire lors d'un décès ?
Services Québec..... 1 877-644 4545

L'Autorité des marchés financiers 1 877-525-0337

Info-abus aînés (maltraitance, violence,
agressions sexuelles, fraudes,
exploitation financière)..... 1 888-489-2287

Services offerts par votre AQDR

La mission de l'AQDR est la défense collective des droits des aînés. Nous sommes là si vous avez besoin de conseils concernant vos droits que ce soit au niveau de : la retraite, le logement, la résidence, pour de l'aide concernant une plainte ou d'un accompagnement dans une situation difficile.

Nos services sont **CONFIDENTIELS** et **GRATUITS** :

Carrefour d'information pour aînés

pour vous aider dans vos recherches d'information au niveau gouvernementale, municipale ou toute question se rapportant à l'aîné.



Programme d'information aux Aînés

sur le choix éclairé d'un milieu de vie qui correspond à vos besoins pour la tranquillité d'esprit.



Pour nous joindre pour tous ces services :

AQDR

418-247-0033
(sans frais) 1 877-948-2333

Santé et services sociaux

Hôpital de Montmagny.....	418-248-0630
CLSC Île aux Grues..... (dispensaire)	418-248-4651
CLSC de Montmagny	418-248-2572
CLSC Saint-Fabien.....	418-249-2572
CLSC Saint-Pamphile	418-356-3393
CLSC Trois-Saumons.....	418-598-3355
Ambulance	911

Votre médecin de famille :

Votre pharmacien :

Votre dentiste :

Votre optométriste :

Promotion de saines habitudes de vie

Pour des conseils relativement aux items suivants, consultez votre CLSC. La personne la plus appropriée saura vous guider.

- Abandon du tabagisme
- Amaigrissement et surveillance du poids
- Dépistage du cancer du sein et autres
- Prévention des chutes
- Etc.

Programme « J'arrête » 1 866-527-7383
(pour vous aider à cesser de fumer)
www.jarrete.qc.ca

Centre de réadaptation en dépendances
Chaudière-Appalaches 1 888-774-3329

Viactive. Des groupes sont formés dans les municipalités suivantes : Berthier-sur-Mer, L'Islet, Montmagny, Saint-Adalbert, Saint-Eugène, Sainte-Euphémie, Saint-François, Saint-Jean-Port-Joli, Saint-Pamphile, Saint-Paul de Montminy, Sainte-Perpétue, Saint Pierre de Montmagny et les loisirs actifs en résidence.

Contactez Mme Sophie Desrochers, conseillère en activité physique auprès du CECB..... 418-248-7242

Conseiller ou planificateur financier

Comptable

Notaire

Avocat

Plombier

Électricien

Autres

Mes références personnelles

(Indiquez ici les noms et numéros de téléphones des personnes que vous contactez fréquemment pour vos besoins ou votre bien-être)

Coiffeuse/coiffeur

Épicier

Garagiste

Service de déneigement

Institution financière :

Municipalité

Aide à domicile

Pour l'hygiène personnelle (aide au bain, au lever, au coucher, pour les déplacements internes, pour manger, pour s'habiller ou pour un soutien moral)

Coopérative de services à domicile

L'Islet Nord-Sud..... 418-598-7488

Coopérative de services à domicile

de Montmagny..... 418-248-2433

Si vous êtes en plus grande perte d'autonomie, contactez votre CLSC (voir page 4)

Pour une visite/jumelage d'amitié ou pour des appels téléphoniques de sécurisation et de surveillance par le programme PAIR

Centre d'entraide communautaire

bénévole de Montmagny-L'Islet (CECB) 418-248-7242



Alimentation **Soutien aux proches aidants**

Faire l'épicerie et préparer les repas

- Coopérative de services à domicile
L'Islet Nord-Sud..... 418-598-7488
- Coopérative de services à domicile
de Montmagny..... 418-248-2433

Cuisiner en groupe (cuisines collectives)

Centre-Femmes La Jardilec 418-598-9677

Centre d'entraide familiale, St-Fabien 1 866-969-3988

Recevoir à la maison des repas préparés

Popote roulante L'Islet....418-247-5591 ou 418-247-5360

Popote roulante
Saint-Jean-Port-Joli 418-598-3235

Popote roulante des Aulnaies 418-354-2283

La tournée des marmitons, Montmagny ... 418-248-5098

Maison de la famille de la MRC de L'Islet
Saint-Pamphile 418-356-3737

Popote de l'amitié, Cap Saint-Ignace 418-241-9512

Soutien aux proches aidants

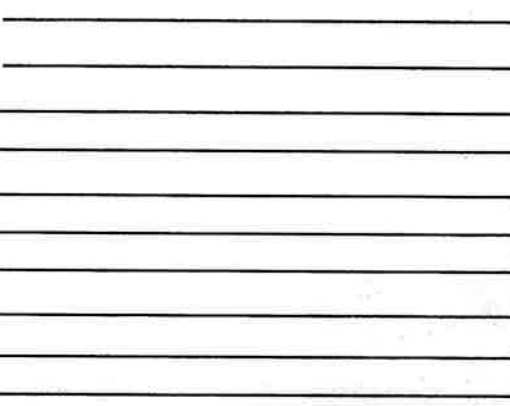
L'APPUI..... 1 855-753-1401

Info-Aidant 1 855-852-7784

Le Havre, CECB 418-248-7242

Centres de jour :

- CLSC de Montmagny 418-248-2572
- CLSC Saint-Fabien 418-249-2572
- CLSC Saint-Pamphile..... 418-356-3393
- CLSC Saint-Jean-Port-Joli 418-598-3355



Finances personnelles

Information sur l'impôt, les mesures fiscales, les revenus de retraite, vos biens, etc.

Carrefour d'information pour aînés (CIA) .. 418-247-0033
(sans frais) 1 877-948-2333

Services Québec 1 877-644-4545

Services Canada 1 800-277-9915

Revenu Québec 1 800-267-6299

Régie des rentes du Québec 1 800-463-5185

Revenu Canada 1 800-959-1954
(Crédit TPS, montants pour aidants naturels)

Revenu Canada 1 800-277-9915
(Pension de la sécurité de la vieillesse,
supplément de revenu garanti, allocation au survivant)

Association coopérative d'économie familiale Rive-Sud
(ACEF)..... 418-835-6633



Entretien général

Entretien ménager (aspirateur, lessive, vaisselle, lavage de fenêtres, etc.)

Grand ménage

Travaux extérieurs (tonte de pelouse, jardinage, peinture, déneigement, etc.)

Coopérative de services à domicile

L'Islet Nord-Sud..... 418-598-7488

Coopérative de services à domicile

de Montmagny..... 418-248-2433

Indiquez ici les noms et numéros de téléphone d'autres ressources ou organismes dont vous utilisez les services pour votre entretien ménager ou pour vos gros travaux :



Transport

Accompagnement- transport aux rendez-vous médicaux

CECB, Montmagny 418-248-7242

Comité Les voiles ouvertes, Berthier-sur-mer
..... 418-259-7343

Cercle de l'amitié de Cap-Saint-Ignace 418-244-9512

Note : les entreprises suivantes fonctionnent sur une base autonome et imposent des frais selon les déplacements.

Trans-APTE Inc., La Pocatière
(St-Roch-des-Aulnaies et Ste-Louise) 418-856-5856

Transport adapté et collectif de
L'Islet Nord 418-598-9375

Transport adapté et collectif de
L'Islet Sud 418-356-2116

ACCÈS L'ISLET 418-598-3076
..... POSTE 234

TCA DE MONTMAGNY 418-248-0445

Transport adapté et collectif
de la MRC de Montmagny 418-248-0445

Indiquez ici vos références personnelles de transport :

LOISIRS

Piscine de l'école L.J. Casault,
Montmagny 418-248-0301

.....
Club de marche Pas à pas, L'Islet 418-247-3060

Sophie Desrochers, CECB
ViActive et marche nordique 418-248-7242

Les amies de l'entraide,
Saint-Just-de-Bretenières 418-244-3544

Votre bibliothèque municipale :

Note : votre bureau municipal est une source privilégiée de renseignements concernant les activités, les loisirs et les sports offerts dans votre entourage. Le personnel pourra vous fournir les noms et les coordonnées du club de l'Âge d'Or par exemple, du Cercle de Fermières, des Chevaliers de Colomb ou de tout autre organisme culturel et social.

